

Aktiv gegen Stress und Burnout am Arbeitsplatz Was Interessenvertretungen jetzt tun können

Eine hohe Arbeitsverdichtung, immenser Druck und die zunehmende Komplexität von Arbeitszusammenhängen - diese Phänomene sind seit Jahren zu beobachten. Viele Beschäftigte fühlen sich dauerhaft unter Druck gesetzt. Die Folge ist, dass es vielen Betroffenen zunehmend schwerfällt, ihre innere Balance zu erhalten.

Chronischer Stress kann zu psychosomatischen Reaktionen (z.B. Unruhe, Schlaflosigkeit) und in der Folge zu schwerwiegenden Erkrankungen führen. Die Statistiken der Krankenkassen bestätigen: Die Zahl der psychischen Störungen und Erkrankungen steigt kontinuierlich weiter. Dies wirkt sich zunehmend auch auf die Kosten für Betriebe und die Gesamtgesellschaft aus. Motivationsverlust, Erschöpfungszustände und steigende Fehlzeiten sind an der Tagesordnung. Bei der Bewältigung dieser Herausforderungen übernimmt die Interessenvertretung eine tragende Rolle.

In diesem Seminar soll ein Verständnis für die Entwicklung psychischer Störungen und Erkrankungen entwickelt werden. Handlungsmöglichkeiten auf der betrieblichen und individuellen Ebene werden erörtert.

Die Teilnehmenden lernen, welche präventiven betrieblichen Strategien dabei helfen können, langfristig für ein gesünderes und zufriedeneres Arbeiten zu sorgen.

Seminarinhalte:

- Ursachen von Stress und Burnout
- Auswirkungen von Burnout und psychischer Belastung
- Handlungsmöglichkeiten und Präventionsarbeit
- Fürsorgepflichten des Arbeitgebers
- Die Rolle der Interessenvertretung
- Möglichkeiten zur Selbstfürsorge für Beschäftigte stärken
- Was kann der BR / PR tun, um nicht selbst ins Burnout zu kommen?
- Strategien zur Stärkung selbst erfahren



Referentin: Christina Hunke

Termin/Ort: 24.06.-28.06.2024, Cuxhaven – Seelust Duhnen

Beginn: erster Seminartag, 12:00 Uhr **Ende:** letzter Seminartag, ca. 13:00 Uhr

Kosten: 1.295,00 € zzgl. USt. (zzgl. Hotelleistungen)

Aktiv gegen Stress und Burnout am Arbeitsplatz, 24.06.-28.06.2024

Hiermit melde ich mich verbindlich unter Anerkennung der AGB der Arbeit und Lernen Detmold GmbH zu dem o. g. Seminar an.

Auszug unserer AGB: § 3 Kosten (1) Die Kosten setzen sich zusammen aus Seminargebühren, Tagungspauschalen (ggf. Übernachtungskosten) jeweils zzgl. MwSt.

(3) Rechnungsbeträge sind innerhalb von 10 Tagen ohne jeden Abzug zu bezahlen. **§ 4 Stornierung** (2) Bis 29 Tage vor Seminarbeginn ist die Stornierung kostenfrei. Danach sind Stornogebühren auf Basis der Kosten gemäß § 3 Abs. 1 ohne MwSt. zu berechnen: Bis 22 Tage vor Seminarbeginn 50 %. Bis 15 Tage vor Seminarbeginn 75 %. Bis 8 Tage vor Seminarbeginn 90 %. Anschließend 100 %. (3) Dem Kunden steht der Nachweis frei, dass uns kein Schaden entstanden oder dass der uns entstandene Schaden niedriger ist, als die geforderten Stornogebühren. Unsere AGB: <https://www.aul-seminare.de/agb>

Bitte ausfüllen und an die Faxnummer: 0 52 31 – 3 09 39 - 10 senden oder über www.aul-seminare.de online anmelden.

Privat:

Name:

Vorname:

Straße:

PLZ/Ort:

Telefon:

E-Mail:

Arbeitgeber:

Funktion (BR/PR/MAV/SBV):.....

Firma:

Straße:

PLZ/Ort:

Telefon:

E-Mail:

Bitte ankreuzen: Übernachtung ja / nein

zusätzlich Voranreise ja / nein