

## SEMINAREINLADUNG



# Zeit- und Selbstmanagement im Arbeitsalltag

Sich selbst gut organisieren

Seminarnummer 2025-22

Sehr geehrte Damen und Herren,

wir möchten Sie recht herzlich zur Teilnahme an unserem Seminar einladen.

### Inhalte:

- Selbstmanagement/Selbstorganisation
- Analyse des eigenen Arbeitsstils
- Ziel- und Tagesplanung
- Umgang mit Zeitdieben und Störfaktoren
- Einstieg in das Thema Stressmanagement
- Verschiedene Methoden und Praxiswerkzeuge zur Zeitplanung
- Effektive Arbeitsplatzorganisation
- Beherrschen der Info Flut

### Weitere Seminarinhalte:

- Outlook Organisation - Ordnerstruktur, Termin und Aufgabenplanung
- Arbeitsplatzorganisation
- Teamrelevante Systeme
- Umgang mit der E-Mail Infoflut
- Outlook Organisation, Ordnerstruktur, Termin- und Aufgabenplanung

### Ziel:

Die Teilnehmer lernen Ihr Zeitmanagement zu überdenken und zu optimieren und können effektiver mit dem Medium E-Mail arbeiten.

### Zielgruppe:

- Mitarbeiter (m/w/d) aus allen Bereichen

### Kosten:

## SEMINAREINLADUNG

- 630,00 € pro Person zzgl. MwSt.

Die Gebühr beinhaltet das Seminar inkl. Unterlagen, Parkgebühren und Verpflegung (Frühstückspause, Mittagessen, kalte und warme Getränke).

### **Kundenrabatt:**

Kunden der Hermann Bantleon GmbH erhalten 15% Kundenrabatt auf den Seminarpreis.

### **Seminar Daten:**

Datum: Donnerstag 17.07.2025 bis Donnerstag 17.07.2025  
Zeit: 09:00 - 16:30 Uhr  
Ort: Bantleon Forum, Blaubeurer Straße 32, 89077 Ulm  
Referent/in: Christiane Paul - Die Potentialwerkstatt  
Anmeldung: [forum@bantleon.de](mailto:forum@bantleon.de)

Weitere Informationen zum Seminar finden Sie auf unserer Homepage unter [www.bantleon-forum.de](http://www.bantleon-forum.de). Bitte beachten Sie unsere AGB.

Mit freundlichen Grüßen,

**BANTLEON FORUM**

03.04.2025 00:35:52