

# Gesundbleiben als Betreuungskraft

Tagesseminar zur Gesundheitsprävention im Betreuungsberuf

---

Betreuungskräfte sind bei ihrer Arbeit mit alten und pflegebedürftigen Menschen besonderen Anforderungen und Belastungen ausgesetzt. In diesem Workshop wollen wir uns intensiv der eigenen Gesundheit widmen, indem wir die Belastungsauslöser des Berufes als Betreuungskraft genau unter die Lupe nehmen, die möglichen Folgen auf die Gesundheit beleuchten, und uns ausführlich mit Methoden, Techniken sowie Strategien zur Gesunderhaltung beschäftigen. Unser Ziel ist Gesundheit, Wohlbefinden und mehr Freude ins Berufs- (und Privat)leben zu bringen.

Inhalte:

- Erstellung einer persönlichen Belastungsanalyse
- Klärung von Begriffen wie z.B. "Stress", "chronischer Stress", "Burnout" und "Gesundheit"
- "Warum Stress nicht von der Arbeit kommt..."
- Erste Hilfe bei Stress
- Gesprächs- und Konfliktmanagement
- Warum Gesundheit im Kopf beginnt
- Gesunder Schlaf
- Entspannungstechniken (Kurzentspannungstechniken für zwischendurch)
- Strategien zum Durchhalten von Veränderungsprozessen

für Seniorenbegleiter\*innen, Präsenzkräfte in der Seniorenbetreuung, Interessenten, Ehrenamtliche, Ergotherapeut\*innen, Weiterbildung für Betreuungskräfte nach §53c SGB XI

Datum 30.10.2019  
Mittwoch, 9 Uhr – 16 Uhr

Dauer 8 UStd.

Ort LEB-Seminarraum, Am Bremer Dreh 1, 49406 Barnstorf

Referentin Mukunda Lutz Hoffmann-Schreeck  
*Dipl. Soz. Päd.*

TN-Beitrag 85,00 €



## Anmeldeabschnitt

### LEB-Beratungsbüro Nienburg

Am Bremer Dreh 1

49406 Barnstorf

oder per Fax: **05442 2825**

oder per Mail: [nienburg@leb.de](mailto:nienburg@leb.de)

Hiermit melde ich mich verbindlich zum LEB-Seminar (25250/19):

**Gesundbleiben als Betreuungskraft am 30.10.2019 in Barnstorf** an:

Name, Vorname: .....

Wohnort/Straße: .....

Tel.: ..... Mobil: ..... Fax: .....

E-Mail: .....

Geb.-Datum: (wichtig für Zertifikatserstellung) .....

Die LEB stellt über den Teilnahmebeitrag in Höhe von **85,00 €** eine Rechnung aus.

Die **genaue Rechnungsanschrift** füllen Sie bitte gut lesbar aus, da Rechnungen nachträglich nicht korrigiert werden können.

#### RECHNUNGSANSCHRIFT:

.....  
Rechnungsempfänger

.....  
Straße/Hausnr.

.....  
PLZ

.....  
Ort

.....  
Telefon

.....  
E-Mail

.....  
**Datum / Unterschrift Rechnungsempfänger\*in**

Ich akzeptiere die Teilnahmebedingungen für LEB Bildungsveranstaltungen.

Ich habe die Datenschutzrichtlinien gelesen und stimme der Speicherung und Verarbeitung meiner Daten nach der EU- DSGVO durch die Ländliche Erwachsenenbildung in Niedersachsen e.V. zu.

optional: Ich stimme zu, dass die LEB meine Daten für die Information über eigene Bildungsangebote per Post, E-Mail oder Telefonanruf an mich verwendet

.....  
**Datum, Unterschrift Teilnehmende\*r**



### Teilnahmebedingungen für LEB – Bildungsveranstaltungen:

- 1) Anmeldungen können in Textform per Email, Fax oder Post im jeweils in der Ankündigung angegebenen LEB-Büro erfolgen.
- 2) Die Anmeldungen werden in der Reihenfolge ihres Eingangs berücksichtigt. Soweit in der Ausschreibung/Ankündigung Teilnahmebeiträge/Kosten angegeben sind, entsteht mit der Anmeldung die Zahlungsverpflichtung.
- 3) Interessent\*innen ohne vorherige Anmeldung oder ohne Entrichtung der genannten Teilnahmebeiträge/Kosten haben keinen Anspruch auf Teilnahme.
- 4) Eine kostenfreie Stornierung der Anmeldung ist nur bis 14 Kalendertage vor Veranstaltungsbeginn möglich. Bei Stornierungen bis 8 Tage vor Veranstaltungsbeginn werden Gebühren in Höhe von 50 % des Teilnahmebeitrages/der Kosten, bei späteren Stornierungen oder Nichterscheinen in Höhe von 100 % des Teilnahmebeitrages/der Kosten in Rechnung gestellt, sofern nicht vom Stornierenden ein/e Ersatzteilnehmer\*in gestellt wird. Bei Bildungsmaßnahmen mit Angabe eines Anmeldeschlusses in der Ankündigung ist eine Stornierung nur bis zu diesem Termin (kostenfrei) möglich. Stornierungen müssen in jedem Fall in Textform per Post, Email oder Fax erfolgen. Rückzahlungen für belegte, aber nicht besuchte Veranstaltungen oder Veranstaltungsteile erfolgen nicht.
- 5) Wird für eine Bildungsveranstaltung die Mindestteilnehmerzahl nicht erreicht oder kann aus anderen, von der LEB nicht zu vertretenden Gründen die Veranstaltung nicht durchgeführt werden, ist die LEB nicht zur Durchführung verpflichtet. Entrichtete TN-Beiträge werden bei Absage der Maßnahme erstattet. Bei von der LEB nicht zu vertretendem Abbruch einer Maßnahme erfolgt eine Erstattung ggf. anteilig.
- 6) Soweit der Gesamtzuschnitt der Maßnahme nicht wesentlich beeinträchtigt wird, können Teilnehmer\*Innen wegen eines Dozent\*innen- oder Raumwechsels, einer zeitlichen Verlegung oder einer Verschiebung im Ablaufplan weder vom Vertrag zurücktreten noch den TN- Beitrag mindern.
- 7) Für Diebstähle, Verluste oder sonstige Schäden übernimmt die LEB keine Haftung. Dies gilt auch für eventuelle Vermögensschäden infolge Absage gemäß Ziffer 5 oder Abbruch der Maßnahme auf Grund höherer Gewalt.
- 8) Teilnehmende von beruflichen Bildungsmaßnahmen sind gesetzlich über die LEB unfallversichert. Der/die Teilnehmende verpflichtet sich, die Unfallverhütungsvorschriften und die Hausordnung am Veranstaltungsort zu beachten.

### Erklärung zur Speicherung und Verwendung persönlicher Daten

Sehr geehrte/r Interessent\*in/Teilnehmer\*in,

Sie sind Interessent\*in für bzw. Teilnehmer\*in an unserer Bildungsmaßnahme und wir möchten Sie auf einige Datenschutz-Änderungen hinweisen und sicherstellen, dass die Behandlung Ihrer Daten bei der LEB die datenschutzrechtlichen Anforderungen erfüllt. Die Datenschutzgrundverordnung (EU-DSGVO) ist zum 25. Mai 2018 in Kraft getreten. Hiervon ist auch die Speicherung Ihrer Daten betroffen.

Die LEB ist berechtigt, personenbezogene Daten von Seminar-Teilnehmenden zum Zweck der Angebotserstellung, der ordnungsgemäßen Durchführung von Maßnahmen, der Abrechnung und der Kontrolle, zum Nachweis der für das Projekt/die Maßnahme eingesetzten öffentlichen Mittel, zu speichern und zu verarbeiten. Falls erforderlich, können diese Daten auch an fördernde Stellen übermittelt werden.

Falls Sie zusätzlich zustimmen, dass wir Ihre Daten in Zukunft dazu nutzen dürfen, Sie über unsere Bildungsangebote zu informieren, können Sie diese Einwilligung natürlich jederzeit ohne Angabe von Gründen widerrufen. Schicken Sie dazu eine E-Mail an Ihr LEB Beratungsbüro oder an [datenschutz@leb.de](mailto:datenschutz@leb.de). Wir geben Ihre Daten nicht an private Dritte weiter.

Weitere Hinweise zum Datenschutz der LEB entnehmen Sie bitte unserer Datenschutzerklärung.

<https://www.leb-niedersachsen.de/index.cfm/nav/22/article/882.html>.

Bei Fragen steht Ihnen unser Datenschutzbeauftragter gerne zur Verfügung: Bitte wenden Sie sich per Mail an [datenschutz@leb.de](mailto:datenschutz@leb.de).