



MOTIVATION UND ZEITMANAGEMENT WENIGER STRESS – MEHR FREUDE FÜR DIE JUGENDARBEIT!

Wie bekommst Du mehr von den Dingen, die Spaß machen? Und weniger von denen, die es nicht machen?

Ist dein Alltag auch manchmal bestimmt von Terminen, Fristen und irgendeiner Sache hinterherrennen?

Und dann willst Du auch noch gute Jugendarbeit abliefern, aber irgendwie fehlt dir dazu die Zeit? Und wenn Du mal Zeit hast, tut es auch einfach mal gut, auf dem Sofa zu liegen und sich zu erholen.

So geht es zumindest vielen – Du bist damit also nicht allein.

Dieses Web-Seminar hilft dir, um nicht nur wieder mehr Motivation für die alltäglichen Aufgaben zu bekommen, sondern auch durch clevere Tipps und Tricks in deinem (Arbeits-)Alltag mehr freie Zeit und vor allem auch Energie zu haben.

Folgende Inhalte werden behandelt:

- Zeitmanagement das zu dir passt
- Stressfaktoren minimieren
- Motivation eigenständig „kreieren“
- Ziele kennen und nachhaltig verfolgen



Zielgruppen: **Jugendfeuerwehrwart*innen, Kinder- und Jugendgruppenleiter*innen, Betreuende**

Leitung:

Andreas Müller, Mitarbeiter im Fachgebiet Feuerwehrtechnik der Jugendfeuerwehr Baden-Württemberg

Termin:

Do. 01.02.2024, 19 Uhr

Dauer: **2 Stunden**

ONLINE

Kosten: **15 €**



Anmeldeschluss:
Do. 03.01.2024



für die JuLeiCa-Verlängerung



**ONLINE
ANMELDEN!**