



26. CARNA Erfahrungsaustausch **ONLINE-Veranstaltung**

Am Mittwochnachmittag, 24. November und Donnerstag, 25. November 2021 findet in Berlin der 26. CARNA Erfahrungsaustausch kommunaler Unternehmen statt. Diesmal sowohl als Präsenzveranstaltung oder als Onlineveranstaltung.

In bewährter Tradition können Sie sich mit Verantwortlichen bzw. Praktikern aus anderen Betrieben austauschen, von den praktischen Erfahrungen profitieren sowie eigene Erkenntnisse mitteilen.



CARNA- Erfahrungsaustausch

„Gesund und sicher am Arbeitsplatz“

ist ein Vorhaben, das die Leistungsfähigkeit/ -bereitschaft der Beschäftigten sichert.



Programm 26. CARNA Erfahrungsaustausch

Mittwoch, 24. November 2021

ONLINE-Veranstaltung



13:00 Uhr Begrüßung

Gemeinsame Runde - Erfahrungen austauschen, neue Impulse erhalten

Arbeitsgruppen durch die Teilnehmer/innen

Neuigkeiten aus Ihrer betrieblichen Praxis

- ✓ *Aktuelles aus den Betrieben*
- ✓ *Haben Sie besondere BGM-Leitsätze, die Sie verfolgen? Wie haben Sie diese entwickelt?*
- ✓ *Wo liegen aktuell die Herausforderungen?*
- ✓ *Welche Aufgaben stehen momentan an?*
- ✓ *Ihre Fragen*

15.30 Uhr Zusammenfassung

16.00 Uhr Ende 1. Tag

Donnerstag, 25. November 2021

09:00 Uhr Begrüßung und Zusammenfassung

09:30 Uhr **Belastungsmatrix als Entmachtung des gelben Scheins**
Instrument zur Beurteilung der Belastung am Arbeitsplatz, dabei auch Berücksichtigung nicht-physischer Belastungsfaktoren

- *Trotz Einschränkungen einer anderen Tätigkeit gewachsen sein*
- *Erfolgreicher Umgang mit Belastungen am Arbeitsplatz*
- *Praxiserfahrungen und erste Erkenntnisse*

11:00 Uhr **Fragen und Antworten, z.B.**

- *Wie entwickeln Sie Gesundheitskompetenzen hinsichtlich Ernährung, Bewegung, Entspannung?*
- *Inwiefern können Mitarbeiter Einfluss auf die Weiterentwicklung und die Ziele des Betriebes nehmen?*

12:00 Uhr **Mittagspause**

12:30 Uhr **Charisma: Warum uns manche Menschen begeistern.**

Beraten Sie noch oder begeistern Sie schon? Denn was uns mitreißt hat hohe Bedeutung.

- *Begeisterung ist ein Faktor für die Erhaltung psychischer Gesundheit.*
- *BGM Beauftragte als lebendiger Wegweiser?*
- *Sturköpfe überzeugen und inspirieren*

13:30 Uhr Zusammenfassung | Ausblick

14:00 Uhr Ende zweiter Tag