

Training

Timemanagement



Uitstellen kan altijd nog!

Timemanagement

Werken is leuk! Maar voelt u zich desondanks regelmatig gehaast? Heeft u het gevoel dat het werk nooit afkomt en merkt u dat dit een weerslag heeft op uw productiviteit, humeur en gezondheid? Soms vindt u het misschien lastig om overzicht te houden over alle informatie en prikkels. U wordt vaak onderbroken en afgeleid, en komt niet meer toe aan de belangrijke taken. Of u stelt de vervelende taken eindeloos uit. Herkenbaar?

Goede timemanagement-vaardigheden zijn onmisbaar op de werkvloer en in uw persoonlijke leven. Bij het woord Timemanagement denken we echter te vaak aan het "controleren van de beschikbare tijd". Timemanagement is echter veel meer dan dat. Tijd is onveranderlijk, elk uur heeft 60 minuten, elke dag heeft 24 uur. Maar u kunt wel veel invloed uitoefenen op uw aandacht, keuzes en uiteindelijk uw productiviteit.



Doelgroep:

Het is tijd voor onze cursus Timemanagement, als u:

- een hoge werkdruk ervaart door alle dingen die nog moeten gebeuren
- veel last heeft van onderbrekingen en afleidingen
- uw e-mail inbox overvol raakt
- u steeds ad-hoc klusjes moet doen en daardoor niet meer toekomt aan uw langetermijndoelen
- uw todo-lijstje steeds langer wordt en uw agenda overvol raakt
- u beter prioriteiten wilt leren stellen

Werkwijze

Theorie en praktijk wisselen elkaar in deze training af. Hierbij is er ruimte voor uw persoonlijke inbreng en voorbeelden. U leert praktische methodes aan om uw werk efficiënter en productiever te organiseren.

Na afloop van deze praktische training kun u:

- effectief tijd inplannen voor langetermijndoelen
- realistische prioriteiten stellen en uitgestelde taken aanpakken
- omgaan met uitstelgedrag
- onderbrekingen voorkomen
- overzicht creëren

Praktische informatie:

Twee dagen van 9.30 uur tot 17.00 uur.

We werken in een groep van maximaal 8 personen.

Investing:

De kosten van de tweedaagse cursus bedragen € 395,- (vrijgesteld van BTW). De prijs is inclusief koffie, thee, lunch.

Extra aanbod 1-op-1 of duo-begeleiding:

Wilt u liever direct met uw eigen agenda aan de slag? Dan bieden wij ook de optie om individueel of samen met uw collega op uw werkplek begeleid te worden.

Hierdoor kunnen we de training nog beter afstemmen op uw persoonlijke werkomgeving en drukke agenda.

U krijgt beter inzicht in uw eigen organisatievaardigheden en hoe u deze nog beter kunt inzetten. We stemmen het programma af op uw persoonlijke doelen en wensen.

Ons doel is bereikt als u weer ontspannen uw werk onder controle heeft en dit zelf in de toekomst kunt blijven realiseren.

Deze eendaagse maatwerktraining kost € 595,- voor een persoon, of € 895,- (vrijgesteld van BTW) voor twee personen.



Trainers:

Judith Lang
ACT-trainer, TA-Berater® (TA-adviseur)

Bart van de Wauw
CTA Organisational (*u.c.*)

Zie voor de actuele data en plaatsen onze website.

In-company trainingen worden in overleg ingepland.

Meer informatie en aanmelden:

Judith Lang en Bart van de Wauw
Tel.: 045-4040650

Email: opleiding@continue-ct.nl