



Zeit- und Selbstmanagement

Grundvoraussetzungen für die Zufriedenheit im Arbeitsleben sind die optimale Nutzung des Tages und das Gefühl, am Ende des Tages alles geschafft zu haben, was man sich vorgenommen hat. Dazu gehört, sich seiner Schwächen bewusst zu sein sowie die nötige Gelassenheit, hin und wieder den Papierkorb zu benutzen und seinen Tag souverän zu planen ohne ihn zu überfüllen.

Ziele/Nutzen

In diesem Seminar werden verschiedene Modelle, Methoden und Instrumente, aber auch praktische Tipps und Tricks vermittelt, die Ihnen einen effektiveren Umgang mit Ihrer Zeit ermöglichen.

Zielgruppe

Führungskräfte, Personalverantwortliche und alle Interessierten, die den eigenen Umgang mit der Zeit reflektieren und neue Wege des effektiven Umgangs mit Zeit kennen lernen wollen

Inhalte

- Bedeutung und individueller Umgang mit Zeit
- Kritische Verhaltensweisen und „persönliche Zeitfresser“ identifizieren und eliminieren
- Eisenhower-Prinzip, Pareto-Prinzip, Parkinson-Gesetz
- Ziele und Prioritäten setzen
- Grundsätze der Delegation
- Tagesplanung und Leistungskurve
- Diskussion, Fallbeispiele, Übungen

Trainer

Marco Pomsel, bsw

Termin

8. April 2011, 9:00 bis 16:00 Uhr

Ort

bsw – Beratung, Service & Weiterbildung GmbH, Dresden

Teilnehmer

8 bis 10 Personen

Preis

245,- EUR/Teilnehmer zzgl. der gesetzlichen MwSt.
Im Preis sind Pausenimbiss, Getränke und Seminarunterlagen enthalten.
Das gesamte [Trainingsprogramm für Führungskräfte](#) (8 Module) gibt es zum Vorzugspreis von 1.675,- EUR/Teilnehmer.

Mitglieder von SACHSENMETALL erhalten 10% Preisnachlass.

Kontakt

bsw – Beratung, Service & Weiterbildung GmbH
Evelin Baumann
Rudolf-Walther-Straße 4, 01156 Dresden
Telefon 0351 4250227, Telefax 0351 4250226
E-Mail az-dresden@bsw-mail.de, Internet www.bsw-sachsen.de



Antwortfax an 0351 4250226

Auch für den Versand im Fensterbriefumschlag geeignet.

bsw – Beratung, Service & Weiterbildung GmbH
Rudolf-Walther-Straße 4
01156 Dresden

- Ich/wir melde(n) mich/uns verbindlich zu folgenden Weiterbildungsangeboten an¹⁾:

Titel des Weiterbildungsangebotes

Titel des Weiterbildungsangebotes

Titel des Weiterbildungsangebotes

- Bitte schicken Sie uns Ihr aktuelles Bildungsprogramm.
- Ich/wir habe(n) folgende Fragen/Wünsche zum Seminar¹⁾:

- Die Kosten der Teilnahme am Seminar übernehme ich/ übernimmt das Unternehmen¹⁾.

Name, Vorname _____

Name, Vorname _____

Name, Vorname²⁾ _____

- Unser Unternehmen ist Mitglied bei SACHSENMETALL.

Firma _____

Straße/PLZ, Ort _____

Unterschrift _____

¹⁾ Bitte Zutreffendes unterstreichen.

²⁾ Bei mehr Teilnehmern bitte Anlage mit namentlicher Aufstellung beifügen.

GESCHÄFTS- BEDINGUNGEN

Anmeldung

Die Anmeldung wird nach Bestätigung durch die bsw GmbH für beide Seiten verbindlich. Die Berücksichtigung der Anmeldung erfolgt nach ihrem zeitlichen Eingang.

Zahlungsweise

Die Teilnehmergebühr ist nach Erhalt der Rechnung bis spätestens zum Tag des Beginns des Seminars zu entrichten.

Rücktritt

Wird die Anmeldung später als zwei Wochen vor Seminarbeginn zurückgezogen, werden 50 Prozent, bei Absage ab drei Tage vor Seminarbeginn 100 Prozent der Seminargebühr berechnet. Diese Gebühr entfällt, wenn der angemeldete Teilnehmer durch einen anderen Teilnehmer ersetzt wird.

Absage

Aus wichtigem Grund (zu geringe Teilnehmerzahl, Erkrankung des Seminarleiters) ist die bsw GmbH berechtigt, ein Seminar kurzfristig abzusagen. Bereits gezahlte Gebühren werden erstattet.

Unterbringung

Die bsw GmbH reserviert auf Wunsch für die Dauer des Seminars eine Unterkunft am Veranstaltungsort. Die Kosten dafür sind vom Teilnehmer an das jeweilige Hotel bzw. die jeweilige Pension zu entrichten.