

## Gesund führen – so bleiben Sie und Ihr Team fit und gesund

Zukunftsfähige, erfolgreiche Unternehmen brauchen gesunde Führungskräfte, Mitarbeiter und Mitarbeiterinnen.

Führungskräfte spielen hier eine zentrale Rolle: sie sind gefordert, wenn es darum geht, Motivation, Betriebsklima und Anwesenheitsquote zu verbessern.

Sie sollen z.B. Kränkungen vermeiden, Stress reduzieren und Ressourcen aufbauen – angesichts der wachsenden Belastungsdichte keine leichte Aufgabe.

In diesem Seminar erfahren Sie, wie Sie als Führungskraft selbst langfristig gesund und leistungsfähig bleiben, wie sich Ihr Führungsverhalten auf die Gesundheit Ihres Teams auswirkt und was Sie tun können, damit sich auch Ihr Team wohlfühlt und motiviert und leistungsfähig bleibt.

### Zielgruppe:

Führungskräfte der verschiedenen Führungsebenen und Interessierte

### Inhalte:

Als Führungskraft/ Beschäftigte selbst gesund bleiben  
Was hält gesund? Was macht krank?  
Zusammenhang zwischen Führung und Gesundheit  
Erkennen von psychischen Belastungen und den richtigen Umgang damit  
6 Dimensionen gesunder Führung

### Leitung:

**Anne-Marie Glowienka**  
Inhaberin hochForm, Dötlingen  
Gesundheits- und Demografieberaterin

### Termin:

**Dienstag, 03.03.2020, 9:00- 16:30 Uhr**

### Ort:

**Akzent Hotel Surendorff,**  
Dinglingsweg 1, 49565 Bramsche  
Tel: 05461 - 93020

### Gebühren:

**80,00 € incl. Verpflegung für Verbundmitglieder**  
120,00 € für andere Teilnehmer/innen  
Die Rechnung erhalten Sie zusammen mit der Anmeldebestätigung.

### Info:

Kommen Sie gerne in bequemer Seminarkleidung.



Anmeldungen per Telefon, Mail oder Fax nehmen wir gerne bis Freitag, 21.02.2020 entgegen.  
Verbund Frau & Betrieb e.V., Schloßstraße 9, 49074 Osnabrück, Tel: 0541-27026  
[info@frau-und-betrieb-os.de](mailto:info@frau-und-betrieb-os.de), [www.frau-und-betrieb-os.de](http://www.frau-und-betrieb-os.de)



**Verbund  
Frau & Betrieb e.V.**

Für die Betriebe. Für die Frauen.

**Verbindliche Anmeldung bitte postalisch, per Mail oder Fax bis zum 21.02.2020:**

Koordinierungsstelle Frau & Betrieb e. V.  
Schloßstraße 9  
49074 Osnabrück

[info@frau-und-betrieb-os.de](mailto:info@frau-und-betrieb-os.de)

**Fax: 0541- 27045**

An dem Seminar

**Gesund führen – so bleiben Sie und Ihr Team fit und gesund  
am **Dienstag, 03.03.2020** von 9:00 – 16:30 Uhr**

**nehme ich teil.**

Name:

E Mail Adresse:

Name:

E Mail Adresse:

**Verbundbetrieb:**

**Datum, Unterschrift/en:** \_\_\_\_\_