



Überlastungsprävention für MFA und Arzthelferinnen im Kloster Birkenwerder

Sie müssen Sie immer den Überblick behalten, zwei oder drei Dinge gleichzeitig tun, viel laufen, lange sitzen, lange stehen, auf schwierige Patienten eingehen? Sie müssen mit Ärzten und Kolleginnen gut kooperieren, nebenbei so viele Kleinigkeiten erledigen, den Frust der Patienten einstecken, Personalmangel kompensieren und bei allem auch noch freundlich bleiben? Das sind enorme mentale, psychische und körperliche Belastungen!

Wer nicht acht gibt, hat immer weniger Lust auf seine Arbeit, lässt in seiner Kraft nach oder muss im schlimmsten Fall mit gesundheitlichen Folgen rechnen.

In diesem Kurs sprechen wir über Belastungen, Risiken und Burnout. Wir wollen herausfinden, wie Sie im Beruf stark bleiben können und welche praktischen Wege Sie im Arbeitsalltag gehen müssen, um der Gefahr des Ausbrennens wirksam zu begegnen.

Der Kurs findet im Karmelitenkloster Birkenwerder statt. Hier haben Sie Ruhe und Zeit. In einem kleinen Kurs treffen Sie unterschiedliche Menschen aus Ihren Berufsgruppen und mit ähnlichen Fragen. Sie gewinnen Abstand, erhalten Anregungen, haben Zeit nachzudenken, etwas zu ändern und sich auszutauschen. Außerdem haben Sie die Möglichkeit, einfach einmal auszuruhen, die Natur zu erkunden und das Kloster kennenzulernen.

Informationen zum Kloster finden Sie unter: www.karmel-birkenwerder.de

Themen des Kurses sind:

- Belastungs-Check
- Körperbefindlichkeiten und Spannungen wahrnehmen
- Energiemanagement, Atmung und Entspannung
- Regeneration und Ausgleich finden
- Zeit- und Selbstmanagement
- Umgang mit schwierigen Situationen, z.B. Patienten, Chefs
- Persönliche Einstellungen überdenken
- Grenzen finden und Nein sagen
- Balance zwischen Arbeit und Privatleben herstellen

Kursleiter:

Torsten Klatt-Braxein, ISM Berlin

Veranstaltungsort:

Karmelitenkloster St. Teresa
Schützenstraße 12
16547 Birkenwerder (bei Berlin)



TeilnehmerInnen:

Arzthelferinnen und MFA

Termin:

Freitag 22.02.2019 (Anreise 16 Uhr) bis Sonntag 24.02.2019, 13 Uhr (nach dem Mittagessen)

Investition:

265,00 € incl. Verpflegung und Logis

Anmeldung:

Über die beiliegende Faxanmeldung oder per E-Mail oder das Anmeldeformular auf der Webseite www.salusmedici.de

Fax-Antwort | Anmeldung:

① Ausdrucken

② Ausfüllen

③

Faxen an: 030 21 96 97 30

oder per E-Mail an: sekretariat@salusmedici.de

Ich melde mich / wir melden uns verbindlich an:

Überlastungsprävention für Arzthelferinnen und MFA Kloster Birkenwerder

Termin(e):

Praxis / Firma:

Straße / Nr.:

PLZ / Ort:

Telefon / Fax:

E-Mail:

Rechnung zu Händen:

1. TeilnehmerIn

Nachname:

Vorname:

E-Mail:

Telefon:

2. TeilnehmerIn

Nachname:

Vorname:

E-Mail:

Telefon:

Ort, Datum:

Unterschrift: