
Das optimale Zeitmanagement für ein glückliches Leben - „Wie bringe ich alles unter einen Hut?“

Bildungsveranstaltung auf Initiative des neuen Wiener Frauennetzwerkes

In dieser Veranstaltung lernen die Teilnehmenden, wie sie ihre **Zeit effizienter planen und Prioritäten besser setzen können**, um den Alltag strukturierter und weniger stressig zu gestalten. Dabei geht es nicht nur darum, berufliche Anforderungen zu meistern, sondern auch familiäre Verpflichtungen und Freizeitaktivitäten in ein gesundes Gleichgewicht zu bringen.

Gemeinsam werden Energieräuber im Alltag identifiziert, die unnötig Kräfte aufzehren. Wir zeigen, wie man diese Belastungen gezielt reduzieren kann, um mehr Freiraum und Energie für das Wesentliche zu schaffen. Außerdem werden die Teilnehmenden angeleitet, persönliche Kraftquellen zu erkennen und aktiv zu nutzen.

Die Veranstaltung hilft Ihnen dabei, ein besseres **Work-Life-Balance** zu erreichen und die vielen **Herausforderungen des täglichen Lebens mit mehr Leichtigkeit zu meistern**.

Information

Verfügbare Termine

Kursdauer: 4,8 Einheiten

Kursbeitrag: 55,00 € Kursgebühr gefördert
125,00 € Kursgebühr ungefordert
Bildungsförderung

Fachbereich: Persönlichkeit & Kreativität,
Unternehmensführung, Organisation

Zielgruppe: Frauen der Wiener Stadtlandwirtschaft
