

## Homeoffice - Chancen und Risiken

Arbeiten im Homeoffice ermöglicht viele Chancen, wie z.B. eine flexible Zeiteinteilung, kurze bis gar keine Wege zum Arbeitsplatz und eine hohe Selbstbestimmung in der Tätigkeit. Auf der anderen Seite weicht der klare Rahmen der Arbeitsabläufe auf, die geringe Distanz zum privaten Umfeld und der meist nur noch virtuelle Kontakt zu z.B. Geschäftspartner\*innen stellen hohe Anforderungen an die Selbstorganisation. Die braucht es aber, um bei veränderten räumlichen, sozialen und privaten Bedingungen einen kühlen Kopf zu bewahren, den eigenen Ansprüchen gerecht zu werden und arbeitsfähig zu bleiben.

In diesem Seminar erhalten Sie praktische Anregungen und konkrete Methoden, um Ihre Arbeit im Homeoffice gut zu gestalten.

## Inhalt

- gewinnbringende Planung Ihres Arbeitstages im Homeoffice
- Erkennen und Minderung von Zeitdieben
- Priorisierung von Aufgaben
- Pausenkultur etablieren
- Balance zwischen Arbeit und Privatem finden

Für das Seminar gilt:

So viel Theorie wie nötig und so viel Praxis wie möglich. Spitzen Sie schon mal Ihren Bleistift!

Zeit: Do, 24.03.2022, 9-16 Uhr, 1 Termin

Ort: Hildesheim, Bischof-Janssen-Straße 31, Kreishaus, kleiner Sitzungssaal (Eingang B)

Dozentin: Dipl. Ing. Angelika Liebrecht; Coach, Supervisorin, Mediatorin

Zielgruppe: Führungsverantwortliche und Mitarbeitende

Kosten: für Mitglieder kostenfrei,

für NICHT-Mitglieder 60 € (bei Eintritt ins Netzwerk Familie und Wirtschaft e.V. entfallen die Kosten)

## Anmeldung:

Koordinierungsstelle Frauen und Wirtschaft Hildesheim,  
05121 309-6003, kontakt@ko-stelle.lkhi.de



In Kooperation mit der  
Volkshochschule Hildesheim gGmbH

Bildungs- und Beratungszentrum  
Volkshochschule  
Hildesheim

Bildung öffnet Türen



Stadt + Landkreis Hildesheim

**NETZWERK**  
Familie und Wirtschaft e.V.

## Gemeinsam gewinnen Mitgliedschaft rechnet sich!

Ihr Arbeitgeber ist Mitglied im Netzwerk Familie und Wirtschaft e. V., um Sie, liebe Mitarbeiterinnen und Mitarbeiter, dabei zu unterstützen, Beruf und Familie besser zu vereinbaren.

Netzwerk Familie und Wirtschaft e.V.  
Bischof-Janssen-Str. 31  
31134 Hildesheim  
Telefon: 05121 309 6003  
E-Mail: kontakt@ko-stelle.lkhi.de  
Web: www.familie-wirtschaft.net