



Academy4socialskills
Altersgerechte Gestaltung
von Arbeitsplätzen

ALTERSGERECHTE GESTALTUNG VON ARBEITSPLÄTZEN

FOCUS UND ZIEL DES SEMINARS

Ziel dieses Seminars ist eine alter(n)sgerechte Arbeitsplatzgestaltung. Hierfür ist es wichtig die Arbeitsabläufe im Betrieb altersgerecht gestalten. Dazu ist es zum einen wichtig die gesetzliche Grundlagen der Arbeit im Alter, sowie die altersbedingten Veränderungen und Ressourcen zu berücksichtigen. Es gilt eine Ermittlung der optimalen Arbeitszeit für einzelne Abläufe, um die Produktivität und das Wohlfühlklima im Betrieb zu optimieren. In diesem Zusammenhang ist es auch von besonderer Bedeutung „Platz“-Problemen (Ordnung, Transparenz, Qualität, ...) zu lösen und der Arbeitnehmerinnen Sicherheit und Ergonomie zu garantieren. Helfen Sie Ihren Mitarbeiterinnen, dabei sich dauerhaft wohlfühlen und auch nach vielen Jahren gerne in Ihrem Unternehmen zu arbeiten, in dem Sie sich über auch zum Thema effiziente Erholungsmöglichkeiten und Entspannungstechniken weiterbilden.

NUTZEN:

Optimierung des Betriebsklima und der Produktivität durch die Schaffung eines altersgerechten Arbeitsumfelds.

ZIELGRUPPE:

Führungskräfte und Personalverantwortliche, die Arbeitsplätze alter(n)sgerecht gestalten wollen.

TERMINE/ORT

Siehe Homepage.
Interne Termine auf Anfrage.

KOSTEN:

Die Kosten pro Seminar betragen Euro 350,- exkl. MwSt pro Teilnehmer oder als intern durch geführtes Training der vereinbarte Tagessatz.

Weitere Informationen erhalten Sie von Ursula della Schiava-Winkler per Email: office@socialskills4you.com oder telefonisch unter: +43/1/4087717 sowie +43/664/1012768

INHALTE:

So schaffen Sie ein alter(n)sgerechtes Arbeitsumfeld. Lernen Sie welche Besonderheiten Sie in Bezug auf ältere Arbeitnehmerinnen beachten müssen und wie Sie deren Ressourcen optimal nutzen können.

ALTER(N)SGERECHTES ARBEITEN:

- Alter(n)sgerechte Arbeitszeit
- Auswirkungen von Arbeitszeiten auf den Menschen
- Altersgerechtes Lernen
- Tipps und Tricks für die Produktivität Alter(n)sgerechte Arbeitsplatzgestaltung

(GESETZLICHE) RAHMENBEDINGUNGEN:

- Arbeitszeitgesetz Ressourcenerhebung
- Arbeitswissenschaftliche Empfehlungen
- Tipps und Tricks aus dem Zeitmanagement
- Altersgerechte Arbeitszeitmodelle im Überblick
- Erhebung des Biorhythmus und zirkadianen Rhythmus
- Praxisbeispiele und Praktische Übungen

PRODUCTIVE AGEING:

- Die wichtigsten Details zum Thema altersgerechtes Arbeiten
- Altersgerechte Arbeit im Visier
- Wie sieht ein gesunder ANspannungs-Entspannungsrythmus aus?
- Was ist Ruhehygiene und was bewirkt Sie?
- Ermüdung und Sekundenschlaf
- Powernapping,
- Überblick über Entspannungstechniken
- Der gesunde Schlaf, Schlaftagebuch, Schlafgewohnheiten und Schlafbeurteilung
- Schlafstruktur der Mitarbeiter
- Bedeutung des Schlafes und Einfluss auf unsere Gesundheit
- Schlafphasen (Schlaf-Ablauf und Dauer)
- Persönlicher Schlaftest, Ableitung möglicher Schlafdefizite
- Körperwahrnehmungsübung für einen gesunden Schlaf
- Selbsthypnose für einen gesunden Schlaf



ANMELDUNG

Academy4socialskills
Lerchenfelderstraße 120/10, AT-1080 Wien
telefonisch oder per Fax: +43/1/4087717
mobil: +43/664/1012768
E-Mail: office@socialskills4you.com
www.socialskills4you.com

ANMELDUNG:

Veranstaltung:	
Termin:	
Teilnehmer:	
Adresse	
Firma/Privat:	
Strasse:	
PLZ / Ort:	
Telefon:	
Fax:	
E-Mail:	

Allgemeine Geschäftsbedingungen:

Die Kosten sind exkl. Mwst (inkl. Seminarunterlagen).

Für die Sicherung des Seminarplatzes ist die Bezahlung vor Beginn der Veranstaltung erforderlich.

Stornierungen können nur schriftlich entgegengenommen werden, bis 4 Wochen vor Veranstaltungsbeginn kostenfrei, ab 4 Wochen bis 10 Tage vor Veranstaltungsbeginn werden 50% des Teilnehmerbetrages verrechnet, ab 9 Tage vor Veranstaltungsbeginn müssen wir 100% des Teilnehmerbetrages verrechnen.

Die Stornogebühren entfallen, wenn ein Ersatzteilnehmer für die Veranstaltung genannt wird.

Die Academy4socialskills kann das Seminar aus wichtigem Grund - insbesondere Krankheit des Beraters/Trainers oder zu geringe Teilnehmerzahl - gegen Erstattung des bereits gezahlten Teilnehmerbeitrages absagen.

Es gelten die Honorarrichtlinien der Academy4socialskills.

Mit meiner Anmeldung erkläre ich mich mit den Teilnahmebedingungen der Anmeldung einverstanden.

Ort, Datum:

Unterschrift:

Anmeldung bis 14 Tage vor dem Seminar der Academy4socialskills.

Nach Erhalt Ihrer Anmeldung bekommen Sie Anmeldebestätigung und Rechnung zugeschickt, die Unterlagen und die Teilnehmervorbereitung erhalten Sie jeweils 7 Tage vor der Veranstaltung.

REFERENTINNEN:

Das Team der Academy4socialskills

