

BGM – Extra: Erste Hilfe für die seelische Gesundheit

Psychische Belastungen sind häufig unsichtbar, wirken sich jedoch direkt auf Motivation, Teamklima und Leistungsfähigkeit aus.

Daher ist es gerade in Führungspositionen wichtig, Warnsignale früh zu erkennen, Gespräche sicher zu führen und Mitarbeitende gezielt zu unterstützen – ohne die eigene mentale Gesundheit zu vernachlässigen.

Dazu bieten wir Ihnen zwei wertvolle Veranstaltungen an:



Impulsvortrag: Erste Schritte zur seelischen Gesundheit

Inhalte: Basiswissen zu psychischen Belastungen und Erkrankungen, Warnzeichen, Impulse zur Self-Care und Ressourcenstärkung.

Wann: 01.09.2026 von 11:00 bis 12:30 Uhr

Wo: online via MS Teams



Tagesworkshop: Erste Hilfe für die Seele für Führungskräfte*

Inhalte: Basiswissen zu psychischen Belastungen und Erkrankungen, Warnzeichen erkennen, Handlungskompetenz durch einen einfach anwendbaren Gesprächsleitfaden und Kommunikationstechniken erweitern.

Umgang mit herausfordernden Situationen, Selbstschutz und Self-Care im Arbeitsalltag, Betriebsklima gesundheitsfördernd gestalten, Zufriedenheit, Motivation und Wohlbefinden der Mitarbeitenden steigern.

Wann: 26.10.2026 von 9:00 bis 17:00 Uhr

Wie: Präsenzworkshop in der Bremer Überseestadt

Anmeldeschluss: 19.10.2026

Ihre Investition liegt in der Verpflegung und Unterbringung im Seminarzeitraum. Die Fortbildungskosten übernimmt die hkk für Sie.



* Mit Ihrer Abmeldung bestätigen Sie, dass Sie folgende Regelungen zur Abmeldung und möglichen Gebühren zur Kenntnis genommen haben: Eine kostenfreie Stornierung ist bis zwei Wochen vor dem Veranstaltungstermin möglich. Bei Abmeldungen nach dem Stichtag oder bei Nichterscheinen erhebt die hkk eine Ausfallgebühr in Höhe von 140 € pro Person.

Dieses Angebot richtet sich an Partnerunternehmen der hkk im Rahmen einer bestehenden BGM-Kooperation.