


# GESUNDE KULTUR - Den Pflegealltag gesund gestalten

mit Hilfe der Online-Trainings von Care4Care

*Die Online-Trainings unterstützen Sie dabei, sich aktiv mit Ihrer Arbeit und Ihrer Gesundheit auseinanderzusetzen. Sie sammeln konkrete Ideen zur Gestaltung Ihres Arbeitsumfelds, die von Ihnen selbst und von Ihrer Einrichtung umgesetzt werden. Ziel ist es, damit Ihr Wohlbefinden nachhaltig zu verbessern.*

## *In den interaktiven Online-Trainings erhalten Sie praktische Hinweise...*

- *wie Ihre Arbeit gesünder gestaltet werden kann.*
- *wodurch Ressourcen gefördert und Belastungen in der Pflege abgebaut werden können.*
- *wie Sie durch Kommunikation, Wertschätzung und Unterstützung das Arbeitsklima verbessern können.*
- *wie Sie mit Konflikten und Fehlern besser umgehen können.*



Die Trainings sind Teil des Forschungsprojekts Care4Care. Ziel des Projekts ist es, mit digitalen Angeboten betriebliche Gesundheitsförderung in der Pflege umfassend zu unterstützen.

Das Online-Training wurde von der Beuth Hochschule für Technik Berlin in Zusammenarbeit mit der AOK entwickelt. Ihre Teilnahme an den Online-Trainings soll ebenfalls dazu beitragen, die Trainings noch besser an die Bedürfnisse von Pflegekräften anzupassen. Aus diesem Grund beinhaltet eine Teilnahme

das Ausfüllen einiger kurzer Online-Fragebögen. Wenn Sie jetzt teilnehmen, erhalten Sie später Zugriff auf das gesamte Care4Care-Angebot.

Anonymität sowie Datenschutz während des Trainings sind gewährleistet.

Idealerweise investieren Sie 30 bis 50 Minuten pro Woche über sechs Wochen in die Bearbeitung der Online-Trainings. Bei Bedarf können die Trainings auch über einen kürzeren Zeitraum bearbeitet werden.

***Um an den Trainings teilzunehmen,  
kontaktieren Sie bitte Ihre Führungskraft.***

