



CARNA • Journal

**Sehr geehrte Damen und Herren,
liebe Geschäftsfreunde,
liebe Verbundbetriebe,**

heute erhalten Sie die 31. Ausgabe unseres CARNA Journals.

Profitieren auch Sie von den Erfahrungen des Verbundprojektes CARNA und erhalten Sie weitere Informationen unter www.carna-verbund.de.

Viel Freude beim Lesen!

Ich bin Isabelle Oehse



Ich freue mich sehr darüber, mich Ihnen als neue Beraterin für Betriebliches Gesundheitsmanagement bei der uve GmbH vorzustellen.

Gebürtig komme ich aus dem schönen und sonnigen Breisgau, genauer gesagt aus Freiburg. Dort habe ich auf einem ernährungswissenschaftlichen Gymnasium meine Leidenschaft für gesundheitsrelevante Themen entdeckt. Nach dem Abitur entschied ich mich für das Studium Gesundheitspädagogik (B. Sc.) an der Pädagogischen Hochschule in Freiburg. Mein Ziel war es, ein ganzheitliches und interdisziplinäres Gesundheitsverständnis zu entwi-

INHALT

- ⇒ Unsere neue Kollegin
- ⇒ Ausblick 21. CARNA Erfahrungsaustausch
- ⇒ Veranstaltungen



Wenn Sie näheres zu einem Thema erfahren möchten oder ein Thema aus Ihrer Sicht erwähnt werden soll, sprechen Sie uns an. Wir freuen uns, Ihr Interesse an sicheren und gesunden Arbeitsplätzen geweckt zu haben.

ckeln. Dieser Studiengang vermittelte mir primär Kompetenzen für die Konzipierung, Umsetzung und Evaluation von verhaltens- und verhältnisbezogenen Gesundheitsmaßnahmen. Nun habe ich das Bedürfnis, mein Fachwissen und meine Erfahrungen an Personen weiterzugeben, die einen Bedarf aufweisen, um dort ein Gesundheitsbewusstsein sowie einen Anstoß für Veränderung zu schaffen.

Meine Motivation ist es, Menschen im Arbeitsleben Werkzeuge an die Hand zu geben, mit denen sie ihr Gesundheitsverhalten aktiv gestalten und verbessern können. So habe ich meinen Weg zur uve GmbH gefunden!

Ich denke jeder von Ihnen, der schon einmal länger krank war, weiß, dass unsere Gesundheit eines unserer wertvollsten Güter ist. Und deshalb ist es umso wichtiger dieses Gut zu schützen, zu erhalten und zu stärken.



KONTAKT

Dr. Hamid Saberi
Geschäftsführer
uve GmbH für
Managementberatung
☎ (030) 31582 465
✉ h.saberi@uve.de



Anika Klug-Winter
Projektleiterin
uve GmbH für
Managementberatung
☎ (030) 31582 464
✉ a.klug@uve.de



in Kooperation mit





Richtig streiten.

Im Beruf und auch privat sind Konflikte unvermeidbar. Eine Streitkultur ist wichtig für den Unternehmenserfolg. Jedoch gibt es Grenzen: wenn bspw. Wut, Ärger oder Antipathien eine Rolle spielen, binden diese Konflikte Arbeitskräfte und kosten dem Betrieb Geld. In diesen Fällen ist das Denkvermögen oftmals eingeschränkt und wir sind dann verletzender als sonst.

Daher sollten Konflikte am Arbeitsplatz nicht unter den Tisch gekehrt, sondern gelöst werden, besonders wenn der Streit nachweislich unsere Arbeit behindert. Das ist zu schaffen, wenn wir lernen unsere Konfliktlösungsfähigkeit zu stärken, damit sich unsere Emotionen schneller beruhigen. Helfen können hierbei die

4 Arten von Konfliktlösung

Durchsetzen, wenn	Anpassen, bei	Kompromisse, bei	Kooperation, wenn
<ul style="list-style-type: none"> ☞ die Ausführung der Arbeit behindert wird. ☞ man fachliches Know-how hat, das andere nicht haben, und Fehler oder Fehlentscheidungen abwenden will. ☞ es um wichtige persönliche Interessen geht. 	<ul style="list-style-type: none"> ☞ Lappalien, auch wenn sie stören. ☞ ausgewiesenen „schwierigen Kollegen“. ☞ Projekte, die fertig werden müssen. ☞ Problemen, die sich nicht durch Gespräche lösen lassen. 	<ul style="list-style-type: none"> ☞ Zeit- und Terminabsprachen, Urlaubsregelungen, anderen kleinen, organisatorischen Dingen. ☞ Reibereien, die man leicht beilegen kann, wenn jeder eine kleine Sache ändert. 	<ul style="list-style-type: none"> ☞ es um langfristige Planungen und emotionale Prozesse geht, z. B. Trennung oder Zusammenlegung eines Teams. ☞ Mitarbeiter, sich in ihrer unterschiedlichen Persönlichkeit blockieren, obwohl sie sich eigentlich bereichern könnten.

21. CARNA Erfahrungsaustausch am 28. und 29. November 2018

Der CARNA Erfahrungsaustausch ist eine gute Gelegenheit andere Menschen zu treffen, die vor vergleichbaren Aufgaben stehen, die in ihren Betrieben auch Personalstrategien und Maßnahmen zur Förderung der Gesundheit entwickelt haben. Gute Praxisbeispiele bringen neue Anregungen und Impulse für die eigene Arbeit.

Am Mi., 28. und Do., 29. Nov. 2018 findet der 21. Erfahrungsaustausch bei der Bundesanstalt für Arbeitsschutz und Arbeitsmedizin in Berlin statt.

Er startet mit einem aktiven Meinungsaustausch über die aktuellen Themen in den Betrieben. Sie erfahren an diesen Tagen mehr zur Resilienz im Arbeitsalltag, über Möglichkeiten der Evaluation von Maßnahmen des BGM sowie über krankheitsbedingte Kündigungen. Das Wertvolle am Austausch ist, dass die Teilnehmenden ihre eigenen Erlebnisse einbringen und sich über Probleme genauso austauschen können wie über ihre Erfolge.

Wenn Sie an einer Teilnahme interessiert sind, nehmen Sie bitte Kontakt mit uns auf. ☎: 030-31528464 oder ✉ a.klug@uve.de Hier können Sie das [Programm](#) abrufen.



Wissenswertes

Bildschirmarbeitsverordnung (BildscharbV)

Übernommen in die Arbeitsstättenverordnung

Ergänzt um:

- ⇒ Regelungen zu Telearbeitsplätzen
- ⇒ mobilen Arbeitsmitteln an stationären Arbeitsplätzen

Veranstaltungen

Merken Sie sich schon heute die Termine in ihrem Kalender vor.

Minderleistung Umgang mit Leistungsunterschieden.

Wann: 30.10.2018

Wo: Düsseldorf

[Weitere Informationen](#)

Mitarbeitergespräch

Wann: 08.11.2018

Wo: Berlin

[Weitere Informationen](#)

Interesse geweckt? Sprechen Sie uns direkt an.