

## GESUNDES FÜHREN

Workshop // 05. November 2018 // Berlin

Gesundheit und Wohlbefinden sind die Basis für ein zukunftsfähiges, erfolgreiches Unternehmen. Beide Faktoren haben einen nachweislichen Einfluss auf die Motivation und Leistungsfähigkeit der Mitarbeiter. Führungskräfte haben eine Schlüsselrolle für die Schaffung gesundheitsförderlicher Arbeitsbedingungen. Sie sollten als Vorbild voran gehen und durch ihr Verhalten zum Erhalt der Gesundheit und Motivation ihrer Mitarbeiter beitragen. In diesem Workshop geht es darum, das eigene Führungsverhalten zu reflektieren und konkrete Ansätze gesundheitsförderlicher Führung für die eigene Praxis zu erarbeiten.

### Zielgruppe

Führungskräfte aller Ebenen, die ...

- auf sich selbst achten und so ihre eigene Leistungsfähigkeit erhalten wollen
- mit Stress sich selbst und den Mitarbeitern gegenüber besser umgehen wollen
- gesundheitsförderliche Bedingungen für ihre Mitarbeiter schaffen und so deren Arbeitsfreude und -motivation steigern wollen
- ihr Führungsverhalten reflektieren möchten
- einen förderlichen Umgang mit Bedürfnissen und Belastungen von Mitarbeitern erlernen wollen

### Inhalte und Methoden

Fundierter Input und praxisnahe Übungen

- Zusammenhänge zwischen Führungsverhalten und Mitarbeitergesundheit
- Selbstfürsorge in der Führungsrolle
- Aspekte gesundheitsförderlicher Führung (Gesundheitsbelastungen wahrnehmen, wertschätzend kommunizieren, Ressourcen aktivieren)
- Beispiele gesunden Führens
- Praktische Tipps den Führungsalltag
- Arbeit an Themen aus der Praxis der Teilnehmer

### Referentinnen



**Dr. Katja Thillmann**

JOY IN WORK Gründerin

- Soziologin
- Systemische Beraterin
- Autorisierte Beraterin der Offensive Mittelstand



**Uta-Maria Weissleder**

JOY IN WORK Projektpartnerin

- Rechtsanwältin
- Master of Public Health
- Gestalttherapeutin
- Heilpraktikerin Psychotherapie

#### Termin und Ort

- 05. November 2018, 9:00 bis 18:00 Uhr
- Ort: juggleHUB Coworking, Christburger Straße 23, 10405 Berlin

#### Teilnehmerbeitrag

- 590 Euro zzgl. 19% Umst.
- Unterlagen und Getränke inklusive
- kostenlose Stornierung ist bis 30 Tage vor der Veranstaltung, danach werden 50% erhoben.

#### Anmeldung

- Fragen und Anmeldung unter [mail@joyinwork.de](mailto:mail@joyinwork.de)
- Das Training kann selbstverständlich auch als Inhouse-Veranstaltung gebucht werden. Sprechen Sie uns an!