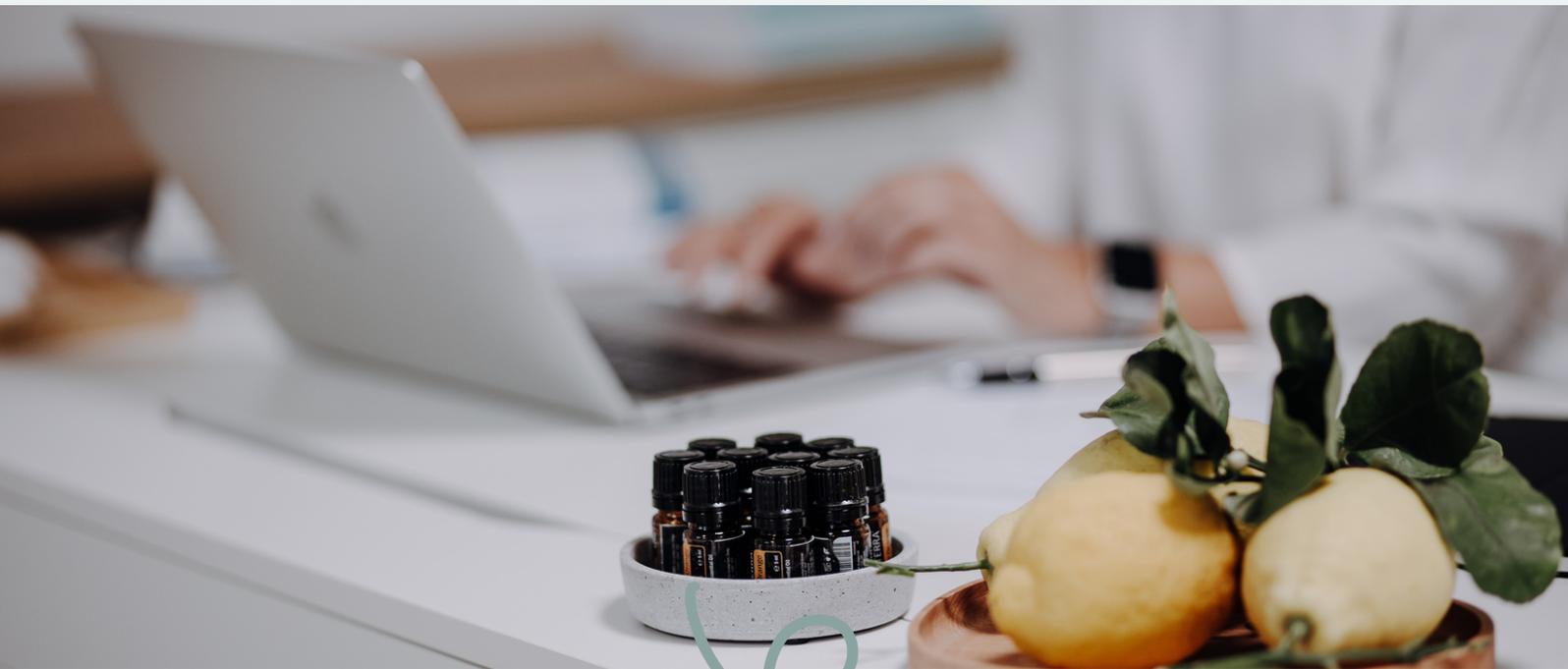


# Executive Health

## Gesunde Führungskräfte



### Eigenständiges Modul aus der Workshop-Reihe ENABLE:

- Empowering Nursing Leadership
- Achtsame Team-Kommunikation
- Beziehungsorientierte personenzentrierte Pflegeorganisation
- Leading Change in Nursing and Caring
- Executive Health

**Kompetenz erweitern**  
**Lösungen entwickeln**  
**Erfahrungswissen einbringen**

Für mehr Informationen besuchen Sie  
[www.meinewegbegleiter.at](http://www.meinewegbegleiter.at)

**Beschreibung:**

Führungskräfte werden als Verantwortliche und Multiplikatoren für das Thema Gesundheit im Betrieb sensibilisiert. Neben der Mitarbeitergesundheit steht ein bewussterer Umgang mit den eigenen Kräften im Mittelpunkt.

**Zielsetzung:**

- Sensibilisierung für die eigene Gesundheit (mental, psychisch, physisch)
- Kennen von Maßnahmen zur Stressregulation und zur Burnoutprävention
- Kennenlernen verschiedener Verfahren zur Selbstanalyse
- Persönliche Gestaltungsmöglichkeiten erkennen
- Erarbeiten von ersten Ansätzen für Gesundheitsförderung in der eigenen Einrichtung

**Inhalte:**

Gesunde Führungskultur – was ist das?

Stress und seinen Folgen vorbeugen

Burnout-Prävention im Betrieb

Arbeitsfähigkeit erhalten: Umgang mit chronischen Erkrankungen/psychischen Erkrankungen im Betrieb

Kommunikation und Gesundheit (Gewaltfreie Kommunikation nach Rosenberg)

Motivation und Commitment - motivationsbedingte Fehlzeiten reduzieren

(Subtile) Konflikte erkennen und Mobbing begegnen

**Methoden:** Theoretische Impulse, Einzel- und Gruppenarbeit, Diskussion, Reflexion

**TN-Zahl:** 5 – 15

**Zielgruppe:**

**Dauer:** 10 EH (1 Tag)

Eigenständiges Modul aus der Seminarreihe ENABLE (aufbauend)

**Termin/e: auf Anfrage**

**Ort:** Inhouse oder Extern (auf Anfrage)

**Kosten:** 1490 Euro (zuzügl. Fahrtkosten und Spesen)

Arbeitsblätter und Skripten in digitaler Form sind im Preis inkludiert.

Wien, April 2023

**Ansprechpartner:**

**Mag. Dr. Christine Bretbacher, BA**

Tel. +43 664 2067376

E-Mail: [christine@meinewegbegleiter.at](mailto:christine@meinewegbegleiter.at)

[www.meinewegbegleiter.at](http://www.meinewegbegleiter.at)

