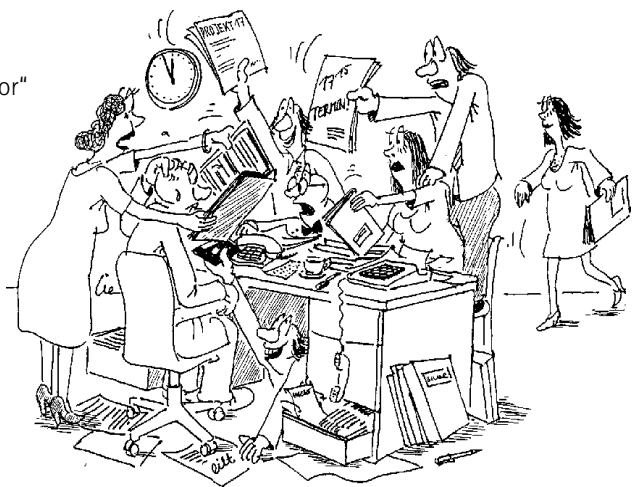


selfnesstraining® - Mehr Effektivität und Lebensqualität II
Work-Life-Balance für Führungskräfte

„Der eine wartet, dass die Zeit sich wandelt, der andere packt sie kräftig an und handelt.“
Das Zeitmanagement von heute bedeutet Selbstmanagement und aktive Lebensgestaltung. Aber Hand auf's Herz liebe Führungskraft: Wie sieht es bei Ihnen damit aus? Managen Sie sich bereits selbst oder lassen Sie sich immer noch von anderen arbeiten und leben? In diesem Training setzen wir uns gemeinsam mit Ihren Zielen, Aufgaben und Prioritäten auseinander. Auf der Basis Ihrer tatsächlichen Ausgangs- und Engpasssituation analysieren wir dabei neben Ihrer Arbeits- und Tagesstruktur, Ihre Work-Life-Balance und erarbeiten mit Ihnen Lösungen zur sofortigen Umsetzung in die tägliche Praxis. Sie lernen hilfreiche Techniken und Methoden für Organisation und Koordination Ihrer Arbeitsaufträge kennen und erfahren, wie Sie Ihre Ressourcen sinnvoller nutzen und effektiver steuern können. Darüber hinaus zeigen wir Ihnen auf, wie Sie als „Selbst- und Zeitmanagement-Multiplikator“ die Effizienz Ihrer Mitarbeiter steigern und sich selbst entlasten. Abgerundet wird dieses intensive Training durch Impulsvorträge und Übungen zum Thema gesunder Ernährung und Entspannung.

Themenschwerpunkte:

- Analyse der Arbeits- und Tagesstruktur
- Die Führungskraft als „Selbst- und Zeitmanagement-Multiplikator“
- Entscheiden - richtig, schneller, sicherer
 - Tools für unterschiedliche Entscheidungsprozesse
 - Typische Entscheidungs- und Denkfehler
 - Umgang mit Komplexität
- Organisieren, informieren und delegieren
 - Zusammenarbeit mit Sekretariat und Mitarbeiter optimieren
- Gesprächs- und Besprechungsmanagement
- Balance zwischen Arbeits- und Privatleben richtig justieren
- Langfristige Erhaltung / Steigerung der Leistungsfähigkeit ermöglichen - persönliches Stress- und Körpermanagement



Wir engagieren uns für:

Führungskräfte, die ihren Führungsalltag effektiver steuern möchten.

Fax: 0 89 | 44 24 96 - 29

Anmeldung:

selfnesstraining® - Mehr Effektivität und Lebensqualität II
Work-Life-Balance für Führungskräfte

- | | |
|--|---|
| <input type="radio"/> 03.-04.08.10, München | <input type="radio"/> 20.-21.04.11, Hamburg |
| <input type="radio"/> 29.-30.09.10, Berlin | <input type="radio"/> 12.-13.05.11, München |
| <input type="radio"/> 29.-30.11.10, München | <input type="radio"/> 14.-15.06.11, Berlin |
| <input type="radio"/> 27.-28.01.11, Frankfurt/Main | |

Arbeitszeiten: Teilnahmegebühr:
1. Tag von 10:00 - 18:00 Uhr 980,- Euro + MwSt.
2. Tag von 09:00 - 17:00 Uhr

Bitte die Anmeldung per Fax oder schriftlich an uns senden. Sie erhalten umgehend eine Bestätigung. Sollten keine Plätze mehr frei sein, informieren wir Sie sofort. Die Teilnahmegebühr ist nach Erhalt der Rechnung zu entrichten. In der Teilnahmegebühr enthalten sind Mittagessen, Erfrischungsgetränke, Pausensnacks und Dokumentation.

Wird die Anmeldung später als zwei Wochen vor Seminarbeginn storniert, werden 50%, bei Absagen innerhalb einer Woche vor Seminarbeginn 100% der Teilnahmegebühr berechnet. Bei Nichterscheinen bleibt die Verpflichtung zur Zahlung der vollen Teilnahmegebühr bestehen. Gerne akzeptieren wir ohne zusätzliche Kosten einen Ersatzteilnehmer.

business- & selfnessacademy e. K.
Stiglmaierplatz/Dachauer Str. 37, D-80335 München
Tel. 0 89 | 44 24 96 - 0, Fax 0 89 | 44 24 96 - 29
kontakt@busac.de | www.busac.de

Name: _____

Vorname: _____

Position: _____

Firma: _____

Branche: _____

Straße: _____

PLZ | Ort: _____

E-Mail: _____

Telefon: _____ Fax: _____

Datum: _____ Unterschrift: _____

Anmeldebestätigung bitte an: _____

Rechnung bitte an: _____

