



Potenzial und Resilienz - Zeit- und Selbstmanagement

**Inhouse-
Angebot**



Diakonie.Kolleg.

Ihr diakonisches Kompetenznetzwerk für Bildung & Beratung

Teilnahmekosten

Tagessatz: 800 €
zzgl. 7% MwSt. plus Reisekosten

Struktur:

ein Tag vor Ort

Information:

Roland Andert
0911 9354 410
andert@diakonie-bayern.de

Organisation:

Ingrid Berning
Sachbearbeitung
0911 9354 411
berning@diakonie-bayern.de

Diakonisches Werk Bayern
Diakonie.Kolleg.
Pirckheimerstraße 6
90408 Nürnberg
Tel. 0911 93 54-411
www.diakonie-bayern.de
www.diakoniekolleg.de

Diakonisches Werk Bayern
Diakonie.Kolleg.
Postfach 12 03 20
90332 Nürnberg

Situation:

Sie fühlen sich manchmal erschlagen? Ein Berg an unerledigten Aufgaben? Sie sind der Zeit wieder einmal hinterhergerannt? In unserer rasenden Beschleunigungsgesellschaft und der Vielzahl an Kommunikationskanälen, wird die Zeit für regenerierende Ruhe knapper denn je.

Glaubt man einer aktuellen Studie mit weltweit 2557 Teilnehmenden, fällt es uns zunehmend schwerer, sich in einem Zeitraum von 15 Minuten mit angenehmen Gedanken zurückzuziehen, als pausenlos aktiv zu sein.

Wie können wir unseren Arbeitsalltag in den Griff bekommen? Neben dem Ausgleich zwischen Anspannungs- und Erholungsphasen sind es manchmal nur geringe Veränderungen im Arbeitsablauf, um Dinge effizienter zu regeln.

Inhalt:

Das Inhouse Seminar vermittelt Grundlagen und Hintergrundwissen des Zeit- und Selbstmanagements und zeigt, wie Sie mit geringem Aufwand Ihren Arbeitsstil und Ihre persönliche Zeitplanung, unter Berücksichtigung Ihres persönlichen Stressverhaltens, verbessern.

Teilnehmer*innen:

maximal 20 Personen

Referent:**Roland Andert**

Staatl. gepr. Betriebswirt, Referent für Führung und Leitung, Management und Betriebswirtschaft, Diakonisches Werk Bayern, Diakonie.Kolleg

Anmeldung 21/202

Potenzial und Resilienz - Zeit- und Selbstmanagement

Online-Anmeldung: www.diakoniekolleg.de

.....
Name Vorname

.....
Funktion

.....
Dienststelle/Einrichtung/Rechtsträger

.....
Straße

.....
PLZ, Ort

.....
Telefon Fax

.....
E-Mail

.....
E-Mail (privat)

Rechnung an:

Dienststelle

Privatadresse

Es gelten die AGB des Diakonie.Kolleg. Bayern:
www.diakoniekolleg.de/agb

.....
(Datum, Unterschrift, Stempel)

Privatadresse für Rechnung: