

Zeitmanagement verbessern – für mehr School-Life-Balance!



Zeit ist begrenzt und die alltäglichen Aufgaben erscheinen oft nicht enden wollend. Schnell geht etwas Wichtiges vergessen oder es tut sich eine neue Aufgabe auf, die nicht eingeplant war. Das erzeugt oft Frust, weil am Ende des Tages meist die eigenen Bedürfnisse auf der Strecke geblieben sind und sich sehr schnell Überlastung und Erschöpfung einstellen können.

Wie gelingt eine gute School-Life-Balance?

Und was hat möglicherweise mein eigenes Zeitmanagement damit zu tun?

Erforschen Sie die Möglichkeiten und finden Sie zu neuen Strategien mit Ihrer Zeit besser umzugehen

am **11.12.23** von **15.00 – 16.30 Uhr online** (Teil 1)

und **24.01.24** von **15.00 – 16.30 Uhr online** (Teil 2)

Anmeldungen gerne bis 30.11. bei

sandra.appelhans@schule.hessen.de



Fotos: Appelhans