



**Kursus:
Personlig effektivitet
og planlægning**



Kursusindhold



Kursets formål er at give dig værktøjer til at skabe dig et overblik over dine arbejdsopgaver og samtidig sikre den bedste styring af din egen tid med fokus på de rigtige prioriteter i hverdagen, herunder både privat- og arbejdsmæssigt til gavn for din egen personlige styring af tid.

Ligeledes kigger vi på vaner omkring brug af mail og kalender samt håndtering af afbrydelser og andre faktorer som kan medvirke til at miste fokus, herunder at du bliver bevidst omkring din spildtid og hvordan du konverterer *dette til målrettet de opgaver*, som giver værdi for dig og din virksomhed.

Kurset kommer også ind på faldgrupper i forhold til stress samt løsningsforslag til at forebygge stress.

Så har du brug for hjælp og støtte til at tage førerrollen tilbage i dit liv, så er dette kursus det rigtige for dig.

Underviser: Benny Enemark Nørgreen

- Gennem 25 års erfaring som leder i større virksomheder har jeg oparbejdet en stor viden inden for økonomistyring, procesarbejde, personlig effektivitet og planlægning gennem selvledelse og ledelse af medarbejdere i forskellige brancher.
- Jeg har gennem mit arbejdsliv haft stort fokus på min egen personlige effektivitet og planlægning til gavn for både mit privat- og arbejdsliv.
- Jeg er uddannet coach med fokus på stresshåndtering



Agenda:

- Velkomst og præsentation
- Personlig planlægning og effektivitet
- Forebyg stress
- Skab dig overblikket i hverdagen
- God planlægning giver succes
- Prioritering af opgaver
- Indgåelse af kontrakt med dig selv
- Afrunding og evaluering

Pris pr. deltager og indhold:

Prisen er kr. 4.995,00 eksklusive moms og inkludere:

- En kursusdag fra kl. 09.00 – 15.30
- Kursusmateriale
- Fuld forplejning under kurset

Ekstra indhold ved bestilling og betaling af kurset:

- 2 timers opfølgning på kursusindhold og implementering af værktøjer i hverdagen hos Next Choice i Varde eller pr. telefon er inkluderet i deltagerbetalingen.

Firmakurser:

Next Choice tilbyder også firmakurser, hvor vi kan tilbyde at afholde kurset internt i egen virksomhed målrettet Jeres behov og ønsker inden for personlig effektivitet og planlægning.

- Kontakt Next Choice på mobil 24803502 eller info@nextchoice.dk

Tilmelding og betaling

- Tilmelding:
 - Send mail til info@nextchoice.dk med følgende oplysninger:
 - Navn, firmaoplysninger, E-mail og tlf.nr.
- Betaling:
 - Senest 14 dage før kursusstart. Next Choice sender faktura med betalingsoplysninger efter tilmelding