

## Anmeldung

Melden Sie sich ganz einfach über den folgenden Direktlink im Web an:

[www.praxis-akademie.ch/86TV](http://www.praxis-akademie.ch/86TV)

Die Teilnehmerzahl ist beschränkt. Die Reihenfolge der Anmeldungen wird berücksichtigt.

## Kosten

**Mitglieder Solothurner Handelskammer, SMZ, SWISS PRECISION, BPW, JCI und kgv-so**

Seminar pauschal CHF 150.00 (inkl. allfälliger MWST)

**Nichtmitglieder**

Seminar pauschal CHF 225.00 (inkl. allfälliger MWST)

Die Rechnung erhalten Sie mit der Anmeldebestätigung. Aus organisatorischen Gründen werden wir bei Abmeldung nach Erhalt der Anmeldebestätigung 50% der Gebühr verrechnen. Ab 48 Stunden vor dem Anlass verrechnen wir die gesamte Gebühr. Selbstverständlich kann Ihre Anmeldung auch übertragen werden.

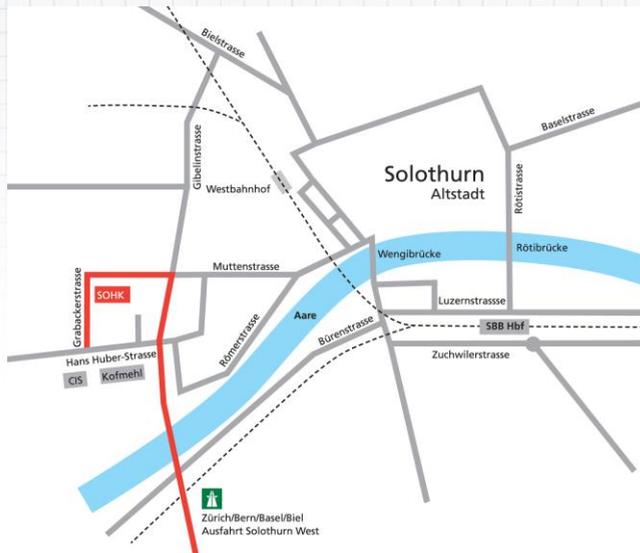
## Durchführungsort

Solothurner Handelskammer  
Grabackerstrasse 6  
4502 Solothurn

ÖV ab Hauptbahnhof Solothurn:

Abfahrtsort C, Bus Linie 6 «Solothurn Allmend», Haltestelle «Schwimmbad».

Für die Anreise mit dem Auto sind genügend Parkplätze vorhanden.



SOHK Praxis-Akademie

Wissens - Wert für Unternehmen.

Mitarbeitenden Zeit schenken  
Die Zeit als kostbarstes Gut managen

Zeitmanagement

Achtsamkeit

No Stress

Planung



Führungs-  
qualifikationen

**Datum:** Donnerstag, 18. November 2021

**Zeit:** 16:00 – 19:00 Uhr, mit anschliessendem Networking-Apéro

**Ort:** Solothurner Handelskammer, Solothurn

**Inhalt:** In diesem Seminar lernen Sie, wie kostbar die Zeit ist. Wie Sie mit der Zeit achtsam umgehen und wie Sie Ihren Mitarbeitenden Zeit schenken können.

SOHK Praxis-Akademie

Wissens-Wert für Unternehmen.

# Veranstaltungsinhalt

## Zum Thema

Das Arbeitsleben scheint hektischer zu werden. Es soll immer mehr in immer kürzerer Zeit erledigt werden. Aber, ist das wirklich so? Wird das wirklich von aussen an uns herangetragen? Oder machen wir uns und unseren Mitarbeitenden den Zeitdruck nicht selbst. Zeit haben, Zeit schenken ist ein kostbares Gut. Damit gut und sensibel umzugehen scheint notwendiger denn je zu sein.

In diesem Seminar lernen Sie, wie kostbar die Zeit ist. Wie Sie mit der Zeit achtsam umgehen können und wie Sie Ihren Mitarbeitenden Zeit schenken können.

## Zielgruppe

Alle Führungskräfte und Projektleitende.

## Inhalt

- Was ist Zeit?
- Wie ist unser Zeitempfinden?
- Warum empfinden wir bei Zeitmangel Stress?
- Wie setzen wir unsere Zeit sinnvoll ein?
- Wie schenken wir uns und unseren Mitarbeitenden wertvolle Zeit?

## Zielsetzung

Jeder Teilnehmende kann richtig mit Zeit umgehen.

# Programm

- 16:00 Uhr Begrüssung**  
Christian Hunziker, Stv. Direktor Solothurner Handelskammer
- 16:05 Uhr Zeit, ein sehr kostbares Gut**
- 17:15 Uhr kurze Pause**
- 17:30 Uhr Mit Zeit richtig umgehen**
- 18:45 Uhr offene Fragen**
- 19:00 Uhr Schlusswort und Einladung zum Networking-Apéro**

## Referent

Christian Leschzyk weist eine langjährige Kommunikations-, Führungs- und Schulungserfahrung auf und setzt diese in Schulungen und Coachings praxisorientiert um. Bis 2005 war er in leitenden Positionen im Marketing und Verkauf tätig. Er ist seit 2005 Inhaber und geschäftsführender Partner der Imageagentur Stilgerecht in Wolfhalden (AR). Die Imageagentur Stilgerecht zählt zu den führenden Imageagenturen im deutschsprachigen Raum und arbeitet mit über 500 Unternehmen und vielen Einzelpersonen zusammen.

