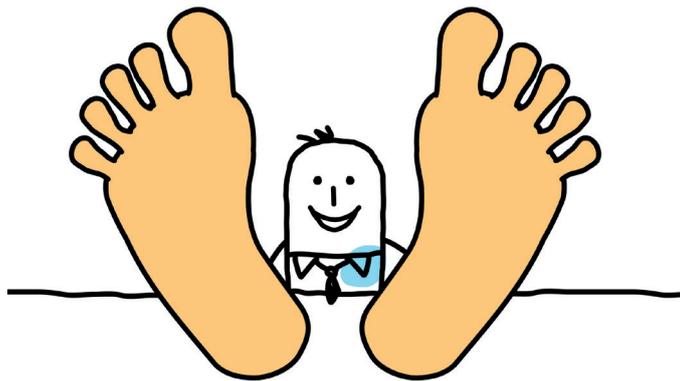


Wertvolles Wissen erfolgreich einsetzen können Zeit-, Energie- und Stressmanagement – mehr Zeit für das Wesentliche!

Man lernt nie aus: Was Sie wirklich erfolgreicher macht!



Die Uhren drehen sich scheinbar immer schneller und bestimmen den rasanten Takt unseres Lebens. Wir versuchen noch schneller zu arbeiten, zu leben, noch mehr Zeit zu sparen. Vor allem Berufsgruppen, die tagtäglich für andere Menschen da sein müssen, vergessen dabei oft auf sich selbst: ein Dilemma, dem man nur entkommen kann, wenn man sich wieder ganz bewusst auf das Wesentliche konzentriert – den Wert der Zeit erkennt.

Lassen Sie diese Chance nicht ungenützt!

Zeitmanagement ist eine wirksame Methode, Ihre Kräfte zu bündeln, Stress zu vermindern und Ziele zu erreichen. Es soll nicht den Tag optimal vollstopfen, und es geht nicht darum die Hetze des Lebens noch besser zu organisieren. **Es geht darum, Erfolge herbeizuführen. Dabei geht es nicht um Minuten, sondern um Ziele!** Im Sinne eines ganzheitlichen Leistungsmanagements stehen uns vier Stellschrauben zur Verfügung: bewusstes Zeitmanagement, innere Haltung, Bewegung und Ernährung.

Übungen und Checklisten helfen, damit es dann auch im Alltag klappt.

- **Ziele klar definieren und formulieren** – mühelos Zeit sparen
- **Prioritäten setzen** – ungemein erfolgswirksam
- **Zeitfresser identifizieren** – und rasch ausschalten
- **Persönliche Stressoren erkennen** – und einfach austricksen
- **Effizient mit erprobten Erfolgsmethoden** – reduzieren sofort Stress
- **Souveränität ausstrahlen** – Freude am Beruf bewahren
- **Wertvolle Ernährung, praktikable Bewegung** – Stressresistenz aufbauen
- **Ihre Vorhaben tatsächlich umsetzen** – und Erfolge genießen

Veranstaltungsbeitrag: € 140,- (€ 168,- inkl. USt)

Wo? 1090 Wien, Währinger Straße 47/2/6

Workshopleitung: Viktoria Hausegger, Agentur mehr.wert. für ärzte und apotheker
Dipl.-Trainerin und Expertin für wirkungsvolles Praxismanagement und -marketing.
Inhaberin des renommierten Beratungsunternehmens mehr.wert. für ärzte und apotheker.
Mag. Ursula Umfahrer, Ernährungswissenschaftlerin, Umfahrer Ernährung und Seminare

Information und Anmeldung:

Tel: +43 (0) 664 460 16 35, oder office@mehrwertmarketing.at



5% Frühbucherrabatt bei Anmeldung bis 15.9.2017

www.mehrwertmarketing.at

- **Professionelles Marketing für die Arztpraxis** – gezielt und effektiv
- **Seminare, Workshops und Schulungen für das erfolgreiche Unternehmen Arztpraxis!**

Viktoria Hausegger | Währinger Straße 47/2/6 | 1090 Wien | Tel + 43 664 460 16 35
office@mehrwertmarketing.at

mehr.wert.

für ärzte und
apotheker

**marketing,
das gezielt bewegt**