

## Kraft steigern

### Aus dem Jammern raus in einen veränderten Blickwinkel rein

#### Ziel

Jammern, und das auf hohem Niveau, gehört bei vielen Menschen zum Alltag dazu. Die Ansteckungsgefahr ist um ein vielfaches höher als bei Grippeviren; und schnell wird gemeinsam gejammert. Sei es das Wetter, der verspätete Bus oder die Ungerechtigkeit am Arbeitsplatz. Ein Grund zum Jammern findet sich immer.

Wie in einem Schaukelstuhl. Es wird Kraft investiert, damit er in Bewegung bleibt und trotzdem kommt man nicht vom Fleck. Am Ende eines Tages fühlen sich viele Menschen ausgelaugt und kraftlos. Ist man kraftlos, so entscheiden und bestimmen andere über einen.

Entscheidet man sich einen anderen Blickwinkel einzunehmen, so kann die persönliche Kraft steigen, die Infektionsgefahr zum Jammern wird gebannt und es fällt immer leichter seinen eigenen Standpunkt zu erkennen und zu vertreten. Aus der Fremdbestimmung raus – in die Selbstbestimmung hinein. In dieser Fortbildung wollen wir den Blickwinkel verändern um neue Wahlmöglichkeiten zu erkennen.

#### Zielgruppe

Mitarbeiter in Einrichtungen des Gesundheitswesens

<b>Termin</b>	01.04.2019
<b>Uhrzeit</b>	8:30 – 15:30 Uhr
<b>Dozent</b>	M. Therese Schmitz
<b>Kursgebühr</b>	150 €
<b>Kursnummer</b>	KRAFT/BN 2019
<b>Anmeldeschluss</b>	2 Wochen vor Termin
<b>Anmeldung</b>	<a href="http://www.schwesternschaft-bonn.drk.de">www.schwesternschaft-bonn.drk.de</a>

**Veranstaltungsort/  
Information**

Akademie für Pflege, Gesundheit und  
Soziales der  
DRK-Schwesternschaft „Bonn“ e.V.  
Heilsbachstraße 16  
53123 Bonn  
Tel.: 0228/ 96 77 30  
Fax: 0228/ 96 77 321  
E-Mail: [fsa-bonn@schwwesternschaft-bonn.drk.de](mailto:fsa-bonn@schwwesternschaft-bonn.drk.de).

**Abschluss**

Teilnahmebescheinigung  
Für diese Fortbildung können Sie  
8 Punkte für die Registrierung beruflich  
Pfleger erhalten.

ID Nummer: 20091179

