

Evangelisch-reformierte Landeskirche Graubünden
Gemeindeentwicklung 2
Markus Ramm
Loëstrasse 60
7000 Chur



Photo: istockphoto.com

Engagement und Erschöpfung

vom Umgang mit den eigenen Kräften

Evangelisch-reformierte Landeskirche Graubünden
Gemeindeentwicklung 2

Kontakt:
Markus Ramm
Loëstrasse 60, 7000 Chur
Telefon 081 257 11 00
markus.ramm@gr-ref.ch | www.gr-ref.ch

Samstag, 26. September 2015
in Landquart



Psychiatrische
Dienste Graubünden
www.pdgr.ch

Mitarbeitende/Behörden

Engagement und Erschöpfung

Arbeit ist wichtig für die eigene Identität. Sie gibt Bestätigung, soziale Kontakte und Sinn. Das gilt sowohl für Berufsleute als auch für ehrenamtlich Mitarbeitende. Doch Aufgaben können zur Belastung werden, was gestern noch motivierte, kann morgen bereits zur Überforderung werden. Der Umgang mit Burnouttrisiken stellt Mitarbeitende und Behördenmitglieder vor grosse Herausforderungen – auch in Kirchgemeinden.

Die Tagung bietet Gelegenheit, sich mit einer gesellschaftlichen Entwicklung auseinanderzusetzen. Was trägt dazu bei, dass Aufgaben positive Herausforderungen bleiben, und wie kann gemeinsam mit den vorhandenen Kräften haushälterisch umgegangen werden?

Programm:

■ **Fachvortrag 1:** «Gesellschaftliche Entwicklungen und ihre Auswirkungen auf Arbeit und Zusammenarbeit». Dr. Sina Bardill

■ **Fachvortrag 2:** «Wenn Belastungssituationen gesundheitsgefährdend werden: Warnsignale verstehen und ernst nehmen». Dr. Andres Ricardo Schneeberger

■ **Workshops und Diskussionen**

Organisatorisches

Datum	Samstag, 26. September 2015
Zeit	10 bis 17 Uhr (inkl. Mittagsverpflegung)
Ort	Landquart, Plantahof
Leitung	Roland Just Pfr. und Kirchenrat Markus Ramm Pfr. Dr., Fachstelle Gemeindeentwicklung 2
Fachpersonen	Sina Bardill Dr., Psychologin FSP/Supervisorin und Coach BSO Andres Ricardo Schneeberger Dr. med., Co-Chefarzt Ambulante Psychiatrische Dienste und Allgemeinpsychiatrische Tageskliniken Region Süd
Kosten	Die Tagung ist kostenlos (inkl. Mittagsverpflegung)
Anmeldung	bis 28. August 2015 an die Fachstelle Gemeindeentwicklung 2

Anmeldung

■ **Ich melde mich an** für die Tagung «Engagement und Erschöpfung» vom 26. September 2015 in Landquart.

Name

Vorname

Strasse

PLZ/Ort

Telefon

E-Mail

Kirchgemeinde

Funktion

Ort/Datum

Unterschrift