

## Seminar

### „Zeit- und Selbstmanagement – Achtsamer Umgang mit den eigenen Ressourcen“

Unser Leben wird durch die Möglichkeiten der neuen Medien wie E-Mails und soziale Netzwerke dynamischer und komplexer. Die Erwartung an permanente Verfügbarkeit setzt uns häufig beruflich wie privat unter Druck. Alte Erfolgsrezepte aus dem Zeitmanagement, sich besser zu organisieren, greifen nicht immer.

Dieses Seminar richtet sich an alle Menschen, die sich besser (selbst-)managen und dabei auch über eigene Gewohnheiten nachdenken möchten:

- Wie schaffen Sie es, sich auf Ihre Ziele zu konzentrieren?
- Wie können Sie Ihre Zeit und Aufgaben besser planen und umsetzen?
- Wie können Sie gelassener in stressigen Zeiten sein?
- Wie können Sie besser mit der Komplexität in der heutigen Zeit umgehen?

All diese Fragen werden wir in dem 2-tägigen Workshop behandeln. Nehmen Sie teil, wenn Sie eine Standortbestimmung durchführen möchten, Ihr Leben aktiv in die Hand nehmen wollen und Gewohnheiten überdenken und/oder verändern möchten.

### Inhalte

- Zeitmanagement und Lebensbalance
- Werte und Glaubenssätze
- Ressourcen und vorhandene Stärken (Energiebilanz, Stressoren, Antreiber)
- Ziele setzen
- Effektive Arbeits- und Zeitplanung
- Prioritäten setzen
- Delegieren
- Umgang mit Störfaktoren und Zeitdieben
- Konstruktiv „nein“ sagen
- Die E-Mail-Flut bewältigen
- Effektive Meetings
- Strategien, um Veränderungen wirkungsvoll umzusetzen

### Methoden

Vortrag, Selbstreflexion, Gruppenarbeiten

### Zielgruppe:

Alle, die sich Zeit für Reflexion nehmen und ihr Leben selbstbestimmt führen möchten

### Teilnehmerzahl

8 – 10 Teilnehmer

### Kosten

899 Euro zzgl. 19 % MwSt.

### Seminarort

Cowo21, Holzhofallee 21, 64295 Darmstadt

Bei Buchung **bis 28.02.2019**

abzüglich 100 Euro Rabatt.

### Dauer

23./24.05.2019 (09.00 – 17.00 Uhr)

## Anmeldung

An:  
Gilliar Consulting  
Moosbergstraße 35  
D-64285 Darmstadt

Per Post oder E-Mail an: [sabine@gilliarconsulting.de](mailto:sabine@gilliarconsulting.de)

Ich melde mich verbindlich zu folgendem Seminar an:

Seminar **„Zeit- und Selbstmanagement –Achtsamer Umgang mit den eigenen Ressourcen“**

am 23./24. Mai 2019 (09.00 – 17.00 Uhr)

899 Euro/Teilnehmer (regulär) zzgl. 19 % Mehrwertsteuer

799 Euro/Teilnehmer (Frühbucher bis 28.02.2019) zzgl. 19 % Mehrwertsteuer

### Teilnehmer

Vorname/Name: \_\_\_\_\_

Telefon: \_\_\_\_\_

E-Mail: \_\_\_\_\_

Organisation: \_\_\_\_\_

Abteilung: \_\_\_\_\_

Straße/Haus-Nr.: \_\_\_\_\_

PLZ/Ort: \_\_\_\_\_

Weitere Teilnehmer aus derselben Organisation:

Name, Vorname, Abteilung: \_\_\_\_\_

Name, Vorname, Abteilung: \_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_  
Datum

\_\_\_\_\_  
Unterschrift (erforderlich)

## Allgemeine Geschäftsbedingungen

### § 1 Geltungsbereich

Diese Allgemeinen Geschäftsbedingungen (AGB) gelten für alle vertraglichen Beziehungen zwischen Gilliar Consulting („AN“) und dem Kunden (nachfolgend „AG“ genannt). Individualvereinbarungen oder eventuelle "Besonderen Vertragsbedingungen" haben Vorrang.

AGB des Kunden, die nicht ausdrücklich schriftlich anerkannt werden, verpflichten AN auch dann nicht, wenn ihnen nicht ausdrücklich widersprochen wurde.

Gilliar Consulting kann sich zur Erfüllung seiner Pflichten Dritter bedienen oder beauftragen.

### § 3 Leistungen

Die mit Gilliar Consulting abgeschlossenen Verträge sind Dienstverträge, sofern nicht ausdrücklich davon abweichende Vereinbarungen getroffen werden. Gegenstand des Dienstvertrages ist die Erbringung der vereinbarten Leistungen, nicht die Herbeiführung eines bestimmten Erfolges. Insbesondere schuldet Gilliar Consulting nicht ein bestimmtes wirtschaftliches Ergebnis.

Stellungnahmen und Empfehlungen von Gilliar Consulting bereiten die persönlichen/unternehmerischen Entscheidungen des Kunden vor. Sie können sie in keinem Fall ersetzen.

Vertragsgegenstand ist das zur Verfügung stellen von Dienstleistungen und Diensten, die in ihrem Leistungsumfang auf der Webseite oder in einem Angebot genauer definiert und beschrieben werden.

Die vereinbarten Leistungen werden auf der Grundlage der vom Kunden zur Verfügung gestellten Daten und Informationen erbracht. Im Falle offener Seminare richten sich die Leistungen nach den im Seminarprogramm angegebenen Informationen.

Die Kündigung nach § 627 BGB ist ausgeschlossen.

### § 4 Verhinderung

Ist Gilliar Consulting an der Erbringung der vereinbarten Leistungen (Seminare, Coaching, Projektbegleitung, Beratung), durch höhere Gewalt, Krankheit oder sonstige von Gilliar Consulting nicht zu vertretenden Umstände verhindert, so ist Gilliar Consulting berechtigt, die vereinbarten Leistungen an einem zu vereinbarenden Ausweichtermin nachzuholen. Schadensansprüche des Kunden wegen der Verschiebung sind ausgeschlossen.

Offene Seminare können wegen zu geringer Teilnehmerzahl abgesagt oder verlegt werden. Wenn ein offenes Seminar abgesagt werden muss, erhält der Teilnehmer die bereits entrichtete Gebühr zurückerstattet. Darüber hinausgehende Ansprüche sind ausgeschlossen.

### § 5 Nutzungsrechte

Die von Gilliar Consulting für Seminare erstellten Arbeitsunterlagen gehen in das Eigentum des Auftraggebers über. Diese sind urheberrechtlich geschützt. Gilliar Consulting räumt den Seminarteilnehmern ein nicht ausschließliches Nutzungsrecht für den persönlichen Gebrauch der Arbeitsunterlagen ein. Andere Verwendungen, insbesondere Weitergabe an Dritte, Vervielfältigung (ganz oder teilweise), Bearbeitung, Verbreitung und Verkauf, sind nur dann gestattet, wenn die schriftliche Zustimmung von Gilliar Consulting vorliegt.

Der Kunde ist verpflichtet, die Seminarteilnehmer entsprechend zu unterrichten und sie zur Beachtung der Urheberrechte zu verpflichten. Das geistige Eigentum sowie die Nutzungs- und Verwertungsrechte an den Arbeitsunterlagen und den darin niedergelegten Inhalten stehen ausschließlich Gilliar Consulting zu.

Im Falle der Nutzung von urheberrechtlich oder lizenzrechtlich geschützten Befragungsinstrumenten, Checks, Tests, Trainings oder Produkte im Allgemeinen, gelten die dafür ausgewiesenen spezifischen Nutzungsbedingungen. Dies gilt auch für Produkte von Drittanbietern.

### § 6 Geheimhaltung / Verschwiegenheit

Gilliar Consulting behandelt alle auf den Kunden bezogenen Informationen, die ihr aus der vertraglichen Zusammenarbeit bekannt werden, streng vertraulich. Die persönlichen Daten von Seminarteilnehmern werden von Gilliar Consulting absolut vertraulich behandelt und dienen nur zu internen Zwecken.

### § 4 Angebot und Vertragsabschluss

Sofern eine Bestellung als Angebot gemäß § 145 BGB anzusehen ist, kann Gilliar Consulting diese innerhalb von zwei Wochen annehmen.

### § 5 Aktuelle Preise und Versandkosten

Der Kunde entnimmt die aktuellen Preise den jeweiligen zur Auswahl stehenden Diensten. Die Preise sind Endpreise und beinhalten alle Preisbestandteile exklusive der anfallenden Steuern. Anfallende Versandkosten werden extra angegeben.

Die vereinbarte Vergütung ist bei Auftragsseminaren, Beratungs- und Coachingleistungen nach Rechnungsstellung ohne Abzug fällig, sofern nichts anderes vereinbart wurde. Die Zurückbehaltung der Vergütung und die Aufrechnung sind nur mit anerkannten oder rechtskräftig festgestellten Ansprüchen des Kunden zulässig. Gilliar Consulting behält sich das Eigentum an gelieferten Trainingsmaterialien bis zur endgültigen Bezahlung vor. Bei offenen Seminaren ist die Vergütung bis 10 Tage vor Seminarbeginn fällig.

### § 8 Haftung

Gilliar Consulting haftet nur für vorsätzlich oder grob fahrlässig verursachte Schäden. Der Auftraggeber und die Teilnehmer erkennen mit dem jeweiligen Auftrag ausdrücklich an, dass sie innerhalb und außerhalb von Seminaren, Coachings und Beratungen die volle Verantwortung für sich und ihr Handeln übernehmen und für eventuell verursachte Schäden selbst aufkommen.

### § 9 Rücktritt/ Annahmeverzug

Die Stornierung geplanter Seminare bedarf der Schriftform. Bei Kündigung oder Rücktritt bis zu vier Wochen vor Trainingsbeginn entstehen dem Auftraggeber keine Kosten. Erfolgt die Stornierung später als vier Wochen vor Trainingsbeginn, erhebt Gilliar Consulting 50 % der Trainingsgebühr. Bei Absage innerhalb von zwei Wochen vor Trainingsbeginn werden 80 % des Trainerhonorars berechnet. Erfolgt die Stornierung eine Woche vor Trainingsbeginn, beträgt das Ausfallhonorar 100 %. Gilliar Consulting ist immer bemüht, auf Stornierungskosten zu verzichten, sofern die gebuchten Kontingente anderweitig verbucht werden können.

### § 6 Zahlungsbedingungen

Sofern nichts anderes vereinbart wird, ist der Kaufpreis innerhalb von 7 Tagen nach Erbringung der Dienstleistung zu zahlen. Verzugszinsen werden in Höhe von 5 % berechnet. Die Geltendmachung eines höheren Verzugschadens bleibt vorbehalten.

### § 7 Sonstiges

Nebenabreden zu diesem Vertrag bestehen nicht. Rechte aus diesem Vertrag kann der Kunde nur schriftlich abtreten.

Sollten einzelne Bestimmungen dieser Allgemeinen Geschäftsbedingungen unwirksam sein oder werden, bleibt der Vertrag im Übrigen gültig. Die Parteien werden die unwirksam gewordene Regelung durch eine solche ersetzen, die dem wirtschaftlich Gewolltem am nächsten kommt. Vertragsänderungen werden schriftlich vereinbart.

### § 8 Erfüllungsort und Gerichtsstand

Erfüllungsort und Gerichtsstand ist, soweit gesetzlich zulässig, Darmstadt.

Für alle in diesem Vertrag geregelten Bedingungen gilt das Recht der Bundesrepublik Deutschland unter Ausschluss der Geltung des UN-Kaufrechts.

Stand: 12.08.2015