



# Gesunde Führung beginnt mit Selbstführung!

**2 Stunden Live  
Webinar**

## Worum geht es?

Gesundheit und Wohlbefinden der Mitarbeitenden aller Hierarchieebenen sind von entscheidender Bedeutung für einen reibungslosen Ablauf in Ihrer Verwaltung. Führungskräfte haben die Verantwortung, nicht nur eine gesunde Arbeitsumgebung zu schaffen, sondern diese auch aktiv vorzuleben. Das Do-Care Konzept für gesunde Führung besteht aus 7 Dimensionen und bietet eine unschätzbare wertvolle Grundlage, gesunde Führung zu verstehen, selbst anzuwenden und als Führungskraft umzusetzen.

Durch meine langjährige Tätigkeit in der Kommunalverwaltung, davon die letzten 10 als Personalleiterin und Hauptamtsleiterin, weiß ich, wie Verwaltung tickt und verstehe Sie!

Die Inhalte meines zweistündigen Webinars:

- Was ist Stress und wie wirkt er sich aus?
- Was tun bei nicht zu ändernder Arbeitsbelastung?
- Dilemmata der Führung
- Was ist gesunde, was ungesunde Führung?
- Die sieben Dimensionen gesunder Führung:
  - Selbstfürsorge
  - Transparenz
  - Stimmung
  - Stressbewältigung
  - Anerkennung
  - Aufmerksamkeit
  - Kommunikation

Auf Wunsch biete ich eine Atemtechnik und/oder eine kurze Progressive Muskelentspannung nach Jacobsen an.

In diesen 2 Stunden ist ein Austausch untereinander in Gruppen bis zu 12 Personen eingeplant.

## Termine:

**Auf Anfrage**

## Kosten:

**390,-- EUR/Netto**

## Kontakt:

### Susanne Balzer

Coaching, Training, Mentoring für  
Entscheider im öffentlichen Dienst

Mannheimer Str. 121, 68723 Oftersheim

Tel: 0176/95612777

[info@susanne-balzer-coaching.de](mailto:info@susanne-balzer-coaching.de)

[www.susanne-balzer-coaching.de](http://www.susanne-balzer-coaching.de)

