

Kostenfreie Seminare für Beschäftigte mit Schwerbehinderung (oder Gleichstellung)

-> Präsenzseminare

Selbstbewusst und fair NEIN sagen

- als Bildungsurlaub anerkannt -

Tagesseminar, Mittwoch, den 23.04.2025 von 9.00 - 16.30 Uhr

Gutes Klima am Arbeitsplatz:

Konflikte rechtzeitig erkennen und konstruktiv bewältigen

- als Bildungsurlaub anerkannt -

2 Tage, Dienstag + Mittwoch, 13.05. + 14.05.2025, jeweils von 9.00 - 16.30 Uhr

Achtsamkeit: Der Weg zu mehr Gelassenheit im beruflichen Alltag

- als Bildungsurlaub anerkannt -

2 Tage, Mittwoch + Donnerstag, 21.05. + 22.05.2025, jeweils von 9.00 - 16.30 Uhr

Gut rüberkommen:

Gestik, Mimik und Rhetorik im beruflichen Arbeitsalltag bewusst einsetzen

- als Bildungsurlaub anerkannt -

2 Tage, Dienstag + Mittwoch, 27.05. + 28.05.2025, jeweils von 9.00 - 16.30 Uhr

Souveräner Umgang mit Fehlern und Kritik:

Angemessen reagieren und konstruktives Feedback geben

- als Bildungsurlaub anerkannt -

2 Tage, Dienstag + Mittwoch, 03.06. + 04.06.2025, jeweils 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, 11.06. + 12.06.2025, jeweils von 9.00 - 16.30 Uhr

Resilienz: Elemente persönlicher Widerstandskraft kennen und ausbauen

- als Bildungsurlaub anerkannt -

2 Tage, Dienstag + Mittwoch, 24.06. + 25.06.2025, 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, 02.07. + 03.07.2025, jeweils von 9.00 - 16.30 Uhr

-> Onlineseminar

Mehr Zeit fürs Wesentliche: Zeitdieben begegnen durch Priorisieren und Planen

Halbtagesseminar, Donnerstag, 08.05.2025 von 9.00 - 13.00 Uhr

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