



Wir machen erfolgreiche Trainer!

Digital Overload Management. Für deinen strukturierten Berufsalltag

Die Digitalisierung ist in vollem Gange und bringt jede Menge Vorteile mit sich. Zum Beispiel Flexibilität durch geräte- und ortsunabhängiges Arbeiten und die Möglichkeit, viele Informationen schnell zu teilen. Dieses Plus an Informationen und Freiheit bedeutet aber auch ein Mehr an Selbstverantwortung und Selbstorganisation.

Diese eFACTORY richtet sich an alle, die sich mithilfe von analogen Methoden und digitalen Tools ein wirksames Zeit- und Selbstmanagement aufbauen wollen. Wenn du erfolgreich mit der „digitalen Last“ umgehst, wirst du deine Zeit effizient nutzen und kannst fokussiert und entspannt arbeiten.



Fokus

- ✓ **Digitaler Stress:** Wie sieht er aus, was kann er anrichten? Bin ich Opfer oder Täter?
- ✓ **Zeit:** Achtsamer Umgang mit mir und meiner Zeit. Wie kann ich mein Stressempfinden beeinflussen?
- ✓ **Digitale Technik und Methoden:** Eat that frog“, „Get the things done“, „Microsoft To Do“, „Trello“ und Co. Alles für's moderne Zeitmanagement.

Diese FACTORY ist das Richtige,

- ✓ wenn du ein positives Mindset zur Technik und ihren Funktionen und Möglichkeiten entwickeln willst.
- ✓ wenn du gut strukturiert und entspannt deinen Berufsalltag meistern möchtest.
- ✓ wenn du neugierig bist auf die Vielfalt der digitalen Möglichkeiten im virtuellen Raum

Trainer

Simon Qualmann

Du brauchst

Eine Teams-App, eine stabile Internetverbindung, Computer mit Webcam und Micro. Handy und Tablet reichen nicht aus!

Investition

290 € + MwSt
9 bis 12.30 Uhr

Seminarort

MS Teams

[ANMELDEN »»](#)