

■ ■ ■ ■ ■ FORTBILDUNG

Psychische Gesundheit & Arbeitsleben

Ein Angebot für Mitarbeiter & Führungskräfte aus berufsbildenden- & berufsintegrierenden Maßnahmen



14. & 15. September 2015
9.30 - 16.00 Uhr in Erfurt

Projekt
IMPULSE für Gesundheit



VERANSTALTUNGSORT

Bildungs- und Begegnungsstätte „Am Luisenpark“
Winzerstraße 21
99094 Erfurt

Anreise mit öffentlichen Verkehrsmitteln

Vom Hauptbahnhof mit der Buslinie 51 (Richtung Möbisburg/Mohlsdorf) bis zum Ausstieg Haltestelle „Wartburgstraße“ fahren (Achtung Baufahrplan) - die Begegnungsstätte befindet sich auf der gegenüberliegenden Seite.

Oder: mit der Straßenbahn 4 Richtung Bindersleben bis zum Gothaer Platz fahren. Weiter geht es ca. 10 Minuten zu Fuß auf der Cyriakstraße die zur Winzerstraße wird.

Anreise mit dem Auto

Autobahn A4, Abfahrt Autobahnkreuz Erfurt auf die A71 Richtung Erfurt. Verlassen Sie die Autobahn an der Abfahrt Flughafen-Erfurt (Erfurt-Bindersleben). Den Ort Schmira durchfahren und am Ortseingangsschild Erfurt an der Ampel rechts abbiegen! Dem Hinweis nach Hochheim folgen! Am Ende der Wartburgstraße stoßen Sie auf die Winzerstraße und einer Bushaltestelle. Rechts abbiegen und nach ca. 30 Meter links.

Hinweis: Auf dem Gelände der Bildungsstätte befinden sich nur wenig Parkmöglichkeiten. Bitte nutzen Sie die angrenzenden Parkmöglichkeiten in der Wartburgstraße.

KONTAKT

Landesvereinigung für Gesundheitsförderung Thüringen e.V.
– AGETHUR –
Projekt IMPULSE für Gesundheit
Kerstin Marx
Tel. 03643 – 4989819
Fax 03643 – 4989816
email: marx@agethur.de

Diese Veranstaltung wird gefördert von der AOK PLUS - Die Gesundheitskasse für Sachsen und Thüringen.

Die Teilnehmerin/ der Teilnehmer erklärt sich einverstanden, dass die im Zusammenhang mit ihrer/ seiner Teilnahme an der Veranstaltung gemachten Fotos zu Dokumentationszwecken der Gastgeber und auf deren Homepage veröffentlicht werden dürfen und dass ihr/ sein Name sowie die Firmenanschrift in einer Teilnehmerliste ausgeführt werden. Die Teilnehmerliste ist Bestandteil der Veranstaltungunterlagen.



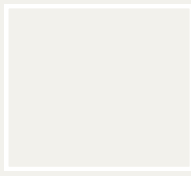
FORTBILDUNG AM 14. & 15. SEPTEMBER 2015

Psychische Gesundheit & Arbeitsleben

Ein Angebot für Mitarbeiter & Führungskräfte aus berufsbildenden- & berufsintegrierenden Maßnahmen



LANDESVEREINIGUNG FÜR
GESUNDHEITSFÖRDERUNG
Thüringen e.V. – AGETHUR –
Carl-August-Allee 9
99423 Weimar



ZIELE UND INHALTE

Psychische Erkrankungen begegnen uns immer häufiger sowohl in unserem privaten Umfeld als auch im Arbeitskontext. Der Anteil der Beschäftigten mit aktueller oder vergangener Behandlung aufgrund psychischer Probleme hat sich in den letzten 10 Jahren sogar verdoppelt. Schwerpunkte dieser Fortbildung sind daher Maßnahmen zur betrieblichen Gesundheitsförderung und zur Prävention psychischer Belastungen und Erkrankungen.

Anhand aktueller Entwicklungen werden Ursachen von Depressionen, Stressfolgeerkrankungen wie Burnout-Syndrom und Abhängigkeitserkrankungen sowie erste Anzeichen von Verhaltensänderungen vorgestellt. Darauf aufbauend erarbeiten die Teilnehmer Handlungsmöglichkeiten für den betrieblichen Kontext, wobei hier die Vermittlung kommunikativer Fähigkeiten zur Gestaltung von Mitarbeiter- oder Kollegengesprächen bei beobachteten Auffälligkeiten im Vordergrund steht. Dabei werden insbesondere Strategien zum Gesprächsaufbau und zur Gesprächsführung sowie zum Umgang mit Widerständen vermittelt.

Weitergehend werden Maßnahmen zur betrieblichen und persönlichen Vorbeugung psychischer Erkrankungen aufgezeigt. Dazu sollen gesundheitsförderliche Anregungen zu einem bewussteren Umgang mit sich selbst gegeben werden. Weiterhin findet die Vermittlung von Strategien zur Selbstwahrnehmung und -reflexion sowie zur Stärkung der eigenen psychischen Ressourcen statt. Die Verwendung systemischer Methoden und Techniken sollen zudem helfen neue Sichtweisen auf die Dinge zu bekommen.

Das Seminar ist in Thüringen als Lehrerfortbildung anerkannt und im sächsischen Fortbildungs-Onlinekatalog veröffentlicht. Es wird eine entsprechende Teilnahmebestätigung ausgestellt.

ABLAUF UND SCHWERPUNKTE

Montag & Dienstag von 9.30 Uhr bis 16.00 Uhr

Die folgenden Inhalte werden in praktischen Übungen und an konkreten Beispielen aus der Arbeitspraxis vertieft. Sie helfen, sich selbstsicher den Herausforderungen des Arbeitsalltags zu stellen, indem die internen Ressourcen und kommunikativen Fähigkeiten herausgearbeitet und gestärkt werden.

■ Psychische Erkrankungen am Arbeitsplatz (Zahlen und Fakten):

- ➔ Affektive Störungen: Depression
- ➔ Burnout-Syndrom
- ➔ Abhängigkeitserkrankungen

■ Ursachen und Hintergründe

■ Verhaltensänderung und -beobachtung

■ Betriebliche Handlungsmöglichkeiten:

- ➔ Gesprächsführung/ Kommunikation
- ➔ Wiedereingliederung

■ Betriebliche Prävention und Gesundheitsförderung

■ Anregungen für das persönliche Gesundheitsverhalten

Um möglichst praxisorientiert üben zu können werden vorab gerne Erfahrungen zu Mitarbeiter- und Kollegengesprächen aus Ihrem bisherigen Arbeitsalltag entgegen genommen, die dann in der Fortbildung besprochen werden.

Bitte schicken Sie uns hierfür Ihre Beispiele - spätestens zwei Wochen vor Veranstaltungsbeginn.

Referentin:

Frau Prof. Dr. Dr. Constance Winkelmann
Medical-School-Berlin

ANMELDUNG

Zum Seminar am 14. & 15.09.2015 melde ich mich verbindlich an.

Name, Vorname

Einrichtung

Straße

PLZ, Ort

Telefon

E-Mail

Datum

Unterschrift

Die Teilnahmegebühr beträgt 25,00 Euro.

Darin sind Tagungsunterlagen, Pausengetränke sowie Mittagsverpflegung enthalten. Bitte überweisen Sie den Betrag mit Angabe Ihres Namens und der Veranstaltung „**PsychG**“ bis zum 07.09.2015 auf das folgende Konto:
IBAN: DE28 860 205 000 003 472 100
BIC: BFSW DE 33 LPZ

Landesbedienstete aus Thüringen melden sich bitte ab 15.08 über das Thüringer Schulportal an.

Fortbildungsnummer: 167500407

Ich möchte in der Bildungsstätte übernachten:
DZ: 41,73€ oder EZ: 52,43€ inklusive Frühstück (bitte Option unterstreichen)

Bitte beachten Sie, dass bei kurzfristiger Abmeldung/Stornierung nach dem 07.09. eine Ausfallgebühr in Höhe der Tagungsgebühr anfällt, sofern der Platz nicht durch einen anderen Teilnehmer besetzt werden kann.

*Die Veranstaltung ist auf 20 Personen begrenzt, es gilt die Reihenfolge der Anmeldungen. **Anmeldeschluss: 2.09.2015***

Bitte senden Sie uns das Anmeldeformular per Post, Fax (03643 – 4989816) oder E-Mail (marx@agethur.de) zurück. Eine Online-Anmeldung auf www.agethur.de ist ebenfalls möglich.