

Work-Life-Balance - Arbeiten und gesund leben

27. bis 28. November 2014
Evangelische Akademie Bad Boll



Work-Life-Balance – Arbeiten und gesund leben

Bei dauerhafter Belastung in Beruf und Privatleben kann niemand gesund bleiben. Wellness kann zwar vorübergehende Entspannung bringen: Was aber tun, wenn man anschließend wieder in den reißenden Fluß beruflicher Anforderungen zurückgerissen wird? Kann ich bei all den Anforderungen dauerhaft arbeiten? Welche Kraftquellen kann ich nutzen, und reichen diese aus, um das Hamster- rad zu überleben?

Das LeistungsBalance-Konzept bringt produktive Leistungskraft mit gesunder Balance zusammen. In der Tagung lernen Sie die Möglichkeiten und Grenzen Ihrer eigenen LeistungsBalance kennen – ganz praktisch anhand einer Arbeitsplatz-Analyse und im Austausch mit anderen Teilnehmenden: Welche Chancen habe ich und welche hat mein Arbeitgeber, um gesunde Arbeit zu ermöglichen? Wie profitieren alle davon, wenn Sie ausgeglichen sind?

In dieser Tagung erfahren Arbeitnehmende sowie Arbeitgebende, wie chancenreich der Wunsch nach gesunder, zufriedenstellender und leistungsorientierter Arbeit ist.

Über Ihr Interesse und Ihre Teilnahme freuen sich

Karin Uhlmann
Wirtschafts- und
Sozialpfarrerin
KDA Heilbronn



Romeo Edel
Wirtschafts- und
Sozialpfarrer
KDA Stuttgart



Donnerstag, 27. November 2014

- 9:30 **Anreise und Brezelfrühstück**
- 10:00 **Begrüßung**
- 10:15 **LeistungsBalance: Wie können wir trotz Arbeit gesund bleiben?**
Jens Flammann
- 11:15 **Pause**
- 11:30 **LeistungsBalance: Was hat das mit mir zu tun? Weiterdenken und Austausch**
Jens Flammann
- 12:30 **Mittagessen**
- 14:00 **Spaziergang der Sinne**
Karin Uhlmann, Romeo Edel
- 15:00 **LeistungsBalance: Spielräume erweitern, Perspektiven entdecken: Neue Ansätze für Wirtschaft und Arbeit**
Jens Flammann
- 16:30 **Pause**
- 16:45 **Spirituelle Impuls: Quellen für ein gutes Leben**
Karin Uhlmann, Romeo Edel
- 18:30 **Abendessen**
- 19:30 **Angebote am Abend**
 - Kamingespräche (Evang. Akademie Bad Boll)
 - Wellness für Körper und Geist (Badhaus Bad Boll)
 - Zeit für Einzelgespräche (Karin Uhlmann, Romeo Edel, Evang. Akademie Bad Boll)
 - Biodynamische Entspannungsmassage (Karin Schekatz-Noack)

Freitag, 28. November 2014

- 8:00 Andacht**
- 8:20 Frühstück**
- 9:00 AusZeit – Nächste Schritte wagen – An eigenen Themen arbeiten**
Jens Flammann
- 11:00 Kaffeepause**
- 11:15 Vertrag mit mir selbst**
Jens Flammann
- 12:00 Auswertung der Tagung**
Karin Uhlmann, Romeo Edel
- 12:30 Mittagessen und Ende der Tagung**

Anfragen

richten Sie bitte an:
KDA Heilbronn
Karin Uhlmann
Sekretariat Claudia Zimmermann
Gutenbergstraße 76
74074 Heilbronn
Telefon 07131 - 9823311
Telefax 07131 - 9823323
claudia.zimmermann@
ev-akademie-boll.de

Tagungsnummer

21 07 14

Anmeldung

Ihre Anmeldung erbitten wir bis spätestens 11. November 2014. Sie erhalten eine Anmeldebestätigung.

Kosten der Tagung

Tagungsgebühr	82,00 €
---------------	---------

Preise für Vollpension

EZ Dusche/WC	112,40 €
DZ Dusche/WC	99,40 €

Verpflegung

ohne Frühstück	
ohne Übernachtung	55,60 €

In allen Preisen ist die gesetzliche Mehrwertsteuer enthalten. Ermäßigung auf Anfrage möglich.

Kosten für nicht eingenommene Mahlzeiten können wir leider nicht erstatten.

Geschäftsbedingungen siehe:
www.ev-akademie-boll.de/agb

**Tagungsort**

Evangelische Akademie Bad Boll
Akademieweg 11
73087 Bad Boll
Telefon 07164 - 79 0
Telefax 07164 - 79 440

Als Haus der Evangelischen Landeskirche in Württemberg lädt die Akademie ein zum Gespräch über drängende Fragen der Gesellschaft. Mit ihren Aktivitäten will sie Gemeinsinn und Engagement in der Gesellschaft stärken und Antwortsuchenden Orientierung bieten. Sie ermutigt zu Klärungen im Geist christlicher Humanität und Toleranz. In ihrem Wirtschaften richtet sich die Akademie nach Kriterien der Nachhaltigkeit. Sie ist nach dem europäischen EMASplus-Standard zertifiziert.

Anreise mit dem PKW

über die Autobahn A8 Stuttgart-München, Ausfahrt Aichelberg, Weiterfahrt Richtung Göppingen, nach ca. 5 km rechts Abzweigung Bad Boll, nach ca. 300 m, zweite Einfahrt rechts zur Akademie.

mit der Bahn

bis Göppingen, ab ZOB (100 m links vom Bahnhofsgebäude), Bussteig K, Linie 20 nach Bad Boll, Haltestelle Evangelische Akademie/Reha-Klinik, Dauer ca. 25 Minuten.

Hinweis

Diese Tagung ist konzipiert nach § 37 (6) BetrVG, § 47 (5) LPersVG BaWü, und §§ 19 MVG.

Zielgruppe

Betriebsrätinnen und -räte, Personalrätinnen und -räte, Mitarbeitervertreterinnen und -vertreter, Arbeitnehmerinnen und -nehmer jeglicher Berufsgruppen, Arbeitgeber und Personalverantwortliche

Tagungsleitung

Karin Uhlmann,
Studienleiterin,
klinische Seelsorgeausbildung,
Wirtschafts- und Sozialpfarrerin
Heilbronn

Romeo Edel,
Studienleiter, Physiker,
Wirtschafts- und Sozialpfarrer
Stuttgart

Referent

Jens Flammann,
Wirtschaftspsychologe, Organisationsentwickler, Mannheim

**Titelbild**

Copyright: @fotomek fotolia.com

Kooperationspartner

Gefördert durch die
 Bundeszentrale für politische Bildung