

Referentin Brigitta Ruoss, M.S.
Leitende Psychologin, Clinica Holistica Engiadina, Susch
Psychotherapeutin, MAS Psychotraumatology UZH

Kosten Fr. 80.-- (inkl. Mittagessen und Getränke)

Anmeldung Mit beiliegendem Formular oder per Mail an

Amt für Gesundheit
Aegeristrasse 56, 6300 Zug
gesund@zg.ch

Anmeldefrist: 19. Juni 2015

Programm / Inhalte

Verantwortung, Termindruck, Arbeitsvolumen, mangelnde Wertschätzung, Komplexität der Aufgaben, interaktionelle Herausforderungen – mehr und mehr Menschen klagen darüber, an der Arbeit chronischen Stress zu erleben. Manche von ihnen greifen zur Bewältigung von Stress zu ungesunden Mitteln (z.B. Substanzkonsum, Süssigkeiten essen, impulsives Verhalten, exzessiver Sport), was zu einem zusätzlichen Problem wird. Chronischer Stress und heikle Bewältigungsstrategien können zu schwerwiegenden körperlichen und/oder psychischen Folgeschäden führen. Immer mehr Betroffene leiden unter einer Erschöpfungsdepression/„Burn-out“; die volkswirtschaftlichen Kosten für arbeitsbezogene Gesundheitsprobleme sind hoch.

An dieser Veranstaltung wollen wir uns mit der Komplexität der Zusammenhänge zwischen „Stress“ und der Entwicklung von Gesundheitsschäden befassen, aber auch Möglichkeiten von Prävention und Therapie besprechen.

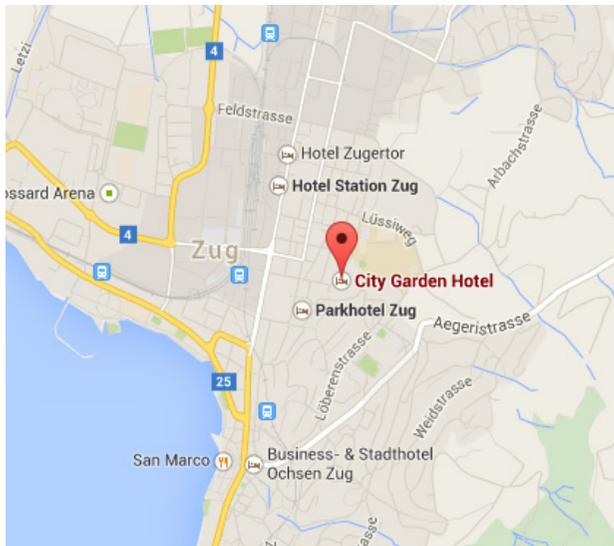
Themenschwerpunkte:

- Stressempfinden und Stressbewältigung am Arbeitsplatz
- Umgang mit betroffenen Mitarbeiterinnen und Mitarbeitern
- Therapie von Stressfolgeerkrankungen (Erschöpfungsdepression, „Burn-out“) und unterstützenden Massnahmen bei der Rückkehr an den Arbeitsplatz anhand eines Fallbeispiels

in Zusammenarbeit mit
Gewerbeverband
Kanton Zug

ZUGER
WIRTSCHAFTSKAMMER

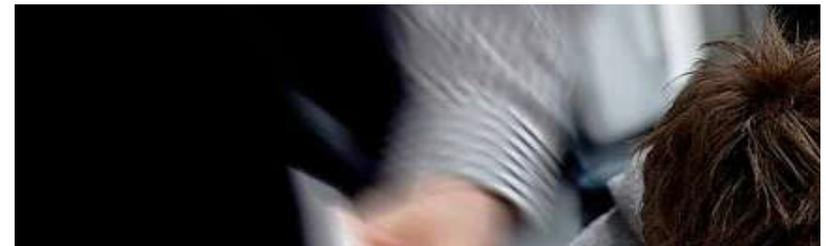
**So erreichen Sie das City Garden Hotel,
Metallstrasse 20, 6300 Zug**



Auskunft und Information
Amt für Gesundheit

Business-Lunch

Stressempfinden und Stressbewältigung am Arbeitsplatz



Eine Veranstaltung für Personalverantwortliche, Vorgesetzte, Lehrlingsausbilderinnen und -ausbildner sowie weitere interessierte Personen

Datum: **Donnerstag, 25. Juni 2015**

Zeit: **11.00 bis 14.00 Uhr**

Ort: **City Garden Hotel Zug**

Aegeristrasse 56, 6300 Zug
Tel. 041 728 35 14, judith.halter@zg.ch
www.zg.ch/gesund

Aegeristrasse 56, 6300 Zug
T 041 728 39 39, F 041 728 39 40
gesund@zg.ch
www.zg.ch/gesund