Diakonisches Werk Bayern
Diakonie.Kolleg.
Pirckheimerstraße 6
90408 Nürnberg

Teilnahmegebühr:
- für Mitarbeitende in Diakonie Bayern und der Evang. Kirche: 320 €
- für andere Interessierte: 640 €
- zzgl. Unterkunft (Einzelzimmer) und Verpflegung ca. 195,00 € (Stand 05/2026 - Die Kosten für Verpflegung und Unterkunft werden Ihnen direkt vom Tagungshaus in Rechnung gestellt. Gültig ist die am Veranstaltungstermin aktuelle Preisliste.)

Seminarzeiten:
Donnerstag, 15.07.2027 von 10:00 bis 18:00 Uhr
Freitag, 16.07.2027 von 09:00 bis 15:30 Uhr
Ankunftskaffee und -tee am Anreisetag ab 09:30 Uhr

Veranstaltungsort:
Ammerseehäuser
Ringstr. 29/52
86911 Riederau am Ammersee
Tel 08807 94898-0
www.ammerseehaeuser.de

Information und Organisation:
Garifallia Vasilaku
Verwaltungsmitarbeiterin
09119354418
vasilaku@diakonie-bayern.de

Vitaly Gariev auf Unsplash

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

Diakonie.Kolleg.
Ihr diakonisches Kompetenznetzwerk für Bildung & Beratung

Diakonie
Bayern

Souverän im Wandel

Resilienz trifft intelligentes Zeitmanagement

Donnerstag, 15.07.2027
- Freitag, 16.07.2027

Riederau am Ammersee

Situation:
Steigende Komplexität und ständiger Zeitdruck fordern uns täglich heraus. Wer langfristig leistungsfähig und gesund bleiben möchte, braucht mehr als nur eine gute To-do-Liste. In diesem Seminar verbinden wir mentale Widerstandskraft (Resilienz) mit modernen Zeitmanagement-Strategien. Wir analysieren Ihre aktuellen Arbeitsweisen und vermitteln Werkzeuge, um den Autopiloten zu stoppen. Sie lernen, Prioritäten klar zu setzen, Grenzen gesund zu ziehen und auch in Stressphasen die Kontrolle über Ihren Terminkalender sowie Ihre innere Ruhe zu behalten. Gestalten Sie Ihren Arbeitsalltag proaktiv statt nur zu reagieren.

Inhalt:
Sie halten Ihr Büro und Ihren Alltag auf Kurs, um Krisen durch Optimismus und Lösungsorientierung souverän zu meistern. Sie optimieren Ihren Workflow mit modernen Zeitmanagement-Methoden. Sie lernen, Prioritäten klar zu setzen, Fokuszeiten zu schützen und durch bewusste Abgrenzung sowie ein gesundes Nein Ihre Leistungsfähigkeit, innere Ruhe und Resilienz nachhaltig zu stärken.

Nutzen:
Sie erkennen Ihre persönlichen Stressauslöser sowie Zeitfresser und entwickeln wirksame Strategien, um diesen proaktiv zu begegnen
Sie lernen, durch die 7 Säulen der Resilienz Ihre innere Widerstandskraft zu stärken und auch in turbulenten Phasen handlungsfähig zu bleiben
Sie erfahren, wie Sie durch klare Priorisierung und gesunde Abgrenzung Raum für das Wesentliche schaffen und souverän Nein sagen
Sie trainieren, Ihren Fokus bei hoher Informationsflut zu halten und moderne Zeitmanagement-Tools effizient in Ihren digitalen Workflow zu integrieren
Sie profitieren von mehr Gelassenheit und gewinnen wertvolle Zeit für eine gesunde Balance zwischen Leistung und Regeneration

Methoden:
Fachlicher Input, moderierte Diskussion, Einzel und Teamarbeit, kollegialer Austausch

Zielgruppe:
Für alle Mitarbeitenden aus Diakonie und Kirche

Teilnehmer*innen:
maximal 8 Personen

Referent:

Roland Andert
Der staatlich geprüfte Betriebswirt und zertifizierte Mediator (FH) verfügt über umfassende Erfahrung in der Unternehmensführung und Beratung. Als Geschäftsführer einer Werbeagentur im Bertelsmann-Konzern sammelte er fundierte Kenntnisse im Marketing- und Kommunikationsbereich. Zudem war er 13 Jahre als freiberuflicher Berater, Trainer und Coach für die Deutsche Telekom AG tätig. In seiner Rolle als kaufmännischer Direktor des Windsbacher Knabenchors verantwortete er die wirtschaftliche und strategische Leitung.
Seit Juli 2018 arbeitet er für das Diakonische Werk Bayern als Fortbildungsreferent, Organisationsentwickler, Mediator und Coach.

Das idyllisch am Ammersee gelegene Christliche Wohlfühlhotel Ammerseehäuser der Stiftung Hensoltshöhe lädt ein zum Ruhe finden und Kraft schöpfen. Hier dürfen Sie ankommen, aufatmen und neue Perspektiven entdecken.

>>> Platz sichern: Anmeldung bis 20.06.2027 !!

Anmeldung 27-P41 vom 15.07. - 16.07.27
Souverän im Wandel

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: