

HR als Gesundheitscoach

08.30 – 09.00 Uhr

Empfang mit Kaffee und Gipfeli

Vormittag

Aktuelle Herausforderungen Arbeitswelt 4.0 und Remote Work Anzeichen für psychische Erkrankungen

Diese neuen Fähigkeiten benötigen wir im HR sowie unsere Führungskräfte und Mitarbeitenden

Praxisbeispiele

Kaffee- und Kommunikationspause

Resilienz

Übungen: so werde ich resilienter

Praxisbeispiele

12.00 – 13.00 Uhr

Gemeinsames Mittagessen



Nachmittag

Digitale Resilienz

Kommunikation: So spreche ich «resilienisch»

Kaffee- und Kommunikationspause

Optimistisch in die Zukunft blicken

Positive Gewohnheiten im Alltag integrieren Lösungsorientierung

16.30 Uhr

Seminarschluss

Programmänderungen aus dringendem Anlass behält sich der Veranstalter vor.