

Pressemitteilung

079/2024

2.042 Zeichen

Erfolgreiches Gesundheitsseminar in Marktredwitzer Kinderbetreuungseinrichtungen

Marktredwitz, 9. April 2024. Das Projekt „Kommunales Gesundheitsmanagement in Marktredwitz“ ist in vollem Gang. Seit dem Start im Juli 2023 wurden mit der Unterstützung der Beratungsfirma DSPN (Dein starker Partner für Netzwerke) und der Krankenkasse IKK classic zahlreiche Projektideen entwickelt und bereits einige davon umgesetzt.

So hat die Stadtverwaltung ein Gesundheitsseminar für die Belegschaft der Marktredwitzer Kinderbetreuungseinrichtungen organisiert. „Gewusst wie: Umgang mit Stress“ lautete der Titel des Seminars, das am 26. März 2024 im Großen Saal des Historischen Rathauses stattfand.

Das vierstündige Seminar, das von der IKK classic gefördert und von der erfahrenen Gesundheitsexpertin Petra Haferkamp geleitet wurde, richtete sich an Mitarbeitende der Kindertagesstätten im Stadtgebiet. In einer interaktiven Atmosphäre konnten sich die insgesamt 16 Teilnehmenden über ihre Erfahrungen und Strategien zum Thema Stressbewältigung austauschen.

Petra Haferkamp bot den Teilnehmenden die Möglichkeit, eigens erlebte Situationen zu reflektieren. Ein besonderer Fokus lag dabei auf der Entwicklung individueller Bewältigungsstrategien für den stressigen Arbeitsalltag.

Frau Haferkamp beendete das Seminar mit einem inspirierenden Zitat: "Bitte gib mir Mut das zu ändern, was ich ändern kann, die Gelassenheit, das zu akzeptieren, was ich nicht ändern kann, und die Weisheit, das Eine von dem Anderen zu unterscheiden." Damit ermutigte sie die Teilnehmenden, das Gelernte aktiv umzusetzen.

Aus Sicht der Organisatoren war das Gesundheitsseminar ein voller Erfolg. Sabine Andritzky-Ulrich vom Schul- und Kulturamt der Stadt Markredwitz – überwiegend verantwortlich für die Förderung von Kindertagesstätten – freute sich darüber, dass aus beinahe jeder Kinderbetreuungseinrichtung in Markredwitz mindestens ein Mitglied der Belegschaft am Seminar teilgenommen hat. Diese Personen können nun als Multiplikatoren in ihrer jeweiligen Einrichtung fungieren und die Erkenntnisse zur erfolgreichen Stressbewältigung im Berufsalltag an den Kollegenkreis weitergeben.