



Arbeitstechnik und Zeitmanagement - analog meets digital

Beschreibung	Setzen Sie in Zukunft wirksam Prioritäten und bewältigen Sie Ihren Arbeitsalltag erfolgreicher. In diesem Seminar vernetzen wir die gängigen, analogen Zeitmanagementmodelle mit digitalen Möglichkeiten als Mittel zur Bewältigung der Informationsflut und zur besseren Strukturierung des Arbeitspensums. Finden Sie unter fachkundiger Anleitung Ihren persönlichen Weg, analog und/oder digital, um Stresssituationen frühzeitig zu entschärfen und besser mit dem Termindruck zurecht zu kommen. Das Ziel ist, ein Gleichgewicht zwischen Arbeit und Erholung herzustellen.
Inhalt	<ul style="list-style-type: none">• Zielorientiertes Denken und Handeln• Tätigkeitsanalyse, Überprüfung des eigenen Arbeitsstils• Umgang mit Störungen und Unterbrechungen• Prioritäten setzen, Zeitmanagement (Tages- und Wochenplan)• Zielsetzung• Stressmanagement
Voraussetzung	PC-Grundkenntnisse, ansonsten werden keine Vorkenntnisse vorausgesetzt.
Zielgruppe	Personen, die den Herausforderungen ihres Arbeitsalltags mit optimiertem Zeitmanagement und effizienter Arbeitstechnik begegnen wollen. Personen, die neugierig sind auf digitale Hilfsmittel.
Lernziele	<ul style="list-style-type: none">• Sie können Ihr Arbeitsverhalten analysieren und erkennen arbeitsmethodisches Verbesserungspotenzial.• Sie kennen arbeitsmethodische Grundsätze und können diese bei der Entwicklung Ihres eigenen Arbeitsstils anwenden.• Sie lernen digitale Möglichkeiten für die Planung und Bewältigung von Aufgaben kennen.• Sie können in Anwendung eines konsequenten Zeitmanagements und unter Berücksichtigung der eigenen Ressourcen Ihre Leistungsfähigkeit verbessern.
Abschluss	Attest der Klubschule Migros
Anschluss-Fortsetzungskurs	<ul style="list-style-type: none">• Sketchnoting - Notizen verständlich festhalten• OneNote - das digitale Notizbuch• Outlook - richtig nutzen
Datum	23.06.2021 - 24.06.2021 / E_1458521



Arbeitstechnik und Zeitmanagement - analog meets digital

Zeit	08:30 - 17:00 h		
Wochentage	Mi;Do		
Dauer	2 Kurstag(e). Total 16.00 Lektion(en) à 50 Minuten		
Preis	CHF 710.00		
Durchführungsort	Einkaufszentrum Sonnenhof, Zürcherstr.2, 8640 Rapperswil		
Termine	Tag	Datum	Zeit
	1 Mi	23.06.2021	08:30 - 17:00
	2 Do	24.06.2021	08:30 - 17:00