

# Lernen mit Lust!

## TimeManagement – Für besseren Umgang mit der Zeit

**Datum** Freitag, 11. April 2008  
**Kursort** ETH Zürich, Rämistrasse 101, 8092 Zürich, Hörsaal F30, Auditorium Maximum  
**Referentin** Dr. Verena Steiner, Autorin und Lehrbeauftragte  
**Organisation** ETH tools Zürich

### Freitag, 11. April 2008

ab 7.45	Empfang und Registration	
8.30	Begrüssung, Einführung	Barbara Pärli, ETH tools
8.35	Ich und meine Zeit <i>Persönliche Situationsanalyse</i>	Dr. Verena Steiner
9.25	Aktivieren und Entspannen	Peter Schreiber, A/S/V/Z
9.40	Die inneren Rhythmen nutzen	Verena Steiner
10.30	Pause mit Stärkung	
11.00	Die inneren Rhythmen nutzen ( <i>Fortsetzung</i> )	Verena Steiner
11.45	Lockern und Lösen	Peter Schreiber
12.00	Die inneren Rhythmen nutzen ( <i>Fortsetzung</i> )	Verena Steiner
12.45	Mittagspause	
14.00	Ziele setzen und erreichen	Verena Steiner
15.05	Bewegte Pause	Thomas Mörgeli, A/S/V/Z
15.15	Effizienz und Effektivität	Verena Steiner
15.45	Pause	
16.00	Persönliche Organisation	Verena Steiner
17.00	Schluss	

*Programmänderungen vorbehalten*