

## **Online-Angebot/ Vortrag für Frauen: Zeitmanagement Souveräner Umgang mit Zeitfallen**

Wenn der Tag für alle 24 Stunden hat und dies für alle Menschen das gleiche Zeitmaß ist, wie kann es dann sein, dass einige Menschen Sklaven ihrer eigenen Zeiteinteilung werden, während andere offenbar doch ein paar Stunden mehr aus dem Ärmel zaubern können?

Insbesondere in Zeiten von Arbeitsverdichtung und digitalem Wandel – immer mehr wird aufgrund technischer Vereinfachungen in kürzerer Zeit von weniger Arbeitskräften erledigt – ist es für Frauen wichtig, zu erkennen, dass Zeit ein kostbares Gut ist.

Lernen Sie in diesem Seminar, wie Sie Zeitfallen, Zeitfresser, „Aufschieberitis“ und andere Fallstricke erkennen und vermeiden können, um effektiv und auch effizient arbeiten zu können. Mehr Lebenszufriedenheit und Ausgeglichenheit werden damit zur besten Belohnung.

Referentin:

Britta Ellger-Lehr, NLP Master, Dipl. Gesundheits-und Mentalberaterin,  
Fitnesstrainerin, Psychotherapeutin gemäß HPG, Bickenbach

Dauer:

60 – 90 Minuten

### **Hinweise zu den Online-Angeboten vom BüroF:**

**Die Teilnehmezahl bei allen Online-Angeboten wird begrenzt und der Anmeldeschluss ist immer einen Tag vor der jeweiligen Veranstaltung. Haben Sie Interesse, für Ihre Frauen vor Ort oder Ihre Frauengruppe ein solches Online-Angebot anzubieten? Sie haben Fragen zu unseren Online-Angeboten?**

**Melden Sie sich bei uns:**

**E-Mail:** [frauen@buero-f.de](mailto:frauen@buero-f.de)

**Telefon:** 0611/ 15 78 60