

Als Anbieter/innen der Vorträge und Workshops stehen Ihnen folgende Personen zur Verfügung:



Mag.ª Heike Hauser-Rader
*Klinische Psychologin,
 Gesundheitspsychologin,
 Arbeitspsychologin,
 Dipl. Personalmanagerin,
 neurosystemisches Coaching*



Dr. Wolfgang Jäger
*Arbeits- und Organisations-
 psychologe, Dipl. Business-
 und Mentalcoach*



Mag.ª Maria-Luise Schöne
*Arbeits- und Organisations-
 psychologin, Klinische- und
 Gesundheitspsychologin,
 Systemische Beraterin*

Als zusätzliches Angebot bieten wir betriebsübergreifende Workshops „**MindGuard**“ in der Wiener Gebietskrankenkasse an. Kosten für diesen zweitägigen Workshop belaufen sich auf **EUR 100,00 pro Teilnehmer/in**.

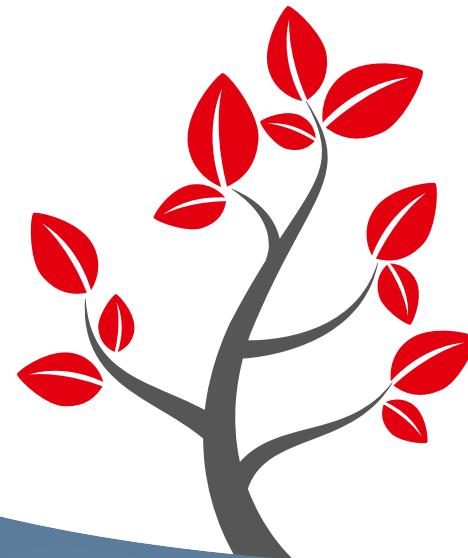
Für nähere Informationen und Buchungsanfragen steht Ihnen die Mitarbeiterin der Wiener Gebietskrankenkasse gerne per Email unter bgf@wgkk.at bzw. telefonisch zur Verfügung:

Wiener Gebietskrankenkasse
 10., Wienerbergstraße 15 – 19

Mag.ª Sandra Neundlinger
 Tel.: +43 1 601 22-2697



www.wgkk.at



Herstellung & Druck:
 Wiener Gebietskrankenkasse, 10.,
 Wienerbergstraße 15 – 19
 Redaktion: GSP
 Satz- und Druckfehler vorbehalten.
 Design & Gestaltungskonzept:
 Oswald Visual Communication GmbH,
sonja.oswald@flammen.at
 Bildquelle: Shutterstock

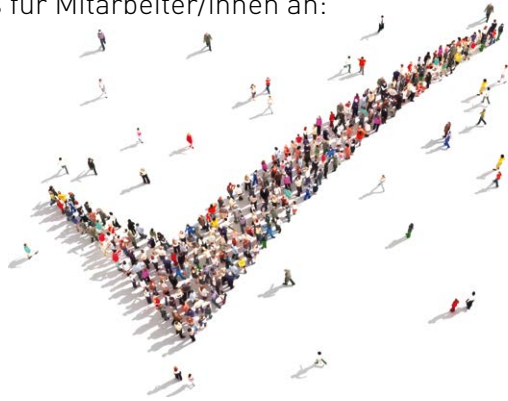


MAßNAHMENANGEBOTE PSYCHISCHE GESUNDHEIT




KOSTENGÜNSTIGE VORTRÄGE
 UND WORKSHOPS ZUM THEMA
 „PSYCHISCHE GESUNDHEIT“

KOSTENGÜNSTIGE VORTRÄGE UND WORKSHOPS ZUM THEMA „PSYCHISCHE GESUNDHEIT“

Im Rahmen der Betrieblichen Gesundheitsförderung unterstützt die WGKK Ihr Unternehmen auch mit **kostengünstigen Maßnahmenangeboten**. Zu den folgenden Themen bieten wir Ihnen einerseits Vorträge und andererseits Workshops für Führungskräfte sowie Workshops für Mitarbeiter/innen an:



Vorträge und Workshops:

-  **Wertschätzendes Miteinander:**
Gesunde Kommunikation und Konfliktmanagement zur Mobbingprävention
-  **Gesunder Umgang mit Stress:**
Stressmanagement im beruflichen Alltag, Burnoutprävention
-  **Work-Life-Balance (WLB):**
Erkennen und Hinterfragen der eigenen WLB und individuelle Wege zu einer gesunden WLB als Burnout-Prävention

Zusätzlich bieten wir Ihnen folgenden zweitägigen Workshop an:

MindGuard (zweitägiger Workshop):

Mind Guard ist ein Programm zur psychischen Stärkung Ihrer Mitarbeiter/innen. Dabei lernt Ihr Betrieb einen gesünderen Umgang mit Belastungen.

In diesem Workshop werden Mitarbeiter/innen aus Ihrem Betrieb als Multiplikatorinnen und Multiplikatoren ausgebildet, um kurze praktische Übungen an Ihre Kolleginnen und Kollegen weiterzugeben. Übungen aus verschiedenen Bereichen werden erlernt, die zur Entspannung im Betrieb beitragen können. Dieser Workshop wird von Herrn Dr. Wolfgang Jäger angeboten.



Jeder Betrieb, der die Charta unterschrieben und ein aktives BGF Projekt bzw. BGF im Regelbetrieb in Kooperation mit der Wiener Gebietskrankenkasse durchführt, kann ein limitiertes Kontingent mit **50%iger Refinanzierung durch die WGKK** buchen.



Kosten pro Vortrag: **EUR 400,00**
inkl. USt

Kosten pro ganztägigem
Workshop **EUR 1.200,00**
inkl. USt

Kosten pro zweitägigem
Workshop: **EUR 2.400,00**
inkl. USt

 **50%ige Refinanzierung durch die WGKK!**