









Ihr persönliches Bildungsangebot





Seminare

Seminarnummer: 1104

Webinar: Gesund beim mobilen Arbeiten

 Termin	04.04.2025
 Abschluss	bbw Teilnahmebescheinigung
 Unterrichtsform	Seminar
 Dauer	8 Stunden
Zeiten	08:30 - 16:30 Uhr
 Gebühr	590 €* * Dieses Seminar ist von der Umsatzsteuer befreit.
Förderung	Selbstzahler
 Weitere Termine	11.11.2025 08:30 - 16:30 Uhr

 **Ansprechpartnerin**
Jacqueline Lebe
Tel.: 030/31005-130
Fax: 030/31005-120
Mail: jacqueline.lebe@bbw-akademie.de

 **Veranstaltungsort**
Charlottenburg, Haus der Wirtschaft
Am Schillertheater 2
10625 Berlin

Perspektiven

In diesem Webinar lernen die Teilnehmenden, wie sie sich optimale Arbeitsbedingungen zu Hause schaffen, ihren Arbeitstag effizient strukturieren, den Kontakt zu ihren Kolleginnen und Kollegen halten, ihr Pausenmanagement verbessern und wie ihnen eine klare Trennung zwischen Berufs- und Privatleben gelingt.

Inhalte

Die mobile Arbeit im eigenen Zuhause stellt andere und neue Herausforderungen stehen, die gemeistert werden müssen. Mobiles Arbeiten und Home-Office setzen ein hohes Maß an Disziplin und Selbstorganisation voraus, um eine klare Trennung zwischen Berufs- und Privatleben zu erhalten. In diesem Webinar lernen die Teilnehmenden, wie sie sich optimale Arbeitsbedingungen zu Hause schaffen, ihren Arbeitstag effizient strukturieren, den Kontakt zu ihren Kolleg*innen halten, ihr Pausenmanagement verbessern und wie ihnen eine klare Trennung zwischen Berufs- und Privatleben gelingt.

Die Seminarinhalte im Einzelnen:

- Neue Herausforderungen in der mobilen Arbeit
- Gesunde Gestaltung des mobilen Arbeitsplatzes
- Effiziente Tagesplanung
- Pausenmanagement
- Kontakt halten mit Kolleginnen und Kollegen
- Trennung von Berufs- und Privatleben
- Besondere Herausforderung Homeoffice mit Kind(ern)

Zielgruppe	Mitarbeiter*innen und Führungskräfte die vermehrt mobil oder im Home-Office arbeiten und die neuen Anforderungen und Herausforderungen erfolgreich meistern wollen
Zugangs- voraussetzungen	Sie können ganz einfach und von überall an einer Sitzung teilnehmen - mit einem kompatiblen Computer oder von einem Mobilgerät aus. Das Seminar wird in GoToTraining durchgeführt. Nutzen Sie den ""Verbindungs-Check
Enthaltene Leistungen	Kurzeinführung zur Webinar-Software, interaktives Online-Seminar, Seminarunterlagen, Beantwortung individueller Fragen
Referent / Dozent	Frau Mai Wallner
