



istob-Zentrum

Fachtag 2015: Zeit und Gesundheit



„Ticken wir noch richtig? Oder: Alles hat seine Zeit nur ich habe keine.“

Das Leben wird immer schneller. Die moderne Arbeits- und Lebenswelt ist von gesellschaftlichen und technologischen Beschleunigungstrends geprägt. Inwiefern sind die Phänomene Zeitknappheit, psychische Belastung, Stress und Burnout Hinweise auf tieferliegende Probleme und Konflikte, die wir noch gar nicht richtig verstanden haben?

Wie lässt sich auf diese Anforderungen reagieren? Welche Kompetenzen sind dazu notwendig und wie können diese entwickelt werden?

Termin

Donnerstag, 7. Mai 2015 (9 bis 18 Uhr)

Ort

Kulturhaus Milbertshofen, Curt-Mezger-Platz 1,
80809 München

Vorträge von Prof. Dr. Karlheinz Geißler und Jonas Geißler: „Ticken wir noch richtig? Oder: Alles hat seine Zeit, nur ich hab keine.“

Vortrag von Dr. Hans-Joachim Lincke, Freiburger Forschungsstelle Arbeits- und Sozialmedizin: „Psychische Bedingungen von Gesundheit am Arbeitsplatz“

Workshops von ReferentInnen des istob-Zentrums:

- Gesunde Organisationen – Betriebliches Gesundheitsmanagement als Lösungskonzept für die Arbeitswelt
- Die Kunst, für sich selbst zu sorgen – Selbstfürsorge und Achtsamkeit für BeraterInnen, TherapeutInnen, Coaches & SupervisorInnen
- Gesundheit ist Chefsache – sich selbst und andere gesund führen
- Mobbingprävention im Betrieb
- Wenn der Körper ‚Nein‘ sagt – Wege aus dem Burnout



Weitere Informationen und Anmeldung
unter www.istob-zentrum.de
Telefon: 089-5 23 63 43

istob

Zentrum für Systemische Therapie,
Supervision und Beratung