

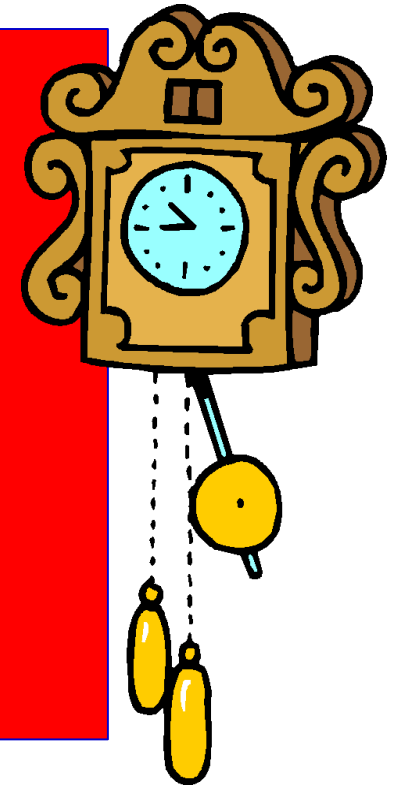
# Optimierung Zeitmanagement



**Zeit ist eines unserer wertvollsten Güter,  
denn...**

- **Zeit ist nicht käuflich und somit unbezahlbar**
- **Zeit kann nicht gespart werden**
- **Zeit kann nicht verschenkt werden**
- **Zeit kann nicht vermehrt werden**

**Einmal vergangen ist  
sie für immer weg!!!**



# Was ist Zeitmanagement?

- **„Die Zeit vergeht unabhängig davon, was wir tun und das einzige was wir managen können, sind wir selber.“**  
(Prof. Lothar J. Seiwert)
- **„Zeit an sich kann man gar nicht managen, denn die verrinnt so oder so. Es geht um das managen von Prioritäten“**  
(Prof. Lothar J. Seiwert)

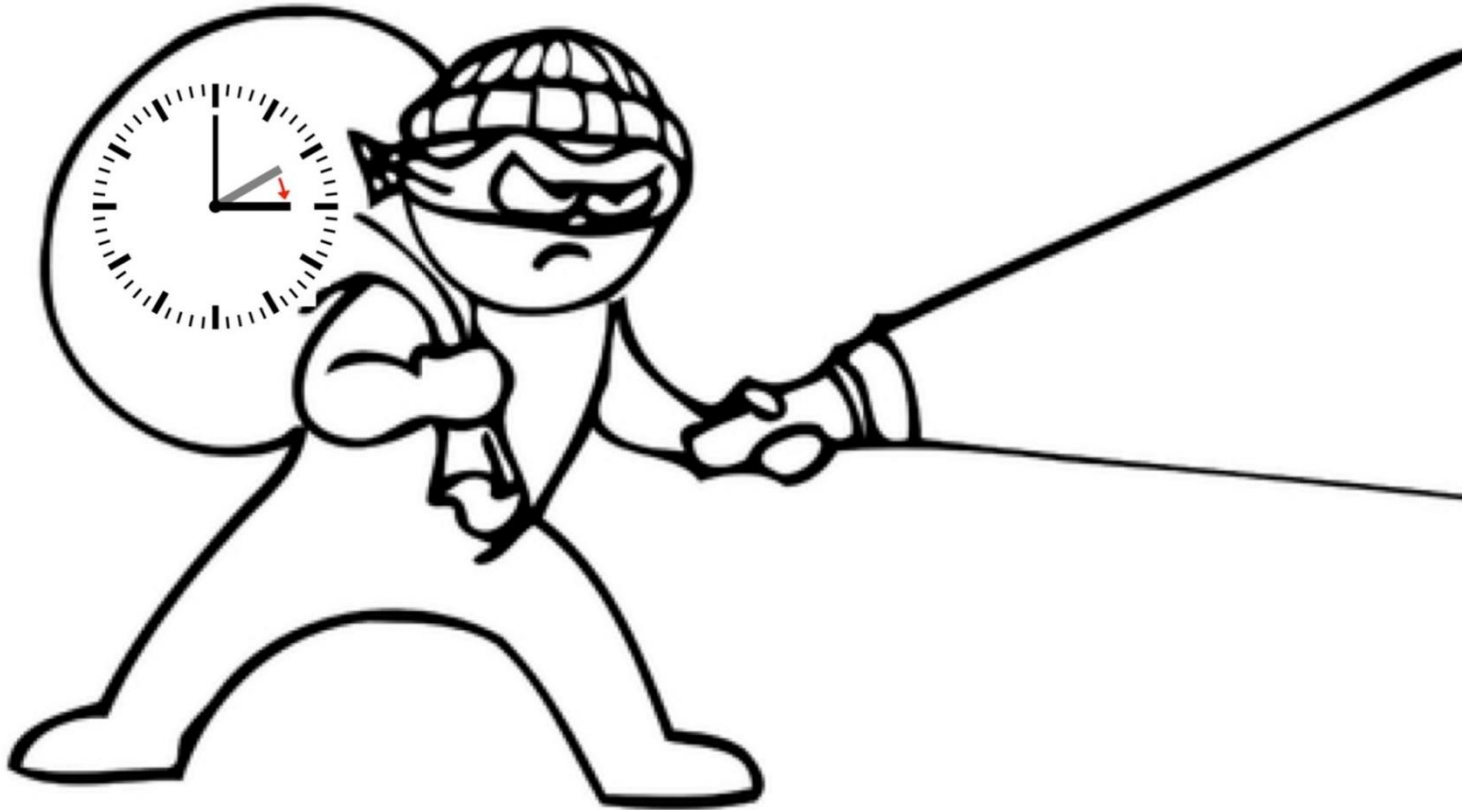
**Zeitmanagement = Selbstmanagement**

- ✓ **bewusster Umgang mit der Zeit**
- ✓ **weniger Stress**
- ✓ **weniger Arbeit**
- ✓ **Zeit gewinnen**
- ✓ **weniger Zeitdruck**
- ✓ **erkennen von Problemen im Vorfeld**
- ✓ .....
- ✓ .....

***Noch mehr Arbeit  
in noch weniger Zeit  
ist kein Ziel von  
Zeitmanagement!***



# Vorsicht! Zeiträuber!



# Stoppt die Zeitdiebe!!!

Wer oder was raubt mir die Zeit

