

סדנת ניהול זמן בפורמט בית-מארח דף מידע

זוהי הזמנה להזמנה ©
אם אתם רוצים להשתתף בסדנה שלי, אבל... התאריך, היום, השעות או המקום של הסדנאות שפתחתי פחות מתאימים לכם -
אני מזמינה אתכם לארגן בעצמכם סדנה פרטית, במינימום של 12 משתתפים - ואני אגיע עם הסדנה שלי אליכם.
קראו את דף המידע הזה, ודברו איתי - 052-9276510.

נעים מאוד,

שמי טלי סגל, אני בעלת "בו בזמן" - סדנאות לניהול זמן, מנחה סדנאות, הרצאות, קורסים ואימון אישי בהתמחות בתחום ניהול זמן וניהול עצמי מזה כעשור.

סיימתי קריירה צבאית בדרגת סגן-אלוף, בה עשיתי תפקידים פיקודיים, ניהוליים, הדרכתיים ומקצועיים מרתקים. במגרש הקהילתי הקמתי וניהלתי בהתנדבות עמותה לילדים על הרצף האוטיסטי. גם ללמוד קצת הספקתי: תואר ראשון בהיסטוריה ובמתמטיקה, תואר שני במנהל ומדיניות ציבורית - בהצטיינות, תעודת הוראה, ניהול עמותות, טיפול התנהגותי, הנחיית קבוצות, קורסים רבים בתחום העסקי, וקורסי פיקוד בצה"ל (כולל פו"ם - בהצטיינות).

I walk the talk!

את מה שאני מלמדת אני מיישמת בחיי כדרך חיים -
כאמא לארבעה ילדים, כבעלת עסק (ובמשך שנים גם כאשת צבא בתפקידים מאוד אינטנסיביים), כסטודנטית נצחית, כחונכת בעלי עסקים, כפעילה קהילתית... וכל זאת - בו בזמן! זה אפשרי ולגמרי בנחת... אפשר!

את הידע המחקרי שצברתי עם השנים, את מיומנויות הניהול העצמי שבאמתחתי, ואת הרצון האין-סופי שלי לתת ולהשפיע - אביא איתי לסדנה שלנו.



אז למה אנחנו נפגשים בעצם?

- גזלני הזמן עברו לגור אצלך במשרד, והסחות הדעת לא פוסחות?
- למרות העבודה המסודרת שלך עם רשימת משימות, יומן וכו' עדיין ה"לא בוצע" עולה על ה"בוצע" ברשימת המשימות?
- למרות שברור לך ש"החשוב והלא דחוף" הוא הצמיחה האמיתית בחיים האישיים, המקצועיים והמשפחתיים - דווקא אותם יש לך נטייה לדחות, ולדחות ולדחות? ...
- המייל גואה וגואה וגואה? ... הצילו!!!
- רוצה ללמוד שחייה בין בלת"מים, כדי להוציא לפועל את מה שמעבר, ולא באמצע הלילה?
- המצפון עושה שעות נוספות בעניין איזון קריירה-משפחה?
- התרבות הארגונית אצלכם ממש לא מאפשרת לך לעשות את האיזונים?
- הם מרגישים שמותר להפריע לך חופשי גם בבית, ומשאירים אותך עם הכעס העצמי מול הילדים אח"כ?
- ומעבר לתפוקות תכל"ס - הלחץ... אוי הלחץ.. המתח הפנימי הזה מוכר לך?

רוצה לחוות משהו אחר?

אני איתך.. יש פתרון

בג'ונגל שבו לכל אחד מאיתנו יש כמה תפקידים בעבודה ובמשפחה, שאיפות בשמיים, אין-ספור הסחות דעת ואפס זמן לעצמנו-
אף פעם לא באמת עצרנו ללמוד איך עושים את זה :

איך מספיקים הכול ובלי לחץ, בעבודה וגם בבית?

יחד נלמד איך לג'ונגל בג'ונגל באלגנטיות - להיות גאה בעצמך ובהספק שלך!
בתום הסדנה יעמוד לרשותך סל רחב של כלים פרקטיים וישימים לניהול עצמי אפקטיבי ויעיל יותר, כולל: שיטות שיביאו אותך להספק הרבה יותר גבוה, שיפור משמעותי בשילוב קריירה-משפחה, סדר יסודי ברשימת המשימות, במיילים וביומן שלך, שיטה לטיפול בכל הבלת"מים שנופלים עליך כל היום, וכלים ליצירת פוקוס בעבודה והדיפת דחיינות בחיים בכלל.

אני מזמינה אותך להזמין אותי כדי ללמוד איך לייצר לעצמך יותר זמן ושקט פנימי!

אני בדרך כלל מעבירה את הסדנאות שלי בארגונים, אבל הפעם בשל הביקוש הרב - החלטתי באופן מאוד חריג לפתוח סדנה לקהל הרחב, בין היתר - באמצעות "בית מארח".
מאחורי מאות משתלמים מרוצים, אפס מאוכזבים - זו ההזדמנות שלך לשינוי משמעותי בניהול העצמי שלך, בתפוקות שלך, ובשקט הנפשי שלך.

מתי ואיפה?

אצלך - בבית או בכל מקום אחר שתתאם ביישוב שלך.
ניתן להזמין סדנה של יום אחד רצוף - בין השעות 08:30-15:30 ,
או סדנה מפוצלת לשני מפגשים של 4 שעות או לשלושה מפגשים של 3 שעות, בוקר או ערב.



הערך המוסף – למה דווקא "בו בזמן"?

- קריאה להתעורר!** - "בו בזמן" היא לא "עוד סדנת ניהול זמן"... היא מביאה איתה בשורה משנת-חיים! הסדנה מעודדת שינוי לגבי תפיסות יסודיות בניהול העצמי שלכם: תתחילו להרגיע, ולהספיק הרבה יותר!
- מקצוענות** - התמחות מאוד ממוקדת ועמוקה בניהול זמן וניהול עצמי. פוקוס מלא - לא "גם", לא "בנוסף", לא כחלק מתפריט של סדנאות למנהלים... היהלום עצמו! מקצועיות טוטאלית!
- חדשנות** - כמי שעוסקת בליבת ניהול הזמן, ולא מתפזרת לתחומים נוספים - כל הפוקוס שלי הוא בפיתוח ובהבאת גישות חדשניות, עדכניות, התובנות ה"חמות" ביותר הקיימות כיום בשוק - הן מבחינת המחקר והן מבחינת הכלים המעשיים.
- התכל'ס של התכל'ס** - ארגז כלים מאוד חריג בעושרו ובמקוריותו - למעלה משלושים כלים שמותאמים לקהל היעד בתיאום מקדים. אני אדם מאוד מעשי, שמאמין בעשייה ובכלים פרקטיים כזרזים להתקדמות בעבודה ובחיים בכלל. אני לוקחת בחשבון את השונות ביננו בני האדם, ומציעה כלים שונים לאנשים שונים.
- התאמה לארגון** - באמצעות הכנה מראש תותאם הסדנה למאפייני הארגון ולאתגרים שעומדים על הפרק באופן ספציפי. ההתאמה היא גם לקבוצה הספציפית שתשתתף הלכה למעשה וגם למתכונת המתאימה לכם.
- ניסיון של עשר שנים** - עשר שנים בהן למדתי על מצוקות של מאות אנשים בנושא הניהול העצמי והבנתי את הצרכים לעומק, באין-ספור מפגשים בלתי אמצעים; עשר שנים בהן צברתי מאות שעות הדרכה בנושא, למעלה ממאה סדנאות, וכ-130 אנשים שעשיתי איתם עבודה אישית; עשר שנים בהן נחשפתי לכל הגישות, התיאוריות, הכלים שקיימים בספרות העולמית, ואפשרו לי להישאר תמיד עם יד על הדופק וליצור את ארגז הכלים שלי באמצעות עזרתי למאות אנשים בתחום הניהול העצמי.
- רמת הדרכה גבוהה מאוד** - אני מנחת קבוצות מוסמכת ("גישות"), ויש לי ניסיון עמידה בפני קהל במשך 25 שנה בתפקידי הדרכה, בניהול, בהנחיית סדנאות של עמידה בפני קהל, רטוריקה ועוד, בפיתוח הדרכה, בפיקוד בצבא, בהוראה בתיכון, ובהדרכה בקורסי פיקוד בצבא בכל הדרגות - כל אלה במשובים גבוהים מאוד ברמת ההדרכה והעניין, לצד איכות התוכן.
- שילוב של סיפור חיים ייחודי** שמייצר עניין ומביא את התובנות עד הקצה. אני לא מספרת סיפורים או מדקלמת מספרים - אני חיה את כל מה שאני מלמדת בחיי שלי.



אז מה יהיה לנו שם?

אנחנו מנהלים אנשים בעבודה, אנחנו מנהלים תחום מקצועי, אנחנו מנהלים עסק, אנחנו מנהלים ילדים בבית - מאסטרים ממש - אבל את עצמנו.. אנחנו נוטים פחות לנהל...
התוצאה ברורה: אנחנו מספיקים הרבה פחות ממה שאנחנו יכולים באמת להספיק, אנחנו נמרחים עם חלק מהמשימות שלנו, אנחנו מתקשים לשלב בצורה טובה בין הבית והעבודה... ואנחנו פשוט לא רגועים מבפנים.

אין סיבה ללחץ ולכלבן הזה בראש
יש שיטה!
שיטה לנהל את עצמנו.

אנחנו הולכים לארגן את מערכת הניהול העצמי שלך!
לעשות לך סדר במשימות ובראש...
את התיאוריה כבר יש לך.. ננסה להבין מה לא עובד, ואיך כן ניתן לעשות זאת, לקחת מושכות של החיים שלך ולהצליח לנהל את עצמך כמו שצריך -
נעשה יחד צעד צעד, באופן מעשי - כשאנחנו ישובים מול היומן, רשימת המשימות, הטלפון, המיילים שלנו - אנו נלמד את השיטה של "בו בזמן", נתרגל אותה, ונתאים אותה אליך באופן אישי!

הסדנה נחלקת לשני חלקים -
החלק הראשון: על ניהול עצמי, כלים שעובדים (סוף סוף) בתכנון ובניהול המשימות שלי.
ארגון עצמי נכון עושה סדר, מייצר תפוקות, מרגיע, ועושה שלום בין תפקידי החיים השונים שלנו.
והחלק השני: איך לייצר פוקוס ותפוקה בעולם מלא הסחות דעת ו"מתפרצות"? איך לייצר עבודה משמעותית לטווח הארוך בתוך ים ה"שוטף" שלנו?

הסדנה בנויה מתשעה פרקים שיחד בונים תשתית תפיסתית ופרקטית לניהול עצמי פרודוקטיבי:

כלים שניתנים בסדנה



המלצות

סדנה מיוחדת, מעצימה, בלתי ניתנת לכימות ברמת ההעשרה האישית והמקצועית גם יחד. במקצועיותך ובהנחייתך המופלאה נתת לנו כלים להתמודדות עם העומס בעבודה ובחיינו הפרטיים - סדנה הכי משמעותית ואיכותית שחווינו! **לייזר אמיתי**

מבחינתי החיים מחולקים ל-עד הסדנה, ומ-הסדנה. אנשים נבונים ומוכשרים, עצמאיים, מנהלים, הורים-אנשים אינטליגנטים שרוצים להצליח להשיג יותר ולהספיק יותר כדי למצא זמן לנשום במהלך היום... הסדנה הזו לגמרי עבורכם. היום הזה הוא Life changing **רחלי אלמוג רוזן**

סדנה פשוט מצוינת. זו אחת הסדנאות המעשיות ביותר שהייתי בהן בכל חיי האישיים והמקצועיים. הסיפורים האישיים של טלי, הדוגמאות מחיי היום-יום, החיבור לאנשים והלב הגדול שלה פשוט יצרו אצלי חוויה טובה, בטוחה ונעימה. מדובר במקצועיות ברמה הגבוהה ביותר לצד אנושיות נדירה. **רקפת היימן-זהבי**

קסם מהלך. מתנה לכל בעל עסק ומנהל בארגון! האישה הזו מבורכת ביכולת לפשט, לעשות סדר, לייעל ולקצר תהליכים. אני יכולה להגיד חד משמעית שטלי יודעת לפצח את שורש בעיית ה"אין זמן", היא נוגעת בדפוסים, ומביאה טכניקות וכלים מיוחדים שפיתחה כדי לפנות זמן. היצירתיות והחדשנות שהיא מביאה בסדנאות שמות מאחור את סדנאות ניהול הזמן הנפוצות בשוק. **נורית בר**

סדנת ניהול הזמן המדהימה של טלי עושה את החיים פשוטים יותר. טלי מעבירה את המסר שלה באופן מקצועי ומרשים ביותר, תוך הפיכת התוכן לגיש, מובן היטב וניתן ליישום בקלות. ממליץ בחום על הסדנה של טלי לכל מי שרוצה יותר פוקוס בחייו, וקצת יותר שקט נפשי במרוץ של חיינו. **אריאל יוחנן**

טלי מקצוענית, נעימה, מדויקת, מלאה לב ורצון לעזור. גם כמומחית בניהול זמן בעצמי - למדתי מטלי המון, בעיקר בכל מה שקשור להתנהלות עם ה"מרעשים" (מיילים, ווצאפים) היא פרקטית, מתוקתקת, מאורגנת ויש לה "טריקים" קטנים ששווים המון! ממליצה מאוד! **טל מזור**

השתתפתי בהשתלמות מטעם ביהמ"ש. הסדנה מרתקת. קיבלתי באופן אישי כלים לא רק לעבודה אלא גם לחיי היום-יום. הסדנה הייתה מרתקת כל כך, שחששתי שאם אקום להפסקה - אפסיד תוכן. כל מילה שלך - זהב! ישר כוח והמשיכי בפועלך המבורך, אשת חיל מי ימצא! **עו"ד שירן מוסקוביץ**

החיים מתנהלים אחרת אחרי שפוגשים ולומדים מטלי איך לנהל את הזמן. רבים מאיתנו היו שמחים לשעה או שעתיים נוספות ביממה - סדנת ניהול זמן של "בו בזמן" היא המקום להבין איך מייצרים אותן. מומלץ ביותר!! **שבתאי בן בוחר**

מחכה בקוצר רוח להשתתף בקורס שלך, אחרי שהסדנה שעברתי אצלך לפני שלוש שנים שינתה את חיי. הטיפים שלך מלווים אותי עד היום. **מרים כלי**

המשנה הסדורה שלך והכלים לניהול עצמי, שיפרו לאין ערוך את קצב עבודתי, ואת אופן הניהול שלי את התחום שלי. לפתוח את הבוקר ולמצוא רק מיילים ספורים - אושר גדול! היום שלי צבוע בצבעים נפלאים של עבודה ומעש, ויותר מכל השביעות העצמית בסיום כל יום! מדהים!!! זאת הודות למקצועיות בה הדרכת את הסדנה. **שושי עובדיה**

חוויתי חוויה משנה חיים, למדתי איך באמת לנהל את הזמן שלי... סוף כל סוף אין לי מיילים בתיבת הדואר, המחשב מסודר למופת, ויש לי שקט. טלי פשוט מקצועית ומדהימה - סדנה חובה לכל בעל עסק! **גלי אשכול גולייגר**

טלי אלופה! מעוררת השראה! דוגמה ומופת לניהול של זמן. נהנתי מכל רגע בסדנאות איתך. שבע שנים עברו מאז - ועד היום מיישמת מספר כללי ברזל שלימדת אותי לניהול זמן! ממליצה בחום! מודל לחיקוי! **מזי מכלוף בוחניק**

לקוחות "בו בזמן" מספרים ...
(להמלצות נוספות לחץ כאן)



אז כמה זה עולה?

עלות למשתתף מותאמת למתכונת הסדנה:

- סדנת יום שלם 7.5 שעות - 430 ש"ח למשתתף.
- סדנת 2 מפגשים של 4.5 שעות - 540 ש"ח למשתתף.
- סדנת 3 מפגשים של 3 שעות - 650 ש"ח למשתתף.

(המחיר הוא לכל מפגשי הסדנה).

המארח - ללא תשלום.

במחיר זה תקבלו:

1. השתתפות **בסדנת ניהול זמן של** "בו בזמן", סדנה שמוערכת ע"י בוגריהכ **חויית למידה בלתי נשכחת** גם ברמת התובנות וגם ברמת הכלים הפרקטיים.
2. **ערכת עבודה אישית** לבניית מערכת לניהול עצמי. זו סדנה מעשית מלאה - כל הידע בתוכה (ללא תכנית המשך, וללא קידום מוצרים נוספים).
3. קבלת כלים להגעה **לאינבוקס ריק!**
4. המשך **ליווי טלפוני** על פי צורך במשך שבועיים נוספים - לביסוס ההרגלים החדשים.
5. הצטרפות **למועדון בוגרי בו בזמן בפייסבוק** "להספיק הרבה יותר וברוגע", שמאפשר לכם לשמר את מה שלמדתם וליישם בתמיכה קבוצתית לאורך זמן.

שימו לב! מספר המקומות מוגבל - ההרשמה על בסיס מקום פנוי.

תפקיד המארח

המארח/ת, למעשה אחראית על ארגון הסדנה, תמורת מאמץ זה - פטור/ה מתשלום לסדנה באופו אישי.

מה כוללת אחריות זו?

- בחירת מתכונת ותיאום מועד עם המנחה (הח"מ).
- ארגון מקום מרווח ונוח שמתאים לכמות המשתתפים (יכול להיות סלון ביתי או מקום ציבורי).
- כיבוד קל (במתכונת של יום שלם גם פיצה לצהריים).
- ארגון התשתית הטכנולוגית - טלויזיית פלזמה גדולה או מקרן ומסך - עם חיבור למחשב נישא וחיבור רמקולים ללפטופ להקרנת וידאו.
- לוח מחיק/ פליפ-צ'ארט.
- הפצת קישור הרשמה (שיימסר על ידי) על כל פרטי הסדנה והסדרי תשלום, למשתתפים הפוטנציאליים.

מודגש שוב כי הרשמה של מינימום 12 משתתפים היא תנאי לקיום הסדנה.

נשתמע,

טלי סגל, בו בזמן

052-9276510

