

## F36

### ■ Zielgruppe

Lehrkräfte aller Schulformen;  
OGS-Fachkräfte

### ■ Termin

Di., 28.03.2023  
08:30 - 16:00 Uhr  
Kreishaus  
Lüdenscheid  
R. 136/137  
Heedfelder Str. 45  
58509 Lüdenscheid

### ■ Referent

Frank Hielscher,  
Trainer, Coach  
und Systemischer  
Berater

### ■ Anmeldeschluss

14.03.2023

### ■ Teilnahmegebühr

30 €



PS SEK OGS

# Zeit- und Selbstmanagement - Gut organisiert durch den Schulalltag

Dieses Ganztagsseminar umfasst folgende Themen:

- Relationales Zeitmanagement
- Flexibel planen mit neuen Werkzeugen und Ideen
- Effizient arbeiten
- Den Arbeitsplatz perfekt organisieren
- Sich selbst entlasten
- Der Weg zur guten Gewohnheit

In dieser Fortbildung lernen Sie hilfreiche Tools kennen, mit denen Sie alltägliche Aufgaben und Prozesse leichter erledigen und neue Freiräume schaffen. Darüber hinaus beleuchtet das Seminar Haltungen, die oft zu Stress und Druck führen. Als Alternative werden einfache Wege zu entlastenden Gewohnheiten aufgezeigt, mit denen sich Privat- und Berufsleben leichter in Einklang bringen lassen.



Als Online-Veranstaltung im Fall von  
Pandemie-bedingten Einschränkungen möglich.