

Zeitmanagement

Weniger Stress und mehr Gelassenheit im Alltagstrubel

Zielgruppe

Fachkräfte bei Betreuungsbehörden und
Betreuungsvereinen, Berufsbetreuerinnen und
Berufsbetreuer, Beraterinnen und Berater bei den
Schwangerschaftsberatungsstellen, Fachkräfte der Träger
der Eingliederungshilfe, Fachkräfte der örtlichen
Sozialhilfeträger

Ziele und Inhalte

- Warum haben Aufgabenlisten die Angewohnheit, eher länger als kürzer zu werden?
- Warum wollen immer alle gleichzeitig was von einem und das am besten gestern?
- Wo bleibt man selbst mit seinen Wünschen und Bedürfnissen in diesem täglichen Spagat zwischen Beruf, Alltag und Familie?

Wie man

- seinen Arbeitstag und seine Woche realistisch plant,
- jederzeit den Überblick über sein Aufgabenpensum behält,
- sich trotz alltäglicher Hektik noch Zeitfenster für seine Wünsche und Bedürfnisse schafft, erfährt man in diesem Seminar.

So gelingt es, dass man abends zufrieden auf sein Tageswerk zurückschaut und seine Kraftquellen regelmäßig auftankt – für weniger Stress und mehr Lebensqualität.

Hinweise

Preis für Betreuungsbehörden und Betreuungsvereine ohne Teilnehmendenbeitrag (90,00 Euro Teilnehmendenbeitrag).

Veranstaltungszeiten:
09:00 Uhr bis 16:30 Uhr

Veranstaltungsnummer:

25-2-BtR97-1

Zeit und Ort:

08.05.2025

KVJS, Stuttgart

Preis:

165,00 €

Referent/in:

Vera Thumsch, Stuttgart

Fachliche Auskünfte:

Nicole Wolf

Tel. 0711 6375-302

Organisatorische Auskünfte:

Tel. 0711 6375-610

Mo-Do 9:30-12, 13-15:30 Uhr

Fr 9:30-12 Uhr

