

Veranstaltungsort

MEDIAN Kliniken Daun Am Rosenberg
Schulstraße 6 · 54550 Daun



Information und Anmeldung

Pia Reichard

Öffentlichkeitsarbeit

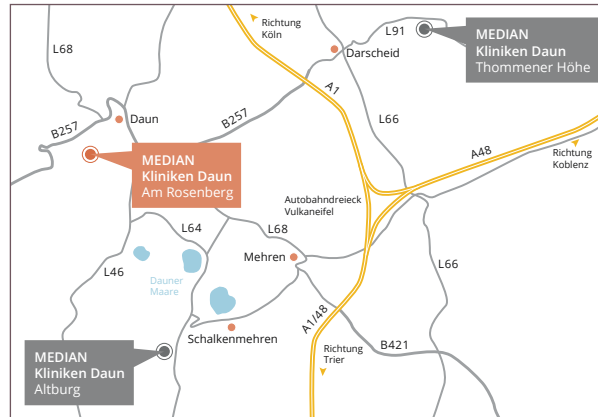
Telefon +49 6592 201-1182

Telefax +49 6592 201-1105

pia.reichard@median-kliniken.de

Wir bitten um Rücksendung der Anmeldung
bis zum 08. Juni 2018

Anfahrt



Mit dem Auto

Im Navigationsgerät „Daun, Bitburger Straße“ als Ziel-
punkt eingeben, dann zu Schulzentrum/Klinik abbiegen.



MEDIAN Kliniken Daun

Betriebsseminar

Stress am Arbeitsplatz

Freitag, 15. Juni 2018

Das Leben leben



MEDIAN Kliniken Daun

Verhaltensmedizinisches Zentrum

für Seelische Gesundheit

Altburg · Am Rosenberg · Thommener Höhe

Schulstraße 6 · 54550 Daun

Telefon +49 6592 201-0 · Telefax +49 6592 201-1105

daun-kontakt@median-kliniken.de

www.median-kliniken.de

Betriebsseminar für Führungskräfte und Personalvertreter

Sehr geehrte Damen und Herren,

die Krankenkassen verzeichnen seit einigen Jahren eine deutliche Zunahme von stressbedingten Krankschreibungen und psychischen Beschwerden wie Depressionen, Angst- und Belastungsstörungen. Dies führt unter Umständen zu längeren Arbeitsunfähigkeitszeiten und einem wirtschaftlichen Schaden für Unternehmen. Woran liegt es, dass die Menschen mehr Probleme haben den Alltag zu bewältigen, den Stress am Arbeitsplatz zu kompensieren und Krisen zu verarbeiten? Haben wir verlernt uns zu entspannen? In den letzten Jahrzehnten hat sicherlich die Digitalisierung der Gesellschaft unser Leben im Privaten und am Arbeitsplatz entscheidend verändert. Die Arbeitswelt wird schneller, wir sind überall und zu jeder Zeit vernetzt und vergessen nicht selten abzuschalten und uns zu erholen. Wir möchten Sie herzlich einladen, sich mit uns zum Thema „Stress am Arbeitsplatz“ auszutauschen. Wir informieren Sie über Grundlagen zum Thema Stress, die Auswirkungen auf Körper und Psyche, Bewältigungsstrategien und Unterstützungsmöglichkeiten, die am Arbeitsplatz wichtig sind, für um gesund zu bleiben oder gesund zu werden. Wir freuen uns auf Ihr Kommen.

Mit freundlichen Grüßen

Pia Reichard
Referentin Öffentlichkeitsarbeit



Programm

09.30 Uhr Anreise und Ankommen

10.00 Uhr Einführungsvortrag

Stressmanagement

- Stress erkennen und verstehen
- Stress bewältigen
- Stresskompetenz

Dr. med. Michael Rolffs

Chefarzt Abteilung Psychosomatik

MEDIAN Kliniken Daun

11.00 Uhr Pause

11.15 Uhr **MBOR: Medizinisch-beruflich-orientierte Rehabilitation (Spezielles Behandlungsmodul für Arbeitnehmer)**

- bei psychischen Störungen (z.B. Stress, Überlastung, Depression)
- bei langen Arbeitsunfähigkeitszeiten
- bei bisher fehlgeschlagener Unterstützung des Arbeitgebers

Dipl. Psych. Nicola Wambach

Bezugstherapeutin Abteilung Psychosomatik

MEDIAN Kliniken Daun

12.30 Uhr Mittagspause

13.30 Uhr **Patienten berichten aus der Sicht des Mitarbeiters**

- Auswirkungen von Stress und Überforderung
- Wirkfaktor psychosomatische Rehabilitation
- MBOR und die Vorbereitung der Rückkehr an den Arbeitsplatz
- Patienten beantworten Fragen

14.45 Uhr Pause

15.00 Uhr **Stresskompetenz am Arbeitsplatz**

- Am Beispiel der „Aktiven Bewegungspause“

Alexandra Grewenig

Betriebsratsvorsitzende

DURA Automotive Systems GmbH Daun

15.30 Uhr Ausklang mit Kaffee und Kuchen

Moderation **Pia Reichard**

Referentin Öffentlichkeitsarbeit