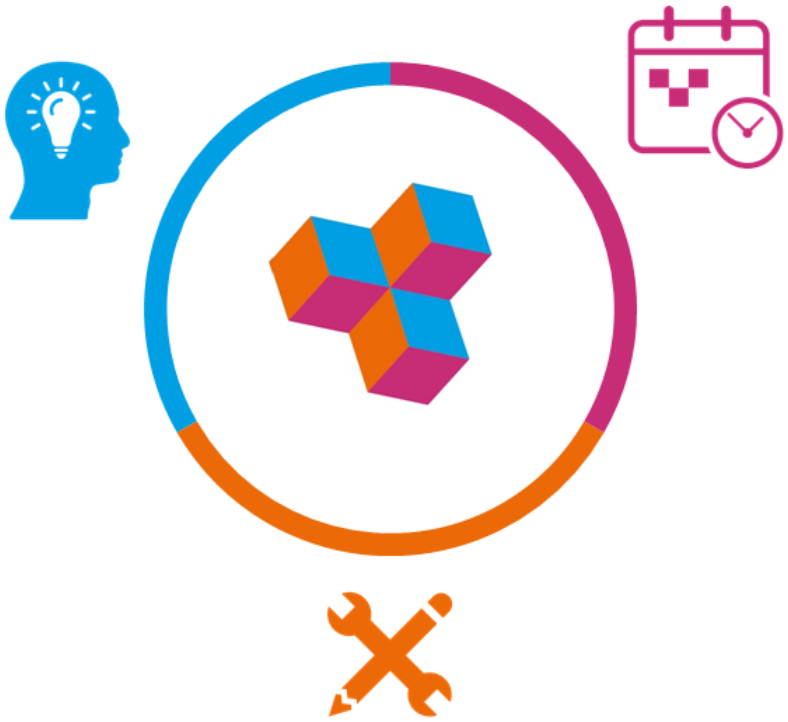
e³ trainings
Fokus für den Arbeitsalltag

Trainingsportfolio

einfach, effizient und entspannt arbeiten



e³ trainings
Fokus für den Arbeitsalltag

Trainings-Portfolio

Inhalt

Wieso e³ trainings? 3
Trainingsformate 3
Smart Writing Online 4
Speed Reading Online 5
train & see Online 6
Blended Learning 7
Deep Reading digital 8
Einfach Gelöst 9
Improved Reading 10
Lesen am Bildschirm 11
train & see 12
Werte- und Visionsarbeit 13
Vortragsprogramm 14
Kunden 15
Kontakt 16

e³ trainings
Fokus für den Arbeitsalltag

Wieso e³ trainings?

Wir bringen Menschen, die am Bildschirm arbeiten, Fokus für den Arbeitsalltag und zeigen ihnen, wie sie ihre Arbeit einfach, effizient und entspannt gestalten.

In unseren Trainings machen wir die Stärken der Teilnehmenden sichtbar und schaffen Vertrauen in die eigenen Fähigkeiten.

Die Teilnehmenden erleben ihre Wirksamkeit, sodass sie mit Veränderungen souverän umgehen und Freude an der Arbeit gewinnen.

Die aktuellen Workshops sind hier kurz beschrieben. Sprechen Sie uns an und wir schnüren ein passendes Maßnahmenpaket für Ihr Unternehmen!

Trainingsformate

Präsenztrainings

Das Standardformat unserer Trainingsangebote ist das **2-tägige Business-Training**. Diese können auch online gerne umgesetzt werden. Bei allen Trainingsangeboten bieten wir auch kürzere Formate sowie Impulsvorträge an. Siehe dazu „Vortragsthemen“.

Der Workshop zur train-and-see-Methode sind eine Ausnahme: Dieses Training wird als kompakter Halbtagesworkshop angeboten.

Onlinetrainings

Wir haben jahrelange Erfahrung mit Onlinetrainings. Unsere Onlinetrainings sind browserbasiert, leicht zu bedienen und werden teils mit Trainerbegleitung angeboten.

Blended-Formate

Zwischen reinen Onlinetrainings und Präsenztrainings bieten wir viele Abstufungen von Blended-Learning-Formaten an. Die Präsenzanteile dieser Kurse wiederum können auch in Form von Online-Live-Schulungen realisiert werden.

Transferimpulse

Im Preis der Trainings inbegriffen sind die Transferimpulse, mit denen wir die Teilnehmenden im Nachgang per E-Mail unterstützen, um das Gelernte nachhaltig zu verankern. Dies gilt für Präsenz- wie für Onlineformate.

Sprachen

Zeit fürs Wesentliche, Improved Reading, Lesen am Bildschirm, Speed Reading Online und Deep Reading werden auch auf **Englisch** angeboten.

+49 721 14 54 21 93 info@e3-trainings.de www.e3-trainings.de

e³ trainings
Fokus für den Arbeitsalltag

Smart Writing Online

Schreibtraining: Bringen Sie es auf den Punkt!

Gut schreiben heißt erfolgreich kommunizieren. Besonders wenn wir wollen, dass andere etwas für uns tun, müssen wir Klartext schreiben. **Schlecht schreiben erzeugt Frust.** 70 % der schriftlichen Kommunikation in größeren Organisationen ist intern. Jede unklar geschriebene E-Mail und jede missverständlich formulierte Anweisung kosten die Empfänger wertvolle Arbeitszeit. Auch unseren Kunden zuliebe sollten wir uns klar und verständlich ausdrücken.

Wie geht es besser? Wie ein Text flüssig lesbar und maximal verständlich wird, lernen Sie bei Smart Writing Online. In einfachen Schritten zu effektivem Schreiben!

Kursnutzen

- ✓ Sie schreiben kurz und prägnant.
- ✓ Sie vermeiden komplizierte Formulierungen.
- ✓ Sie vermitteln Ihre Botschaften lebendig und lenken die Aufmerksamkeit auf das, was Ihnen wichtig ist.
- ✓ Sie bringen Ihre Inhalte in eine nachvollziehbare Struktur und führen die Leser logisch durch die Kernaussagen.

Ein Produkt von:

improved reading®

Besser lesen. Mit System.

Kursinhalte

- ✓ Sie lernen Schritt für Schritt, wie Sie durch gutes Schreiben Lesefluss und Verständlichkeit optimieren.
- ✓ Motivierende Übungen, die systematisch aufeinander aufbauen
- ✓ Animierte Erläuterungen und Videos
- ✓ Theorie wird knapp und interaktiv vermittelt; wissenschaftlich fundiert
- ✓ Vier Dimensionen der Verständlichkeit nach dem Hamburger Modell
- ✓ Kurze Einheiten, freie Zeiteinteilung

Einfach starten

- ✓ Beginn jederzeit möglich
- ✓ Zeitaufwand: 5–7 Stunden
- ✓ Staffelpreise ab 20 Lizenzen

Technische Voraussetzungen:

- ✓ PC oder Tablet mit Internetverbindung und einem aktuellen Browser – keine Softwareinstallation notwendig

Jetzt buchen!

+49 721 14 54 21 93 info@e3-trainings.de www.e3-trainings.de

e³ trainings
Fokus für den Arbeitsalltag

Speed Reading Online

Trainerbegleitetes Onlinetraining

Viele Informationen im beruflichen und wissenschaftlichen Alltag müssen in kurzer Zeit, oft unter Druck aufgenommen und dennoch gut verstanden werden. Techniken für effizientes Lesen setzen große Potenziale frei und sorgen für deutliche Entlastung: Informationen können schneller selektiert, mit höherem Tempo und besserer Qualität verarbeitet und leichter behalten werden.

Speed Reading Online basiert auf dem bewährten Improved-Reading-Training mit dem Vorteil, dass die Teilnehmenden ihre Trainingszeit individuell bestimmen können.

Kursnutzen

- ✓ Die meisten Teilnehmenden verdoppeln ihr Lesetempo bei gleichbleibendem oder höherem Verständnis und können so wichtige Texte schneller bearbeiten.
- ✓ Das Lesen am Bildschirm wird erleichtert.
- ✓ Zeitersparnis beim Lesen und Fokus aufs Wesentliche, ohne dass etwas vom Inhalt verlorengeht.

Ein Produkt von:

improved reading®

Besser lesen. Mit System.

Kursinhalte

- ✓ Lernpsychologisch abgestimmte Abfolge von Übungen zum Abbau der Hauptlesefehler
- ✓ Effective Reading Rate macht Lesefähigkeit messbar
- ✓ Abhängigkeiten zwischen Lesetechnik und Konzentration bzw. Merkfähigkeit werden aufgezeigt
- ✓ Effiziente Lesetechniken und flexible Lese-strategien werden vorgestellt und eingeübt.
- ✓ Regelmäßige motivierende Tests zur eigenen Lernkontrolle
- ✓ Ein Trainer verfolgt Ihre individuelle Entwicklung, hilft aktiv mit Tipps und steht bei Fragen über ein Chat-System zur Verfügung.

Einfach starten

- ✓ Beginn jederzeit möglich (als Gruppe oder einzeln, auf Deutsch oder Englisch)
- ✓ Insgesamt ca. 10–12 Stunden innerhalb von 4 Wochen bei freier Einteilung

Technische Voraussetzungen:

- ✓ PC oder Tablet mit Internetverbindung und einem aktuellen Browser – keine Softwareinstallation notwendig

Jetzt buchen!

+49 721 14 54 21 93 info@e3-trainings.de www.e3-trainings.de

e³ trainings
Fokus für den Arbeitsalltag

train & see Online

Entspanntes Sehen trotz Bildschirmarbeit

Im Büro arbeiten die meisten Menschen am Bildschirm und damit im Nahbereich – und das häufig viel zu lange am Stück. Dadurch kommt es zu einer Überbeanspruchung des visuellen Systems und zu Symptomen von Seh-Stress, z. B. zu trockenen Augen, Kopf- und Nackenschmerzen und Energielosigkeit. Bei **train & see Online** erlernen die Teilnehmenden einfache Übungen für höhere Sehqualität und mehr Energie bei der Bildschirmarbeit.

Das **Onlinetraining** basiert auf unseren erfolgreichen Workshops, an denen schon mehrere Tausend begeisterte Menschen teilgenommen haben.

Kursnutzen

- ✓ Sie arbeiten entspannter und konzentrierter am Bildschirm.
- ✓ Die Übungen steigern Ihre Lebens- und Sehqualität – alle sind direkt am Arbeitsplatz ohne Hilfsmittel durchführbar.
- ✓ Sie haben mehr Energie und weniger Arbeitsausfälle aufgrund von Symptomen von Seh-Stress.
- ✓ Sie werden achtsam und selbstwirksam in Bezug auf gesundes Sehen.
- ✓ 3-monatige Begleitung macht den Transfer in den Alltag leicht

train &see

Kursinhalte

- ✓ 12 abwechslungsreiche Module mit dem Notwendigsten an Theorie und viel Praxis
- ✓ Handouts zu jedem Modul – ergeben bis Kursende ein umfangreiches Handbuch
- ✓ Aktivierende Begleitung der Teilnehmenden mit Transferimpulsen per E-Mail
- ✓ Kompakte Videos von 15 bis 25 Minuten mit motivierenden Übungen in jedem Modul
- ✓ Häufig gestellte Fragen zu jedem Modul ergänzen die Kurstheorie
- ✓ Praktische Tipps für den Bildschirmalltag

Einfach starten

Technische Voraussetzungen:

- ✓ PC oder Tablet mit Internetverbindung und einem aktuellen Browser – keine Softwareinstallation notwendig; Möglichkeit Videos mit Ton abzuspielen

Jetzt buchen!

+49 721 14 54 21 93 info@e3-trainings.de www.e3-trainings.de

e³ trainings
Fokus für den Arbeitsalltag

Blended Learning

Onlinetraining im Mix mit Präsenz- oder Live-Phasen

Unsere Blended-Learning-Angebote sind flexible Kombinationen von **Onlinetrainings**, in denen die Teilnehmenden individuell lernen und üben, **mit Gruppenschulungen**, die in Präsenz oder online stattfinden. Bei allen sind die Live-Anteile sinnvoll mit den Selbstlern-Anteilen, manche auch mit Onlinetrainings, verzahnt.

Beispielkonzepte

- ✓ Konzept 1 „**Effizientes Lesen am Bildschirm**“: für Gruppen, die einen schnellen Erfolg mit dem Lesetraining erzielen und mehr Zeit live mit ihrem Trainer verbringen wollen.
- ✓ Konzept 2 „**Effizientes Lesen für Postgrads**“: speziell an die Wissenschaft adressiertes Trainingskonzept mit drei Live-Sessions und längeren Selbstlern-Einheiten dazwischen.
- ✓ Konzept 3„**Speed Reading Online mit Live-Rahmen**“: Live-Schulungen in Präsenz oder online als Auftakt und Abschluss der Selbstlernphasen, machen die Mitarbeitenden mit Speed Reading Online vertraut, vermitteln wichtige Trainingstheorie und motivieren zum Dranbleiben.

Zielgruppen

- ✓ Konzept 1 eignet sich besonders für Gruppen, die im hektischen Arbeitsalltag mit einem reinen Selbstlernangebot nicht weiterkämen. Kürzere, dafür häufigere Live-Einheiten mit dem Trainer sorgen für Abwechslung, regelmäßige Fortschrittskontrolle und Motivation.
- ✓ Konzept 2 eignet sich speziell für Forschende und andere Zielgruppen, die ihre Lern- und Übungszeit besser frei einteilen sollten. Hier wird auch inhaltlich ein zusätzlicher Schwerpunkt auf die Arbeit mit wissenschaftlichen Texten gelegt.
- ✓ Konzept 3 eignet sich einerseits besonders für große Gruppen, wenn möglichst viele Mitarbeitende zusammen mit dem Onlinetraining starten sollen, und andererseits für Organisationen, die noch nicht viel Erfahrung mit Onlinetrainings haben, und ihre Mitarbeitenden gern mit positiver Haltung an Onlinetrainings heranführen möchten.

Technische Voraussetzungen

- ✓ Ggf. wird Ihr hausinternes Online-Meeting oder – Schulungstool benötigt.
- ✓ PC oder Tablet mit Internetverbindung und einem aktuellen Browser für alle Teilnehmenden – keine Softwareinstallation notwendig

+49 721 14 54 21 93 info@e3-trainings.de www.e3-trainings.de

e³ trainings
Fokus für den Arbeitsalltag

Deep Reading digital

Effektive Strategien für das Informationszeitalter

Digitale Medien bestimmen unseren Büroalltag. Informationen werden immer häufiger am Bildschirm aufgenommen. Aber unser Umgang damit ist immer noch „analog“.

Bei Deep Reading üben Sie effiziente Prozesse im Umgang mit digitalen Informationen praxisnah ein. Im Kurs lernen Sie gehirngerechte Lese- und Merkstrategien kennen und üben ihren Einsatz mit verschiedenartigen Texten – auf Wunsch direkt am Bildschirm. Das Training für Menschen, die Informationen nicht nur oberflächlich aufnehmen, sondern das Wesentliche erfassen und durchdringen müssen.

Kursnutzen

- ✓ Sie erschließen sich Texte systematisch und schnell. Wichtige Informationen bleiben länger im Gedächtnis und sind präsent, wenn Sie sie brauchen.
- ✓ Sie konzentrieren sich nur noch auf die wesentlichen Informationen und lassen sich nicht von unwichtigen ablenken.
- ✓ Sie reduzieren die zunehmende Belastung durch das Lesen am Bildschirm für Augen, Psyche und Konzentration und erreichen bessere Arbeitsergebnisse in kürzerer Zeit.

Ein Produkt von:

improved reading®

Besser lesen. Mit System.

Kursinhalte

- ✓ Erfolgreiches Vorgehen bei längeren Texten mit Besonderheiten beim Bildschirmlesen
- ✓ Relevante/benötigte Textstellen schneller erkennen und intensiver bearbeiten
- ✓ Verstehen und Anwenden erprobter Merkprozesse
- ✓ Augenentspannungsübungen – Energie für das Verarbeiten der Inhalte freisetzen
- ✓ Hoher Übungsanteil erhöht die Sicherheit bei der Anwendung im Büroalltag
- ✓ Tests, die Fortschrittskontrolle bieten und Motivation erzeugen
- ✓ 3-monatige Begleitung mit Transferimpulsen für nachhaltigen Kurserfolg

Standardformat: 2-tägiges Businesstraining mit maximal 12 Teilnehmenden

Jetzt buchen!

+49 721 14 54 21 93 info@e3-trainings.de www.e3-trainings.de

e³ trainings
Fokus für den Arbeitsalltag

Einfach Gelöst

undenkbar – denkbar – machbar

Persönliche Lösungskompetenz steigern. Schnell und ideenreich das optimale Ergebnis erzielen.

Mit unserem Workshop schaffen Sie den Spurwechsel weg von eingefahrenen Denkmustern und entdecken neue Lösungswege. So überwinden Sie Blockaden und entwickeln auch unter Erfolgs- und Zeitdruck neue Ideen, finden Alternativen oder optimieren bestehende Lösungen.

Sie erhalten leicht erlernbare Werkzeuge, die Sie sofort im Arbeitsalltag anwenden können. Damit generieren Sie als Einzelperson oder im Team in kürzester Zeit systematisch viele wertvolle Ideen. So lösen Sie Ihre kleinen und großen Aufgaben einfach, effizient und entspannt.

Kursnutzen

- ✓ Sie steigern Ihre persönliche Lösungskompetenz und generieren mehr und bessere Ideen als bisher.
- ✓ Sie entwickeln Ideen und Lösungen mit Freude, kreativ und schnell.
- ✓ Sie wählen systematisch die besten Ideen aus und bereiten ihre Umsetzung optimal vor.
- ✓ Sie lernen mithilfe der neuen Techniken, Ihren kreativen Fähigkeiten zu vertrauen.

Kursinhalte

- ✓ Ideen-Werkzeugkasten mit praxistauglichen Techniken
- ✓ Anwenden der Techniken an eigenen, konkreten Aufgaben
- ✓ Eine positive Einstellung zur eigenen Kreativität entwickeln
- ✓ Optimale Rahmenbedingungen schaffen, um Ideen zu entwickeln
- ✓ 3-monatige Begleitung mit Transferimpulsen für nachhaltigen Kurserfolg

Standardformat: 2-tägiges Businesstraining mit maximal 12 Teilnehmenden

Jetzt buchen!

+49 721 14 54 21 93 info@e3-trainings.de www.e3-trainings.de

e³ trainings
Fokus für den Arbeitsalltag

Improved Reading

Schneller lesen – besser verstehen

Schneller lesen und gleichzeitig mehr vom Text verstehen – geht das? Ja, denn genau dies ist die Pointe unseres Ansatzes: Ein höheres Lesetempo ist zwingend erforderlich, um die Gehirnkapazität optimal auszulasten und das ständige Abschweifen der Gedanken zu verhindern.

Effizientes Lesen umfasst zwei Aspekte: dynamische Blickprozesse und flexible Lesestrategien. Im Kurs trainieren Sie neue Lesetechniken, um Texte schneller zu erfassen, Ihr Tempo angemessen zu variieren und sich aufs Wesentliche zu konzentrieren. So macht Lesen wieder Spaß!

Improved Reading wurde als einziges Lesetraining von der Stiftung Warentest mit „gut“ bewertet.

Kursnutzen

- ✓ Die meisten Teilnehmenden verdoppeln ihr Lesetempo bei gleichbleibendem oder höherem Verständnis und können so wichtige Texte schneller bearbeiten.
- ✓ Konzentration und Merkfähigkeit beim Lesen werden gesteigert.
- ✓ Zeitersparnis beim Lesen und Fokus aufs Wesentliche, ohne dass etwas vom Inhalt verlorengeht.

Ein Produkt von:

improved reading®

Besser lesen. Mit System.

Kursinhalte

- ✓ Übungen zum Abbau der drei Hauptlesefehler
- ✓ Speziell entwickelte Rate-Controller-Geräte bzw. Improved-Reading-App unterstützen beim Steigern der Leseeffizienz
- ✓ Effective Reading Rate macht Lesefähigkeit messbar
- ✓ Abhängigkeiten zwischen Lesetechnik und Konzentration bzw. Merkfähigkeit
- ✓ Regelmäßige, motivierende Tests, bei denen die Teilnehmenden ihre Fortschritte während des Kurses ermitteln
- ✓ Flexible Lesestrategien verstehen und anwenden
- ✓ Bleib-dran-Plan und 3-monatige Begleitung mit Transferimpulsen, um Ihren Arbeitsalltag nachhaltig zu verändern

Standardformat: 2-tägiges Businesstraining mit maximal 12 Teilnehmenden

+49 721 14 54 21 93 info@e3-trainings.de www.e3-trainings.de

e³ trainings
Fokus für den Arbeitsalltag

Lesen am Bildschirm

Improved Reading am Computer erleben

Lesen im Büro findet inzwischen fast ausschließlich am Bildschirm statt. Das ist anstrengender, als das Lesen vom Papier und liefert schlechtere Ergebnisse. Die Übungen in diesem Präsenztraining im Blended-Learning-Format sind darauf ausgerichtet, das sinnentnehmende Lesen am Bildschirm zu erleichtern und zu beschleunigen.

Die Teilnehmenden arbeiten praxisnah direkt am Computer auf einer speziell für diesen LeseWorkshop entwickelten Lern-Plattform. Die theoretischen Grundlagen werden von einem Trainer vermittelt, der die Teilnehmenden mit Tipps auch individuell begleitet.

Kursnutzen

- ✓ Mit effizienten Lesetechniken Zeit gewinnen und das Textverständnis verbessern
- ✓ Inhalte beim Bildschirmlesen leichter, konzentrierter und nachhaltiger aufnehmen
- ✓ Durch die Informationsflut bedingten Stress abbauen
- ✓ Leichterer Transfer in den Arbeitsalltag, denn alle Übungen finden direkt am Bildschirm statt

Ein Produkt von:

improved reading®

Besser lesen. Mit System.

Kursinhalte

- ✓ Übungen zum Abbau der drei Hauptlese-fehler
- ✓ Effective Reading Rate macht Lesefähigkeit messbar
- ✓ Flexible Lesestrategien verstehen und anwenden
- ✓ Regelmäßige, motivierende Tests, bei denen die Teilnehmenden ihre Fortschritte während des Kurses ermitteln
- ✓ Abhängigkeiten zwischen Lesetechnik und Konzentration bzw. Merkfähigkeit
- ✓ Speziell entwickelte Übungen am Computer unterstützen beim Steigern der Leseeffizienz
- ✓ Übungen zur Augenentspannung
- ✓ Bleib-dran-Plan und 3-monatige Begleitung mit Transferimpulsen, um Ihren Arbeitsalltag nachhaltig zu verändern

Standardformat: 2-tägiges Businesstraining mit maximal 12 Teilnehmenden

Jetzt buchen!

+49 721 14 54 21 93 info@e3-trainings.de www.e3-trainings.de

e³ trainings
Fokus für den Arbeitsalltag

train & see

Entspanntes Sehen trotz Bildschirmarbeit

Im Büro arbeiten die meisten am Bildschirm und damit im Nahbereich – und das häufig viel zu lange am Stück. Die Folge: Symptome von Seh-Stress (z. B. trockene Augen, Kopf- und Nackenschmerzen, Energielosigkeit, in der Medizin auch als Office-Eye-Syndrom bekannt). Bei train & see erhalten Sie ein Verständnis über den Sehvorgang und die Probleme, die sich aufgrund ungünstiger Sehgewohnheiten ergeben.

Wir öffnen Ihnen die Augen für den Sehsinn und geben Ihnen Ideen, wie Sie Seh-Stress vermeiden. Am beliebtesten sind die mitreißenden Workshops, in denen wir die Teilnehmenden in Bewegung bringen. Unser Angebot für Ihr betriebliches Gesundheitskonzept umfasst daneben auch Vorträge, Beratungsleistungen (z. B. zur Ergonomie) und Mitarbeiter-Screenings.

Kursnutzen

- ✓ Sie sind in der Lage, den Arbeitstag am Bildschirm viel entspannter und konzentrierter zu bewältigen.
- ✓ Sie lernen mithilfe einfacher Techniken und Übungen, Ihre Lebens- und Sehqualität nachhaltig zu steigern.
- ✓ Sie wissen, wie Sie möglichst viel Energie freisetzen können, um Ihre tägliche Arbeit mit Elan zu bewältigen und Arbeitsausfälle zu verringern.
- ✓ So nehmen Sie viele Impulse auf, um achtsamer und vor allem selbstwirksam in Bezug auf gesundes Sehen zu werden

train &see

Kursinhalte Einführungsworkshop

- ✓ Einfache Übungen aus dem Visualtraining, die sich leicht in den Büroalltag integrieren lassen.
- ✓ Theoretische Grundlagen zum Verständnis des Sehvorgangs
- ✓ Eigene Defizite werden erkannt und Ursachen analysiert.
- ✓ 3-monatige Begleitung mit Transferimpulsen, um Ihren Arbeitsalltag nachhaltig zu verändern

Standardformat: Halbtages-Workshop mit maximal 20 Teilnehmenden

+49 721 14 54 21 93 info@e3-trainings.de www.e3-trainings.de

e³ trainings
Fokus für den Arbeitsalltag

Werte- und Visionsarbeit

Was sind meine beruflichen Werte und meine berufliche Vision?

Wenn ich nicht weiß, was ich wirklich möchte, dann wird es schwierig, den richtigen Weg zu finden. Die Frage zu den eigenen Werten stellen sich nur wenige Menschen, wobei gerade die eigenen Werte die Leitlinien für den eigenen Lebensweg sein sollten. Um das herauszufinden, spielen Fragen wie was ist mir wichtig, was tut mir gut und wann fühle ich mich erfüllt eine große Rolle.

Wenn mir meine Werte bekannt sind, dann ist es spannend, wie ich diese in die Welt bringen möchte und dazu ist eine klare Ausrichtung gut. Also die Frage, wo soll es die nächsten 3-5 Jahre hingehen.

Beides klären wir einem mindestens 1-Tagesworkshop und ob das Auszubildende beim Start sind, oder am Ende der Ausbildung, für Teams, die sich besser kennenlernen möchten oder Führungskräfte, die Ihr Team positiv begleiten wollen, spielt keine Rolle. Wichtig ist, es irgendwann und dann immer wieder zu tun.

Kursnutzen:

- ✓ Sie verstehen für was Werte und Visionen so wichtig sind.
- ✓ Sie wissen, ob sie am richtigen Platz sind.
- ✓ Sie kennen Ihre Werte und haben ein anziehendes Bild von Ihrer beruflichen Vision und Ausrichtung.
- ✓ Sie sind motiviert auch die notwendigen Schritte anzugehen.

Kursinhalte:

- ✓ Wertearbeit in Bezug auf die persönlichen, beruflichen Werte (Definition und Präsentation).
- ✓ Werte und Vision im Kontext der Selbstmanagement-Matrix
- ✓ Warum sind Werte und Visionen im Arbeitsleben so wichtig?
- ✓ Visionsarbeit mit der kreativen Erstellung einer Visionscollage und Vorstellung der eigenen Vision in der Gruppe. .

Standardformat: 1-tägiger Workshop mit maximal 10 Teilnehmenden

+49 721 14 54 21 93 info@e3-trainings.de www.e3-trainings.de

e³ trainings
Fokus für den Arbeitsalltag

Vortragsprogramm

7 Themen, die zünden!

Diese interaktiven und kurzweiligen Vorträge dauern circa 90 Minuten, bieten sofort umsetzbare Tipps und Impulse und leben auch vom Austausch mit dem Publikum, das die Möglichkeit hat, Fragen zu stellen. Alle lassen sich in Präsenz oder online umsetzen. Hier finden Sie die ausführlichen Beschreibungen **https://e3-trainings.de/webinare-und-impulsvortraege/**

Themen

- ✓ **Klar, weiß ich!**
  Die digitale Informationsflut bewältigen
- ✓ **Voll aufs Auge!**
  Entspanntes Sehen trotz Bildschirmarbeit
- ✓ **Hört auf zu lesen!**
  Lesestrategien für den Berufsalltag
- ✓ **Spielend leicht zur Lösung!**
  Heldenhafte Ideen für Ihr Business
- ✓ **Gesundes Führen!**
  Fängt bei einem selbst an!
- ✓ **Beim 1. Mal verstanden werden!**
  Schnell und knackig schreiben
- ✓ **Es könnte so einfach sein!**
  Im schnellen Wandel den Überblick behalten

+49 721 14 54 21 93 **info@e3-trainings.de** **www.e3-trainings.de**

e³ trainings
Fokus für den Arbeitsalltag

Kunden

Auszug aus unserer Kundenliste

ADM
WILD
AOK Die Gesundheitskasse.
GRIESHABER Logistics Group
hauraton
chiron
Karlsruhe
HAGOS
e.dis
Information und Technik Nordrhein-Westfalen
Baden-Württemberg JUSTIZMINISTERIUM
BLANCO
Sparkassenverband Baden-Württemberg Sparkassenakademie
IB
STADT-REINIGUNG LEIPZIG
MANNHEIM BUSINESS SCHOOL
SIEMENS
Sparkasse Hochschwarzwald
Fraunhofer ISI
IT DESIGNERS GRUPPE
Volksbank Hochrhein
FOM Hochschule
FREUDENBERG INNOVATING TOGETHER
LBBW
STUTTGART AIRPORT
Große Kreisstadt Waldshut-Tiengen
Bundesagentur für Arbeit bringt weiter.
e·on
Die Stuttgarter Der Vorsorge-Versicherer
FÜHRUNGSAKADEMIE BADEN-WÜRTTEMBERG
revolution market research
BITBW
LIDL
ELE
GRENKE
WBS TRAINING
sgd 75 JAHRE
BANTLEON
MRI Max Rubner-Institut
WMF
w&w gruppe
NTT DATA Trusted Global Innovator
PLANA Küchenland
psd Bank Karlsruhe-Neustadt eG
SCHMALZ
srh Fernhochschule – The Mobile University
STIHL
Süwag
SV Sparkassen Versicherung
universität freiburg

Kontakt

Wir freuen uns auf Ihre Anfrage!

e³ trainings

Inhaber Thomas Wunderberg

Fiduciastr. 8

76227 Karlsruhe

Tel.: +49 721 / 14 54 21 93

E-Mail: info@e3-trainings.de

Web: **www.e3-trainings.de**

Zusätzliche Informationen zum Visualtraining
train & see finden Sie auch unter **www.trainandsee.de.**