

Die WissensAgentur

Alexandra Graßler www.wissensagentur.net

**Angebot für
Frau Tanja Gubo**

Netzwerk FLOW Unternehmerinnen-Netzwerk e.V.

Workshops: Rhetorik und Selbstmanagement

:: praktisches Wissen für die Mitgliedsfrauen von FLOW ::

**Die WissensAgentur
Alexandra Graßler**

**Selbstmanagement &
Social Media Training**

✉ Zum Vogelherd 4
93191 Rettenbach

Tel 0 94 62 / 94 24 555

Fax 03212 / 102 41 48

Mobil 0176/55107680

eMail info@wissensagentur.net

www www.wissensagentur.net

Datum 10-02-2022

Die WissensAgentur

Alexandra Graßler www.wissensagentur.net

Inhaltsverzeichnis

1	Seminare für Flow-Mitgliedsdamen als Selbstzahler	3
1.1	Rhetorik.....	4
1.2	Selbstmanagement	5
2	Zusammenfassung von Daten und Raumanforderungen.....	6
3	Leistungen	7
4	Profil der Beraterin.....	8

Die WissensAgentur

Alexandra Graßler www.wissensagentur.net

1 Seminare für Flow-Mitgliedsdamen als Selbstzahler

Damit die Mitgliedsdamen von Flow die Möglichkeit haben auch die beiden Themenbereiche Selbstmanagement und Rhetorik als Workshops wahrzunehmen, werden Termine angeboten, die nur für Flow offen sind.

Da der Rhetorik-Kurs ja im Normalfall ein Ganztageskurs ist, würde ich das auch sehr empfehlen. Dann können wir uns mit Storytelling, Powerpoint und dem Vortragen an sich beschäftigen.

Bei der Kalkulation der Selbstzahlerpreise geb ich auch hier jedem einzelnen Mitglied einen **Rabatt von 20 %**.

Da für beide Themen Ganztageskurse sinnvoll sind, biete ich euch folgende Konditionen an:

Statt 199 € je Kurs werden nur 159 € pro Teilnehmerin fällig. (Diese Preise sind brutto)

Mindestteilnehmerzahl sind 8 Personen pro Kurstag.

Buchung und Rechnungsstellung läuft direkt über mich. Können wir alles mit Online-Buchung realisieren, so dass das finanziell ordnungsgemäß abgewickelt wird.

Geplante Termine:

- Rhetorik-Kurs am Sa 19. November 2022 von 9 – 17 Uhr
- Selbstmanagement-Kurs am Sa 4. Februar 2023 von 9 – 17 Uhr

Die **Online-Sprechstunde** (90 Minuten) am 30. Juni 2022 um 18 Uhr würde ich euch **kostenfrei** anbieten. Voraussetzung sind vorher eingereichte Fragen. Dazu stelle ich noch ein Formular zur Verfügung.

Dieses Angebot ist freibleibend und bis zum 31.03.2022 gültig. Alle Preise verstehen sich zzgl. aktuell gültiger Ust. falls nicht anders angegeben.

Die WissensAgentur

Alexandra Graßler www.wissensagentur.net

1.1 Rhetorik

(offizielle Seminarbeschreibung)

Wie hält man locker und lässig eine Rede...?

Bist du nervös, wenn du eine Rede halten sollst? Schlägt dir das Herz bis zum Hals und in deinem Kopf ist plötzlich gähnende Leere?

Ach ja, das ist wirklich nicht so leicht, locker und frei beim Vortragen zu sein. Doch die gute Nachricht ist, dass sich das lernen lässt.

Wenn du weißt, wie du dich vorbereiten kannst, wie du ein gutes Gerüst für deine Rede entwirfst und wie du deine Nervosität in den Griff bekommst, dann wird dir das alles leichter gelingen.

Und wenn du dich selbst erlebst, dass du das hinkriegst, eine gute Rede zu halten, wirst du unglaublich stolz auf dich sein.

Redeangst gehört zu den am häufigst genannten Ängsten überhaupt. Es zu schaffen damit umzugehen, wird dir in deinem ganzen Leben Auftrieb verleihen.

Was erwartet dich?

In diesem Kurs lernst du ein Storytelling-Skript kennen, das du auf jede Art von Rede, Präsentation und Vortrag anwenden kannst.

Damit gehst du sicher, dass du an alle wichtigen Punkte denkst, die Aufmerksamkeit deiner Zuhörer:innen behältst und – man mag es kaum glauben ;) selbst Freude haben wirst dabei, die Rede zu halten.

Die WissensAgentur

Alexandra Graßler www.wissensagentur.net

Im Kurs entwickelst du eine Kurzrede, die du üben und halten wirst. Du bekommst wertvolles und wertschätzendes Feedback, das dich wirklich voran bringt.

Alle verwendeten Unterlagen bekommst du inkl. einer ausführlichen Link- und Literaturliste im Nachgang. So dass du jederzeit darauf zurückgreifen kannst.

Dauer des Workshops 7 Stunden.

Termin: Sa 19.11.2022 von 9 - 17 Uhr

1.2 Selbstmanagement

(offizielle Seminarbeschreibung)

Wieder entspannt am Schreibtisch arbeiten? Das geht! Haben Sie manchmal das Gefühl, dass Ihre To-Do-Liste immer nur länger wird? Dass Sie viel zu viel Zeit mit Suchen verbrauchen, anstatt Ihre Projekte vorwärts zu bringen?

Oder führt Ihr Schreibtisch etwa ein Eigenleben? Füllt er sich wie von allein, stapelt er manchmal wie von selbst Papiere aufeinander und scheint Wichtiges gern vor Ihnen zu verstecken? Wenn Ihnen das alles irgendwie bekannt vorkommt, dann stellen Sie um auf strategisches Selbstmanagement.

20% mehr Platz – auf dem Schreibtisch und im Kopf, das wäre ein Traum, oder? Lassen Sie diesen Traum wahr werden. Wir werden gemeinsam in diesem Seminar den zähen Stapeln auf Ihrem Schreibtisch zu Leibe rücken.

Sie werden den Papiertiger zähmen und in die passenden Käfige sperren!

Mit Hilfe von kleinen Schritten lässt sich jeder noch so große Berg bezwingen. Gleiches gilt für die digitale Flut, auch das lässt sich in den Griff bekommen!

Die WissensAgentur

Alexandra Graßler www.wissensagentur.net

Ein System zu finden, das genau zu Ihnen passt, macht den Unterschied aus. Wer es schafft seine persönlichen Routinen zu etablieren und die Gewohnheiten in eine positive Richtung zu lenken, gewinnt Zeit und gute Laune beim Arbeiten. Wie sich das umsetzen lässt, welche Tipps und Tools es dazu gibt – genau das erleben Sie in diesem Seminar.

Der erste Teil ist dem „Überblick gewinnen“ und „Ausmisten“ gewidmet.

- Was ist dazu die beste Vorgehensweise?
- Wie lassen sich Dinge und Papiere organisieren?
- Was können Sie tun um Ihre Projekte vorwärts zu bringen und sich nicht von der Fülle überwältigen lassen?

Im zweiten Teil bauen Sie gute Gewohnheiten auf. Diese fungieren als Anker und werden Ihnen helfen, immer wieder vom Chaos zur Ordnung zurückzukehren.

- Welche Systeme können Sie dazu nutzen?
- Was ist eine wirklich gute Zeiteinteilung für Sie?
- Wie lässt sich übergreifend an Projekten arbeiten?

Im Nachgang gibt es für alle Teilnehmerinnen ein ausführliches PDF, das hilfreiche Links und eine Zusammenfassung der Inhalte bereitstellt.

Dauer des Workshops 7 Stunden. Termin: Sa 04.02.2023 – 9 – 17 Uhr

2 Zusammenfassung von Daten und Raumanforderungen

- **Rhetorik** – 19.11.2022 Ganztage – WLAN wird nicht benötigt, größerer Raum, da vieles in Gruppenarbeit stattfindet und viel geredet wird
- **Sprechstunde Social Media** – 30.06.2022 – online
- **Selbstmanagement** - 04.02.2023 WLAN nur für Referentin

Die WissensAgentur

Alexandra Graßler www.wissensagentur.net

In allen Fällen wird ein Beamer (falls nicht vorhanden, kann ich den mitbringen) und Flipchart benötigt.

Die TeilnehmerInnen sollten etwas zum Schreiben dabei haben.

3 Leistungen

In den Konditionen ist enthalten:

- Durchführung der Workshops
- wenn in der Workshop Beschreibung genannt, Bereitstellung einer Linkliste in virtueller Form mit allen vorgestellten Informationen zum Thema

Die WissensAgentur

Alexandra Graßler www.wissensagentur.net

4 Profil der Beraterin

Alexandra Graßler (50) arbeitet als Unternehmensberaterin und ist Fachfrau in den Bereichen Strukturaufbau und Social Media.

Sie ist seit 1995 selbständig im Lehr- und Beratungsbereich und betreut Kunden in ganz Deutschland. Ihre Tätigkeit umfasst Einführungen von Wissensmanagement, Aufbau einer ganzheitlichen Personalentwicklung, Kaizen/KVP-Einführungen, gezielte Prozessoptimierungen und Selbstorganisation.

Im Bereich Social Media berät und begleitet sie beim Aufbau von professionellen Online-Präsenzen, Online-Marketing und der Nutzung sinnvoller Tools.

Ihre Erfahrungen gibt sie regelmäßig in Vorträgen und Publikationen weiter.



Virtuelle Präsenzen:

- Homepage: www.wissensagentur.net
- Profil XING: https://www.xing.com/profile/Alexandra_Grassler
- Fanpage Facebook: <http://www.facebook.com/Die.Wissensagentur>
- Instagram-Account: <https://www.instagram.com/wissensagentur/>
- Twitter-Account <http://www.twitter.com/wissensagentur.net>

Auswahl Kunden (in alphabetischer Reihung)

arvato Bertelsmann Verlag, Dick GmbH Metten, Edscha Hengersberg, equal Ostbayern, Gewerbeverband Passau, Hacker Feinmechanik GmbH Offenberg, Juchem Gruppe Eppelborn, Bezirksjugendring, Kontron AG Deggendorf, Mo-dehaus Schwarz Pegnitz, Rottal-Terme Bad Birnbach, Sparkasse Passau, Troiber e.K. Hofkirchen, Siemens Berlin, VRNZ (Radiologenverband Bayern), WIEHAG GmbH Altheim (Österreich)

Vorträge und Veröffentlichungen (Auszug):

- Fallstudie: Durchführung eines Reaktivierungsprozess von KVP - Buch-Beitrag in Business Prozessmanagement
(Der Buch-Beitrag kann gern auf Wunsch zur Verfügung gestellt werden.)
- Kosten sparen mit Kaizen - Artikel in der Niederbayerischen Wirtschaft
- Einsatzmöglichkeiten von Wikis in Unternehmen