

Zufrieden und erfolgreich im Ehrenamt Zeit- und Selbstmanagement für Frauen

Zeit ist heute für uns alle ein wertvolles und knappes Gut. Das trifft ganz besonders auch auf Frauen zu, die meist Privates, Beruf, Ehrenamt und Care-Arbeit unter einen Hut bringen wollen und müssen.

Auch im Ehrenamt und in Vereinen kommt dem Zeitfaktor eine wesentliche Rolle zu, insbesondere wenn es darum geht, Aufgaben und Aktivitäten gut zu planen und umzusetzen.

In diesem Seminar, erhalten Sie Stärkung und vielfältige Anregungen, wie Sie Ihr Ehrenamt oder Ihre Aufgabe im Verein zukünftig noch souveräner, noch wirkungsvoller und vor allem mit noch mehr Freude und Leichtigkeit ausfüllen können.

Inhalte des Seminars:

- Was kann ich gut? Was liegt mir an meiner Aufgabe, die ich ehrenamtlich oder im Verein übernommen habe?
- Wo setze ich Prioritäten und wie kann ich Projekte, Sitzungen und Aufgaben kompetent und sinnvoll planen und vorbereiten?
- Wie kann ich meine Mitstreiter_innen noch besser und zufriedenstellender einbeziehen?
- Wo „versickert“ meine Zeit und wie schärfe ich den Blick für das Wesentliche?
- Wie kann ich mit der Informationsflut besser und zielgerichteter umgehen?
- Wie motiviere ich mich selbst?

Referentin:

Renée Eve Seehof, Beraterin, Coach und Trainerin, Bad Vilbel,

Hinweis:

Bei dieser Veranstaltung handelt es sich um eine Tagesveranstaltung. Für einen besseren Lerneffekt kann die Veranstaltung gerne mehrtägig gebucht werden (gerne mit einem Abstand von einigen Wochen dazwischen, damit Praxiserfahrungen bearbeitet werden können)

Maximale Teilnehmerinnenzahl:

15

Benötigte Technik/ Tisch- und Stuhlstellung:

Stühle im Stuhlkreis, Tische am Rand, Beamer (und gerne auch Laptop), Flipchart mit Papier und Stiften sowie mindestens drei Metaplanwände und Moderationskoffer