

Raus aus dem Hamsterrad

Widerstandsfähig bei hoher Belastung

06.-07. Dezember 2017

10:00 Uhr bis 17:00 Uhr

Der Alltag von Pflegefach- und Betreuungskräften ist schnell, hektisch und fordernd geworden. Um die eigenen Leistungsfähigkeit und Freude an der Arbeit zu behalten, braucht es ein gutes Gegengewicht aus innerer Ruhe und Ausgeglichenheit.

Gerade Menschen mit hohem menschlichem Engagement in sozialen Berufen haben mehrere Burnout-Risikofaktoren gleichzeitig abzufedern.

Resilienz ist die Fähigkeit, Schaffenskraft und innere Ruhe zu erlangen und zu erhalten, auch wenn hohe Leistung verlangt wird und der Arbeitstakt schnell ist. Diese Fähigkeit kann man lernen und trainieren. Innerhalb der zweitägigen Fortbildung werden die Teilnehmer*innen dabei unterstützt, ihre größten Energiefresser zu erkennen und diesen mit ihren eigenen Stärken zu begegnen. Ziel wird es sein, eine persönliche Strategie zu erarbeiten, um aus dem Hamsterrad auszusteigen und das eigene Wohlbefinden zu fördern.

Informationen

Arbeitsweise Kurzvortrag, Austausch und praktische Übungen für den Transfer in den Alltag

Teilnehmende Führungskräfte, Pflegefachkräfte, Betreuungskräfte und Mitarbeiter*innen in sozialen Berufen

Ort Landesvereinigung für Gesundheit und Akademie für Sozialmedizin Niedersachsen e. V., Fenskeweg 2, 30165 Hannover

Dozent Norbert Rönna, Resilienz- und Business-Coach

Teilnahmegebühr 295 Euro (inkl. Getränke und Mittagessen)

Anmeldeschluss 10. November 2017



TEILNAHMEBEDINGUNGEN

Die Tagungspauschale beträgt **295 Euro**. Anmeldeschluss ist der 10. November 2017. Anmeldungen werden nur mit dem Online-Formular unter www.gesundheit-nds.de oder schriftlich per E-Mail an info@gesundheit-nds.de entgegengenommen. Sie erfolgen unter Anerkennung der Teilnahmebedingungen, sind verbindlich und werden nach dem Eingangsdatum berücksichtigt. Nach erfolgreicher Anmeldung erhalten Sie eine Rechnung per E-Mail. Diese gilt als Anmeldebestätigung. Bei Stornierung bis 15 Tage vor dem Veranstaltungsdatum werden 25 Euro Stornogebühren in Rechnung gestellt. Bei späteren Absagen oder Nichterscheinen wird die volle Tagungspauschale berechnet. Diese sowie die Stornogebühren entfallen lediglich bei verbindlicher Nennung einer vertretenden Person, die unter Anerkennung der Teilnahmebedingungen zeitgleich angemeldet wird.

ADRESSE

Landesvereinigung für Gesundheit und Akademie für Sozialmedizin Niedersachsen e. V., Fenskeweg 2, 30165 Hannover

BEI RÜCKFRAGEN ...

Landesvereinigung für Gesundheit und Akademie für Sozialmedizin Niedersachsen e. V.
Fenskeweg 2
30165 Hannover

... zu den Inhalten

Reza Mazhari
Tel.: 0511 / 26 25 38 - 04
E-Mail: reza.mazhari@gesundheit-nds.de

Veronika Wurga
Tel.: 0511 / 26 25 38 - 03
E-Mail: veronika.wurga@gesundheit-nds.de

... zur Organisation

Tel.: 0511 / 388 11 89 - 0
E-Mail: info@gesundheit-nds.de