

21.01.2005 - 09:26 Uhr

Zeitmanagement bringt Effektivität und Lebensqualität

Hamburg (ots) -

Zeitmangel und Leistungsdruck bestimmen oft den Arbeitsalltag und führen zu unzureichenden Ergebnissen. Der media workshop Zeitmanagement Für mehr Effektivität und Lebensqualität hilft, mit einer zielgerichteten Organisation des Arbeitstages die eigenen Leistungen zu steigern. Die dpa-Tochter news aktuell veranstaltet den zweitägigen Workshop am 14. und 15. Februar in Hamburg.

Referentin Anik Roerdink-Veldboom vermittelt den Teilnehmern, wie sie mit richtiger Planung mehr Zeit zur Verfügung haben und positive Arbeitsergebnisse erlangen können. Fehlende Ziele und Prioritäten sind die Hauptursache vergeudeter Zeit und Energie, erklärt die Referentin. Dabei komme es vor allem auf die persönliche Einstellung und konsequentes Verhalten an.

Anik Roerdink-Veldboom ist studierte Psychologin und arbeitet heute als Trainerin, Beraterin und Coach mit den Schwerpunkten Kommunikation, Führung, Stress- und Selbstmanagement und Teamentwicklung. Derzeit ist sie Mitglied eines Forschungsprojektes zum Thema "Lebenslanges Lernen".

Weitere Informationen unter: www.mediaworkshop.newsaktuell.de

Pressekontakt:

Rückfragen bitte an:

news aktuell GmbH

Nicole Happ

Project Manager media workshop

Tel.: +49 (0) 40-4113-2842

Fax.: +49 (0) 40-4112-2876

mediaworkshop@newsaktuell.de

Diese Meldung kann unter <https://www.presseportal.ch/de/pm/100001562/100485175> abgerufen werden.