

## Zeitmanagement. Das **simplylive** Effektivitätsseminar.

Sie haben Stress im Beruf? Laufen Sie Terminen nach? Bleibt Ihnen zu wenig Zeit für wichtige Projekte, weil Sie sich mit Unwichtigem beschäftigen müssen? Oder wünschen Sie sich mehr Zeit für Ihre Planung im Beruf, in der Familie, in der Freizeit?

Wenn Sie eine oder mehrere dieser Fragen mit „Ja“ beantworten, wird unser Zeitmanagement hilfreich für Sie sein. **simplylive** zeigt Ihnen, wie sie sich selbst organisieren und Ihren beruflichen Alltag effektiv gestalten können.

**Sie können lernen, dass sie keine Zeit haben, bis auf die, die Sie sich nehmen!**

### Zielgruppe:

- Unternehmer
- Führungskräfte
- Vertriebs- und Verkaufsleiter
- Trainer und Berater



© Coniaric, „Taschenuhr“, www.pligs.de, CC-Lizenz (BY 2.0)

### Inhalte:

- Stressarten und Vermeidungsstrategien
- Drei-Phasen-Lehre
- Was will ich und was soll ich?
- Die drei wichtigsten P's:
- Prioritäten, Planung, Pause
- Prozessmanagement
- Die erfolgreiche Delegation
- Nutze den Flow!

### Nutzen:

- Alltägliches Planen lernen: Selbstorganisation
- Zeit als beeinflussbar erfahren
- Zeit effektiv einteilen
- Chronotypologie einsetzen
- Ihre persönliche Effektivität und Zufriedenheit steigern
- Stress vermeiden lernen

### 2-Tagesseminar

**Seminarort:** Seminarraum simplylive - Hochriesstraße 2 – 83620 Feldkirchen-Westerham

**Termine:**

Fr. – Sa.	18. – 19.03.2011
Fr. – Sa.	13. – 14.05.2011
Fr. – Sa.	22. – 23.07.2011
Fr. – Sa.	30.09. – 01.10.2011
Fr. – Sa.	25. – 26.11.2011
Fr.	19:00 Uhr – 22:00 Uhr
Sa.	10:00 Uhr – 20:00 Uhr

### Zeit:

**Trainer:** Josef Gregurek

**Kosten:** **275,00€ inkl. Verpflegung, zzgl. MwSt.**