



| | |
|---|--|
| 25.08.2020 | Gesund arbeiten in herausfordernden Zeiten (Web Seminar) |
| Anbieter | Personalentwicklung & Karriere – Healthy Campus Bonn |
| Seminarsprache | Deutsch |
| Zielgruppe/ Voraussetzungen | Alle Mitarbeiter*innen der Universität Bonn |
| Ziele/Inhalte | <p>Mit Achtsamkeit gesund und produktiv arbeiten</p> <p>Wir alle sind geprägt von Monaten der Einschränkungen und angepassten Arbeitsbedingungen. Diese Situation verlangt von uns allen ein hohes Maß an Flexibilität und Anpassungsfähigkeit.</p> <p>In diesem Web Seminar lernen Sie, wie Sie Ihren Arbeitstag gut strukturieren, hilfreiche Rituale einführen und sich realistische Ziele setzen. Sie bekommen Anregungen, um gut in Kontakt zu bleiben und die Kommunikation mit den Kolleg*innen zu pflegen. Und es geht um eine gute Selbstsorge, damit Sie auch in ungewissen Zeiten gesund bleiben.</p> |
| Teilnahmeanzahl | Max. 10 |
| Termin/Uhrzeit | Dienstag, 25.08.2020, 09.00 –12.00 Uhr |
| Veranstaltungsort | online |
| Referent*in | Sabine Keßel – www.sabinekessel.de |
| Anmeldeschluss | 11.08.2020 |
| Anmeldevorgang | Anmeldeformular ausfüllen und per E-Mail an: pe-karriere@uni-bonn.de |
| Kosten | Die Kosten des Web Seminars übernimmt die Personalentwicklung & Karriere. |
| Ansprechpartnerin für Rückfragen | Andrea Behr, Healthy Campus Bonn Tel.: 73-1706 E-Mail: abehr@uni-bonn.de |