

Selbstfürsorge und persönliche Kraftquellen



GESUNDES ARBEITEN

ZIEL

OE / Fachliteratur

Prozess, 20 Minke
Vorsorge, Gutachten
etc. wie geht's

WIRTSCHAFTL. u.
FAS1 - Beratung

Führungsmethoden -
Bewertung /
Veränderung F&E für
jeden Bereich

Jede Kita hat
bestimmte Themen

Gesund fühlen &
gesunde Arbeit
ist uns wichtig

Integrierte Arbeit und
Gesundheitsarbeit in
QM

Edles Termin mit
externen Beratern
abgeschlossene

Supervisionen für die

je nach Einrichtung
an unterschied-
licher Stelle

Wichtige Lernpunkte:
- Strukturieren Gesundh.
- abgestimmte Leistung
- regelmäßige Kommunikation

BGM ist
optional noch nicht
klar / eindeutig

Jobstand
bis
Zustimmung

START

SELBSTFÜRSORGE UND PERSÖNLICHE KRAFTQUELLEN

GUTE SELBSTFÜRSORGE
GESUNDES ARBEITEN

IN DER ARBEIT

PERSÖNLICH
PRIVAT

SPÄTFRÜH
KRAFTQUELLEN

SPÄTFRÜH
KRAFTQUELLEN

Freunde über
erfolgreiche
Arbeit
Verbinden
mit

MONITORING DER
EIGENEN MOTIVATION
DURCH
WIRTSCHAFTL. BERATUNG

Wichtig werden

Gottesdienste
Singen, Beten

Dankebar sein

Schönes
Brot

Jede Gruppe mit
Kollegen/innen

IN DER
KRAFTQUELLEN

füllen was ist
FAMILIE
PRIVAT
ABSTRICH

LABOR
KONTROLLEN

YOGA
SPAZIERGÄNGE
IN DER NAHE
FAMILIE /
FREIZEIT
MEDITATION

BRISANZA
ERSTRECKUNG
EIGENEM
BEREICH

SECURAN

MUSIK
SPORT
Bewegung
HASS, ANGER
R&D

HEIßES BAD
(SAUNA)

WIRTSCHAFTL.
BERATUNG

LESEN

Führungen

Besprechungen

IN DER
KRAFTQUELLEN

Kinder, Familie
Haus - Arbeit
Brennerei

Beziehungen
Beziehungen der
Einrichtungen

Büroteam
Lehrkräfte

Natur (Anerkennung)
Feste
Begrüßungen an Ort

SELBSTFÜRSORGE UND PERSÖNLICHE KRAFTQUELLEN

GUTE SELBSTFÜRSORGE
GESUNDES ARBEITEN

IN DER ARBEIT

PERSÖNLICH
PRIVAT

SPÄTFRÜH
KRAFTQUELLEN

SPÄTFRÜH
KRAFTQUELLEN

Wellenreiterung

Innovativ

Schulung
wird besser, wie
Hilfen

Bereitwillig
sein

Gedanken
kräftigen

Setsucht

Angenehm
Kommunikation

Humor
monoton / abstrakt
sein können

positive
Gedanken

Reisen

Leben
gut beleuchtet

Sport
= Bewegung
Körper
Lebensstil

Sehr
Vorteile

Heilung

gut beleuchtet

Musik
= Musik
Leben

Messung
Bewertung

Freunde
mit Freunden

WIRTSCHAFTL.
BERATUNG

Leben
gut beleuchtet

Leben
gut beleuchtet

Leben
gut beleuchtet

Leben
gut beleuchtet