



Selbstmanagement: Lebensqualität durch Fokus und Zeitmanagement

Professionalität neu definieren:
Arbeitsmethodik, Zeit- & Energiemanagement

**Austauschen.
Vernetzen.
Lernen.**

Professionalität neu definieren: Arbeitsmethodik, Zeit- & Energiemanagement

Die Trennung zwischen Arbeit und Freizeit wird immer fließender. Die konstante digitale Berieselung macht eine Abgrenzung zunehmend herausfordernd. Aus diesem Grund wird die Work-Life-Balance zu einer Life-Balance mit der Arbeit als integralem Bestandteil unseres Lebens.

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

Referent



Christian Sartorius

Dipl. Masch.-Ing.
ETH / Master of
Science ETH,
langjährige
internationale
Führungs-, Ver-

kaufs-, Marketing- und Projekt-
leitungs-Erfahrung. Seit 2009
Inhaber der SERVUS Business
Development.

Er trainiert und coacht in der
Schweiz, Vietnam, Armenien und
Rumänien und unterrichtet als
Gast-Dozent für strategisches
Management im EMBA-Programm
der Uni Oradea (Rumänien).

Zu seinen Kunden zählen unter
anderem: Lindt & Sprüngli, Swiss-
com, DHL Express, Groupe Mutuel
und das Schweizerische Rote
Kreuz.

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 Effizienz-Steigerung
- Sie entwickeln individuelle Optimierungsschritte, die Ihnen im Alltag Leitplanken für die persönliche Entwicklung geben

Teilnehmer

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

Arbeitsmethode

Selbstreflexion, Checklisten, Fallstudien, Kurzreferate und Erfahrungsaustausch.

Weitere Informationen zur Veranstaltung



www.zfu.ch/go/sat

**Jetzt
anmelden**

www.zfu.ch/go/sat

**Selbstmanagement: Lebensqualität durch Fokus
und Zeitmanagement**

Preis: CHF 2980.–

**29.10.-30.10.2020 in Feusisberg am Zürichsee,
Panorama Resort & Spa ******

**15.04.-16.04.2021 in Rüslikon am Zürichsee,
Hotel Belvoir ******

**26.10.-27.10.2021 in Rüslikon am Zürichsee,
Hotel Belvoir ******

Tag 1 9.00 – 17.30 Uhr

Tag 2 8.30 – 17.00 Uhr

Kontakt und Beratung

Customer Care Center

Tel. +41 44 722 85 00

anfragen@zfu.ch

Allgemeines

Inbegriffen sind: Seminar-
unterlagen, Mittagessen,
Kaffeepause und Testat

Exkl.: Übernachtung

Ab dem 2. Teilnehmer derselben
Firma 10% Rabatt.

ZfU-AGBs

www.zfu.ch/informationen/agb

Änderungen bleiben vorbehalten.

Bitte beachten Sie die aktuellen
Seminaurausschreibungen.

**Top-Seminare:
Für Ihren beruflichen
und persönlichen
Vorsprung.**