

# Leadership Coaching

## Führungskräfteentwicklung von A bis Z

SEMINARE



VFS AKADEMIE

### Seminar IV: Resilienz und Zeitmanagement

**Stark führen, gesund bleiben: Resilienz und Zeitmanagement für Führungskräfte**

**Wie bleibt man als Führungskraft belastbar und sorgt gleichzeitig für gesunde, motivierte Mitarbeitende?**

Führung bedeutet Verantwortung – nicht nur für das Team, sondern auch für die eigene Gesundheit und Balance. In diesem praxisnahen Seminar lernen Sie, Ihre persönliche Resilienz zu stärken und effektive Strategien zu entwickeln, um Stress zu bewältigen sowie die eigene Energie gezielt aufzuladen. Denn nur eine Führungskraft mit „vollem Tank“ kann langfristig erfolgreich und achtsam führen.

Ein weiterer Fokus liegt auf dem Zeitmanagement: Durch bewährte Modelle und Tools lernen Sie, Ihre Zeit effizienter zu nutzen, Prioritäten zu setzen und die Kontrolle über Ihren Alltag zurückzugewinnen. Sie erkennen frühzeitig Überlastung bei Mitarbeitenden und wissen, wie Sie durch gezielte Maßnahmen für ein gesundes Arbeitsklima sorgen.

**Führen Sie mit Resilienz und Klarheit – für Ihre Gesundheit und die Ihres Teams.**

**Jetzt anmelden und den Grundstein für nachhaltige Führungskraft und Balance legen!**

### LERNZIEL

- **Erkennen** was passiert, wenn der eigene „Tank“ leer ist, und Wege finden ihn wieder aufzufüllen
- **Methoden** zur Stärkung der persönlichen Resilienz kennenlernen und anwenden.
- **Früherkennung** von Überlastung bei Mitarbeitenden für eine gesündere Arbeitskultur.
- **Persönliche Krafräuber identifizieren** und Strategien entwickeln, um damit umzugehen.
- **Zeitmanagement-Tools ausprobieren**, um effizienter und zielgerichteter zu arbeiten.

### TERMIN UND VERANSTALTUNGORT

2-tägiger Workshop

16.–17.9.2025

Tag 1: 10:00 – 17:30 Uhr

Tag 2: 09:00 – 15:00 Uhr

Verband für Sicherheitstechnik e.V.  
Eulenkrugstraße 7  
22359 Hamburg

### REFERENTIN

Lina Kleinfeldt,  
Unternehmensberaterin und Professional  
Business Coach,  
Unternehmensberatung Lina Kleinfeldt

### Die VFS-Handbücher Umfassende Planungshilfe und Nachschlagewerk



Infos und Bestellung auf

[www.vfs-hh.de/vfs-handbuecher](http://www.vfs-hh.de/vfs-handbuecher)

# Anmeldung zum Seminar Leadership-Coaching

Seminar IV: Resilienz und Zeitmanagement

16. – 17.9.2025

Anmeldungen sind bis zum 2.9.2025 möglich.

**Hiermit melde ich mich verbindlich für das o.g. Seminar an:**

Öffentlicher Dienst  ja  nein

.....  
Firma/Institution

.....  
Name, Vorname

.....  
Funktion

.....  
Straße

.....  
PLZ/Ort

.....  
Telefon

.....  
Telefax

.....  
E-Mail

Möchten Sie ein vegetarisches Mittagessen?  ja  nein

.....  
Ort

.....  
Datum

.....  
Unterschrift, ggf. Firmenstempel

Nach Eingang Ihrer Anmeldung erhalten Sie eine Rechnung, die gleichzeitig als Anmeldebestätigung gilt. Stornierungen müssen grundsätzlich schriftlich erfolgen. Eine Stornierung bis 6 Wochen vor Seminarbeginn ist kostenlos, bis 4 Wochen vorher 30 % und ab 2 Wochen vorher, bzw. bei Nichterscheinen berechnen wir die volle Teilnahmegebühr.

**Anmeldung an**

**Fax:** (040) 21 97 00 19

**E-Mail:** [info@vfs-hh.de](mailto:info@vfs-hh.de)

## TEILNEHMERGEBÜHREN

Mitarbeiter des Öffentlichen Dienstes:  
890,00 € netto

Mitglieder:  
1290,00 € netto

Alle anderen:  
1490,00 € netto

incl. Mittagessen



Durchführung:

VfS-Forum für Sicherheit GmbH

Veranstalter:

VfS Verband für Sicherheitstechnik e.V.

Eulenkrogstraße 7, 22359 Hamburg

Tel. (040) 21 97 00 10

[info@vfs-hh.de](mailto:info@vfs-hh.de)

Informationen zu allen Seminaren  
und weiteren Veranstaltungen unter

[www.vfs-hh.de](http://www.vfs-hh.de)