

2-TAGE INTENSIV-SEMINAR

Burnout und Resilienz

Jeden kann es treffen – ICH selbst kann etwas tun

Höher, weiter, schneller – unsere Welt nimmt immer mehr an Fahrt auf. Kann jeder diese Geschwindigkeit mitgehen? Sorgen um den Arbeitsplatz, Über- oder Unterforderung als auch Veränderungen wie z. B. Organisationsänderungen, Versetzungen sowie Konflikte mit KollegInnen können weitere Belastungen darstellen. „Was kann schon passieren – ich stehe mit beiden Beinen auf dem Boden“ Oftmals eine Fehleinschätzung!

Auf den Punkt gebracht:

Nehmen Sie sich als Betriebsrat diesem Thema an, partizipieren Sie in diesem Intensiv-Seminar von den Erfahrungen eines Betroffenen. Sie als Betriebsrat kennen Ihre KollegInnen, Ihre Arbeitsbedingungen und Ihr Umfeld. Entwickeln Sie einen Schutzschirm für Ihr Gremium, Ihre KollegInnen und sich selbst. Werden Sie der Motor zur Veränderung, gestalten Sie mit an der Gesundheit Ihres Betriebes.



 **STAFFEL-
PREIS
AB € 899,-**

INHALT

- **Einstieg in das Seminar**
- **Burnout**
- **Praxisbeispiele: aktives Mitwirken**
- **Resilienz**
- **Gesprächsführung**
- **Der Betriebsrat macht das Thema zu seinem Thema**

Verpflegung ist im Seminarpreis enthalten! Bei uns müssen Sie sich um nichts weiter kümmern! Bei Bedarf lediglich um Ihre Übernachtung.

Aktuelle Termine, Orte sowie Angaben zum Hotel finden Sie auf Seite 3.



IHR REFERENT
Michael Zimmermann



**TEILNAHMEBERECHTIGTE
BETRIEBSRÄTE NACH
§ 37 ABS. 6 BETRVG**

Die Dosis macht das Gift! So auch Stress: In Übermaß genossen, macht er krank. Bei der Arbeit merken wir oft den Unterschied nicht.

Als ehemaliger Betriebsrat und Betroffener, weiß ich wovon ich rede. In meinem Seminar erhalten Sie wertvolle Informationen, wie Sie sich und Ihre Kollegen zu schützen. Mit den richtigen Tools und einer gesunden Haltung, lässt sich vieles leichter und mit mehr Freude meistern.

Dieses Seminar vermittelt Kenntnisse, die für die Arbeit des Betriebsrats erforderlich sind! (gem. § 37 Abs. 6 BetrVG)



**FFB-INHOUSE-
AKADEMIE**

Gerne bieten wir Ihnen die Möglichkeit, unsere Seminare auch in Ihrem Haus durchzuführen. Stellen Sie sich einfach Ihr gewünschtes Programm zusammen und buchen Sie dieses als Inhouse-Schulung.

1. TAG AB 9.00 UHR

• Einstieg in das Seminar

- Ein etwas anderes Kennenlernen, erster Eindruck
- Erwartungshaltung jedes Einzelnen

• Burnout

- Berührungen des BR mit Burnout
- Wie kann ich einen Burnout erkennen?
- Welche Phasen eines Burnouts gibt es?
- Auswirkungen
- Praxisbeispiele – aktives Mitwirken

17.00 Uhr Ende des ersten Tages

2. TAG AB 9.00 UHR

• Resilienz

- Was bedeutet Resilienz, erste Berührungen und Erkenntnisse

- Anwendungshilfen – Was hilft mir als Betriebsrat?
- Gesprächsführung – auf was gilt es zu achten, wie führe ich ein Gespräch
- BR kennt seine Handlungsgrenzen und seine Unterstützungsmöglichkeiten

• Der Betriebsrat macht das Thema zu seinem Thema

- Wie begeistere ich das Gremium dafür? Was und wer kann hierbei unterstützen?
- Wo in der Organisation des Betriebsrates findet das Thema seinen festen Platz?
- Wie begeistere ich die Geschäftsführung? Z. B. durch gemeinsames Verbessern der Gesundheitsquote
- Wie transportiere ich das Thema sensibel in den Betrieb, erarbeiten der Möglichkeiten

17.00 Uhr Ende der Veranstaltung und Verabschiedung

FFB

Forum für Betriebsräte

Info Telefon: 0611 / 23 600 40

www.ffb-seminare.de

RAHMENPROGRAMM

Zu Ihrer Entspannung veranstalten wir für Sie ein interessantes Rahmenprogramm. So laden wir Sie z. B. zu einem leckeren Menü, einer Weinprobe oder zu anderen Freizeitaktivitäten ein.

PROFITIEREN AUCH SIE VON DIESEN VORTEILEN:

- Nur wenige Tage „weg“ aus dem Betrieb
- Namhafte Referenten aus der BR-Praxis.
- Rechte, Pflichten und Gesetze praxishnah, verständlich und frisch vermittelt.
- Inhalte auf Betriebsräte passgenau abgestimmt.
- Zusatz-Leistungen bei vielen Seminaren wie kostenlose Fachbücher, Checklisten, usw.
- Sie sind rundum perfekt versorgt. Wir kümmern uns um Mittagessen, Abendessen sowie alle Getränke und Snacks.

Anmeldung

STAFFEL-
PREIS

Teilnahmegebühr:

€ 949,- zzgl. MwSt. bei Anmeldung von 1 Teilnehmer / für den 1. Teilnehmer

Bei Anmeldung mehrerer Betriebsräte aus einem Unternehmen ist die Seminargebühr für die weiteren Teilnehmer geringer (Kollegenrabatt):

€ 919,- zzgl. MwSt. für den 2. Teilnehmer

€ 899,- zzgl. MwSt. für den 3. und jeden weiteren Teilnehmer.

In der Gebühr enthalten sind unsere Leistungen für Planung und Durchführung des Seminars, die Betreuung vor Ort und eine ausführliche Dokumentation. **Die Kosten für Mittagessen, Pausensnacks, Tagungsgetränke und Konferenztechnik (Tagungspauschale in Höhe von € 60,-/Tag) sind ebenfalls in der Teilnahmegebühr enthalten. Sie zahlen nur Übernachtung + Frühstück im Hotel.**

Hotelreservierung

Bitte direkt unter dem Stichwort FFB Forum für Betriebsräte zu Sonderkonditionen im Hotel vornehmen. Es steht ein begrenztes Zimmerkontingent zur Verfügung.

Rücktrittsgarantie

Ein Rücktritt vom Vertrag hat schriftlich zu erfolgen. Die Stornierung der Anmeldung bis 4 Wochen vor Veranstaltungsbeginn ist kostenlos, evtl. geleistete Teilnahmegebühren werden im vollen Umfang rückerstattet. Bei späterer Stornierung der Anmeldung oder bei Nichterscheinen sind 100% der Teilnahmegebühr zu zahlen. Eine Vertretung des gemeldeten Teilnehmers ist bis 4 Wochen vor Veranstaltungsbeginn kostenlos möglich, anschließend gegen eine Gebühr von € 150,- zzgl. MwSt. Unsere ausführlichen Teilnahmebedingungen finden Sie im Internet unter www.ffb-seminare.de/agb.

Hinweis zum Datenschutz

Wir verarbeiten Ihre personenbezogenen Daten entsprechend unserer Datenschutzerklärung (www.ffb-seminare.de/Datenschutz). Sie können der Nutzung Ihrer personenbezogenen Daten jederzeit per E-Mail an datschutz@ffb-seminare.de widersprechen.

FFB Forum für Betriebsräte,

eine Marke der WEKA Akademie GmbH
Friedrichstraße 16 – 18 / 65185 Wiesbaden

Fax-Nr.: 0611 / 23 600 60

E-Mail: anmeldung@ffb-seminare.de

Online: www.ffb-seminare.de

JA, ich melde mich an:

Burnout und Resilienz

Seminar-Code: BR-BUR

Termin (bitte eintragen): _____

1. Name Vorname

Position/Abteilung E-Mail

2. Name Vorname

Position/Abteilung E-Mail

Firma Branche

Straße/Postfach

PLZ Ort

Telefon Telefax

Datum/Unterschrift

DIE KOMMENDEN TERMINE

17.09. - 18.09.2024 in Eltville am Rhein

Hotel Kronenschlösschen, Telefon: 06723 640