



## **Ihr Nutzen**

Sie lernen hilfreiche Werkzeuge, Regeln und Techniken kennen, die Ihnen helfen können, nicht in die typischen Zeitfallen zu geraten.

## **Methodik**

interaktive Vermittlung theoretischer Grundlagen, praktische Übungen aus dem Erfahrungsbereich der Teilnehmer, Gruppenarbeit und Rollenspiele

## **Inhalte**

- Zeitmanagement ist immer Selbstmanagement
- Individuelle Zeitverwendungsanalyse, Reflexion des eigenen Arbeitsstils
- Bedeutung von Zielen
- Ziele und Prioritätensetzung
- Effizientes Handeln
- Zeitplanung: Bedeutung von Zeitplanung – Planungsregeln - Planungsinstrumente
- Umgang mit Zeitfressern
- Leben im Augenblick und mehr Lebensqualität
- Umsetzung in die Praxis

## **Teilnehmergebühr**

einschließlich Arbeitsunterlagen, Imbiss und Pausenversorgung

270,-- € zzgl. ges. MwSt.

Fragen zum Seminar 03-0056 beantworten Ihnen

Christine Brodauf 0351 8322-338 und  
Renate Kocum 0361 5514324

---

## **Anmeldungen**

Sichern Sie sich Ihren Platz und faxen Sie uns Ihre Anmeldung. Sie erhalten rechtzeitig Ihre Teilnehmerkarte und eine Wegbeschreibung. Die Rechnung schicken wir Ihnen nach der Veranstaltung, bei mehrtägigen Veranstaltungen nach dem 1. Tag.

Kostenfreie Stornierungen sind bis 5 Werktage vor Veranstaltungsbeginn möglich. Die Veranstaltung muss ausfallen? Wir benachrichtigen Sie so früh wie möglich. Zahlen müssen Sie selbstverständlich nichts. Es gelten die Allgemeinen Geschäftsbedingungen der RKW Sachsen GmbH. Übernachtungshinweise erhalten Sie mit der Wegbeschreibung, notwendige Buchungen nehmen Sie bitte selbst vor.

**RKW Sachsen GmbH**  
**Freiberger Straße 35**  
**01067 Dresden**