

### Teilnahmegebühr

430,- EUR mehrwertsteuerfrei

Die Gebühr beinhaltet die Kursunterlagen, die Teilnahmebescheinigung, die Verpflegung in den Kaffeepausen sowie das gemeinsame Mittagessen.

### Anmeldung

Die Anmeldung erfolgt über das Anmeldeformular auf der Homepage der Akademie der Hochschule Biberach, per E-Mail unter Angabe der entsprechenden Daten oder per Post mit dem beiliegenden Anmeldeformular. Die Anmeldung wird mit Eingang wirksam. Sie erhalten eine Anmeldebestätigung und eine Rechnung. Die Zahl der Teilnehmenden ist begrenzt, Anmeldungen werden in der Reihenfolge ihres Eingangs berücksichtigt. Falls eine Teilnahme nicht mehr möglich ist, werden Sie benachrichtigt.

Online: [www.akademie-biberach.de/zeitmanagement](http://www.akademie-biberach.de/zeitmanagement)

E-Mail: [anmeldung@akademie-biberach.de](mailto:anmeldung@akademie-biberach.de)

### Rücktritt

Bei einem Rücktritt seitens des/der Teilnehmenden bis vier Wochen vor Veranstaltungsbeginn wird eine Verwaltungsgebühr von 50,- EUR erhoben. Bei einem Rücktritt bis 14 Tage vor Veranstaltungsbeginn werden 50 % der Teilnahmegebühr erhoben. Danach wird die volle Teilnahmegebühr fällig. Es besteht jedoch die Möglichkeit, bis drei Tage vor Veranstaltungsbeginn kostenfrei eine Vertretung zu benennen. Danach wird hierfür eine Verwaltungsgebühr von 50,- EUR erhoben.

### Absage der Veranstaltung

Die Akademie behält sich das Recht vor, die Veranstaltung bei nicht ausreichender Teilnehmendenzahl oder durch Ereignisse höherer Gewalt bis 10 Tage vor Veranstaltungsbeginn abzusagen. In diesem Fall werden bereits bezahlte Teilnahmegebühren vollständig erstattet. Weitergehende Ansprüche sind ausgeschlossen.

### Anerkennung durch Kammern und Verbände

[www.akademie-biberach.de/zeitmanagement](http://www.akademie-biberach.de/zeitmanagement)

### Veranstaltungsort

Akademie der Hochschule Biberach  
Karlstraße 6  
88400 Biberach  
[www.akademie-biberach.de/anreise](http://www.akademie-biberach.de/anreise)

**40** + **akademie**  
JAHRE DER HOCHSCHULE BIBERACH

Akademie der Hochschule Biberach  
Karlstraße 6  
88400 Biberach

Telefon: 0 73 51 / 5 82 - 5 51  
Telefax: 0 73 51 / 5 82 - 5 59  
[kontakt@akademie-biberach.de](mailto:kontakt@akademie-biberach.de)  
[www.akademie-biberach.de](http://www.akademie-biberach.de)

**40** + **akademie**  
JAHRE DER HOCHSCHULE BIBERACH

Workshop

## Jede Stunde zählt – Erfolg mit Zeitmanagement

3. Juli 2024



„Bevor ich das erkläre, mache ich es lieber selbst“

„Mir rennt die Zeit davon“

„Das schaffe ich heute nicht mehr“

„Zeit ist Geld“

„Ich weiß gar nicht wo ich anfangen soll“

## Zu diesem Workshop

### Erfolg mit Zeitmanagement

Zeitplanung ist als Wissenstool seit langem bekannt. Die Techniken der Tagesplanung helfen, Tag und Schreibtisch besser zu organisieren. Durch die Aufwertung des Menschen im Unternehmen bekommt Selbstmanagement in diesem Zusammenhang eine größere Bedeutung. Das Umgehen mit sich selbst, seinem persönlichen Befinden und das Erkennen und Nutzen der eigenen Stärken hilft, besser im beruflichen Kontext voranzukommen. Elemente interner Kommunikation helfen, schriftlich schneller auf den Punkt zu kommen, um bessere Resonanz beim Empfänger zu erzielen.

### Seminarziel

Ziel sind Denkanstöße in all diesen Bereichen, um den Teilnehmenden zu ermöglichen, neue Wege im persönlichen Management kennenzulernen und auszuprobieren.

### Zielgruppe

InhaberInnen und Mitarbeitende von Unternehmen, die ihren Arbeitsalltag besser organisieren wollen.

### Dozent

#### Helmut König

Königskonzept, Münzenberg

Der Dozent, Helmut König, verfügt über langjährige praktische Erfahrung in Vertrieb und Organisation. Er ist unter anderem für beide Bereiche Dozent an der Technischen Hochschule Mittelhessen.

## INHALTE DES WORKSHOPS

### Selbstmanagement

- Selbstmotivation
- Ziele setzen und entwickeln
- Umgang mit Stress und Überlastung
- Verschiebe- und Häteritis
- Umgang mit Konflikten
- Kurz-, mittel- und langfristige Planung
- Planung schafft Zeit
- Leistungs- und Aktivitätenkurve
- Burnout oder Boreout

### Teammanagement

- Spielregeln im Miteinander
- Menschentypen
- Die Teamuhr
- Teamvoraussetzungen
- Besprechungen planen, durchführen und nacharbeiten
- Umgang mit Störern

### Zeitplanung

- Organisiere den Tag
- Zeitpläne und Zeitkiller
- Störungen und stille Zeiten
- Führung kostet Zeit
- Richtig delegieren
- Effektive Besprechungen
- Die schnelle Präsentation

### Kommunikationsmanagement

- Optimierung der Zeiteinteilung - Grundlagen
- Texte einfach lesbar machen
- Beispiele für schnelle E-Mails, Berichte und Protokolle
- Regeln für Kommunikation und Verteilerlisten
- Interne Diskussion statt Information

### Zeitablauf

09:00 bis 17:30 Uhr

## Anmeldung

**Jede Stunde zählt – Erfolg mit Zeitmanagement**

**3. Juli 2024**

Titel, Akadem. Grad

Name, Vorname

Position

Firma/Behörde

Straße, Nr.

PLZ, Ort

E-Mail

Telefon

### Abweichende Rechnungsadresse

Firma/Behörde

Straße, Nr.

PLZ, Ort

Ich willige ein, dass meine Daten (Name, Firma, Ort) zur Erstellung einer Teilnahmeliste verwendet werden, die allen Teilnehmenden ausgehändigt wird.

Datum, Unterschrift