Mehr Gesundheit für Kliniken und Pflegeeinrichtungen

Präventionsangebote 2020

BILDUNGSWERK
der Baden-Württembergischen Wirtschaft e.V.

AOK
Die Gesundheitskasse.

GESUNDNAH
AOK Baden-Württemberg

PRÄVENTIONSANGEBOTE 2020
ÜBERSICHT

In die Gesundheit Ihrer Mitarbeiter zu investieren lohnt sich immer. Wir unterstützen Sie mit unseren Angeboten auf Ihrem Weg zu einem gesünderen Unternehmen.

WEITERBILDUNG	TERMINE	ORT	SEITE
RESILIENZ UND STRESSBEWÄLTIGUNG			
Achtsamkeit und Stress-bewältigung im Pflegealltag	06. Juli 2020 17. Juli 2020 13. November 2020 23. November 2020	Steinheim Bleibach Reutlingen Steinheim	4
Auftanken und weiterkommen – mit Belastungen konstruktiv umgehen	22. April 2020 19. Oktober 2020	Bleibach Steinheim	5
Nachhaltige Stressbewältigung im Führungsalltag mit der Jahresreise®	19. Mai 2020 24. September 2020	Steinheim Bleibach	6
Resilient führen	18. Juni 2020 22. September 2020 01. Oktober 2020	Steinheim Reutlingen Bleibach	7
Stressprävention & Ressourcenstärkung	21. September 2020 24. November 2020	Steinheim Bleibach	8
KOMMUNIKATION			
Feedback-Kompetenz weiterentwickeln	06. Mai 2020 16. November 2020	Bleibach Steinheim	9
Gelingende Kommunikation im pflegerischen Alltag	29. April 2020 13. Mai 2020 17. Juni 2020 11. Dezember 2020	Reutlingen Bleibach Steinheim Steinheim	10
Motiviert bleiben – und sich selbst sowie die eigene Ausbildung/das eigene Studium optimal managen	05. Mai 2020 07. Juli 2020 09. Oktober 2020	Bleibach Reutlingen Steinheim	11
Motivation und Feedback in der Ausbildung	20. April 2020 14. Juli 2020	Steinheim Bleibach	12
Konfliktmanagement – Konflikte erkennen und souverän bewältigen	22. Juni 2020 21. Oktober 2020	Bleibach Steinheim	13
Ausbildung betriebsinterner Gesundheitsbotschafter	23.–24. April 2020 30. Nov.–01. Dez. 2020	Bleibach Steinheim	14

Titel: Getty Images/Maskot/Kentaroo Tryman

WEITERBILDUNG	TERMINE	ORT	SEITE
TEAMENTWICKLUNG			
Teamentwicklung mit dem Jungian Potential Profil (JPP)		Auf Anfrage	15
Teamentwicklung mit Resilienz		Auf Anfrage	16
WEITERE ANGEBOTE			
Betriebliches Eingliederungs-management (BEM)		Auf Anfrage	17
Career-in-bw: Fachkräfte aus dem Ausland gewinnen und halten		Auf Anfrage	18
Mit Dienstrad-Leasing die Gesund-heit Ihrer Mitarbeiter fördern und qualifiziertes Personal binden		Auf Anfrage	19
Reha-Coaching – zurück in den Beruf		Auf Anfrage	19
KONTAKT, ANMELDUNG, TAGUNGSPAUSCHALE			20
ANMELDEFORMULAR			21
AOK-ANGEBOTE			
mesana Gesundheits-Check		Auf Anfrage	22
Das AOK-RückenKonzept		Auf Anfrage	23

IMPRESSUM:

Mehr Gesundheit für Kliniken und Pflegeeinrichtungen
Präventionsangebote 2020

Herausgeber:
AOK Baden-Württemberg, Presselstraße 19, 70191 Stuttgart
und Bildungswerk der deutschen Wirtschaft e. V., Türlenstraße 2, 70191 Stuttgart

Druck:
Bösmann Medien und Druck GmbH & Co. KG, Ohmstraße 7, 32758 Detmold

Achtsamkeit und Stressbewältigung im Pflegealltag

Der Arbeitsalltag der Pflege ist neben Multitasking geprägt von großer Verantwortung, permanenten Arbeitsunterbrechungen und einer hohen Emotionalität. Ein anspruchsvoller Beruf, durch den Mitarbeiter/-innen von Pflegeeinrichtungen im beruflichen Alltag oftmals mit Situationen konfrontiert sind, die ihnen Stress verursachen. Um besser mit diesen Situationen umgehen zu können, ist es notwendig, die eigenen inneren Antreiber zu kennen und einen achtsamen Umgang mit sich selbst zu pflegen.

Inhalt

- Ursprünge der Stressbewältigung
- Stressoren im Pflegealltag
- Gesundheitliche Auswirkungen von Stress
- Wirkung von inneren Antreibern und Glaubenssätzen
- Das Konzept der Achtsamkeit
- Die Wirkung der Achtsamkeit auf die Stressbewältigung
- Verschiedene Achtsamkeitsübungen für den Alltag

Stress im Pflegeberuf kann durch verschiedene Faktoren ausgelöst werden: durch die Rahmenbedingungen am Arbeitsplatz, die Ansprüche der Patienten und der Angehörigen oder den eigenen Anspruch in der Rolle als Pflegefachkraft. In diesem Tagesseminar reflektieren die Teilnehmer ihre individuellen stressauslösenden Faktoren und die eigenen Antreiber und Glaubenssätze. Dies ist ein wesentlicher Schritt für eine erfolgreiche Stressbewältigung.

Das Konzept der Achtsamkeit soll den Teilnehmern bei der Stressbewältigung helfen. Sie verbessern mit einfachen Achtsamkeitsübungen ihre Selbstregulationsfähigkeiten und können so ihrem Arbeitsalltag entspannter begegnen.

Trainer:	**Brigitte Ganzmann, Dipl.-Pädagogin und Bewegungstherapeutin**
Teilnehmer:	**Mitarbeitende aus Pflegeeinrichtungen/ Kliniken**
Dauer:	**1 Tag**
Eigenanteil:	**170 Euro**

Fotos: AOK; Getty Images/Johner Images

Termine

06. Juli 2020	Haus Steinheim	Anmeldung siehe Seiten 20 und 21 oder online unter **www.biwe-akademie.de/pflege-stressbewaeltigung**
17. Juli 2020	Haus Bleibach	
13. November 2020	Haus Reutlingen	
23. November 2020	Haus Steinheim	

Auftanken und weiterkommen – mit Belastungen konstruktiv umgehen

Die tägliche Arbeit und das persönliche Umfeld verlangen viel Kraft und Energie. Das geht manchmal an die persönliche Substanz. Oft fühlen sich Mitarbeitende müde, gestresst und ausgelaugt. Doch was tun, wenn alles zu viel wird und einem wortwörtlich über den Kopf wächst? Belastungen, Stress und Krisen lassen sich nicht vermeiden. Doch durch einen bewussten Umgang mit den eigenen Kräften meistern wir diese gelassener und können daran wachsen. Nur wer weiß, wie er funktioniert und was er wirklich braucht, erholt sich leichter.

Inhalt

Nehmen Sie sich Zeit für die persönliche Reflexion und erfahren Sie erfrischende Strategien zum Auftanken und Weiterkommen.

- Kurzinput: Stress und seine Auswirkungen auf mentaler, emotional-körperlicher und Verhaltensebene
- Eigenes Denk- und Verhaltensmuster analysieren
- Stressregulation – Kurzinterventionen
- Handlungsspielräume entdecken und Möglichkeiten kennenlernen, um den negativen Stresskreislauf zu durchbrechen und sich mental und körperlich schnell in einen guten Zustand zu bringen sowie Distanz zu gewinnen
- Soforthilfen für mehr positive Energie und lösungsorientiertes Handeln
- Erstellen eines konkreten Wenn-Dann-Plans zur Transfersicherung

Trainer: **Irene Wüest**
Teilnehmer: **Führungskräfte und Mitarbeitende aus allen Bereichen der Kliniken und Pflege**
Dauer: **1 Tag**
Eigenanteil: **170 Euro**

Termine

22. April 2020 Haus Bleibach
19. Oktober 2020 Haus Steinheim

Anmeldung siehe Seiten 20 und 21 oder online unter **www.biwe-akademie.de/pflege-belastungen**

Nachhaltige Stressbewältigung im Führungsalltag mit der Jahresreise®

Druck und Stress sind ständige Begleiter im Führungsalltag. Für Führungskräfte ist es daher besonders wichtig, auf die eigene Gesundheit und die innere Stabilität auch unter Stress zu achten. Das Präsenztraining in Form eines interaktiven Impuls-Parcours wird mit einer nachhaltigen Jahresbegleitung durch monatliche multimediale Selbstcoaching-Impulse kombiniert. Somit erhalten Sie praxistaugliche Handlungshilfen, um die eigene Widerstandskraft zu erhöhen und zu mehr Gelassenheit, Stärke und Stabilität zu gelangen.

Inhalt

Präsenztraining als interaktiver Impuls-Parcours

- Stress und tägliche Belastungsfaktoren als Führungskraft meistern
- Umgang mit Druck und hohen Anforderungen im Führungsalltag erlernen
- Multimodale Stressbewältigung auf den vier Ebenen: Körper, Verhalten, Gefühle und Gedanken erkennen und umsetzen
- Resilienz und Leistungsstärke nachhaltig sichern

Zusätzliche multimediale Jahresbegleitung

- Im Anschluss an das Training ein Selbstcoaching-Kalender (Trainerin ist Autorin)
- Monatliche multimediale Selbstcoaching-Impulse (Videos, Audiodateien, Übungsanleitungen, Checklisten und Selbsttests)
- Individuelle Wirksamkeitsanalyse durch Auswertung einer anonymen Vor- und Nachbefragung

Blended Learning – der perfekte Mix aus Selbstlernphasen mit monatlichen Impuls-Mails und einem intensiven Präsenztraining.

Trainer: **Sandra Kuhn-Krainick**
Teilnehmer: **Führungskräfte aus allen Bereichen der Kliniken und Pflege**
Dauer: **1 Tag und monatliche Zusatzimpulse**
Eigenanteil: **350 Euro**

Das Konzept der Jahresreise® wurde mit dem AWARD des Deutschen Verbandes für Coaching und Training ausgezeichnet.

Fotos: AOK

Termine

19. Mai 2020	Haus Steinheim	Anmeldung siehe Seiten 20 und 21 oder online unter **www.biwe-akademie.de/pflege-jahresreise**
24. September 2020	Haus Bleibach	

Resilient führen

Als Führungskraft gilt es – neben allen anderen Aufgaben – auch die Gesundheitsfürsorge der Mitarbeitenden im Blick zu behalten und zu fördern. Gerade in Zeiten hoher Veränderungsdichte und steigender Krankheitstage aufgrund von Stress und Burn-out gewinnt diese Aufgabe zunehmend an Bedeutung. Wie gelingt es, dieser Aufgabe gerecht zu werden? Den Mitarbeitenden gegenüber und sich selbst als Führungskraft? Grundlage für ein nachhaltig gesundes Führen ist das eigene Resilienzprofil.

Inhalt

Resilienz ist die Fähigkeit, für sich persönlich angemessen, mit Veränderungen und schwierigen Situationen umzugehen und gestärkt aus ihnen hervorzugehen. Im Seminar wird das eigene Resilienzprofil analysiert und mit den Veränderungsdynamiken des Arbeitsalltags in Verbindung gesetzt. Die Führungskraft kann ihr Führungsverhalten dann situationsgerecht und stärkend, sich selbst und den Mitarbeitenden gegenüber, gestalten.

Trainer: **Margit Bieg**
Teilnehmer: **Führungskräfte aus Kliniken und Pflegeeinrichtungen**
Dauer: **1 Tag**
Eigenanteil: **170 Euro**

Gesundheitsfürsorge
- Resilienz als Grundlage
- Die sieben Resilienzfaktoren: das Resilienz-Modell nach Gruhl/Körbächer

Gesunde Führung
- Selbstreflexion und Weiterentwicklung
- Resilient führen: sich selbst und die Mitarbeitenden
- Das eigene Resilienzprofil: Analyse und Erweiterung

Trainingsansatz und Methoden
- Impulsreferate
- Erfahrungsaustausch im Plenum
- Kleingruppenarbeit
- Praktische Übungen zur Reflexion und Umsetzung

Termine

18. Juni 2020	Haus Steinheim
22. September 2020	Haus Reutlingen
01. Oktober 2020	Haus Bleibach

Anmeldung siehe Seiten 20 und 21 oder online unter **www.biwe-akademie.de/pflege-fuehren**

Stressprävention und Ressourcenstärkung

In pflegenden Berufen zeichnen sich die Mitarbeitenden durch großes Engagement und eine außergewöhnlich hohe Leistungsbereitschaft aus. Dieses Angebot bietet Arbeitgebenden die Möglichkeit, ihre Mitarbeitenden bei diesen täglichen Herausforderungen zu unterstützen und ihren Einsatz anzuerkennen und zu honorieren. Es geht dabei nicht darum, noch mehr Leistung zu generieren. Ziel der Maßnahme ist es, Unterstützung für mehr persönliche Balance und Gesundheit und alltagstaugliche Werkzeuge anzubieten.

Inhalt

Das Seminar soll die Teilnehmenden befähigen, besser mit möglichen Stressoren umgehen zu lernen und die eigenen Ressourcen als Prävention im Alltag zu nutzen.

- Unterstützung für mehr Entlastung am Arbeitsplatz
- Persönliche Ressourcen stärken
- Kritische Einstellungen und Verhaltensmuster reflektieren
- Eigene Befähigungsmuster etablieren
- Balance-Werkzeuge und Selbststeuerungstools kennenlernen und integrieren

Ansatz und Methoden

- Das Balance-Signalzonen-Modell: die eigenen Stressoren und Ressourcen beachten
- Balancemethoden: Umgang mit innerer Einstellung und Achtsamkeitsübungen
- Erfahrungsaustausch
- Verankerung im Alltag

Trainer: **Margit Bieg**
Teilnehmer: **Mitarbeitende aus Pflegeeinrichtungen/Kliniken**
Dauer: **1 Tag**
Eigenanteil: **170 Euro**

Fotos: AOK

Termine

21. September 2020 Haus Steinheim
24. November 2020 Haus Bleibach

Anmeldung siehe Seiten 20 und 21 oder online unter **www.biwe-akademie.de/pflege-stresspraevention**

Feedback-Kompetenz weiterentwickeln

Oft geben wir in unserer täglichen Zusammenarbeit zu wenig Rückmeldung. Dabei sind Feedback geben und bekommen das Salz der beruflichen Kommunikation und Zusammenarbeit und bildet die Basis für Lernen und Weiterentwicklung eines jeden, eines Teams und einer Organisation. Doch es ist leichter gesagt als getan. Zur richtigen Zeit den richtigen Ton zu finden, Positives angemessen zum Ausdruck zu bringen und Kritik wertschätzend zu äußern, das will gelernt sein. Es lohnt sich, die eigene Feedback-Kompetenz weiterzuentwickeln.

Inhalt

- Das Johari-Fenster oder wie Feedback praktisch vor sich geht
- Rahmenbedingungen und Spielregeln des Feedbacks
- Beobachtung und Bewertung beim Feedbackgeben und -nehmen
- Rückmeldung geben, die Positives bewirkt
- Unterschied von Lob und Anerkennung
- Fallbeispiele sichten und optimieren

Trainer: **Irene Wüest**
Teilnehmer: **Führungskräfte aus allen Bereichen der Kliniken und Pflegeeinrichtungen**
Dauer: **1 Tag**
Eigenanteil: **170 Euro**

Termine

06. Mai 2020	Haus Bleibach	Anmeldung siehe Seiten 20 und 21 oder online unter **www.biwe-akademie.de/pflege-feedback**
16. November 2020	Haus Steinheim	

Gelingende Kommunikation im pflegerischen Alltag

Wir kommunizieren ständig. Das beschreibt schon Paul Watzlawick mit seiner Aussage: „Man kann nicht nicht kommunizieren." Dabei prägt in der Pflege das Kommunizieren mit Ansprechpersonen verschiedenster Ebenen (Patienten/-innen und deren Angehörige, Vorgesetzte, Kollegium, verschiedene Berufsgruppen), häufig unter Zeitdruck, den Alltag und stellt Mitarbeitende vor unterschiedliche Herausforderungen. Wie kann Kommunikation auf diesen Ebenen gestaltet werden, damit sie gelingt und auch in schwierigen Situationen konstruktiv ist?

Inhalt

Im Seminar werden Sie, vorzugsweise an Ihren eigenen Beispielen, Ihr Kommunikationsverhalten trainieren und Rückmeldung bezüglich Ihrer Wirkung erhalten. Sie arbeiten mit Kommunikationsmethoden, die Ihnen helfen, auch in schwierigen Situationen einen „kühlen Kopf" zu bewahren sowie professionell und konstruktiv zu kommunizieren.

Gelingend kommunizieren
- Rapport herstellen: der gute Kontakt
- Fragen, die weiterbringen
- Ich-Botschaften

Umgang mit herausfordernden Gesprächssituationen
- Verschiedene Gegenüber: Patientinnen und Patienten, Kollegium, Vorgesetzte, Angehörige
- Die Ruhe bewahren und konstruktiv bleiben

Trainingsansatz und Methoden
- Starker Teilnehmerbezug durch praxisnahe Übungen
- Impulsreferate
- Feedback
- Austausch im Plenum

Trainer: **Margit Bieg**
Teilnehmer: **Mitarbeitende aus der Pflege (Krankenpflege, Altenpflege, Mediziner/-innen, Verwaltungsangestellte)**
Dauer: **1 Tag**
Eigenanteil: **170 Euro**

Fotos: AOK

Termine

29. April 2020	Haus Reutlingen	Anmeldung siehe Seiten 20 und 21 oder online unter **www.biwe-akademie.de/pflege-kommunikation**
13. Mai 2020	Haus Bleibach	
17. Juni 2020	Haus Steinheim	
11. Dezember 2020	Haus Steinheim	

Motiviert bleiben – und sich selbst sowie die eigene Ausbildung/das eigene Studium optimal managen

Mittendrin in Ausbildung/Studium – und es lohnt sich, einen Blick nach vorn zu werfen, um sich die Frage zu stellen, wie die Motivation für den weiteren Weg in der Ausbildung beibehalten werden kann. Der Workshop will bewusst machen, was uns antreibt, beschäftigt und motiviert – zusammen werden konkrete Handlungsalternativen aufgezeigt und entwickelt, um zu erkennen, an welchen Punkten jeder selbst seine Motivation neu auffrischen kann.

Inhalt

Was motiviert mich richtig?
- Wann bin ich hoch motiviert? Was fördert meine Motivation und wo sehe ich positive Herausforderungen?
- Was sind meine eigenen Stärken und wie kommuniziere ich diese angemessen?

Stärken und Schwächen des persönlichen Arbeitsstils erkennen
- Prioritäten sinnvoll setzen lernen und Zeiteinteilung bewusst gestalten

Mein Umgang mit der Zeit: So möchte ich mich selbst managen
- Social Media, Internet und Co: Zeitdiebe und Störungen bewusst erkennen

Mental fit – grundsätzliche Einstellung zu Arbeit und Privatleben
- Den eigenen „Schweinehund" überlisten: Selbstverpflichtungen und Selbstdisziplin als erfolgreicher Motivator

Umgang mit Anerkennung und Kritik
- Wie kommunizieren wir auch in schwierigen Situationen prinzipiell konstruktiv miteinander?
- Feedback bekommen und einfordern – nicht immer ganz einfach!

Lernen als Projekt – welche Art von Selbstmanagement brauche ich?

Trainer: **Dipl.-Päd. Michael Zonsius**
Teilnehmer: **Auszubildende und DH-Studierende aus Kliniken und Pflegeeinrichtungen**
Dauer: **1 Tag**
Eigenanteil: **170 Euro**

Termine

05. Mai 2020	Haus Bleibach	Anmeldung siehe Seiten 20 und 21 oder online unter **www.biwe-akademie.de/pflege-selbstmanagement**
07. Juli 2020	Haus Reutlingen	
09. Oktober 2020	Haus Steinheim	

Motivation und Feedback in der Ausbildung

Den Idealzustand, den sich alle an der Ausbildung Beteiligten wünschen, ist es, mit hoch motivierten Auszubildenden arbeiten zu können. Doch in der Realität sieht es nicht selten anders aus, Konflikte erschweren die Kommunikation und die Motivation leidet darunter. Dieser Workshop will Möglichkeiten aufzeigen, wie ein konstruktives Feedback mit Auszubildenden möglich ist, und möchte konkrete Handlungsalternativen aufzeigen, wie im Alltag und auch in schwierigeren Situationen die Motivation aufrechterhalten werden kann.

Inhalt

Motivation als Grundlage in der Ausbildung
- Was motiviert mich als Ausbilder/Ausbildungsbeauftragter?
- Was motiviert und was demotiviert unsere Auszubildenden?

Lebenswirklichkeiten Jugendlicher verstehen und damit umgehen

Möglichkeiten zur Motivationssteigerung
- Individuelle Lebensmotive und eigene Handlungsalternativen
- Konkrete Impulse für den Ausbildungsalltag

Hintergründe erfolgreicher Kommunikation
- Was gilt es in der Kommunikation mit Auszubildenden besonders zu beachten?
- Wertschätzende Gesprächsstrategien kennenlernen und anwenden

Konstruktives Feedback – Geben und Bekommen
- Die passende innere Einstellung
- Gewieftes Feedback und 3-W-Feedback

Szenische Umsetzung konkreter Gesprächssituationen

Trainer: **Dipl.-Päd. Michael Zonsius**
Teilnehmer: **Ausbilder und Ausbildungsbeauftragte aus Kliniken und Pflegeeinrichtungen**
Dauer: **1 Tag**
Eigenanteil: **170 Euro**

Fotos: AOK; Getty Images/Tom Werner

Termine

20. April 2020	Haus Steinheim	Anmeldung siehe Seiten 20 und 21 oder online unter **www.biwe-akademie.de/pflege-motivation**
14. Juli 2020	Haus Bleibach	

Konfliktmanagement – Konflikte erkennen und souverän bewältigen

Konflikte sind alltäglicher Bestandteil in der Pflege und im klinischen Alltag. Konfliktmanagement beinhaltet nicht nur, in Konfliktsituationen angemessen zu reagieren, sondern bereits im Vorfeld Konfliktfelder zu erkennen und gezielt zu bearbeiten. Anhand von konkreten Fällen werden Lösungsstrategien erarbeitet und der eigene Umgang mit Konflikten analysiert. Sie lernen durch gezielte Strategien im Umgang mit den eigenen Emotionen und einer konkreten Deeskalationstreppe, Konflikte konstruktiv zu bearbeiten.

Inhalt

- Wie entstehen Konflikte und welche Konfliktstrategien gibt es?
- Welche Anlässe führen zu Konflikten im Team?
- Welche Ursachen haben Konflikte mit Patienten und Angehörigen?
- Umgang mit den eigenen Emotionen
- Worum geht es wirklich? Themen auseinanderhalten und richtig benennen (Positionen, Motive, Gefühle, Bedürfnisse, Werte)
- Konstruktiv konfrontieren und Feedback geben
- Aktives und empathisches Zuhören
- Konfliktklärung ohne Gesichtsverlust: lösungsorientiert verhandeln und entscheiden
- Der Klärungsprozess: die 5 Schritte der Konfliktbearbeitung
- Das Klärungsgespräch zu dritt
- Konfliktprävention und Meta-Regelkommunikation im Team

Trainer: **Lothar Niebert**
Teilnehmer: **Pflegekräfte und Ärzte aus allen Hierarchiestufen**
Dauer: **1 Tag**
Eigenanteil: **170 Euro**

Termine

22. Juni 2020 — Haus Bleibach
21. Oktober 2020 — Haus Steinheim

Anmeldung siehe Seiten 20 und 21 oder online unter **www.biwe-akademie.de/pflege-konfliktmanagement**

Ausbildung betriebsinterner Gesundheitsbotschafter

Betriebliche Gesundheitsbotschafter können eine Schlüsselfunktion zum Thema Gesundheit im Unternehmen einnehmen. Als Kollegen fördern sie die Mitarbeitergesundheit direkt am Arbeitsplatz. Sie sensibilisieren für betriebliche Gesundheitsaktivitäten und verbessern deren Akzeptanz und Wirksamkeit. Gesundheitsbotschafter geben Impulse aus dem Unternehmen an die betrieblichen Entscheider und tragen aktiv dazu bei, dass Gesundheit von allen im Betrieb mitgetragen wird.

Inhalt

Part I

- Gesundheitsbotschafter für mehr Gesundheitskultur
- Bedeutung von Gesundheit für Kliniken und Pflegeeinrichtungen
- Ein Verständnisrahmen betrieblicher Gesundheit
- Die richtige Haltung finden
- Aktives Zuhören
- Ins Gespräch kommen I: als Gesundheitsbotschafter sichtbar werden
- Gesundheitsbotschafter für mehr Wertschätzungskultur
- Ins Gespräch kommen II: Was tun, wenn ich angesprochen werde?
- Rahmenbedingungen schaffen
- Voraussetzungen und Erwartungen verstehen und erfüllen
- Aktives Zuhören – Vertiefung
- Gemeinsame Lösungssuche mit dem Kollegen
- Hinweise auf Überlastung bei Kollegen kennen und erkennen

Part II

- Chancen und Grenzen unseres Handelns als Gesundheitsbotschafter
- Ins Gespräch kommen III: aktiv auf Kollegen zugehen
- Belastungen erkennen
  – Blick auf die Arbeit
  – Blick auf den Arbeitenden
  – Blick auf Belastungsfolgen
- Gesundheit und Krankheit verstehen
- Häufige Krankheits- und Beschwerdebilder in Kliniken und Pflegeeinrichtungen
- Ich-Botschaften und GfK

Trainer:	**Brigitte Ganzmann, Dipl.-Pädagogin und Bewegungstherapeutin**
Teilnehmer:	**Führungskräfte und Mitarbeitende aus allen Bereichen der Klinik und Pflege**
Dauer:	**2 Tage**
Eigenanteil:	**300 Euro**

Foto: AOK

Termine

23. bis 24. April 2020	Haus Bleibach
30. November bis 01. Dezember 2020	Haus Steinheim

Anmeldung siehe Seiten 20 und 21 oder online unter **www.biwe-akademie.de/pflege-gesundheits-botschafter**

Teamentwicklung mit dem Jungian Potential Profil (JPP)

Eine gute Versorgung der Patienten kann nur gelingen, wenn das Pflegeteam sich versteht, sich ergänzt und die Stärken und Schwächen der anderen Kollegen kennt. Streit und Konflikte im Team entstehen dann, wenn die Sichtweisen auf die Dinge, die zu erledigen sind, zu unterschiedlich sind. Doch woher kommen diese Sichtweisen? Und was braucht es, damit ein Team trotz Unterschieden miteinander arbeiten kann? Wie kann Verständnis zwischen unterschiedlichen Persönlichkeitstypen entstehen?

Inhalt

Eine gute Teamarbeit fördert nicht nur das soziale Miteinander, sondern hilft den Kollegen, besser mit Belastungen am Arbeitsplatz klarzukommen, steigert die Arbeitsmotivation und das Wohlbefinden am Arbeitsplatz.

Ablauf:
Die Maßnahmen werden individuell zugeschnitten und können je nach Bedarf in Form von Workshops, Seminaren oder kombinierten Interventionen stattfinden.

Im Vorfeld einer Maßnahme kann der JPP, der Jungian Potential Profil Power-Potential-Profile®), von den Teilnehmern ausgefüllt werden. Per E-Mail erhalten sie einen Zugang zu der Homepage von flow consulting. Die Trainerin bringt die Auswertungen ins jeweilige Seminar mit, die dort persönlich ausgehändigt werden.

Der JPP baut auf der Typentheorie von C. G. Jung auf, ist langjährig erprobt und wissenschaftlich belegt.

Weiteres erläutert das Interview zum Power-Potential-Profile® mit Dieter Kannenberg auf Youtube. Er zeigt auf, woher wir Menschen unsere Energie ziehen (extrovertiert vs. introvertiert), wie wir unsere Umgebung wahrnehmen (mit unseren Sinnen oder durch unsere Vorstellung), wie wir Entscheidungen treffen (emotional oder analytisch) und wie strukturiert oder spontan wir sind.

Jeder Teilnehmer erhält seine persönliche JPP-Auswertung und eine Erläuterung dazu.

Durch verschiedene Übungen und Beispiele erlebt das Team, wie unterschiedlich die einzelnen Teammitglieder sind, woher diese Unterschiede kommen und welche Ressourcen in diesen Unterschieden für eine gute Teamarbeit stecken.

Trainer: **Brigitte Ganzmann, Dipl.-Pädagogin und Bewegungstherapeutin**
Teilnehmer: **Mitarbeitende aus der Pflege (Krankenpflege, Altenpflege, Mediziner, Verwaltungsangestellte)**
Dauer: **Auf Anfrage**
Eigenanteil: **Nach Aufwand**

Das Programm wird als Inhouse-Angebot durchgeführt; Zielsetzung und konkrete Umsetzung werden mit den Verantwortlichen vor Ort bedarfsspezifisch vereinbart.

Teamentwicklung mit Resilienz

Der pflegerische Alltag stellt die (interdisziplinären) Teams immer wieder vor Herausforderungen: Veränderungen, Zeitdruck, der Umgang mit Patient*innen und Angehörigen erzeugen Stress und Konflikte. Sinnvoll ist es deshalb, regelmäßig die Teamprozesse zu beleuchten. Ein besonders hilfreicher Blick ist der aus der Resilienz-Perspektive: Resilienz ist die Kraft, mit der es gelingt, Herausforderungen zu meistern und Widrigkeiten zu überwinden und im Idealfall sogar gestärkt aus ihnen hervorzugehen.

Inhalt

Die Resilienzforschung beschreibt Grundhaltungen und Verhaltensansätze, die helfen, konstruktiv miteinander und mit den Anforderungen umzugehen. Teams können sich diese zunutze machen, um ihre Zusammenarbeit zu stärken. Darüber hinaus profitieren die einzelnen Mitglieder auch persönlich davon, indem sie Anregungen erhalten, ihre eigene Resilienzfähigkeiten auszubauen.

Im Workshop werden die aktuellen Teamthemen mithilfe des Resilienzmodells analysiert und dahin gehend ausgewertet, welche Strategien im Team vorhanden sind oder erworben werden können, um diese zu lösen.

- Einführung in die Resilienzforschung und das Resilienz-Modell nach Gruhl/Körbächer
- Klärung der Teamanliegen unter Einbezug der Resilienzfaktoren
- Stärkung der Ressourcen- und Lösungsorientierung im Team
- Ansatzpunkte für die einzelnen Teammitglieder zum besseren Umgang mit herausfordernden Situationen

Trainingsansatz und Methoden

- Austausch im Plenum
- Kleingruppenarbeit
- Praktische Übungen zu Reflexion und Umsetzung

Trainer: **Margit Bieg**
Teilnehmer: **Mitarbeitende aus der Pflege (Krankenpflege, Altenpflege, Medizinerinnen und Mediziner, Verwaltungsangestellte)**
Dauer: **Auf Anfrage**
Eigenanteil: **Nach Aufwand**

Das Programm wird als Inhouse-Angebot durchgeführt; Zielsetzung und konkrete Umsetzung werden mit den Verantwortlichen vor Ort bedarfsspezifisch vereinbart.

Foto: Getty Images/Jacoblund

Betriebliches Eingliederungsmanagement (BEM)

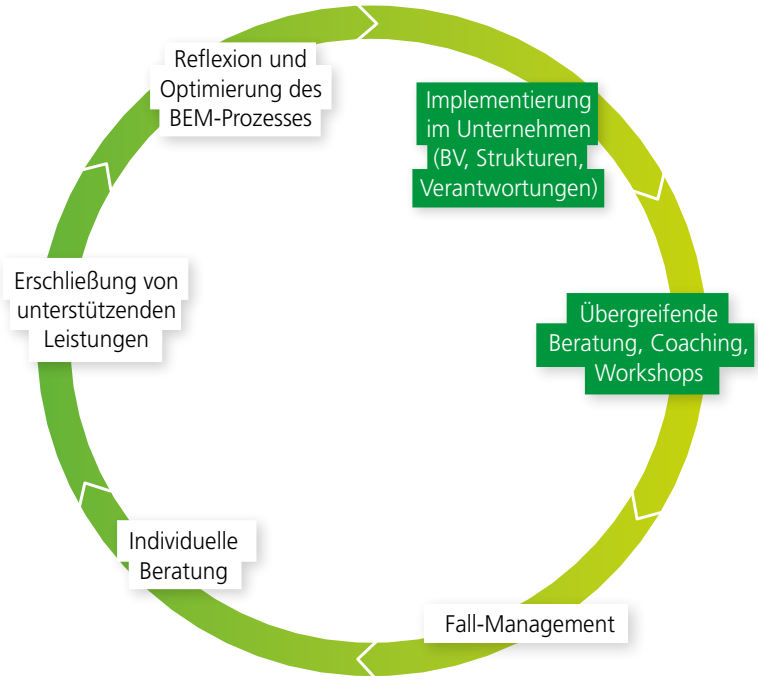
Arbeitgeber sind nach §167 Absatz 2 SGB IX verpflichtet, allen Beschäftigten, die innerhalb eines Jahres länger als sechs Wochen erkrankt waren, ein Betriebliches Eingliederungsmanagement (BEM) anzubieten. Als Bildungs- und Personaldienstleister unterstützen wir Sie gern im BEM-Verfahren.

Unsere Leistungen

- Durchführung von Schulungen, Beratungen und Workshops zu den Themen: Erstellen von Betriebsvereinbarungen BEM, Leistungen der Kostenträger, Basiswissen BEM „Aus der Praxis für die Praxis“, professionelle Gesprächsführung im BEM etc.
- Zielorientierte und zügige Bearbeitung der BEM-Fälle durch erfahrene und qualifizierte Berater
- Individuelle Beratung Ihrer Beschäftigten unter Berücksichtigung der betrieblichen Gegebenheiten
- Vernetzung der betrieblichen und externen Akteure
- Klärung von möglichen Maßnahmen
- Unterstützung bei der Beantragung von Sachleistungen oder finanziellen Leistungen
- Formulare und Betriebsvereinbarungen an die gesetzlichen Vorgaben anpassen, inklusive Berücksichtigung des Datenschutzes
- Laufende und abschließende Dokumentation und Evaluation

Trainer: **Anja Kayser**
Teilnehmer: **HR-Manager, Personalverantwortliche, Personalreferenten, Führungskräfte, Mitarbeiter, die BEM-Gespräche führen**
Dauer: **Auf Anfrage**
Eigenanteil: **Nach Aufwand**

Das Programm wird als Inhouse-Angebot durchgeführt; Zielsetzung und konkrete Umsetzung werden mit den Verantwortlichen vor Ort bedarfsspezifisch vereinbart.



Career-in-bw: Fachkräfte aus dem Ausland gewinnen und halten

Sie suchen nach Fachkräften und Auszubildenden und blicken dabei auch auf den internationalen Arbeitsmarkt? Career-in-bw berät Sie in allen Fragen der Arbeitsmobilität und Arbeitsintegration von internationalen Fachkräften und Auszubildenden. Nach einer Erstberatung unterstützen wir Sie bei der Vermittlung, den notwendigen administrativen Schritten sowie bei der Qualifizierung und sprachlichen Förderung Ihrer neuen Mitarbeitenden.

Inhalt

- Erstberatung zur Arbeitsmarktintegration von Zugewanderten
- Vermittlung von Fachkräften und Auszubildenden aus dem Ausland
- Zielgruppenspezifische Qualifizierungen
- Passgenaue berufsbezogene Sprachkurse (Online- und Präsenzkurse)
- Unterstützung beim Ankommen und bei der Integration neu zugewanderter Mitarbeiter
- Interkulturelle Vorbereitung
- Beratung zu allen Fragen der Arbeitsmobilität und -integration
- Vermittlung von Kontakten und Netzwerken im In- und Ausland
- Unterstützung bei der Beantragung von Fördermitteln

Trainer: **Mitarbeiter des Bildungswerks**
Teilnehmer: **HR-Manager, HR-Mitarbeiter, Personalverantwortliche, Personalreferenten**

Das Programm wird als Inhouse-Angebot durchgeführt; Zielsetzung und konkrete Umsetzung werden mit den Verantwortlichen vor Ort bedarfsspezifisch vereinbart.

Fotos: AOK; Getty Images/Maskot

Mit Dienstrad-Leasing die Gesundheit Ihrer Mitarbeiter fördern und qualifiziertes Personal binden

Diensträder halten Mitarbeiter fit, ziehen Fachkräfte an und schützen die Umwelt. Ein von der Firma unterstütztes Rad ist mehr als ein Gehalt und bringt Tempo ins betriebliche Gesundheitsmanagement.

Die Experten der Jobrad GmbH erklären Ihnen, wie Sie Dienstrad-Leasing einfach und kostenneutral in Ihrem Unternehmen einführen und dabei die nachhaltige und klimafreundliche Radmobilität fördern.

Inhalt

- Vorstellung der Varianten des Dienstrad-Leasings (Vor- und Nachteile):
- Die positiven Auswirkungen auf: Employer Branding, CSR/Nachhaltigkeit, BGM
- Erläuterung der vertragsrelevanten Details: Beispielvertragswerke, steuerliche Facetten
- Tipps zur Umsetzung – so werden Sie ein fahrradfreundlicher Betrieb

Nehmen Sie bei Interesse unverbindlich Kontakt mit der Jobrad GmbH auf (www.jobrad.org). Die Ansprechpartner helfen Ihnen, den optimalen Zuschnitt für Sie und Ihre Mitarbeiter zu finden.

Reha-Coaching – zurück in den Beruf!

Sie befinden sich in einer medizinischen Rehabilitation und möchten im Anschluss in Ihr bestehendes Arbeitsverhältnis zurückkehren? Das Reha-Coaching begleitet und unterstützt Sie individuell beim beruflichen Wiedereinstieg. Im Idealfall nehmen wir schon während Ihrer medizinischen Rehabilitation Kontakt mit Ihnen und der behandelnden Klinik auf und erstellen gemeinsam einen Wiedereingliederungsplan. Ziel ist die dauerhafte Rückkehr ins Berufsleben.

Inhalt

- Individuelle Beratung und Information
- Auf Wunsch: Kontaktaufnahme zum Arbeitgeber
- Beratung des Arbeitgebers
- Arbeitsplatzgestaltung in Zusammenarbeit mit Arbeitgeber und Leistungsträgern
- Angebote der fachlichen Weiterbildung und Qualifizierung
- Begleitung der Wiedereingliederung und Unterstützung bei der Rückkehr in das bestehende Beschäftigungsverhältnis

Nehmen Sie bei Interesse unverbindlich Kontakt mit dem Bildungswerk auf.

KONTAKT, ANMELDUNG UND TAGUNGSPAUSCHALE 2020

KONTAKTE UND INFOS

CHRISTIANE DRÄGERT
Leitung Geschäftsfeld
Organisationsentwicklung
Standortleitung Haus Bleibach

ANTJE SCHUBERT
Beratung Unternehmenskunden,
Organisationsentwicklung,
Personalentwicklung und Weiterbildung

Akademie im Bildungswerk der Baden-Württembergischen Wirtschaft e. V.
Silberwaldstraße 24
79261 Gutach-Bleibach

Telefon 07685 9103-14
Fax 07685 9103-20
Mobil 01520 9230193
E-Mail **draegert.christiane@biwe-akademie.de**

Telefon 07685 9103-16
Fax 07685 9103-20
Mobil 0152 09230196
E-Mail **schubert.antje@biwe-akademie.de**

ANMELDUNG

Anmeldeformular: Dieses liegt der Broschüre bei. Bitte faxen Sie das ausgefüllte Formular an 07685 9103-20 bzw. senden Sie es eingescannt an die E-Mail-Adresse **info@biwe-akademie.de**

Online: Wählen Sie das gewünschte Seminar im Online-Seminarkatalog und füllen Sie die Anmeldung direkt online aus. **www.biwe-akademie.de/pflege-seminare.html**

Telefonisch: 07685 9103-18

TAGUNGSPAUSCHALE

Inklusive Verpflegung und Servicepauschale
Die Tagungspauschale ohne Übernachtung variiert zwischen 51 und 55 Euro, bei zweitägigen Veranstaltungen mit Übernachtung zwischen 185 und 205 Euro je nach Veranstaltungsort. Sie enthält die Verpflegungskosten und eine Servicepauschale sowie bei mehrtägigen Seminaren die Übernachtung. Alle Preise verstehen sich zuzüglich der gesetzlichen Mehrwertsteuer. Die Höhe der Tagungspauschale erfahren Sie im Online-Seminarkatalog unter: **www.biwe-akademie.de/pflege-seminare.html**. Der Veranstaltungsort wird im detaillierten Seminarprogramm ausgewiesen, das Ihnen rechtzeitig vor Seminarbeginn zugeschickt wird.

Fotos: Yuri Arcurs

BILDUNGSWERK
der Baden-Württembergischen Wirtschaft e.V.

ANMELDUNG

Kopieren Sie die Seite und senden Sie das Formular ausgefüllt an: Fax: 07685 9103-20,
E-Mail: **info@biwe-akademie.de**

Seminar: .....

.....

Termin: .....

.....

☐ Hiermit buche ich das oben stehende Seminar kostenpflichtig (Eigenanteil + Tagungspauschale)

Name, Vorname .....

.....

betriebliche Funktion .....

.....

Klinik/Pflegeeinrichtung .....

Kontaktdaten .....

.....

.....

.....

Hinweis: Die Anmeldungen sind nach Bestätigung der Platzreservierung durch den Veranstalter verbindlich. Die Teilnehmer erhalten jeweils vor Seminarbeginn das Seminarprogramm zugesandt. Die Allgemeinen Geschäftsbedingungen finden Sie unter **www.biwe-akademie.de/agb1.html**.

Ort, Datum

Unterschrift

mesana Gesundheits-Check

Der mesana Gesundheits-Check ermittelt persönliche Gesundheitswerte aus den Bereichen **Stress, Schlaf, Aktivität** sowie **Herz-Kreislauf-Risiko** und gibt konkrete Empfehlungen für einen gesunden Lebensstil. mesana besteht aus einem Online-Fragebogen und einem kleinen Sensor, der auf die Haut geklebt wird und über zwei Tage im Berufsalltag die Gesundheitsdaten direkt in Herznähe misst.

Angebot für Pflegeeinrichtungen und Kliniken

Betriebe, die ihren Beschäftigten einen Gesundheits-Check ermöglichen möchten, können durch mesana auf aufwendige und kostspielige Gesundheitstage verzichten. Die Beschäftigten erhalten basierend auf einem aussagekräftigen und persönlichen Gesundheitsprofil konkrete Empfehlungen für einen gesunden Lebensstil und optional eine telefonische Gesundheitsberatung. Darüber hinaus ist durch einen anonymisierten Unternehmensbericht eine Steuerung der Maßnahmen zur Betrieblichen Gesundheitsförderung möglich: Die mesana-Messung über 48 Stunden liefert mit über 20 objektiven Einzelwerten die Grundlage für eine sensible Steuerung der Gesundheitsförderung im Betrieb. Der Bericht ermöglicht Vergleiche zwischen Abteilungen, Standorten oder Arbeitsplätzen – immer unter absoluter Einhaltung des Datenschutzes. So können abteilungs- oder standortspezifisch fehlende Maßnahmen oder Qualifikationen identifiziert und ausgebaut werden.

Die AOK Baden-Württemberg unterstützt Sie unmittelbar bei der Organisation sowie bei der Bewerbung Ihrer Gesundheitskampagne und geleitet Sie mit maßgeschneiderten Angeboten. Durch die Kostenübernahme von 80 Prozent der AOK Baden-Württemberg beträgt der **Eigenanteil 10,60 Euro (netto) je Messung**.

Kontakt und Ansprechpartner

AOK-Experten in Ihrer Region finden Sie unter **aok.de/fk/bw/gesundheit**

Das AOK RÜCKEN KONZEPT

Pflege und Rückenschmerzen: Pflegekräfte leiden häufiger unter berufsbedingten Rückenschmerzen als andere Berufsgruppen. Mit dem AOK-RückenKonzept bietet die AOK ihren Mitgliedern ein innovatives und wissenschaftlich **fundiertes Trainingsprogramm für die Rumpf-, Nacken- und Halsmuskulatur an speziell entwickelten Trainingsgeräten**. Mit 46 AOK-RückenStudios ist das AOK-RückenKonzept in ganz Baden-Württemberg vertreten.

Individuelles Trainingsprogramm

Das Trainingsprogramm beginnt mit einem Eingangstest. Ein Trainer des AOK-Rücken-Studios erstellt anhand einer ausführlichen Anamnese und standardisierter Übungen ein computerermitteltes Profil der Wirbelsäule. Auf dieser Basis folgt ein passgenauer Trainingsplan für jeden Teilnehmer. Das Basistraining umfasst 24 Trainingseinheiten und 2 Testeinheiten, das Erhaltungstraining 12 Trainingseinheiten und 1 Testeinheit. Um auch nach dem AOK-Training aktiv zu bleiben, erhält er ein Heimtrainingsprogramm. Unter Anleitung des Trainers erlernt der Teilnehmer wirbelsäulengerechte bzw. wirbelsäulenschonende Körperhaltungen und Arbeitstechniken (richtiges Stehen, Sitzen, Heben und Tragen von Lasten).

Informationen zur Teilnahme

Das **AOK-RückenKonzept richtet sich exklusiv an AOK-Versicherte** mit Rückenbeschwerden, wenn alle Behandlungen beim Physiotherapeuten abgeschlossen sind. Voraussetzung ist die ärztliche Empfehlung oder ein Privatrezept mit rückenspezifischer Diagnose vom Hausarzt oder Orthopäden. **Die Teilnahme ist für AOK-Versicherte kostenfrei.** Es ist auch ideal für Personen, die ein zeitlich flexibles Angebot benötigen, wie beispielsweise Pflegekräfte im Schichtdienst.

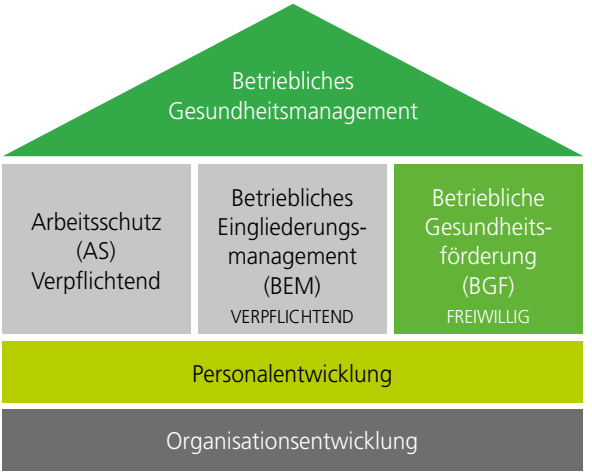
Fotos: AOK; Markus Born Fotodesign

Kontakt und Ansprechpartner

AOK-Experten in Ihrer Region finden Sie unter **aok.de/fk/bw/gesundheit**

AUF DEM WEG ZUM GESUNDEN UNTERNEHMEN

Was kann Betriebliches Gesundheitsmanagement (BGM) und wie kann es angewendet werden? Unternehmen können auf das Know-how und die Erfahrung der Partner setzen.

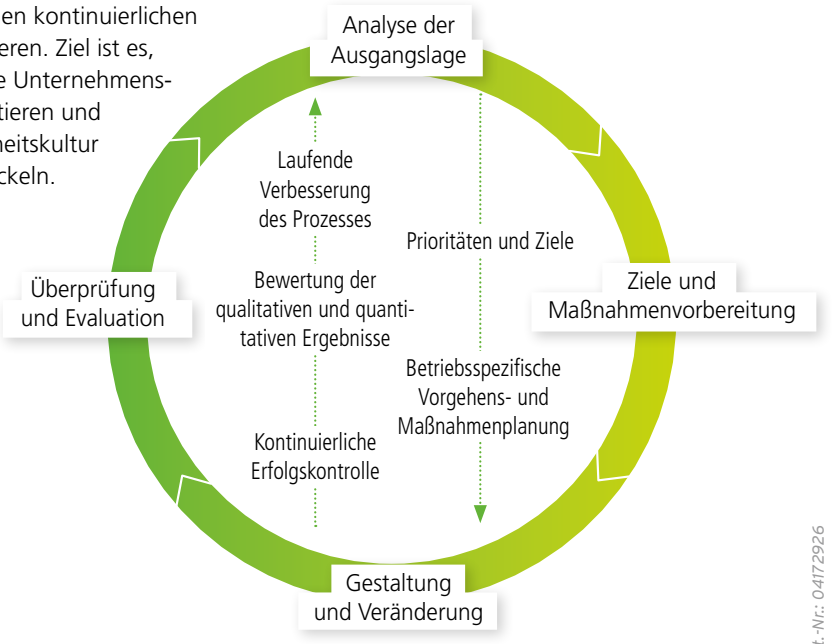


Das BGM-Haus

Nachhaltige Wirkung wird durch Strukturen und funktionierende Prozesse sowie vielseitige Beteiligung geschaffen. Wenn die gesundheitsrelevanten Bereiche im Unternehmen miteinander verknüpft sind, dann wird daraus ein stabiles BGM-Haus. BGM ist Teil der Unternehmensstrategie und wird in Arbeits- und Managementprozesse integriert.

Über Beratung und Analyse zum Ziel:

Mithilfe des dargestellten **BGM-Regelkreises** gelingt es, systematisch vorzugehen und einen kontinuierlichen Lernprozess zu initiieren. Ziel ist es, diesen Prozess in die Unternehmenskultur zu implementieren und damit eine Gesundheitskultur im Betrieb zu entwickeln.



Art.-Nr.: 04172926

Wir sind für Sie da
aok.de/fk/bw/kontakt

BILDUNGSWERK
der Baden-Württembergischen Wirtschaft e.V.

AOK
Die Gesundheitskasse.