



**Fachkräfteinitiative für die
Glas-, Keramik- und Baustoffindustrie**

Ihre Ansprechpartnerin:

Cathleen Weiß

Telefon: +49 3421 7587207

Mobil: +49 151 42 24 29 29

E-Mail: cathleen.weiss@glascampus.de

GlasCampus Torgau - Repitzer Weg 10 - 04860 Torgau

GESUND FÜHRUNG Mitarbeiter stärken & selbst gesund bleiben	
Zielgruppe	Führungskräfte des mittleren Managements (z.B. Schichtleitende, Produktionsleitende, Abteilungsleitende)
Termin	01.12.2026; 09:00Uhr bis 17:00Uhr
Format	Präsenzkurs
Veranstaltungsort	GlasCampus in Torgau
Ziele	<i>„Jetzt soll ich mich auch noch um die Gesundheit meiner Kollegen kümmern – wann fragt denn jemand mal nach mir?“ – In einer sich rasant verändernden Arbeitswelt jonglieren Führungskräfte meist mit mehreren Aufgaben gleichzeitig. In einer „Sandwich-Position“ versuchen sie, die Vorgaben der Geschäftsleitung mit den Wünschen der Mitarbeitenden bestmöglich zu koordinieren.</i> Mit Bezug auf dieses Spannungsfeld vermittelt das Seminar aktuelles Wissen und handfeste Methoden, um a) die eigene Gesundheit der Führungskräfte wirksam zu stärken und b) Klarheit zu erhalten, wie mein Führungsstil zum Gesundheitsfaktor für andere werden kann Damit verfolgt die Schulung einen ganzheitlichen Ansatz, denn nur wer selbst gesund ist, kann seinen Mitarbeitenden ein Vorbild sein. Und wer die Gesundheit der eigenen Mitarbeitenden im Blick behält, kann auf starke, leistungsfähige Arbeitskräfte zählen, um auch herausfordernde Zeiten gemeinsam zu meistern. Ein angenehmer Nebeneffekt gesunder Führung ist weniger Stress und mehr Unterstützung vom Team.

	Im Seminar identifizieren Sie Ihre wichtigsten, persönlichen Gesundheitsressourcen und lernen wirksame Methoden, um das Stresserleben zu reduzieren und als Führungskraft gesund zu bleiben. Der zweite Schulungsteil zielt anschließend darauf ab, wirkungsvolle, gesundheitsstärkende Führungsqualitäten zu entwickeln, in dem anhand von verschiedenen Beispielsituationen ausgewählte Methoden erprobt werden.
Inhalte	- Self Care - Praxisübungen - o Meine „Top 3“ – aus „wollen“ wird „machen“ - o Abschalten – Grundlage für Regeneration - o Umgang mit hoher Stressbelastung – Resilienz steigern - o Soziales Umfeld – zwischen Energiefressern & Kraftquellen - Staff Care - Praxisübungen - o Ideen-Schmiede – Handlungsfelder gesunder Führung - o Anerkennung – wie aus „gut gemacht“ eine gezielte Rückmeldung wird - o Unterstützung im Team – wie Wertschätzung & Mitgestaltung den Zusammenhalt fördern - Arbeiten mit praktischen Beispielen - Diskussion, Reflexion und Austausch zum eigenen Arbeitsalltag
Gruppengröße	bis zu 12 Teilnehmende
Lehrmaterial	Workbook, Präsentation & Transferaufgabe
Abschluss	Teilnahmebestätigung
Kosten	445,00€ je teilnehmende Person <i>(Umsatzsteuerbefreiung für Leistungen im Bildungsbereich nach § 4 Abs. 1 Nr. 21 und Nr. 2 UstG)</i>
Dozent	Dirk Hübel – Unternehmer, Buchautor, Führungskraft (>20 Jahre)

ANMELDEBOGEN

bitte senden Sie diesen Anmeldebogen an:
anmeldung@glascampus.de

Mit dem Absenden dieser Anmeldung erkläre ich mich mit den [AGB](#) und der [Datenschutzerklärung](#) des GlasCampus Torgau einverstanden.

Unternehmen	Name:	
	Postanschrift:	
	Kontaktperson	
	E-Mail:	
	Telefon:	
	Rechnungsadresse:	
Teilnehmende Person	Name:	Vorname:
	Geburtsdatum:	Im Unternehmen seit:
	Position im Unternehmen:	
Teilnehmende Person	Name:	Vorname:
	Geburtsdatum:	Im Unternehmen seit:
	Position im Unternehmen:	
Teilnehmende Person	Name:	Vorname:
	Geburtsdatum:	Im Unternehmen seit:
	Position im Unternehmen:	
Teilnehmende Person	Name:	Vorname:
	Geburtsdatum:	Im Unternehmen seit:
	Position im Unternehmen:	
Teilnehmende Person	Name:	Vorname:
	Geburtsdatum:	Im Unternehmen seit:
	Position im Unternehmen:	