

Wege aus der Überlastung

Die kleine Sonntagsakademie zur Überastungsprävention für Berliner Ärzte



Wege aus der Überlastung

Für alle niedergelassenen Ärzte, die der eigenen Überlastung den Kampf ansagen wollen und dafür nach neuen Anregungen suchen.

Tool 1

Zeit- und Selbstmanagement

- Grundelemente
- Organisation, Planung und Struktur
- Umgang mit Störungen und lästigen Arbeiten

Tool 2

Die Kunst, freundlich Nein zu sagen

- Grenzenlosigkeit und sozialer Mensch
- Grenzen definieren
- Grenzen gut kommunizieren
- Üben im Alltag

Tool 3

Balance zwischen Anspruch und Wirklichkeit

- Ansprüche (Rolle, Gesellschaft, Persönlich)
- Wirklichkeit (Grenzen, Ressourcen, Menschen, Systeme)
- Balance aktiv halten (Bremsen, Reflektieren, Bearbeiten, Entsorgen)

Methodik:

Vortrag, Diskussion, Gruppenarbeit, kurze Übungen

Seminarleiter:

Torsten Klatt-Braxein

Veranstaltungsort:

Beratung + Fortbildung für Heilberufe
Beratungsbüro Torsten Klatt-Braxein
Münchener Straße 4 | 10777 Berlin



Teilnehmer*innen:

4 – 7 Praxisinhaber / Ärzte

Zertifizierung:

wird bei der ÄK Berlin beantragt

Termine:

Immer Sonntags, 15 – 18:30 Uhr
Tool 1: 19.06.22 | Tool 2: 11.09.22 | Tool 3: 27.11.22 |

Investition:

Alle Tools: 700 € + Ust. | Einzeltool 250 € + Ust.
Inkl. Getränke und Snack

Anmeldung:

Über die beiliegende Faxanmeldung oder per E-Mail heilberufe@salusmedici.de

Fax-Antwort | Anmeldung:

① Ausdrucken ② Ausfüllen ③ Faxen an: 030 21 96 97 30
oder per E-Mail an: heilberufe@salusmedici.de

Ich melde mich / wir melden uns verbindlich an:
Wege aus der Überlastung

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:	
-------------	--	---------------	--