



BGF
Koordinierungsstelle
SACHSEN



Gesundheit ein beeinflussbarer Prozess

Kostenfreier Online-Vortrag
für Pflegepersonal

16. November 2023

14.00–15.30 Uhr



Gesundheit ist unser höchstes Gut. Doch gerade in der Pflegebranche gerät die eigene Gesundheit oft ins Hintertreffen.

Wir kümmern uns um die Gesundheit Anderer – doch was ist mit uns?

Dieser **erlebnisorientierter Fachvortrag für Pflegepersonal** zeigt verschiedene Wege zur Erhaltung und Verbesserung Ihrer Gesundheit auf. Er erläutert Einflussfaktoren und verdeutlicht die Effekte auf Ihre körperliche und geistige Gesundheit anhand von **kurzweiligen Praxisbeispielen**. Zudem werden studienbasierte Beispiele präsentiert, die zeigen, dass der Alterungsprozess nicht allein von medizinisch-biologischen Faktoren abhängt, sondern auch andere Einflüsse eine Rolle spielen, welche zu einem gesunden Altern beitragen können. Wir laden Sie herzlich ein, **Fragen** zu stellen und sich an der **Diskussion** zu beteiligen.

Erfahren Sie, wie Sie selber Einfluss auf Ihre Gesundheit nehmen können.

Teilnahme



Die Veranstaltung findet über die Online-Plattform Zoom statt. Den Zugangslink und alle notwendigen Informationen finden Sie in der E-Mail.