

**Noch mehr Zeit für das Wesentliche
Zeitmanagement neu entdecken**

Seiwert, L.; Goldmann Verlag

ISBN-10: 3442170591

ISBN-13: 978-3442170593

Lothar Seiwert hilft uns herauszufinden, was jenseits der Alltagshektik im Leben wirklich zählt und wichtig ist. Er präsentiert eine Fülle von Techniken und Tools, Methoden und Regeln für ein modernes Zeitmanagement im Beruf und Privatleben. Sein Grundlagen- und Arbeitsbuch zur Work-Life-Balance gibt überzeugende Antworten, wie man ein erfüllteres Leben mit Glück und Gelassenheit erlangt. Zahlreiche Übungen, Checklisten und Tipps helfen, das Gelesene zu verinnerlichen und in den Alltag zu übertragen.