

BGm-Webinar

live online Impulse - Homeoffice und mobiles Arbeiten: strukturiert, effizient und gesund gestalten!

Noch immer befindet sich ein Großteil von Ihnen im Homeoffice. Wir möchten Sie gerne mit Anregungen dabei unterstützen, Ihre mobile Arbeit bedarfsgerecht, gesund und effizient zu gestalten.

Die **live online Impulse - Homeoffice und mobiles Arbeiten** liefern Ihnen hierfür einen Überblick zu den wichtigsten Prinzipien der Selbstorganisation beim mobilen Arbeiten bzw. beim Arbeiten im Homeoffice. Anhand einiger Praxisbeispiele haben Sie die Gelegenheit, Ihr Verhalten zu reflektieren und bei Bedarf noch besser zu organisieren.

Inhalte

- Impulse zu Tagesorganisation und Vereinbarungen in der Familie
- Prioritätensetzung
- Kommunikation mit Vorgesetzten und Kolleg*innen
- Arbeitsplatzgestaltung und Ergonomie
- Gesundheit im Homeoffice

Die **live online Impulse** werden moderiert von der Gesellschaft für Gesundheitspflege und Weiterbildung GGW.

Zielgruppe: Beschäftigte der UdS in Lehre und Wissenschaft, Verwaltung und technischem Bereich

Termine: **3 Module zu je 90 Minuten**, jeweils von **9:45-11:15 Uhr** online:
Montag, 22.06.2020, Freitag 26.06.2020 und Freitag 03.07.2020

IT-Voraussetzung: Das Webinar wird in **Microsoft Teams** durchgeführt. Bitte achten Sie auf eine stabile, schnelle Internetverbindung, Lautsprecher oder Kopfhörer an Ihrem Endgerät (Desktop-PC, Laptop, Tablet, Smartphone), Mikrofon und Webcam und einen ruhigen Arbeitsplatz.

Anmeldung: Melden Sie sich bitte bis zum 18. Juni 2020 unter bgm@univw.uni-saarland.de an.

Sie werden mit der Anmeldebestätigung **Einladungen zu den Microsoft Teams Besprechungen** erhalten, mit deren Hilfe Sie sich in die interaktiven Sitzungen einloggen können.

Ansprechperson: Annette Molter-Klein, a.molterklein@univw.uni-saarland.de,
Durchwahl: -64078

Zustimmung der/des Vorgesetzten notwendig: Für eine Anmeldung und Teilnahme an einer Veranstaltung der Personalentwicklung ist die Zustimmung Ihrer/Ihres dienstlichen Vorgesetzten notwendig. Eine Weiterleitung der Zustimmung an die Personalentwicklung ist jedoch nicht nötig.

Das Webinar ist ein Angebot des Betrieblichen Gesundheitsmanagements in Kooperation mit der Techniker Krankenkasse.