



Arbeitstechnik und Zeitmanagement

Description	Informationsflut und wachsender Termindruck prägen auch Ihren Arbeitsalltag. Gerade deshalb wollen Sie Ihre Ziele effizient verfolgen und Aufgaben strukturiert angehen. Es geht Ihnen darum, die eigenen Ressourcen optimal zu nutzen und Stresssituationen frühzeitig zu entschärfen. In diesem Seminar lernen Sie zielorientiertes Zeitmanagement und rationelle Arbeitstechniken kennen. Sie gewinnen einen Überblick über die Möglichkeiten, nutzen Planungsinstrumente sinnvoll und setzen wirksam Prioritäten. Mit diesem Rüstzeug bewältigen Sie Ihren Arbeitsalltag klar erfolgreicher.
Contenu	<ul style="list-style-type: none">• Zielorientiertes Denken und Handeln• Tätigkeitsanalyse, Überprüfung des eigenen Arbeitsstils• Umgang mit Störungen und Unterbrechungen• Prioritäten setzen, Zeitmanagement (Tages- und Wochenplan)• Arbeitsplatzgestaltung• Stressmanagement
Prérequis	Es werden keine Vorkenntnisse vorausgesetzt.
Groupe cible	Personen, die den Herausforderungen ihres Arbeitsalltags mit optimiertem Zeitmanagement und effizienter Arbeitstechnik begegnen wollen.
Objectifs	<ul style="list-style-type: none">• Sie können Ihr eigenes Arbeitsverhalten analysieren und erkennen arbeitsmethodisches Verbesserungspotenzial.• Sie kennen arbeitsmethodische Grundsätze und können diese bei der Entwicklung Ihres eigenen Arbeitsstils anwenden.• Sie können in Anwendung eines konsequenten Zeitmanagements und unter Berücksichtigung der eigenen Ressourcen Ihre Leistungsfähigkeit verbessern.
Attestation	Attest der Klubschule Migros
Etapas suivantes	Leadership mit Zertifikat SVF
Date	13.01.2023 - 27.01.2023 / E_1585936
Horaire	08:30 - 16:40 h
Jours	Ve
Durée	2 Jours de cours. Total 16.00 périodes à 50 minutes

Klubschule Migros
Winterthur
Rudolfstrasse 11
8401 Winterthur

Tel. +41 58 568 44 45
info.wi@gmos.ch
klubschule.ch





Arbeitstechnik und Zeitmanagement

Ecolage CHF 690.00

Lieu du cours Rudolfstrasse 11, 8401 Winterthur

Dates	Jour	Date	Heures
	1 Ve	13.01.2023	08:30 - 16:40
	2 Ve	27.01.2023	08:30 - 16:40

**Klubschule Migros
Winterthur**
Rudolfstrasse 11
8401 Winterthur

Tel. +41 58 568 44 45

info.wi@gmos.ch
klubschule.ch

