Rhein-Main-Taunus
HESSENMETALL

Zeitfresser im Griff - Zeit- und Selbstmanagement für Ihren beruflichen Alltag

09. September 2025 // 14:00-18:00 Uhr

Haus der Wirtschaft Hessen in Frankfurt am Main

AGENDA

13:30 Uhr **Ankommen mit kleinem Imbiss**

14:00 Uhr **Begrüßung – Aniki Radde, Hessenmetall Rhein-Main-Taunus**

14:05 Uhr **Workshop //** - Pause ca. 15 Min. -

Zeitfresser erkennen

Das Zeitmanagement Mindset

Techniken für wirksames Zeitmanagement

Selbstmanagement & Energiehaushalt

Digitale Tools & praktische Helfer

Abschluss & Transfer in den Alltag

18:00 Uhr **Ende der Veranstaltung**

Rhein-Main-Taunus
HESSENMETALL
Haus der Wirtschaft Hessen
Emil-von-Behring-Straße 4 // 60439 Frankfurt am Main

Kontakt
Aniki Radde
069 95808-239
aniki.radde@hessenmetall.de