

APPH Nordhessen e.V.
c/o Kasseler Hospital Büro
Hansteinstraße 29
34121 Kassel

Veranstalter:

Akademie für Palliativmedizin, Palliativ-
pflege und Hospizarbeit Nordhessen e.V.
Hansteinstraße 29
34121 Kassel

Tel. 0561 937-3258

Fax 0561 937-3268

E-Mail info@apph-nordhessen.de

- Auskünfte: Mo, Mi, Fr 10 bis 12 Uhr

Di, Do 14 bis 16 Uhr

www.apph-nordhessen.de

Leitung der Fortbildung:

Sabine Weingardt
Palliative-Care Fachkraft, Pain Nurse,
Persönlichkeitscoach, Dipl. Stress-
Mentalcoach, Trainer, Kassel

Wissenschaftliche-Leitung

Dr. med. Wolfgang Spuck
APPH Nordhessen e. V.
Hansteinstraße 29
34121 Kassel

Zertifizierung:

Die Zertifizierung der Veranstaltung mit 8
Punkten durch die Landesärztekammer
Hessen ist beantragt.

Tagungsort:

Palliativzentrum Nordhessen

Rotes Kreuz Krankenhaus Kassel
Akademieräume
Hansteinstraße 29
34121 Kassel

Tel.: 0561-3086-0

**Akademie für Palliativmedizin,
Palliativpflege und Hospizarbeit
Nordhessen**

durch die Landesärztekammer Hessen
anerkannte Weiterbildungseinrichtung

**Fortbildung
Stressmanagement**

*für Palliative-Care-Fach-
oder Pflege-Kräfte,
Medizinische Fachangestellte,
Ärzte und Interessierte*

**06. September 2014
in Kassel**



Fax: 0561 937-3268

Kursbeschreibung:

Endlich ausgebrannt?!

.. denn wer ausgebrannt ist, hat gebrannt.

Das Gleichgewicht zwischen Anforderung und Entspannung bildet einen Lebensrhythmus, der eine Quelle unserer Energien ist. Durch Selbsttraining können wir lernen, die Balance zur Erhaltung dieses Gleichgewichts zu halten. Schließlich ist ein kompetenter Umgang mit uns selbst das Fundament für ein gelingendes Leben.

Das Seminar trägt dazu bei, Aspekte unserer Lebenskompetenz zu erkennen und auszubauen. Dazu gehören ein starkes Selbst, Gelassenheit und die Fähigkeit zur Alltagsbewältigung.

Es stellen sich Fragen

- Welche Lebenskompetenzen sind mir in meinem Beruf/Alltag wichtig?
- Wie stark sind meine Fähigkeiten auf diesen Gebieten?
- Wo wäre eine Stärkung wünschenswert?
- Welche Möglichkeiten/Techniken bieten sich dazu an?

Wichtige Bausteine dieses Workshops sind:

- Anwenden eigener Erleichterungstechniken
- Erlernen von Entspannungstechniken und Zeitmanagement.
- Hinterfragen von persönlichen Glaubenssätzen

Zielgruppe: Palliative-Care-Fach- oder Pflegekräfte, Medizinische Fachangestellte, Ärzte und Interessierte

Teilnehmerzahl: 20

Weitere Termine nach Vereinbarung möglich. Bei Interesse an einem Stress-Seminar nehmen Sie bitte Kontakt zur APPH-Koordinatorin, Frau A. Leonhard auf.

Organisatorisches:

Termin: 06. September 2014
Beginn: 09.30 Uhr
Ende: 17.30 Uhr

Kursgebühr:
für Ärzte: 80,00 €
für Pflegende: 60,00€
für Ehrenamtliche: 40,00 € (hier ist ein Nachweis des jeweiligen Hospizdienstes notwendig)

Palliativzentrum Nordhessen
Rotes Kreuz Krankenhaus Kassel
Akademieräume Station 4 D
Hansteinstraße 29
34121 Kassel

Übernachtung:

Gern geben wir Ihnen vorab Auskunft über die verschiedenen Buchungsmöglichkeiten.

Anmeldung/Rücktritt:

Wir bitten um eine möglichst frühzeitige schriftliche und somit verbindliche Anmeldung. Bei Überbelegung berücksichtigen wir die Anmeldungen nach der Reihenfolge des Posteingangs.

Ein Rücktritt von der Anmeldung ist bis spätestens zum 06. August 2014 kostenlos möglich. Die Absage bedarf der Schriftform. Bei späterer Absage wird die Kursgebühr als Ausfallgebühr fällig.

Sollte die Nachfrage zu gering sein, erfolgt bis spätestens 4 Wochen vor Beginn eine Absage der Veranstaltung sowie eine Rückerstattung der Kursgebühr in voller Höhe.

ANMELDUNG

per Brief oder Fax: 0561 937-3268

Stressmanagement

06. September 2014 in Kassel

Name/Vorname/Titel

Medizinische Fachrichtung/Einrichtung

Korrespondenzadresse:

Klinik Praxis privat

Straße

PLZ/Ort

Telefon

Fax

E-Mail

Datum

Unterschrift