

# Arbeitstechnik und Zeitmanagement

Praxis-Brücke



13. und 27. November 2025 in  
Lenzburg

Zielorientiertes Zeitmanagement und rationelle Arbeitstechnik sind äusserst wichtig. Nur mit gutem Zeitmanagement und rationeller Arbeitstechnik **behalten Sie den Überblick** und sind in der Lage, die täglichen Aufgaben **effizient** zu bewältigen.

In diesem Seminar analysieren Sie Ihr Arbeitsverhalten und ihre vielfältigen Rollen, machen eine Tätigkeits- und Zeitanalyse und üben das Setzen von Zielen und Prioritäten. Sie erproben Methoden zur Tages- und Jahresplanung und üben den Umgang mit Störungen. Sie bekommen Strategien zur Selbstkontrolle und erlernen

Techniken zur Überwindung persönlicher Hindernisse

**CHF 890.00**

[Mehr Informationen und Anmeldung](#)

## Zusätzliche Infos zur Veranstaltung

### Zertifikat/Bestätigung

Teilnahmebestätigung

### Veranstalter

[Praxis-Brücke](#)

### Telefon bei Fragen

044 586 86 37

## Beschreibung

### Ziele

- Eigene Arbeitstechnik analysieren und arbeitsmethodische Erkenntnisse besser berücksichtigen
- Planungsinstrumente sinnvoll einsetzen
- Stresssituationen frühzeitig erkennen und erfolgreich abbauen
- Zielorientiertes Denken und Handeln
- Umgang mit Störungen und Unterbrechungen
- «Prime Time» optimal nutzen

### Zielgruppe

Personen, die ihre Arbeitstechnik und ihr Zeitmanagement reflektieren und verändern wollen und die Bereitschaft mitbringen eigene Situationen einzubringen und diese kritisch zu hinterfragen.

### Zeit und Dauer

08:00 bis 16:20 Uhr

[Mehr Informationen und Anmeldung](#)