

## Selbst- und Zeitmanagement

Zu wenig Zeit zu haben, gehört für viele zum Arbeitsalltag. Um mit dieser Herausforderung erfolgreich umzugehen, benötigt es eine gute Zeitplanung und Techniken für die Priorisierung und Effizienzsteigerung. Lernen Sie in diesem Kurs, wie Sie besser und zeitsparender mit den vielen anstehenden Aufgaben umgehen können. Ein gutes Selbst- und Zeitmanagement hat einen positiven Einfluss auf Ihren beruflichen Erfolg und Ihre persönliche Zufriedenheit.

Hinweis: Für Personen in einer Führungsrolle gibt es eine separate Kurs-Ausschreibung, in welcher zusätzlich das Selbst- und Zeitmanagement im Bereich der Führung ergänzt ist. Mehr dazu finden Sie hier: <https://wbz-langwiesen.ch/weiterbildungen/zeitmanagement-fuehrung/>

### **Beginn**

18.08.2025

Zum Kalender hinzufügen

### **Zeit**

08:30 - 12:00

### **Enddatum**

18.08.2025

### **Preis**

390 CHF

### **Adresse**

WBZ Langwiesen  
Hauptstrasse 16  
8246 Langwiesen (bei Schaffhausen)  
[info@wbz-langwiesen.ch](mailto:info@wbz-langwiesen.ch)  
[wbz-langwiesen.ch/weiterbildungen/zeitmanagement/](https://wbz-langwiesen.ch/weiterbildungen/zeitmanagement/)

### **Leitung**

Andrea Sägesser

## Ziel

- gute Übersicht über Aufgaben und Prioritäten gewinnen können
- Planung der Aufgaben einfach und sinnvoll umsetzen können
- Werkzeuge für besseres Selbstmanagement und effizientere Arbeitstechnik kennen und einsetzen können

## Inhalt

- Prioritäten setzen
- Zeit planen und effektiv nutzen
- Effizienz steigern
- Kurz-Pausen für mehr Leistungsfähigkeit
- verschiedene Techniken, die Sie direkt im Arbeitsalltag nutzen können

## Zielgruppe

Alle, die zukünftig ihre Zeit besser managen und einteilen möchten.

## Form

Live-Veranstaltungen

## Unterrichtssprache

Deutsch

## Klassengrösse

maximal 8 Personen

[Zurück zur Liste](#)



## [WBZ Langwiesen](#)

[+41 79 921 92 10](tel:+41799219210)

[info@wbz-langwiesen.ch](mailto:info@wbz-langwiesen.ch)

[wbz-langwiesen.ch/](http://wbz-langwiesen.ch/)

[Kontakt speichern](#)

## Anfrage

Name \*

Institution

E-Mail \*

Tel \*

Strasse \*

PLZ \*

Ort \*

Nachricht \*

Betrifft:  
Selbst- und Zeitmanagement

senden

---

**Source URL:** <https://erwachsenenbildung.ch/selbst-und-zeitmanagement>