



# Einladung

Liebe Kollegin, lieber Kollege,

in Zeiten immer stärker werdender Arbeitsbelastung und wachsender Anforderungen an jede/n Einzelne/n und an Teams, wird es immer notwendiger, die eigenen Ressourcen und Möglichkeiten zu Selbstfürsorge zu aktivieren und zu stärken. Gerade Mitglieder der Interessenvertretungen vergessen über ihre Doppelbeanspruchung im Beruf und im Gremium und der Vertretung der Interessen der Belegschaft oft ihr eigenes Wohlergehen und ihre Grenzen. Hier kommt dem Thema Resilienz -Widerstandskraft der Seele- eine besondere Bedeutung zu. Sie bezeichnet die Fähigkeit zur inneren Stärke und Belastbarkeit und ermöglicht auch in Belastungssituationen gesund und stabil zu bleiben.

In der Tagesschulung werden Informationen zur Bedeutung von Resilienz in der Arbeitswelt und im betrieblichen Gesundheitsschutz vermittelt und Möglichkeiten zur persönlichen Entwicklung und Umsetzung selbiger aufgezeigt.

Wir laden daher alle interessierten Betriebs- und Personalratsmitglieder sowie Schwerbehindertenvertretungen herzlich am 09.03.2017 nach Erfurt ein.

Mit kollegialen Grüßen



Doreen Rörig  
vom Team des  
DGB-Bildungswerk Thüringen e.V.

# Inhalt

**Folgende thematischen Schwerpunkte werden gesetzt:**

- Was ist eigentlich Resilienz?
- Bedeutung von Resilienz in der Arbeitswelt
- Resilienz im Rahmen des betrieblichen Gesundheitsschutzes
- Gesundheitsrisiko: Arbeit in der Interessenvertretung
- Erste Schritte zur Entwicklung und Umsetzung von Resilienz



**Referentin**

**Meera Drude, Göttingen,**

arbeitet seit vielen Jahren als Psychotherapeutin in der eigenen Praxis. Weiterhin gestaltet sie Seminare und Vorträge, auch im gewerkschaftlichen Sektor, zu den Themen Psychische Gesundheit, Kommunikation und Konfliktmanagement und Teamentwicklung aus.

# Hinweise

1. Bitte meldet Euch bis zum **16.02.2017** bei uns an.
2. Vor der Entsendung einer teilnehmenden Person zum Seminar muss erst ein Beschluss nach § 37.6 BetrVG bzw § 46.1 ThürPersVG gefasst werden.
3. Das Seminar beginnt am 09.03.2017 um 9.30 Uhr und endet gegen 17.00 Uhr.
4. Bitte die genaue Rechnungsadresse des Betriebes und die Kostenübernahmeerklärung für Unterkunft und Verpflegung mitbringen.
5. Erst nach Erhalt einer Anmeldebestätigung findet das Seminar verbindlich statt.

**Seminarhaus:**

Mitteldeutsche Rentenversicherung  
Kranichfelder Str. 3  
99097 Erfurt  
Telefon: 0361 – 4820  
[www.deutsche-rentenversicherung-mitteldeutschland.de](http://www.deutsche-rentenversicherung-mitteldeutschland.de)

**Anmeldung und weitere Informationen unter:**

DGB-Bildungswerk Thüringen e.V.  
Schillerstraße 44  
99096 Erfurt

E-Mail: [info@dgb-bwt.de](mailto:info@dgb-bwt.de)  
Telefon: 0361 – 217 27 0  
Fax: 0361 – 217 27 27

**Weitere Seminarangebote:**

<http://www.dgb-bwt.de>  
[info@dgb-bwt.de](mailto:info@dgb-bwt.de)