

Kostenfreie Seminare für Beschäftigte mit Schwerbehinderung (oder Gleichstellung)

-> Präsenzseminare

Problemlösetraining – Geht nicht, gibt's nicht!

- als Bildungsurlaub anerkannt -

2 Tage, Dienstag + Mittwoch, 12.08. + 13.08.2025, jeweils von 9.00 - 16.30 Uhr

Nie wieder sprachlos:

In schwierigen Gesprächssituationen spontan, souverän und humorvoll reagieren

- als Bildungsurlaub anerkannt -

2 Tage, Mittwoch + Donnerstag, 27.08. + 28.08.2025, jeweils von 9.00 - 16.30 Uhr

„Mensch, ärgere dich nicht!“ Emotionen wirksam steuern und stimmig handeln

- als Bildungsurlaub anerkannt -

2 Tage, Dienstag + Mittwoch, 02.09. + 03.09.2025, jeweils von 9.00 - 16.30 Uhr

Selbstbewusst und fair NEIN sagen

- als Bildungsurlaub anerkannt -

Tagesseminar, Dienstag, den 23.09.2025 von 9.00 - 16.30 Uhr

Mehr Zeit fürs Wesentliche:

Die eigene Zeit managen und hilfreiche Gewohnheiten aufbauen

- als Bildungsurlaub anerkannt -

2 Tage, Mittwoch + Donnerstag, 01.10. + 02.10.2025, jeweils von 9.00 - 16.30 Uhr

Gutes Klima am Arbeitsplatz:

Konflikte rechtzeitig erkennen und konstruktiv bewältigen

- als Bildungsurlaub anerkannt -

2 Tage, Dienstag + Mittwoch, 07.10. + 08.10.2025, jeweils von 9.00 - 16.30 Uhr

Einfach entscheiden: Methoden zur Entscheidungsfindung im beruflichen Alltag

- als Bildungsurlaub anerkannt -

Tagesseminar, Donnerstag, den 16.10.2025 von 9.00 - 16.30 Uhr

-> Onlineseminar

Achtsamkeit: Der Weg zu mehr Gelassenheit im beruflichen Alltag

Halbtagesseminar, Donnerstag, 21.08.2025 von 9.00 - 13.00 Uhr

Information und Anmeldung unter: Tel. 040 / 38 90 45-63 oder NetQ@arinet-hamburg.de