

Gesundheitswoche 16. bis 18. April

jade-hs.de/gesundheitstage

Vorträge, Seminare, Workshops

Impulsvorträge zum Thema „gesund und motiviert arbeiten“ (Online, W. Sonntag)

- 11. März 2024, 11 bis 12 Uhr
Teambuilding – Warum Auszeiten für Reflexion und Neuorientierung im Team so wichtig sind
- 15. April 2024, 11 bis 12 Uhr
Stress – Wie belastet bin ich? Fragen zur Selbstreflexion
- 13. Mai 2024, 11 bis 12 Uhr
Die Stressampel – Stressoren, persönliche Stressverstärker, Stressreaktionen
- 10. Juni 2024, 11 bis 12 Uhr
Die 5 Säulen meiner Identität

Mittwochsinfo (Online)

- 20. März 2024, 11:45 bis 12:15 Uhr
20 Jahre BEM im Gesetz: Möglichkeiten und Grenzen des betrieblichen Eingliederungsmanagements (V. Bokelmann)

Less Stress (Online 4 Termine, N. Eikhoff)

- 5., 12., 19. April, 3. Mai 2024, 10 bis 11 Uhr
Praktische Tools und Tipps um erfolgreich Stress zu bewältigen

Life Kinetik (Online 10 Termine, K. Gmelch)

- 17. April 2024, 16 bis 16:45 Uhr, Probestunde inkl. Hintergrundwissen
- 24. April, 08., 15., 22., 29. Mai, 5., 12., 19., 26. Juni 2024, 16 bis 16:45 Uhr

Speziell für Führungskräfte

Führungswerkstatt

Prozessbegleitende Treffen für Vorgesetzte und Professor_innen (rund sechs Mal im Jahr á vier Stunden)

Forum gesunde Führung (Online, W. Sonntag)

Kurzvortrag und Diskussionsrunde zu speziellen Themen rund um Führung:

- 7. März 2024, 16 bis 17 Uhr
Ein guter Chef ist wie ein Gärtner
- 16. Mai 2024, 16 bis 17 Uhr
Salutogenese – Merkmale einer gesunden Führung

Erkennen – Ansprechen – Handeln: Führungskräftetraining* zu einem präventiven Umgang mit dem Thema Sucht (Online, W. Sonntag)

- 11. April 2024, 9 bis 16 Uhr
* für alle Beschäftigten/Professor_innen – fachlich sowie disziplinarisch mit Personalverantwortung

Ansprechpartner_innen

Leitung:

Petra Ducci-Eiklenborg Tel. 04421 985-2921

Marita Blendermann Tel. 0441 7708-3801

Vera Bokelmann Tel. 04421 985-2681

Manuela Hapek Tel. 0441 7708-3226

Gaby Pfeiffer Tel. 04421 985-2313

E-Mail bgm@jade-hs.de

Web jade-hs.de/bgm

