



Selbstmanagement: Lebensqualität durch Fokus und Zeitmanagement

**Professionalität neu definieren:
Arbeitsmethodik, Zeit- und Energiemanagement**

Selbstmanagement: Lebensqualität durch Fokus und Zeitmanagement

Professionalität neu definieren: Arbeitsmethodik, Zeit- und Energiemanagement

Die Trennung zwischen Arbeit und Freizeit wird immer fließender. Dies gilt in der aktuellen Situation mit Pandemie-bedingtem Homeoffice umso mehr. Zudem macht die konstante digitale Berieselung eine Abgrenzung zunehmend herausfordernd. Aus diesem Grund ist die Work-Life-Balance zu einer Life-Balance geworden – mit der Arbeit als integralem Bestandteil unseres Lebens.

Mehr Zeit, mehr Energie dank Fokussierung und Priorisierung

In dieser Umgebung den richtigen Fokus zu finden und zu erkennen, dass Prioritäten-Setzung mit dem Nein-Sagen beginnt, wird überlebenswichtig.

Dieses Seminar ist ein Bestandteil des Lehrgangs «Zertifizierte/r Leadership Professional ZfU».

Referent



Christian Sartorius

Er berät, trainiert und coacht in den Bereichen Self-Management, Leadership, Organisations- und Strategieentwicklung. Zu seinen Kunden zählen Unternehmen aus der Nahrungsmittel-, Energie-, Investitionsgüter- und Gesundheitsbranche, unter anderem: Lindt & Sprüngli, Swisscom, DHL Express, Groupe Mutuel und das Schweizerische Rote Kreuz. Er ist dipl. Masch.-Ing. ETH / Master of Science ETH, langjährige internationale Führungs-, Verkaufs-, Marketing- und Projektleitungserfahrung. Sein Kernanliegen ist die Potenzial-Entwicklung von Firmen, Teams und Einzelnen.

Themenschwerpunkte

- Die 5 inneren Antreiber: Die Glaubenssätze erkennen
- Life-Balance: Privatleben und Karriere im Einklang
- Den Fokus im Auge behalten: Die richtigen Prioritäten setzen
- Werkzeuge für ein gutes Selbstmanagement: Einfache Methoden, die helfen
- Mobiles effizientes Arbeiten: Selbstdiszipliniert unterwegs arbeiten

Nutzen

- Sie gewinnen Lebensqualität durch die Fokussierung auf Ihre wirklichen Prioritäten und gehen achtsamer mit Ihrem Online-Verhalten um.
- Die professionelle Steuerung Ihrer Zeitmanagement-Werkzeuge im Alltag gibt Ihnen Gelassenheit und führt zu persönlicher Effizienzsteigerung.
- Sie entwickeln individuelle Optimierungsschritte, die Ihnen im Alltag Leitplanken für die persönliche Entwicklung geben.

Arbeitsmethodik

Selbstreflexion, Checklisten, Fallstudien, Kurzreferate und Erfahrungsaustausch.

Zielgruppe

Menschen, die seit längerer Zeit in High-Performance Culture unterwegs sind und die ihre Life-Balance wieder ins Gleichgewicht bringen wollen.

Link

➤ zfu.ch/go/sat

Selbstmanagement: Lebensqualität durch Fokus und Zeitmanagement

Preis

CHF 2980.00

Inbegriffen sind: Seminarunterlagen online,
Mittagessen, Kaffeepausen und Testat.
Die Übernachtung ist nicht inbegriffen.

Wichtig: Das Seminar findet in kleiner Runde
statt. Die Teilnehmerzahl ist limitiert.

Termine und Orte

Dauer: 2 Tage

29.11.–30.11.2023

In Rüslikon
Hotel Belvoir

22.05.–23.05.2024

In Rüslikon
Hotel Belvoir

26.11.–27.11.2024

In Rüslikon
Hotel Belvoir

Tag 1: 9.00–17.30 Uhr

Tag 2: 8.30–17.00 Uhr

Attraktive Rabatte

Bei gleichzeitiger
Anmeldung gelten
folgende Rabatte:
Ab 2 Buchungen 10 %
Ab 4 Buchungen 15 %

Beratung und Kontakt

+41 44 722 85 85
info@zfu.ch

Firmeninterne Weiterbildung

Dieses Seminar ist auch
als Inhouse-Veranstaltung
buchbar. Wir begleiten Sie!



Melden Sie sich jetzt an!

zfu.ch/go/sat