

Mere effektivitet og overskud i hverdagen

BEMÆRK NYE DATOER!



“Der findes ikke nogen værre måde at
bruge sin tid på - end at løse en ligegyldig
opgave til præcision ”



Mere effektivitet og overskud i hverdagen

Velkommen til dette uddannelsesforløb der er udviklet i samarbejde med Erhvervsakademi Dania og Dansk Håndbold Forbund. Uddannelsen har til formål at styrke viden og kompetencer indenfor personlig- og gruppeeffektivitet for ledere og medarbejdere i danske håndboldklubber.

De fleste af os kan genkende billedet af hverdagen på kontoret.

Arbejdet i sportsklubber og frivillige organisationer er givende, men kan også være stressende og kræve ekstraordinært meget i perioder.

Et arbejdsliv med mange forskellige forstyrrelser, opgaver, telefoner, mails og henvendelser fra kolleger, medlemmer og ledere, som alle har en opgave de gerne lige vil have løst.

De mange forstyrrelser og opgaver tager vores opmærksomhed, og selv om vi producerer og løser opgaver dagen lang, føler vi sjældent at vi kommer i mål. De store og vigtige opgaver bliver udskudt og ligger fortsat på bordet når man møder næste dag.

At vi skal være effektive og levere mere, er et grundvilkår på næsten alle arbejdspladser, som næppe kommer til at ændre sig. Derfor er det sjældent produktivt at bruge for mange ressourcer på de ydre rammer og vilkår. Med mindre disse naturligvis er urimelige.

I stedet fokuserer dette uddannelsesforløb på styrkelse af dit personlige lederskab, udvikling af effektive arbejdsrutiner og vaner, samt evnen til at fokusere på kerneopgaven - for på denne måde at styrke din personlige effektivitet og arbejdsglæde.

Vi udfordrer dit verdensbillede og måder at gøre tingene på, når det kommer til personlig effektivitet og arbejdsvaner. Samt at levere en række konkrete værktøjer til at få tingene gjort nemmere og hurtigere i en travl hverdag.

Vi arbejder med elementerne i vidensledelse og organisering af opgaverne, samt effektiv mødeledelse for at styrke den generelle effektivitet på kontoret og finde mere tid til kerneopgaven.

Uddannelsen bygges op omkring kortere teoretiske indlæg efterfulgt af konkrete opgaver med udgangspunkt i skabeloner og værktøjer, som du kan anvende til at arbejde med egne problemstillinger og løsninger efterfølgende. På uddannelsen udfylder du en personprofil og vi taler om hvordan du kan bruge din viden til dit videre arbejde og udvikling af din personlige ledelse.

Fordelene ved uddannelsesforløbet er mange, men nævnes kan blandt andet:

- Større produktivitet
- Større arbejdsglæde
- Bedre beslutninger og kvalitet i arbejdet
- Mindre stress

Vi er sikre på, at vi sammen kan finde mere tid til det væsentlige i dit arbejdsliv. Hvis vi kan effektivisere din hverdag med 10% svarer det til 160 timer pr. år.

Med venlig hilsen

Klaus Frejo

Idrættens Udviklingscenter
www.iuce.dk

MODULER

1. MODUL

KL. 08.00-16.00

Denne dag arbejdes med følgende temaer:

- Elementerne i personlig effektivitet i forhold til egen hverdag og måde at arbejde på
- Vi fokuserer på kerneopgaven, og evnen til at skelne det *vigtigste* fra det *vigtige* i en travl hverdag
- Hvad sker der i hjernen, når vi bliver forstyrret eller multitasker?
- Hvordan udvikler vi arbejdsvaner, der skaber ro og fokus på de vigtigste opgaver?
- Håndtering af forstyrrelser i hverdagen
- Håndtering af mails
- Effektive opgavelister og TO-DO Lister
- Efter 1. modul udfylder alle studerende en e-stimate personprofil.

2. MODUL

KL. 08.00-16.00

Denne dag arbejdes med følgende temaer:

- Arbejde med din e-stimate personprofil og videre arbejde med personlig ledelse
- Effektivitet i forhold til personprofiler
- Om at sluge frøer - håndtering af overspringshandling og uoverskuelige projekter
- Hvad er vidensledelse og hvordan vidensledelse kan styrke vores effektivitet?
- Implementering af vidensledelse og struktureret vidensopsamling i organisationen
- Årsplaner, uddelegering af opgaver og struktur på videns opsamling i organisationen
- Skabeloner og andre konkrete værktøjer til styrkelse af effektivitet
- De studerende sparrer omkring de personlige handlingsplaner

3. MODUL

KL. 08.00-16.00

Denne dag arbejdes med følgende temaer:

- Facilitering af møder for at sikre optimalt udbytte
- Hvordan man planlægger effektive møder så de ikke tager længere tid end nødvendigt
- Elementerne i effektive beslutningsprocesser
- Anvendelse af forskellige typer af møder tilpasset konkrete behov

4. MODUL

KL. 08.00-16.00

Denne dag arbejdes med følgende temaer:

- Vaner og hvordan de styrer vores handle-mønstre og arbejdsliv
- Hvordan vi kan arbejde med at ændre vaner og uheldige adfærdsmønstre i hverdagen
- Elementer i dit personlige lederskab og vej til bedre livskvalitet og arbejdsglæde
- Hvordan kan vi blive bedre til at lede opad i organisationen og forventningsafstemme i forhold til ledere og bestyrelser der kræver vores opmærksomhed?
- Forberedelse til eksamen

EKSAMEN

30 MINUTTER

Uddannelsen afsluttes med en mundtlig eksamen på i alt ca. 30 minutter med udgangspunkt i en problem-formulering efter eget valg. Uddannelsesforløbet "Mere effektivitet og overskud i hverdagen" er baseret på akademifaget "Organisering" på 5 ECTS, en del af akademiuddannelsen i Innovation, produkt og produktion.

UNDERVISER

Underviser på uddannelsen er Klaus Frejo. Klaus har mere end 25 års erfaring med arbejde i idræts- og fritidsbranchen. Dette være sig både helt praktisk som foreningsformand for en forening med 350 medlemmer, som sportschef ved Viborg Idrætsråd med rådgivning af 63 foreninger og som manager i Viborg Golfklub. Teoretisk har Klaus Frejo arbejdet med emnet som underviser på forskellige videregående uddannelser. Derudover har han gennemført uddannelser i personlige effektivitet gennem flere år.

UNDERVISNINGSFORM

I undervisningen inddrages deltagernes egne erfaringer og perspektiver. Dette fordi vores erfaringer viser, at det er forudsætningen for det bedste læringsmiljø. Vi forudsætter aktiv deltagelse og engagement og tilbyder til gengæld et udfordrende og inspirerende læringsmiljø, med stor teoretisk indsigt, faglighed og erfaring.

14 dage inden uddannelsesstart modtager alle deltagere et personligt refleksionsskema, som bruges til at registrere egne arbejdsvaner, opgaver og daglige udfordringer.

Bogen "Mere effektivitet i hverdagen", danner udgangspunkt for uddannelsen og deltagernes arbejde med egne arbejdsvaner, opgaver og daglige udfordringer i løbet af uddannelsen.

UDDANNELSESSTED

Uddannelsen afholdes ved **Viborg Håndboldklub** på følgende datoer:

Den 25.11.2021, 08.12.2021, 15.12.2021 og den 03.02.2022.

Eksamen en halv time den 11.02.2022. **Tilmeldingsfrist** er mandag den 15. november 2021

PRIS I ALT

12.500 KR. INKL. MOMS

TILMELDING

Tilmelding til uddannelsen foregår på www.iuce.dk eller på mail info@iuce.dk.

TILSKUDSMULIGHEDER

Da der er tale om en kompetencegivende uddannelse, er der en række tilskudsmuligheder, som betyder at prisen for deltagelse kan reduceres væsentligt, såfremt du er i målgruppen for tilskud.

Omstillingsfonden

Det er muligt at søge op til 4500 kr. i tilskud fra Omstillingsfonden, såfremt du ikke har en videregående uddannelse. Tilskuddet søges i forbindelse med tilmelding og fratrækkes direkte i prisen. Tilskuddet er afhængigt af, om der er ledige midler i puljen, så det tilrådes at søge hurtigst muligt. Læs mere på www.ufm.dk.

Vi hjælper altid gerne med vejledning om tilskudsmulighederne. Spørgsmål er velkomne på mail info@iuce.dk telefon 42901387