



Att få tiden att räcka till

Välkommen till en nyttig och inspirerande föreläsning för dig som önskar få råd och tips för att få tiden att räcka till!

Avsikten med utbildningen är att du ska få lära dig olika tips och metoder för att få mer gjort på kortare tid och med mindre ansträngning.

Kursen *Att få tiden att räcka till* vänder sig till dig som vill:

- förbättra förmågan att planera och prioritera
- förebygga och motverka tidsstress
- lära sig olika strategier för en mer effektiv tidshantering
- identifiera orsaker till tidsbrist
- frigöra energi och att ta kontroll över tiden
- identifiera och minimera tidstjuvar
- få mer gjort på kortare tid
- få ett annorlunda förhållningssätt till tiden
- kunna sätta gränser och fokusera på det viktigaste
- få olika tips och råd för bättre tidseffektivitet



Bosse Angelöw

Föreläsare

Kursledare är Bosse Angelöw, docent och socialpsykolog, verksam vid Nova Futura. Han har under 25 års tid arbetat med att utveckla kapaciteten hos individer, grupper och organisationer. Bosse har skrivit flera böcker, t.ex. *Träna mentalt och förbättra ditt liv*, *Konsten att hantera stress och möta förändringar*, *Friskare arbetsplatser*, *Arbetsglädje*, *Glädjerapporten*, *Se möjligheterna* och *Framgångsrikt förändringsarbete*. Han kommer ut med *Ledarskapshandboken* i maj 2013.

Dag: onsdagen den 22 maj 2013

Tid: kl.09.00- 12.00 alt 13.00- 16.00

Plats: Karlsnäsgården

Kostnad: Samverkande företag med större insatsen 300 kronor per deltagare
övriga 500 kronor per deltagare. Deltagaravgiften faktureras efter föreläsningen.

Anmälan: Helst innan 17 maj och definitivt senast måndagen den 20 maj till nedanstående e-postadress.

Upplysn. Göran Folkesson 0457-171 66 eller 070-970 76 90 goranfolkesson@telia.com

Övrigt: Arrangören bjuder på fika.

