

FORUM Akademie Seminar

Effiziente Chefentlastung

Seminarinhalte

Rollenverständnis & Erwartungsmanagement:

- Vom „Zuarbeiter“ zum Co-Piloten – die eigene Rolle klären und aktiv gestalten.

Priorisierung mit dem Dreifach-Filter:

- Wer wartet darauf?
- Was passiert, wenn nicht heute?
- Wie lange dauert es wirklich?
- Plus: die 10-10-10-Notbremse für Drucksituationen.

Chef-Fokus:

- Kommunikation & Antizipation – Verhaltensmuster der Führungskraft erkennen und die eigene Kommunikation situativ anpassen.

Selbstorganisation & Unterbrechungsmanagement:

- Die 4 Typen, die den Tag kapern – und 3 sofort einsetzbare Hacks dagegen.

Stresskompetenz & Abgrenzung:

- Die STAR-Ampel für akute Drucksituationen – bewusst verschieben können, statt alles sofort erledigen zu müssen.

Transfer & Abschluss:

- Die eigenen kritischen Tagesphasen erkennen und eine persönliche Mini-Routine für den Alltag mitnehmen.

Zielgruppe

- Assistenz
- Office-Management
- Sekretariat

Wichtige Informationen

Termin

10. Dezember 2026, 9 bis 17 Uhr

Ort

Symposion Rainers Hotel Vienna,
Gudrunstraße 184, 1100 Wien

Referent

Mag. Gudrun Mikula

Einzelpreis

€ 710,- (zzgl. MwSt.)

Der Preis beinhaltet umfassende Seminarunterlagen sowie eine Teilnahmebestätigung.

10 % Frühbucher-Rabatt

Bei frühzeitiger Buchung erhalten Sie 10 % Frühbucher-Rabatt auf den Seminarpreis.

10 % Rabatt ab zwei Teilnehmer:innen

Bei gleichzeitiger Anmeldung mehrerer Teilnehmer:innen eines Unternehmens an einem Seminar, gewähren wir einen Rabatt in Höhe von 10% für alle Teilnehmer:innen.

Teilnahmebedingungen und AGB

Mit der Anmeldung zum Seminar akzeptieren Sie die AGB sowie die Teilnahmebedingungen der FORUM Akademie.

Die AGB finden Sie unter forum-akademie.at/agb

Die Teilnahmebedingungen finden Sie unter forum-akademie.at/teilnahmebedingungen



Die Anmeldemöglichkeit finden Sie auf der nächsten Seite!

☒ **Ja**, wir melden uns mit ____ Teilnehmer:innen zu folgendem Seminar an:

Effiziente Chefentlastung

☐ Termin: 10. Dezember 2026, 9 bis 17 Uhr

Ort: Symposion Rainers Hotel Vienna,

Gudrunstraße 184, 1100 Wien

Artikelnummer: 15648700 | 100300-11

Preis: € 710,- (zzgl. MwSt.)

Rechnungsanschrift:

Firma / Branche / Mitarbeiteranzahl

Titel / Vorname / Nachname / Funktion

Straße / PLZ / Ort

Telefon / E-Mail-Adresse

Datum / Unterschrift

10 % Rabatt
bei frühzeitiger Buchung oder
ab zwei Teilnehmer:innen

Folgende Personen nehmen am Seminar teil:

Teilnehmer 1: Titel / Vorname / Nachname / E-Mail-Adresse / Funktion

Teilnehmer 2: Titel / Vorname / Nachname / E-Mail-Adresse / Funktion

Teilnehmer 3: Titel / Vorname / Nachname / E-Mail-Adresse / Funktion



Die FM Forum Business Solutions GmbH liefert zu ihren allgemeinen Geschäftsbedingungen und unter Eigentumsvorbehalt. Unsere allgemeinen Geschäftsbedingungen finden Sie unter <https://www.forum-akademie.at/agb>. Es gilt die Datenschutzerklärung, diese finden Sie unter <https://www.forum-akademie.at/datenschutzrichtlinie>. Mit der Bestellung stimmen Sie der telefonischen Kontaktaufnahme zu Produktvorstellungen zu. Die Einwilligung kann jederzeit widerrufen werden.