

TA MAKTEN ÖVER DIN EGEN TID

Ta första steget mot en effektivare, roligare och enklare vardag!

Boka en inspirationsföreläsning med **Michael Alphov som innehåller många konkreta och handfasta effektivitetstips. Föreläsningen är en perfekt aktivitet för er kick-off, er konferens eller som en del i er verksamhets utvecklingsarbete!**

Föreläsningens övergripande mål är att alla deltagare ska få mängder av nya insikter och verktyg som är direkt användbara i vardagen. Föreläsningen genomförs på ett pedagogiskt, lättsamt och inspirerat sätt där "igenkänningsfaktorn" är hög och skratt blandas med allvar.

SÅ HÄR GÅR DET TILL

Föreläsningen genomförs på den tid och plats (fysiskt eller digitalt) som ni önskar. Innan föreläsningen stäms innehåll och inriktning av. Allt för att verkligen säkerställa att fokus kommer vara på delar och metoder som ni har användning av i er väg till att ta makten över er tid!



Min 45 min max 120 min



Valfritt antal deltagare



Fysiskt på plats eller digitalt

Investering: 33000 kr ex. moms + ev. resa/boendekostnad



**MICHAEL
ALPHOV**

TA MAKTEN ÖVER DIN EGEN TID

SOM ÅHÖRARE KOMMER DU ATT:

- Få förståelse för vikten av rätt attityd, träning, disciplin och inställning för att lyckas nå dina mål och minska dina tidstjuvar
- Genomgång av de fem områden som behövs för att skapa förutsättningar för ett bra självledarskap och personlig effektivitet
- Lära dig hur du sätter konkreta mål nedbrutna på dags-, vecko-, månads-, kvartals- och årsnivå
- Lära dig prioritera rätt med den geniala "Eisenhowermetoden"
- Genomgång av vilka block en arbetsdag består av för att pulsera och planera din egen tid efter dina egna behov och förutsättningar
- Lära dig hur du gör kalendern till din bästa vän genom en realistisk och proaktiv planering
- Få en enkel och välfungerande metod för att ta makten över informationsflödet
- Lära dig hur du ska kunna arbeta enligt "tom inkorgsprincipen"
- Lära dig hur du skapar superstruktur i inkorgen
- Få tips på smarta och användbara funktioner i Outlook (om detta önskas och tid finns)
- Lära dig vad som passar och inte passar på din att-göra lista
- Få förståelse varför dag-/veckosummering är en viktig hörnsten i effektivt arbete

VEM PASSAR FÖRELÄSNINGEN FÖR?

Föreläsningen passar alla tjänstemän, oavsett befattningar då alla har stora vinster av att med en ökad personlig effektivitet minska sina tidstjuvar samt frigöra tid och energi.

Kunderna, som redan idag anlitar Michael som föreläsare är en blandning av stora börsnoterade koncerner, privata bolag och offentliga/kommunala/statliga verksamheter. Givetvis kan föreläsningen genomföras både på svenska och engelska.

OM MICHAEL

Han har under de senaste 15 åren utbildat och föreläst inom effektiva arbetsmetoder. Innan dess har han arbetat som Training & development manager inom British Airwayskoncernen, varit fotbollstränare på elitnivå, Account manager i ett av världens största telekombolag, konsultchef samt har startat fyra bolag. Han har även varit lagkapten i Team Rynkeby Göteborg som är ett stort välgörenhetsprojekt till förmån för Barncancerfonden.

INFORMATION, FRÅGOR & BOKNING

Michael Alphov

0768-610935

michael@alphov.se

www.michaelalphov.se

Effektiva Metoder Norden AB