

Seminare und Lehrgänge

Umwelt · Arbeitsschutz · Arbeitssicherheit · Energie · Arbeitsmedizin

Termin:

03. Dezember 2018, Bonn

Stressmanagement – Gesund trotz Belastung



Seminarbeschreibung

Krankenkassen berichten regelmäßig über ein Ansteigen der Krankentage, die auf zunehmende Stressbelastung zurückzuführen sind. Durch die immer komplexer werdende Arbeitswelt mit ihren vielfältigen, stetig steigenden Anforderungen sind die Menschen derart gefordert, dass sie psychosomatisch erkranken.

Stressbelastungen rufen zudem ein generelles problematisches Gesundheitsverhalten hervor. Hierbei sind Bewegungsmangel, Fehlernährung, Sucht- und Genussmittelmisbrauch, private und berufliche Konflikte herauszustellen.

In diesem Training wird ein ganzheitliches Konzept zur Gesundheitsförderung zu Grunde gelegt. Es gilt, Ressourcen aufzubauen, zu entdecken und zu nutzen, die aus Belastungen Herausforderungen und keine Überforderungen machen. Gesundheit ist mehr als die Abwesenheit von Krankheit!

Themenschwerpunkte

Belastungen vorbeugen

- Sich selber besser organisieren
- Belastungen abbauen
- Schlechte Gedanken verhindern
- Ressourcen entdecken und fördern
- Entwicklung einer gesundheitsfördernden Grundhaltung

Herausforderungen bewältigen

- Problemlösestrategien
- Entspannung möglich machen
- Techniken zur mentalen Selbstinstruktion
- Lösungen für soziale Konflikte

Stress managen

- Work-Life Balance – ein ausgewogenes Gleichgewicht zwischen Arbeit und Privatleben
- Entspannungsverfahren

Zielgruppe

Dieses Seminar richtet sich an alle Mitarbeiter und Führungskräfte, die ihr eigenes Stressmanagement in den Griff bekommen möchten.

Referent

Dr. Frank Stöpel,
Personaltraining, Coaching und Beratung, Castrop-Rauxel

Inhouse Schulung

Auf Wunsch führen wir diese Schulung speziell für Ihr Unternehmen auch als Inhouse Veranstaltung durch. Unsere Experten entwickeln ein Weiterbildungskonzept, das genau auf die Erfordernisse Ihres Unternehmens und Ihrer Mitarbeiter abgestimmt ist. Sprechen Sie uns an!

Lehrgangsgebühr

299.- Euro zzgl. MwSt. (inkl. ausführlicher Seminarunterlagen in Papier- und elektronischer Form, Schreibutensilien, Getränke und Verpflegung während der Veranstaltung); **Neukundenrabatt** von 10% für die erste Anmeldung; **Treuerabatt** von 15% ab der dritten Anmeldung

Lehrgangszeiten

Der Schulungstag beginnt ca. 8:30 Uhr und endet gegen 17:00 Uhr.

Anmeldung

Kontakt

Für Rückfragen und weitere Informationen stehen wir Ihnen gerne jederzeit zur Verfügung:

Tel.: 0228 400 72 244

Mail: info@concada.de

Per Fax an 0228 400 72-952 oder online www.concada.de

Ja, hiermit melde ich mich verbindlich zum Training „Stressmanagement – Gesund trotz Belastung“ zum Preis von 299.- Euro zzgl. MwSt. an:

03.12.2018 (V7490)

Schulungszentrum concada/ B·A·D, Herbert-Rabius-Str. 7, 53225 Bonn
Tel.: 0228 400 72 244

Anmeldung und Teilnahme am Lehrgang erfolgen auf der Grundlage der Allgemeinen Geschäftsbedingungen der concada GmbH (<https://www.concada.de/agb/>).

Für Verbraucher gilt die Widerrufsbelehrung unterhalb der AGB.

Die Allgemeinen Geschäftsbedingungen der concada GmbH erkenne ich mit meiner Unterschrift an.

Anmeldedaten

Titel, Vorname, Nachname

Firma

Straße / Postfach

Postleitzahl, Ort

Telefon-Nummer

E-Mail

Ort, Datum

Unterschrift

Allgemeine Geschäftsbedingungen (Stand: 11.04.2016)

1. Geltungsbereich

Die Vertragsbeziehungen zwischen der concada GmbH und dem Kunden richten sich ausschließlich nach den nachfolgenden Allgemeinen Geschäftsbedingungen. Abweichende Vereinbarungen bedürfen der schriftlichen Zustimmung der concada GmbH. Der Kunde erkennt mit der schriftlichen Auftragserteilung die Allgemeinen Geschäftsbedingungen an, wenn nicht ausdrücklich widersprochen wird.

2. Umfang und Ausführung des Auftrages

Verträge, Anmeldungen, Stornierungen und sonstige Änderungen bedürfen zu ihrer Wirksamkeit der Schriftform. Erklärungen, Bestätigungen oder Zusagen von Mitarbeitern bedürfen zu ihrer Wirksamkeit der Schriftform oder der schriftlichen Bestätigung. Mündliche Absprachen haben keine Rechtswirksamkeit. Der Umfang der zu erbringenden Leistungen ergibt sich ausschließlich aus dem Angebot inklusive etwaiger schriftlicher Auftragsbestätigungen. Soweit Fristen für die Auftragsdurchführung bestimmt wurden, sind diese nur dann verbindlich, wenn dies ausdrücklich schriftlich vereinbart wurde. Die concada GmbH legt die vom Kunden genannten Tatsachen, insbesondere technische Angaben und Mess- bzw. Analysedaten, als richtig zugrunde. Die Prüfung der Richtigkeit, Vollständigkeit und Ordnungsmäßigkeit der übergebenen Daten und Unterlagen muss im Einzelfall schriftlich vereinbart werden.

3. Anmeldung

Die schriftliche Anmeldung mit Angaben über den Kunden - und im Seminarbereich auch mit Angaben über die Firma - erfolgt durch Zusendung des ausgefüllten Anmeldeformulars. Nach Eingang Ihrer Anmeldung erhalten Sie eine Teilnahmebestätigung, mit welcher der Vertrag mit der concada GmbH wirksam wird.

4. Teilnahmegebühren

Die Teilnahmegebühren werden mit Rechnungsstellung fällig und sind sodann auf das in der Rechnung genannte Konto zu überweisen. Es gilt die gesetzliche Mehrwertsteuer zum Zeitpunkt der Leistungserbringung. Ratenzahlungen können vereinbart werden.

5. Stornierungen

Schriftliche Stornierungen oder Umbuchungen können per Fax oder Post bis vier Wochen vor Veranstaltungsbeginn kostenlos vorgenommen werden. Nach diesem Zeitpunkt und bis zu zwei Wochen vor Veranstaltungsbeginn werden 50 % der Teilnahmegebühr, danach die Gesamtgebühr erhoben. Bei kurzfristigen Umbuchungen (2 Wochen vor Veranstaltungsbeginn) auf einen anderen Veranstaltungstermin wird zusätzlich eine Bearbeitungsgebühr von 10 % erhoben. Keinerlei Kosten entstehen, wenn ein Ersatzteilnehmer angemeldet wird. Bei vorzeitigem Abbruch der Weiterbildung werden die vollen Lehrgangskosten fällig. Das beinhaltet auch vereinbarte Ratenzahlungen.

6. Durchführung und Änderungen der Veranstaltung

Änderungen und Verlegungen von Veranstaltungen bleiben der concada GmbH vorbehalten. In Ausnahmefällen kann es daher zu einer Änderung bei Inhalt und Ablauf der Veranstaltung sowie dem Einsatz von Dozenten gegenüber der Ausschreibung kommen. Der Gesamtcharakter der Veranstaltung bleibt gleichwohl gewahrt. Die concada GmbH ist berechtigt, Veranstaltungen wegen der Verhinderung und Erkrankung von Dozenten, aufgrund höherer Gewalt oder mangels ausreichender Anmeldungen abzusagen. Im letzten Fall wird die Mitteilung über den Ausfall der Veranstaltung spätestens zwei Wochen vor dem Termin erfolgen. Die Teilnehmer werden über die Absage einer Veranstaltung unverzüglich unterrichtet und erhalten bereits gezahlte Gebühren zurück erstattet.

7. Haftung und Gewährleistung

Die concada GmbH erbringt ihre Leistungen unter Zugrundelegung der branchenüblichen Sorgfalt. Die concada GmbH haftet für die Fehlerhaftigkeit ihrer Leistungen durch die kostenlose fehlerfreie Wiederholung der entsprechenden Leistungseinheit. Der Anspruch auf Beseitigung von Mängeln muss von dem Kunden unverzüglich schriftlich geltend gemacht werden.

Die concada GmbH übernimmt die Haftung für Personen-, Sach- und sonstige Schäden, die auf schuldhaftes Handeln im Rahmen der Dienstleistung zurückzuführen sind. Für Personenschäden sowie vorsätzlich und grob fahrlässig verursachte Sach- und sonstige Schäden haftet die concada GmbH unbeschränkt. Ansonsten ist die Haftung bezüglich Sach- und sonstiger Schäden auf den typischerweise eintretenden und vorhersehbaren Schaden begrenzt.

8. Schutz der Arbeitserzeugnisse

Die concada GmbH behält an den erbrachten Leistungen - sofern diese dazu geeignet sind - das Urheberrecht. Der Kunde darf im Rahmen des Auftrages erstellte Unterlagen nur für den Zweck verwenden, für den diese vereinbarungsgemäß bestimmt sind. Die Veröffentlichung und Vervielfältigung sowie deren auszugsweise Verwendung in sonstigen Fällen bedürfen der schriftlichen Genehmigung durch die concada GmbH.

9. Geheimhaltung

Die concada GmbH verpflichtet sich, alle Ergebnisse, die in Zusammenhang mit einem Auftrag erarbeitet werden, dem Kunden zur Verfügung zu stellen und alle erhaltenen oder gewonnenen Informationen streng vertraulich zu behandeln, es sei denn, dass sie der Auftraggeber schriftlich von dieser Verpflichtung entbindet. Die Geheimhaltungspflicht besteht über das Vertragsverhältnis hinaus fort und gilt auch für Dritte, die als Unterauftragnehmer der concada GmbH im Rahmen des Auftrages tätig werden. Die Geheimhaltungspflicht besteht nicht, soweit die Offenlegung zur Wahrnehmung berechtigter Interessen der concada GmbH erforderlich ist.

10. Datenspeicherung

Durch die Anmeldung erklärt sich der Kunde mit der Be- und Verarbeitung der personenbezogenen Daten für Zwecke der Lehrgangs- und Prüfungsabwicklung einverstanden.

11. Verjährung

Sämtliche Ansprüche gegen die concada GmbH verjähren ein Jahr nach Erbringung der Leistung. Dies gilt nicht in den Fällen, in denen die gesetzliche Verjährungsfrist kürzer ist.

12. Allgemeine Bestimmungen

Sollten einzelne Bestimmungen dieser Allgemeinen Geschäftsbedingungen ganz oder teilweise unwirksam sein oder werden, so bleiben die übrigen davon unberührt.

13. Gerichtsstand

Der Gerichtsstand ist Bonn. Soweit nichts anderes schriftlich bestimmt wird, ist der Erfüllungsort Dortmund.

Nur für Verbraucher

Widerrufsbelehrung:

Widerrufsrecht

Sie haben das Recht, binnen vierzehn Tagen ohne Angabe von Gründen diesen Vertrag zu widerrufen. Die Widerrufsfrist beträgt vierzehn Tage ab dem Tag des Vertragsabschlusses.

Um Ihr Widerrufsrecht auszuüben, müssen Sie uns (concada GmbH, Herbert-Rabius-Straße 7, 53225 Bonn, Tel.: 0228 400 72 244, Fax: +49 228 400 72 952, E-Mail: info@concada.de) mittels einer eindeutigen Erklärung (z.B. ein mit der Post versandter Brief, Telefax oder E-Mail) über Ihren Entschluss, diesen Vertrag zu widerrufen, informieren. Sie können dafür das beigefügte Muster-Widerrufsformular verwenden, das jedoch nicht vorgeschrieben ist.

Zur Wahrung der Widerrufsfrist reicht es aus, dass Sie die Mitteilung über die Ausübung des Widerrufsrechts vor Ablauf der Widerrufsfrist absenden.

Folgen des Widerrufs

Wenn Sie diesen Vertrag widerrufen, haben wir Ihnen alle Zahlungen, die wir von Ihnen erhalten haben, unverzüglich und spätestens binnen vierzehn Tagen ab dem Tag zurückzuzahlen, an dem die Mitteilung über Ihren Widerruf dieses Vertrags bei uns eingegangen ist. Für diese Rückzahlung verwenden wir dasselbe Zahlungsmittel, das Sie bei der ursprünglichen Transaktion eingesetzt haben, es sei denn, mit Ihnen wurde ausdrücklich etwas anderes vereinbart; in keinem Fall werden Ihnen wegen dieser Rückzahlung Entgelte berechnet. Haben Sie verlangt, dass die Dienstleistung während der Widerrufsfrist beginnen soll, so haben Sie uns einen angemessenen Betrag zu zahlen, der dem Anteil der bis zu dem Zeitpunkt, zu dem Sie uns von der Ausübung des Widerrufsrechts hinsichtlich dieses Vertrages unterrichten, bereits erbrachten Dienstleistungen im Vergleich zum Gesamtumfang der im Vertrag vorgesehenen Dienstleistungen entspricht.

Muster-Widerrufsformular

(Wenn Sie den Vertrag widerrufen wollen, dann füllen Sie bitte dieses Formular aus und senden Sie es zurück.)

- An concada GmbH, Herbert-Rabius-Straße 7, 53225 Bonn; Fax: 0228 400 72 952, E-Mail: info@concada.de
- Hiermit widerrufe(n) ich/wir (*) den von mir/uns (*) abgeschlossenen Vertrag über die Erbringung der folgenden Dienstleistung (*)
- Bestellt am (*)/erhalten am (*)
- Name des/der Verbraucher(s)
- Anschrift des/der Verbraucher(s)
- Unterschrift des/der Verbraucher(s) (nur bei Mitteilung auf Papier)
- Datum

(*) Unzutreffendes streichen.

Ende der Widerrufsbelehrung