

Diakonisches Werk Bayern  
Diakonie.Kolleg.  
Postfach 12 03 20  
90332 Nürnberg

**Teilnahmekosten**

Teilnahmegebühr für Mitarbeitende in evang. Kirche und  
Diakonie in Bayern: 185 €  
Teilnahmegebühr für andere Interessierte: 300 €  
zzgl. Unterkunft/Verpflegung

**Seminarzeiten:**

Mittwoch, 22.03.2023 von 10:00 bis 18:00 Uhr  
Donnerstag, 23.03.2023 von 09:00 bis 16:30 Uhr  
Begrüßungskaffee ab 09:30 Uhr

**Tagungsstätte:**

das hotel am alten park  
Frölichstraße 17  
86150 Augsburg  
Tel 0821 450510  
<https://hotel-am-alten-park.de/de/anfahrt>

Foto von cattu auf pixabay

Diakonisches Werk Bayern  
**Diakonie.Kolleg.**  
Pirckheimerstraße 6  
90408 Nürnberg  
Tel. 0911 93 54-411  
[www.diakonie-bayern.de](http://www.diakonie-bayern.de)  
[www.diakoniekolleg.de](http://www.diakoniekolleg.de)



## Mehr als nur **EINE** Rolle

Aufgabenkompetenz im  
Wandel der Zeit

Mittwoch, 22.03.2023  
- Donnerstag, 23.03.2023  
Augsburg

**Diakonie.Kolleg.**

Ihr diakonisches Kompetenznetzwerk für Bildung & Beratung

**Situation:**

Auf Ihrer Lebens- und Arbeitsbühne führen Sie Regie. Dabei gibt es eine Fülle an komplexen, herausfordernden Rollen, mit den dazugehörigen Aufgaben, zu bewältigen.

Gestalten Sie mit achtsamen Abgrenzungsstrategien und kurzen Entspannungsübungen Ihren anspruchsvollen (Berufs-)Alltag, um Ihre Motivation und Leistungsfähigkeit zu erhalten.

**Inhalt:**

- Ihr Selbst- und Rollenverständnis in der Vielfalt der Anforderungen
- Spielregeln für eine effektive Zusammenarbeit kennen und nutzen
- Angemessen Nein sagen - innere Widerstände und Barrieren
- Work-Life-Balance - Ausgewogenheit zwischen Berufs- und Privatwelt
- Dem Stress aktiv begegnen - Micropausen und Kurzentspannungstechniken
- Kollegialer Erfahrungsaustausch

**Methoden:**

Theoretische Lehreinheiten und Übungen;  
Einzelarbeit, Gruppenarbeit, Plenumsdiskussionen

**Zielgruppe:**

Mitarbeitende in Sekretariat und Verwaltung aus allen Arbeitsfeldern der Diakonie und Kirche; Interessierte

**Teilnehmer\*innen:**

maximal 16 Personen

**Referentin:****Marion Putzer**

Selbstständige Trainerin

Erfahrene Trainerin

Coach und systemische Beraterin

**Organisation und Information:****Garifallia Vasilaku-Tsouktaku**

Verwaltungsmitarbeiterin

**Anmeldung 23-P81 vom 22.03. - 23.03.23**

Mehr als nur EINE Rolle

Online-Anmeldung: [www.diakoniekolleg.de](http://www.diakoniekolleg.de)

.....  
Name

.....  
Vorname

.....  
Funktion

.....  
Dienststelle/Einrichtung/Rechtsträger

.....  
Straße

.....  
PLZ, Ort

.....  
Telefon

.....  
Fax

.....  
E-Mail

.....  
E-Mail (privat)

Rechnung an:

☐ Dienststelle

☐ Privatadresse

☐ Es gelten die AGB des Diakonie.Kolleg. Bayern:  
[www.diakoniekolleg.de/agb](http://www.diakoniekolleg.de/agb)

.....  
(Datum, Unterschrift, Stempel)

Privatadresse für Rechnung: