

Programm

Politisches Bildungsforum Baden-Württemberg
Landesbüro Stuttgart

Seite 1/3



Praxisseminar: Zeitmanagement und Selbstorganisation

Dienstag, 04.05.2021
Online-Seminar über ZOOM
VA-Nr.: B70-040521-1W

Zunehmende Komplexität, Dynamik und Digitalisierung gerade auch im Ehrenamt und vorpolitischen Raum, sowie ein erhöhter Erwartungsdruck von außen sind Beispiele verändernder Rahmenbedingen. Hilfsmittel wie Projektmanagement oder eine zielführende Arbeitsmethodik sind wichtig, jedoch nicht immer ausreichend. Es geht vor allem darum, durch Selbstreflexion und Achtsamkeit seinen eigenen

Programm

Politisches Bildungsforum Baden-Württemberg Landesbüro Stuttgart

persönlichen Weg zu entwickeln, um seine kostbaren Zeitressourcen selbstbestimmt und aktiv zu gestalten und sich dabei dennoch für die Gesellschaft effektiv einzubringen. Seite 2/3

Dabei ist es wichtig zu erkennen, welche „Zeitmanagement-Persönlichkeit“ man ist. Die Teilnehmerinnen und Teilnehmer erarbeiten Schritt für Schritt ihre persönliche Zeitmanagementstrategie und können mit vielen praktischen Übungen die eigenen Gewohnheiten reflektieren, von den Erfahrungen der anderen Teilnehmern und Teilnehmerinnen lernen, sinnvolle Arbeitsmethoden kennenlernen und individuelle Maßnahmen entwickeln, die im (vor)politischen Ehrenamt von Bedeutung sind.

Dienstag, 04. Mai 2021

| | |
|--------------------------|--|
| 9.00 Uhr | Begrüßung, Vorstellung, Ablauf und Erwartungen Einführung und Standortbestimmung Meine persönlichen Zeitdimensionen |
| 10.30 Uhr | Kaffeepause |
| 11.00 – 12.30 Uhr | Persönliche Visionen und Ziele Wohin geht es? – persönlich und im Ehrenamt Die individuelle „Zeitmanagement-Persönlichkeit“ Vom Loslassen und Bewahren |
| 12.30- 14.00 Uhr | Mittagspause |
| 14.00 Uhr | Die individuelle „Zeitmanagement-Persönlichkeit“ (2) Vom Loslassen und Bewahren Wirkungsvolle Zeitmanagement-Instrumente Zeitfresser und Ablenker erkennen und abwehren |
| 15.30 Uhr – 16.00 Uhr | Kaffeepause Wirkungsvolle Zeitmanagement-Instrumente (2) Zeitfresser und Ablenker erkennen und abwehren Transfer in den Alltag So gelingt es! |
| 17.30 Uhr | Auswertung des Seminars und Ende |

Programm

**Politisches Bildungsforum Baden-Württemberg
Landesbüro Stuttgart**

Seite 3/3

Programmänderungen vorbehalten

| | |
|------------------------------|---|
| Referenten: | Elke Sieber Daniel Wensauer-Sieber |
| Konzeption: | Simone Iliou Wissenschaftliche Mitarbeiterin |
| Tagungsleitung: | NN |
| Tagungsbeitrag: | entfällt |
| Organisation: | Janina Schauerhammer Konrad-Adenauer-Stiftung e. V. Sekretariat/Sachbearbeitung Lange Straße 51, 70174 Stuttgart T +49 711 / 870309-50 F +49 711 / 870309-55 janina.schauerhammer@kas.de |
| Veranstaltungsstätte: | Online über Zoom |
| Feedback: | kas-bw@kas.de oder feedback-pb@kas.de |



Die Veranstaltung wird multimedial begleitet. Die Teilnehmenden erklären mit der Anmeldung ihr Einverständnis, dass die Konrad-Adenauer-Stiftung e.V. das vor, während oder nach der Veranstaltung entstandene Foto- und Filmmaterial zeitlich unbegrenzt sowohl im Online- als auch Printformat für Zwecke der Presse und Öffentlichkeitsarbeit verwenden darf.

Ihre persönlichen Daten werden gemäß Datenschutzgrundverordnung verarbeitet. Ihre Daten werden im Rahmen unserer Veranstaltungsorganisation genutzt. Dieser Nutzung stimmen Sie mit Ihrer Anmeldung zu. Weitere Informationen zum Datenschutz können Sie unter www.kas.de einsehen.

Anmeldung telefonisch unter Tel: 0711-870309-50, online über www.kas.de/bw oder per E-Mail an kas-bw@kas.de