

# Einladung zum Online-Seminar „Pflege macht Pause oder Erholung ist die Würze der Arbeit“

Ein kostenfreies Online-Seminar des vdek für Entscheidungsträger aus Krankenhäusern

Pausen sind etwas Wunderbares! Jeder, der einmal Sport gemacht hat, weiß wie gut es den angestregten Muskeln tut, ihnen Erholung zu schenken. Pausen geben Kraft in jedem Lebensbereich, dies gilt im privaten wie im beruflichen Kontext. Nicht ohne Grund regeln dies beispielsweise diverse Arbeitsschutzvorgaben. Vor allem in Phasen großer Aktivität benötigen wir Erholung, um dann mit neuer Motivation, Energie und Konzentration die Tätigkeit wieder aufnehmen zu können.

„Kein Tag hat genug Zeit, aber jeden Tag sollten wir uns genug Zeit nehmen.“ (John Donne)

Die Pause hat in unserer von Effizienz und Produktivität geprägten Kultur oftmals einen schlechten Ruf. In der Pflege stellt sich diese Herausforderung im Besonderen: Wie soll eine Pause möglich sein, wenn das Personal eh zu knapp ist, die Arbeit nicht zu schaffen ist, wenn die Pause gestört wird, es keine Rückzugsräume gibt oder Pflegenden vielleicht gar keine Pause nehmen wollen? Dieses Online-Seminar lädt Sie zu einer Reflexion über Herausforderungen und der gemeinsamen Betrachtung von Gestaltungsmöglichkeiten für eine gesundheitsförderliche Pausenkultur im Pflegedienst ein. Wir werden Pause zum Thema machen!

**Vortrag:** Andreas Kocks, Krankenpfleger, Pflegewissenschaftler (BScN, MScN) am Universitätsklinikum Bonn, Sprecher des Netzwerkes Pflegewissenschaft und Praxisentwicklung der Universitätskliniken und Medizinischen Hochschulen in Deutschland im VPU

**Vortrag:** Stefanie Thees, Projektleiterin MEHRWERT:PFLEGE, Verband der Ersatzkassen e. V. (vdek)

**Moderation:** Isabella Schmitt, Referentin MEHRWERT:PFLEGE, Verband der Ersatzkassen e. V. (vdek)

Ein Online-Seminar im Rahmen des ersatzkassengemeinsamen Angebots MEHRWERT:PFLEGE  
Weitere Informationen finden Sie unter [www.mehrwert-pflege.com](http://www.mehrwert-pflege.com)

Wählen Sie aus zwei Terminoptionen:

Donnerstag, 20.05.2021, 14:30 bis 16:00 Uhr. Anmeldung unter: <https://rebrand.ly/pflege-macht-pause-200521>

Mittwoch, 09.06.2021, 14:30 bis 16:00 Uhr. Anmeldung unter: <https://rebrand.ly/pflege-macht-pause-090621>



Bei Fragen kontaktieren Sie uns gerne: [mehrwert-pflege@vdek.com](mailto:mehrwert-pflege@vdek.com)



**BARMER**

**DAK**  
Gesundheit

**KKH** Kaufmännische  
Krankenkasse

**hkk**  
KRANKENKASSE

**HEK**  
HANSEATISCHE KRANKENKASSE

 **MEHRWERT:  
PFLEGE**  
EIN ANGEBOT DER ERSATZKASSEN