



Gesellschaft Schweizer Tierärztinnen und Tierärzte
Société des V t rinaires Suisses
Societ  delle Veterinarie e dei Veterinari Svizzeri

Fit in der Arbeit

Resilient in der Arbeit: gesund, ausgeglichen und produktiv anstatt chronisch gestresst

Motivierte und gesunde Mitarbeiterinnen und Mitarbeiter sind die Stützen eines Unternehmens. Zunehmender Druck im Arbeitsalltag, stressige Situationen aber auch eine hohe Leistungsbereitschaft führen jedoch dazu, dass die Kollegin oder der Kollege zunehmend unter einer hohen Belastung leidet und immer weniger Möglichkeiten sieht, aus Ressourcen zu schöpfen.

Im eintägigen Kurs «Fit in der Arbeit» werden die Ursachen, Stress und Druck angeschaut, die Auswirkungen besprochen und Handlungsoptionen aufgezeigt. Die Teilnehmenden lernen, wie sie für ihre persönliche Gesundheit die Verantwortung übernehmen und wie sie eine gesundheitsfördernde Kultur im Unternehmen verankern können.

Datum und Ort	15. Mai 2025, 08.30 bis 16.30 Uhr Berner Fachhochschule
Zielgruppe	Tierärztinnen und Tierärzte sowie TPA
Kursgr�sse	Durchführung bei einer Mindestteilnehmerzahl von 10 Personen, maximal 15 TeilnehmerInnen
Sprache	Deutsch
Referenten	Lorenz Affolter Master in Betriebswirtschaftslehre mit Vertiefung Arbeits- und Organisationspsychologie, systemischer Coach (isc), Leiter von Kursen «Aktive Achtsamkeitspraxis» seit 2016
Bildungspunkte	6 Bildungsstunden GST
Kosten	GST-Mitglieder und TPA: CHF 390.00 Nicht-Mitglieder: CHF 630.00 Preis inkl. Mittagessen und Kursunterlagen
Konditionen	Der Kurs wird nur bei einer Mindestteilnehmerzahl von 10 Personen durchgeführt. Die Anmeldung ist verbindlich. Bei Abmeldung nach Anmeldeschluss (31.03.2025) ist der volle Kursbeitrag geschuldet.
Anmeldung/ Information	GST, Frau Céline Fasel: fortbildung@gstsvs.ch Anmeldeschluss: 31. März 2025