



# Zeitmanagement

<b>Beschreibung</b>	Sie wollen sich weder von Ihren Terminen noch Ihren Aufträgen erdrücken lassen? In unserem Seminar lernen Sie, dank kluger Planung und passender Arbeitstechnik die Übersicht zu behalten.
<b>Inhalt</b>	<ul style="list-style-type: none"><li>• Tätigkeitsanalyse, Überprüfung des eigenen Arbeitsstils</li><li>• Umgang mit Störungen und Unterbrechungen</li><li>• Prioritäten setzen, Zeitmanagement (Tages- und Wochenplan)</li><li>• Arbeitsplatzgestaltung</li><li>• Stressmanagement</li></ul>
<b>Voraussetzung</b>	Es werden keine Vorkenntnisse vorausgesetzt.
<b>Zielgruppe</b>	Personen, die den Herausforderungen ihres Arbeitsalltags mit optimiertem Zeitmanagement und effizienter Arbeitstechnik begegnen wollen.
<b>Lernziele</b>	Sie nehmen Ihr Arbeitsverhalten unter die Lupe und erkennen, mit welchen Methoden Sie Ihre Aufgaben effizienter erledigen und den Alltag stressfreier gestalten können.
<b>Abschluss</b>	Wenn Sie mindestens 80% des Unterrichts besucht haben, erhalten Sie ein Attest der Klubschule Migros.
<b>Anschluss-Fortsetzungskurs</b>	<ul style="list-style-type: none"><li>• <a href="#">Erfolgreiche Stressbewältigung im Berufs- und Familienleben</a></li><li>• <a href="#">Kurs nicht gefunden? Teilen Sie uns Ihren Kurswunsch mit.</a></li></ul>
<b>Datum</b>	02.12.2022 - 03.12.2022 / E_1537342
<b>Zeit</b>	08:30 - 16:20 h
<b>Wochentage</b>	Fr;Sa
<b>Dauer</b>	2 Kurstag(e). Total 14.00 Lektion(en) à 50 Minuten
<b>Preis</b>	CHF 780.00
<b>Durchführungsort</b>	Bleichemattstrasse 42, 5000 Aarau

Termine	Tag	Datum	Zeit
---------	-----	-------	------

**Klubschule Migros Aarau** Tel. +41 58 568 98 00

Bleichemattstrasse 42  
5000 Aarau

[klubschule.aarau@migrosaare.ch](mailto:klubschule.aarau@migrosaare.ch)  
[klubschule.ch](http://klubschule.ch)





# Zeitmanagement

Termine	Tag	Datum	Zeit
	1 Fr	02.12.2022	08:30 - 16:20
	2 Sa	03.12.2022	08:30 - 16:20

**Klubschule Migros Aarau**

Tel. +41 58 568 98 00

Bleichemattstrasse 42  
5000 Aarau

[klubschule.aarau@migrosaare.ch](mailto:klubschule.aarau@migrosaare.ch)  
[klubschule.ch](http://klubschule.ch)

