

**MACH  
MEHR**  
aus deiner  
**ZEIT**

# Das gänzlich andere **SEMINAR**

## **Zeitmanagement und Motivation**

aus den unterschiedlichen Blickwinkeln  
einer Akademikerin und eines Künstlers.



Die wesentlichen Inhalte dieses Seminars:

**Motivation steigern. Zeitfresser besiegen. Ziele erreichen.**

### Was erwartet Sie?

Sie lernen leicht umsetzbare Strategien kennen, um das wertvolle Gut „Zeit“ ab sofort sinnvoller und motivierter einzusetzen und um Ihre Ziele effektiv zu erreichen.

Sie analysieren Ihr Alltagsverhalten und erhalten praxisnahes Wissen und konkrete, direkt anwendbare Lösungsvorschläge.

Wir versprechen Ihnen ein kurzweiliges, interaktives Seminar in lockerer, entspannter Atmosphäre mit erstaunlich wenig Theorie. Umso mehr bearbeiten wir Ihre eigenen, mitgebrachten Erfahrungen, Fragen und Problemstellungen.

### Lernen und Lachen mit den Zeit- und Motivationshelfern.

Wissenswertes ist bei uns mit Entertainment und Unterhaltung gepaart. Gewollt inszenierte, komische Situationen lockern die Seminar-Atmosphäre humorvoll auf. Das ungewöhnlich neugierige und etwas skurrile Verhalten eines „eingeschleusten“ Zuhörers fällt zwangsläufig auf und ringt den Teilnehmern so manches Lächeln ab.

#### Seminarinhalte:

- **Wie sieht mein persönlicher Zeitkuchen aus?**  
> Lernen Sie, Ihre Zeit sinnvoll zu nutzen.
- **Was sind meine Zeit-/Motivationsfresser?**  
> Erarbeitung und Analyse.  
> Kennenlernen von einfachen Bewältigungsstrategien.  
> Persönliche Prioritätenfindung für Ihre Umsetzung.
- **Wie kann ich meine Ziele erreichen?**  
> Wir zeigen Ihnen eine unkomplizierte Herangehensweise in der Erarbeitung und im Umgang mit Ihren erreichbaren Zielen.
- **Finale mit Überraschung:**  
> Ein Glaslauf: Damit erleben Sie hautnah, wie Sie den gewohnten, alltäglichen Weg verlassen können.

#### Zielgruppen:

##### Wer kann davon profitieren?

Alle, die mehr aus Ihrer Zeit machen wollen – unabhängig von Beruf, Branche, Firmengröße, Berufsstand, Hierarchie etc.

#### Semindauer und Teilnehmerzahl

Je nach zeitlichen und räumlichen Möglichkeiten bzw. Zielsetzungen passen wir uns Ihren individuellen Anforderungen an.

**Seminarunterlagen inklusive.**

