

Resilienz

Wege zu innerer Stärke in einer komplexen Arbeitswelt

Resilienz ist die Fähigkeit zu innerer Kraft und Belastbarkeit, sodass Sie auch bei Herausforderungen und Krisen gesund und widerstandsfähig bleiben. Wer Resilienz besitzt, ist also klar im Vorteil. In diesem Seminar erfahren Sie, wie Sie als Betriebsrat von Anfang an Ihre persönliche Resilienz steigern, Ihre eigenen Stärken erkennen und sich erfolgreich behaupten.

→ waf-seminar.de/BR410



In diesem Seminar lernen Sie:

Resilienz – Fähigkeit zu innerer Stärke und Belastbarkeit

- Resilienz – das Immunsystem der Seele
- Begriff und Bedeutung im ständigen wirtschaftlichen Strukturwandel
- Resilienz als Wirtschaftsfaktor
- Resiliente Haltung ist erlernbar

Gesund arbeiten – was Arbeitnehmer gesund und stark macht

- Wertschätzung; Arbeitszufriedenheit
- Herausfinden aus der Opferrolle
- Vertrauensvolle Zusammenarbeit
- Pausenkultur im Betrieb

Die persönliche Resilienz stärken – noch bessere Arbeit als Betriebsrat leisten können

- Wege zu innerer Gelassenheit
- Bewegung, Ernährung, Erholung
- Auch in schwierigen Zeiten gesund und stabil bleiben
- Bewusstsein für eigene Stärken entwickeln
- Erkennen von und Umgang mit persönlichen Grenzen

Als Betriebsrat zu einem stressfreien und gesünderen Arbeitsumfeld beitragen

- Aufgaben und Handlungsmöglichkeiten des Betriebsrats kennen und nutzen
- Rechtliche Grundlagen
- Betriebliche Resilienz stärken
- Resilienz als Bestandteil betrieblicher Gesundheitsarbeit



Die Fakten

Beginn: Erster Tag 14:00 Uhr
Ende: Letzter Tag 12:30 Uhr
 So sparen Sie zwei Übernachtungen!



Mit Kollegenrabatt ab 1.841,- €

1. Teilnehmer 1.979,- €
 2. Teilnehmer 1.900,- €
 Jeder weitere Teilnehmer 1.841,- €

- Preise (pro TN) zzgl. Hotel und MwSt.
- Hotelinfos unter waf-seminar.de/hotel
- Seminarbedingungen auf Seite 533



Dieses Seminar eignet sich für

alle Betriebsratsmitglieder und Schwerbehindertenvertreter, die auf eine Verbesserung der belastenden Situation am Arbeitsplatz hinwirken wollen.



Schulungsanspruch S. 296 und S. 388

**Termine und
Reservierung unter**
waf-seminar.de/BR410



Termine	Ort	Hotel	Seminar-Nr.
Mo. 14.10. – Do. 17.10.24	Frankfurt am Main	Mercure Hotel & Residenz Frankfurt Messe	BR410-3229-84
Mo. 13.01. – Do. 16.01.25	Dresden	Pullman Newa	BR410-9921-84
Mo. 14.04. – Do. 17.04.25	Köln	Leonardo Royal Hotel Köln Am Stadtwald	BR410-8973-84
Di. 15.07. – Fr. 18.07.25	München	Steigenberger Hotel	BR410-8167-84
Mo. 13.10. – Do. 16.10.25	Hannover	H+ Hotel	BR410-7193-84

Weitere Termine finden Sie unter waf-seminar.de/BR410

Seminaranmeldung



W.A.F. Institut für Betriebsräte-Fortbildung • Blumenstraße 3, 82327 Tutzing



E-Mail: mail@waf-seminar.de



Internet: waf-seminar.de



Fax: 08158 9972111

Anmeldung zu folgendem Seminar:

Seminar-Nr. _____ - _____ - 84 _____
von _____ bis _____

Seminarteilnehmer 1:

Frau Herr

Name, Vorname

Telefonnummer im Betrieb

E-Mail im Betrieb

Ihre Funktion im Betriebsrat/in der SBV

Seminarteilnehmer 2:

Frau Herr

Name, Vorname

Telefonnummer im Betrieb

E-Mail im Betrieb

Ihre Funktion im Betriebsrat/in der SBV

Firmendaten:

Firma

Straße der Firma

PLZ, Ort der Firma

Anzahl der Mitarbeiter

Telefonnummer Betriebsrat/SBV

Faxnummer Betriebsrat/SBV

E-Mail Betriebsrat/SBV

Bestellnummer

Angaben zur Hotelleistung:

Bitte kreuzen Sie Ihre gewünschte Leistung an.

Unser W.A.F. Service: Egal ob Sie Hotelgast oder Tagesgast sind, wir rechnen die Hotel- und/oder Verpflegungskosten direkt mit Ihrem Arbeitgeber ab.

Hotelbuchung **mit** Übernachtung:

Vollpension (Frühstück, Mittag- und Abendessen)

Halbpension (Frühstück und Mittagessen)

Ich reise einen Tag früher an!

oder Tagesgast **ohne** Übernachtung:

Tagesgast (Mittagessen)

Tagesgast (Mittag- und Abendessen)

Mit den Seminarbedingungen der W.A.F. (waf-seminar.de/seminarbedingungen) erkläre ich mich einverstanden.

X

Ort, Datum

X

Unterschrift Betriebsrat/SBV