

## | SEMINARAUSSCHREIBUNG

### Resilienz statt Burnout – Wie Sie die Gesundheit der Beschäftigten nachhaltig fördern

Resilienz bezeichnet die innere Widerstandsfähigkeit beim Menschen, trotz ungünstiger Lebensumstände und herausfordernder Situationen im Arbeitsalltag die individuelle psychische Gesundheit aufrecht zu erhalten und zu stärken. Unsere Arbeit ist in den letzten Jahren schnelllebig, komplexer und unberechenbarer geworden. Auch die Grenzen zwischen Arbeit und Privatleben werden immer fließender. Beschäftigte, Führungskräfte und betriebliche Interessenvertretungen müssen daher mehr Agilität, Flexibilität und Anpassungsfähigkeit zeigen.

Schwerpunkte des Seminars sind die notwendigen Kenntnisse zu den möglichen Ursachen und Symptomen, die zu Burnout führen können und ihre oft tiefgreifenden Folgen. Des Weiteren geht es um betriebliche Maßnahmen, welche die Resilienz der Beschäftigten stärken sollen.

Außerdem: Welche Strategien können betriebliche Interessenvertretungen verfolgen, um psychische Belastungen zu minimieren und Überlastungen vorzubeugen? Welchen Gestaltungsspielraum haben sie bei der Erfüllung dieser Aufgaben?

Im Seminar erhalten Sie wichtige Handlungsempfehlungen und Tipps, um die Gesundheitsförderung der Mitarbeitenden positiv zu beeinflussen. Durch praktische Übungen wird das theoretische Wissen vertieft.

<b>Seminar-Nr.</b>	303-42-10
<b>Termin</b>	27.08. - 29.08.2024
<b>Ort</b>	<b>Bio-Seehotel Zeulenroda</b> Bauerfeindallee 1 07937 Zeulenroda-Triebes

## | Themenschwerpunkte

### Resilienz

- Was ist Resilienz und wie kann sie gefördert werden?
- Was bedeutet es, „resilient“ zu sein?
- Resilienz stärken

### Burnout

- Gesamtsystem Mensch
- Was ist psychische Belastung?
- Ursachen und Erscheinungsformen der Erkrankung
- Burnout-Symptome – welche gibt es und wie können sie frühzeitig erkannt werden?

### Wie kann einem Burnout vorgebeugt werden?

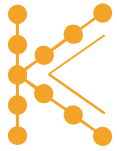
- Methoden und Schutzmaßnahmen
- Strategien zur Minimierung Psychischer Belastungen

### Was kann im Unternehmen für die Resilienz der Beschäftigten getan werden?

- Einstellungen und Verhaltensweisen, die individuell weiterhelfen können
- Mitbestimmungsrechte und Handlungsmöglichkeiten der betrieblichen Interessenvertretungen
- Aspekte einer resilienten Unternehmens- und Führungskultur

### Präventive Maßnahmen

- Innerbetriebliches Gesundheitsmanagement
- Mögliche Maßnahmen der betrieblichen Gesundheitsförderung



## | Veranstaltungsinformationen

Seminar-Nr.	Termin	Uhrzeit	Ort	Seminarpreis inkl. ÜN	Seminarpreis ohne ÜN	zus. ÜN
303-42-10	27.08. - 29.08.2024	1. Tag: 10.00 - 17.00 Uhr 2. Tag: 09.00 - 17.00 Uhr 3. Tag: 09.00 - 15.00 Uhr	Zeulenroda	1420,- €	1115,- €	119,- €

Die aufgeführten Preise verstehen sich inklusive aller Seminarkosten sowie der Verpflegung im Seminarhotel zuzüglich der gesetzlichen Mehrwertsteuer. Terminänderungen vorbehalten. Die Rechnungsstellung erfolgt nach Abschluss des Seminars. Zahlungsziel: 7 Tage netto ab Rechnungsdatum.

## | Anmeldung für das Seminar

Die Anmeldung soll schriftlich mindestens 4 Wochen vor dem geplanten Seminarbeginn bei uns eingehen. Kurzfristige Anmeldungen sind auf Anfrage möglich.

**E-Mail** [seminare@kk-bildung.de](mailto:seminare@kk-bildung.de)  
**Fax** 037207 65 12-82  
**Post** K&K Bildungsmanufaktur GmbH  
Berthelsdorfer Str. 72  
09661 Hainichen  
**Online** [www.kk-bildung.de](http://www.kk-bildung.de)

## | Freistellung für das Seminar

**BR** Das Seminar vermittelt notwendige Kenntnisse für die Betriebsratsarbeit nach § 37 Abs. 6 BetrVG. Die Freistellung der Betriebsratsmitglieder erfolgt auf Beschluss des Betriebsrates nach § 37 Abs. 6 BetrVG. Die Kostentragungspflicht richtet sich nach § 40 BetrVG.

**SBV** Das Seminar vermittelt notwendige Kenntnisse für die Arbeit der Schwerbehindertenvertretung. Die Freistellung erfolgt nach § 96 Abs. 4 SGB IX. Die Kostentragungspflicht richtet sich nach § 96 Abs. 8 SGB IX.

**JAV** Das Seminar vermittelt notwendige Kenntnisse für die Arbeit der Jugend- und Auszubildendenvertretung. Die Freistellung erfolgt nach § 65 Abs. 1 i. V. m. § 37 Abs. 6 BetrVG. Die Kostentragungspflicht richtet sich nach § 40 BetrVG.

**PR** Das Seminar vermittelt notwendige Kenntnisse für die Personalratsarbeit nach § 46 Abs.1 BPersVG, bzw. den analogen Regelungen im jeweiligen Landesrecht, z. B. § 47 Abs. 1 SächsPersVG. Die Freistellung der PR-Mitglieder sowie die Kostentragungspflicht erfolgt nach §§ 44 und 46 BPersVG bzw. den analogen Regelungen im jeweiligen Landesrecht, z. B.: §§ 45 und 47 SächsPersVG.



# Bildungsmanufaktur – Anmeldeformular

Bitte füllen Sie die Seminaranmeldung **vollständig** und **gut leserlich** in **DRUCKBUCHSTABEN** aus. Diese können Sie uns per **E-Mail** an [seminare@kk-bildung.de](mailto:seminare@kk-bildung.de) oder per **Fax** an die **037207 6512-82** oder per **Post** an: K&K Bildungsmanufaktur GmbH, Berthelsdorfer Str. 72, 09661 Hainichen senden.

**Seminar-Nr.:**  
303-42-10

**Termin:** 27.08. - 29.08.2024  
**1. Tag:** 10.00 - 17.00 Uhr  
**2. Tag:** 09.00 - 17.00 Uhr  
**3. Tag:** 09.00 - 15.00 Uhr

**Seminarort:**  
**Bio-Seehotel Zeulenroda**  
Bauerfeindallee 1  
07937 Zeulenroda-Triebes

**Seminar:** **Resilienz statt Burnout – Wie Sie die Gesundheit der Beschäftigten nachhaltig fördern**

## Teilnehmer:in

Bitte füllen Sie pro Teilnehmer:in jeweils ein Formular aus.

## Rechnungsadresse (Arbeitgeber:in)

Anrede (optional):

Firma:

Name:

Str./Nr.:

Vorname:

PLZ/Ort:

Tel.\*:

Tel.:

E-Mail\*:

E-Mail:

## Pflichtangaben:

mit Übernachtung

vegetarisches Essen

veganes Essen

ohne Übernachtung

Anreise am Vortag (zus. Übernachtung)

## Optional:

## Teilnahmebedingungen & Stornierungen:

Seminaranmeldungen sind verbindlich. Stornierungen sind schriftlich per Fax oder E-Mail einzureichen. Kostenfreie Stornierungen sind bis zum 28. Tag vor dem Seminarbeginn möglich. Danach wird bis zum 21. Tag vor dem Seminarbeginn eine Bearbeitungsgebühr von 50,00 EUR je Teilnehmer zzgl. MwSt., anschließend der volle Seminarpreis zzgl. MwSt. erhoben. Dieser ist ebenso bei Nichtteilnahme zu zahlen. Selbstverständlich können Sie bei Verhinderung rechtzeitig einen anderen Teilnehmer benennen.

\*Mit Angabe Ihrer E-Mail-Adresse und Telefonnummer erklären Sie sich bereit, auf diesem Weg Angebote und Informationen der K&K Bildungsmanufaktur zu erhalten. Diese Einwilligung können Sie jederzeit unter Angabe der E-Mail-Adresse oder Telefonnummer widerrufen. Der Widerspruch kann direkt an [info@kk-bildung.de](mailto:info@kk-bildung.de) gerichtet werden.

**Mit der Anmeldung erkenne ich die oben genannten Teilnahmebedingungen sowie die im Seminarangebot-Nr. 303-42-10 aufgeführten Leistungen an.**

Ort/Datum

Unterschrift (Geschäftsleitung)

Name in Druckbuchstaben

Eine Anmeldebestätigung geht Ihnen nach Ihrer Anmeldung schriftlich zu. Sollten nicht genügend Seminaranmeldungen eingehen, so ist der Veranstalter zur Absage des Seminars berechtigt.