

# Gesundes Führen

**So bleiben Sie und Ihr Team gesund, leistungsfähig und motiviert**

**für**                                **Führungskräfte aller Ebenen**  
**Termin**                            **09.09.2025 in Dresden**  
**Alternativtermin**            **04.06.2026 in Dresden**  
    **jeweils 09:00 Uhr - 17:00 Uhr**

**Dozentin**                        **Burgund Freese**

## Thema

Die Arbeitswelt befindet sich in einem tiefgreifenden Struktur- und Wertewandel. Immer neue Krisen und damit wachsende Unsicherheiten für Mitarbeitende wirken sich zunehmend gravierend auf den Arbeitsalltag aus. Führungskräfte benötigen deshalb mehr denn je Instrumente, die neben der Erhaltung ihrer eigenen Balance auch die Gesundheit und die Resilienz ihrer Mitarbeitenden sichern. In diesem Seminar lernen Sie, wie Sie und Ihr Team gesund, leistungsfähig und motiviert bleiben.

Anmeldung zum Seminar:

### Gesundes Führen

- am 09.09.2025 in Dresden (67-3476)
- am 04.06.2026 in Dresden (67-3593)

Bitte senden Sie uns Ihre Anmeldung

per Fax                    0351 8322-422  
 per E-Mail [Kontakt@RKWcampus.de](mailto:Kontakt@RKWcampus.de)  
 Internet                   [www.RKWcampus.de](http://www.RKWcampus.de)

Teilnehmer/in ..... Funktion .....

Teilnehmer/in ..... Funktion .....

Firma/Anschrift .....

Telefon/Fax ..... Beschäftigte ..... Branche .....

E-Mail ..... Datum/Unterschrift .....

## Ihr Nutzen

- Sie erfahren, wie Sie eigene gesundheitliche Ressourcen stärken und Belastungsgrenzen bewusst wahrnehmen können.
- Sie lernen die Prinzipien eines gesunden Führungsverhaltens und Ihrer Vorbildwirkung kennen.
- Sie erlangen Sicherheit im Umgang mit individuell wahrgenommenen Belastungen Ihrer Mitarbeiter und dem Krankenstand in Ihrem Team.
- Sie werden aktiv dabei unterstützt, eine verständnisvolle und offene Kommunikation mit Ihren Mitarbeitenden auf Augenhöhe zu erreichen.
- Sie erhalten konkrete Impulse, wie Sie in unvorhersehbaren Situationen handlungsfähig bleiben und Ihrer Führungsrolle gerecht werden können.
- Sie gewinnen mehr Sicherheit in Ihrer Führungsrolle im Hinblick auf die Arbeitsfähigkeit sowie Ihre Resilienz und die Ihrer Mitarbeitenden.

## Methodik

Impulsinformation, Gruppenarbeit, Diskussion und Ideenfindung mittels Kreativitätstechniken, Checklisten, Übungen, Bearbeitung von Fallstudien (Beispiele der Teilnehmenden), moderierter Erfahrungsaustausch

## Inhalte

- Zusammenhang zwischen Führung und Mitarbeitergesundheit
- Erkennen von Belastungssignalen und Stressoren bei sich selbst und den Mitarbeitenden
- Schaffung konkreter positiver Anreize zur Förderung der Leistungsfähigkeit
- Sensibilisierung für Stressfaktoren am Arbeitsplatz und Ableitung möglicher Bewältigungsstrategien
- Handlungsempfehlungen für gesundes Führen
- Stärkung der Mitarbeiterbindung durch Identifikation mit dem Unternehmen und der eigenen Tätigkeit
- Kennenlernen wirksamer Praxistools zur Stärkung von Resilienz und Mitarbeitergesundheit angesichts der sich verändernden Anforderungen (z.B. Implementierung des Feelgood Managements im Unternehmen)

Fragen zum Seminar beantworten wir Ihnen gern:

Kerstin Wolffgramm	0351 8322-337
Anna-Maria Kajcsos	0351 8322-339
Cornelia Stangner	0351 8322-373

### Teilnehmergebühr

einschließlich Arbeitsunterlagen: **440,00 EUR zzgl. 19% MwSt. | ab 2026 460,00 EUR zzgl. 19% MwSt**

### Anmeldungen

Wir freuen uns auf Ihre Anmeldungen. Sie erhalten rechtzeitig Ihre Durchführungsbestätigung mit Wegbeschreibung und Rechnung. Darin finden Sie auch die Kontaktdaten für Ihre eventuelle Hotelbuchung. Sie können nicht teilnehmen? Kostenfreie, schriftliche Stornierungen sind für **ein- und/oder zweitägige Seminare bis 14 Tage, für Lehrgänge, Arbeitskreise und EXKLUSIV-Seminare bis 21 Tage vor Veranstaltungsbeginn** möglich, es sei denn, in der Veranstaltungsbeschreibung ist eine andere Frist vereinbart. Geht uns die Stornierung innerhalb der vereinbarten Frist zu, entfällt die Teilnahmegebühr; schon bezahlte Beträge werden erstattet. Gern können Sie auch einen Ersatzteilnehmer benennen. Im Übrigen gelten die AGB (Seminarbedingungen) der RKW Sachsen GmbH Dienstleistung und Beratung.

### Rabattmöglichkeiten:

Mitglieder des RKW Sachsen e.V. erhalten **10% Rabatt** auf die Teilnehmergebühr. Sie sind interessiert? Bitte sprechen Sie uns an.