



## IMPULSABEND WORKLIFEBALANCE

Wann Dienstag 12.12.2017 um 18:30

Wo Dr. Franz Werner Straße 30/1, Innsbruck (TheraYogaPark)

Die Teilnahme ist kostenlos

Der Begriff Work-Life-Balance steht für einen Zustand, in dem Arbeits- und Privatleben miteinander in Einklang stehen. Dazu benötigt man ein gutes Selbstmanagement, um sich selbst und seinen Arbeitstag gut zu organisieren.

Was können wir also tun, um das eigene Leben bewusst in die Hand zu nehmen, um souverän die eigene Zeit zu gestalten und um in das Gefühl von Zeitwohlstand zu kommen?

Beim Impulsabend sprechen wir über ein gutes Zeitmanagement, lernen Zeitmodelle kennen und tauschen unsere Erfahrungen aus.

Ich freue mich auf Ihr Kommen

Ulrike Maurer