

„Aktiv und stressfrei im Arbeitsleben“

Angebote für taube und schwerhörige Berufstätige in Deutscher Gebärdensprache

Wir wollen Anregungen geben, wie Sie Ihr Arbeitsleben „**AKTIV UND STRESSFREI**“ gestalten können. **WISSEN – AUSTAUSCH – KOMMUNIKATION** sind uns wichtig. Das Präventionsteam des Integrationsfachdienstes (IFD) für hörbehinderte Menschen bietet daher in diesem Jahr an drei Samstagen Veranstaltungen zum Thema an. Die Veranstaltungen finden z.T. mit externen Experten statt.

1. Veranstaltung: „Wie kann ich Stress abbauen?“

Samstag, 16. Juni 2018, 10:00 Uhr bis 15.00 Uhr

mit **Katrin Wälder** und dem Präventionsteam des IFD fhM

Schwerpunkt: Wir trainieren, wie wir mit Stress umgehen können.

2. Veranstaltung: „Wie kann ich auf der Arbeit gesund kommunizieren?“

Samstag, 08. September 2018, 10:00 Uhr bis 15:00 Uhr

mit **Stephanie Raith-Kaudelka** und dem Präventionsteam des IFD fhM

Schwerpunkt: Wir suchen nach Strategien und Möglichkeiten, mit Konflikten besser umzugehen.

3. Veranstaltung: „War das Jahr 2018 für mich stressfrei?“

Samstag, 01. Dezember 2018, 14:00 Uhr bis 16:00 Uhr

mit dem Präventionsteam des IFD fhM

Wir möchten mit Ihnen auf das Jahr zurückblicken und schauen, ob es Ihnen gelungen ist, den Arbeitsalltag aktiv und stressfrei zu gestalten. Anschließend trinken wir zusammen Kaffee und essen Kuchen bis 17:30 Uhr.

Die Veranstaltungen finden in Deutscher Gebärdensprache statt. Es sind keine Dolmetscher anwesend.

Für die Veranstaltungen ist eine vorherige schriftliche Anmeldung erforderlich. Die Anmeldung ist verbindlich. Die Anmeldefrist endet jeweils eine Woche vor Veranstaltungstag.

Es wird ein Unkostenbeitrag pro Veranstaltung von 7 Euro erhoben.

Anmeldung und Fragen unter: ifd.praevention@wib-verbund.de

Wir freuen uns auf Sie und stehen Ihnen bei Rückfragen gerne zur Verfügung.