

Mensch und Gesundheit: Kompetenz erLEBEN

Arbeiten im Sozial- und Gesundheitswesen ist mehr als ein Beruf. Es ist eine Berufung. Umso wichtiger ist es, dass Sie selbst während Ihrer Qualifizierung in guten Händen sind.

Wir helfen Ihnen, Ihre eigene Freude, Motivation und Fachkenntnis zu pflegen, damit Sie wiederum Menschen mit Freude, Motivation und Fachkenntnis begleiten und anleiten können. Denn in einer lebendigen, zukunftsbejahenden Atmosphäre entstehen frische Ideen und Impulse wie von selbst.

Mit unseren 19 Standorten in ganz Bayern finden Sie genau die Fort- und Weiterbildung, die zu Ihnen passt. Hier erleben Sie mit erfahrenen Dozenten und Ihren Seminarnachbarn, dass gemeinsame Interessen und Ziele stark machen. Dass Kompetenz nicht nur ein Schlagwort ist, sondern glücklich macht, weil sie Ihre Arbeit erleichtert und aufwertet.

Kursgebühren

Die Teilnehmergebühr beträgt 210,00 Euro.

Die Kosten für die zweitägige Fortbildung (16 Unterrichtsstunden) übernimmt der Träger der SGB XI-Pflegeeinrichtung, bei dem die Betreuungskräfte beschäftigt sind, oder sie werden privat bezahlt.

Unsere AGB und Hinweise zum Datenschutz finden Sie unter www bbw-seminare.de

Bildungswerk der Bayerischen Wirtschaft (bbw) gGmbH

bbw Kompetenzzentrum Gesundheit & Pflege
Konrad-Ott-Straße 2
91301 Forchheim
Fax: 09191 3205-14



Ihr direkter Kontakt im bbw

Melanie Lang Tel:09191-3205188 eMail: melanie.lang@bbw.de
Evelina Kaiser Tel:09191-320519 eMail: evelina.kaiser@bbw.de



Jetzt gleich anmelden!

Hiermit melde ich mich verbindlich für die Fortbildung
„Stressmanagement - Wege aus der Überlastungsfalle“ an.

Unternehmen und Ansprechpartner

Name, Vorname (Teilnehmer)

Straße, Hausnummer (Rechnungsempfänger)

PLZ, Ort (Rechnungsempfänger)

Telefon (Rechnungsempfänger)

E-Mail (Rechnungsempfänger)

Datum, Unterschrift

Weitere Informationen finden Sie unter
www bbw-seminare.de/gesundheits-pflege



Stand Juni 2023



Gesundheit
und Pflege

Stressmanagement - Wege aus der Überlastungsfalle

Nach § 53b SGB XI
Richtlinien zur Qualifikation von
Betreuungskräften

17. und 18. Juni 2024
bbw Forchheim

Menschen in Pflegeberufen sind hohen Anforderungen ausgesetzt. Sie fragen sich: Was kann ich für meine Psychohygiene tun? Wie kann ich meine Resilienz stärken? Denn die Klient*innen und Patient*innen benötigen unsere Unterstützung und Begleitung. Dies erfordert große Reserven an Energie und psychischer Stabilität. Doch was Körper, Geist und Seele zu sehr belastet, wird von vielen erst spät bemerkt. Für die persönliche, seelische und körperliche Gesundheit ist es wichtig, übermäßigen Stress rechtzeitig zu erkennen und zu handeln.

Zielsetzung der Fortbildung

- Grenzen erkennen
- Umgang mit Stress
- Abschalten und loslassen
- Entspannung lernen

Zugangsvoraussetzungen

- Betreuungskräfte
- Pflegekräfte und Pflegehilfskräfte

Aufbau der Fortbildung

- Reflexion der Praxiserfahrungen
- Gefahren der Überlastung erkennen
- Basiswissen zu Psychohygiene und Resilienz
- Strategien zum Umgang mit Stress
- Praktische Übungen

Inhalte

- Zusammenhang Körper-Geist-Seele
- Wie entsteht Stress?
- Stress-Signale erkennen
- Mein persönlicher Stress-Test
- Körperliche und psychische Folgen erkennen
- Kennenlernen der inneren Antreiber
- Psychohygiene und Resilienz
- Persönliche Stressbewältigungsprogramme
- Entspannungs- und Mediationsübungen
- 7 Schlüssel zur Resilienz

Praxisreflexion

Neben der Vermittlung des Wissens wird besonders Wert darauf gelegt, Situationen und Erfahrungen aus der Praxis aufzunehmen, zu reflektieren und Handlungsansätze aufzuzeigen.

Der Diskussion und dem Erfahrungsaustausch wird entsprechend Raum gegeben. Das Vorwissen der Teilnehmenden wird miteinbezogen.

Laufzeit und Termin

Ihre Fortbildung beginnt am 17.06.2024 und endet am 18.06.2024. Sie umfasst 16 Unterrichtseinheiten und wird berufsbegleitend durchgeführt.

Theoriephasen/Unterrichtszeit:

- Montag und Dienstag jeweils 08:30Uhr - 15:30Uhr

Gesetzliche Grundlage

Aufbauend auf den Richtlinien sieht der GKV-Spitzenverband der Pflegekassen zwingend vor, dass die Betreuungskräfte in Pflegeheimen mindestens einmal jährlich eine zweitägige Fortbildung besuchen, in der das vermittelte Wissen aktualisiert und die berufliche Praxis reflektiert wird.

Im Rahmen von Heimprüfungen des MDK und der FQAs wird die regelmäßige Teilnahme an Fortbildungen kontrolliert.



Zertifikat

Nach Abschluss der Fortbildung erhalten Sie ein Zertifikat der bbw gGmbH.