GESAGT. GEHÖRT. GEHOLFEN.

Seelische Erste Hilfe
in der Arbeitswelt

Weil Reden entlastet.
Weil Zuhören hilft.
Weil Hilfe möglich ist.

→ Psychische Belastungssituationen – privat wie beruflich – nehmen zu.

→ Vielfältige Stresssituationen führen zunehmend zu mangelndem Wohlbefinden.

→ Seelische Gesundheit und Lebensqualität wird für Menschen immer wichtiger.

Für Mitarbeiter*innen mit Gesprächsbedarf

- Sie haben Raum für vertrauliche Gespräche auf Augenhöhe
- Ihre Themen aus Arbeitswelt und Privatleben sind willkommen
- Sie bekommen Entlastung durch Zuhören, Orientierung und Informationen zu möglichen Hilfsangeboten Dritter
- Das Angebot kann keine Therapie ersetzen, ist aber ein wichtiger erster Schritt

Für Mitarbeiter*innen als Seelische Ersthelfer*innen

- Sie werden zu kompetenten Gesprächspartner*innen ausgebildet
- Ihre Tätigkeit ist ehrenamtlich, vertraulich, kollegial
- Sie entwickeln sich persönlich weiter in puncto Stärkung der eigenen sozialen Kompetenz, Gesprächsführung und Resilienz

Für Arbeitgeber*innen

- Als verantwortungsvoller Arbeitgeber*in räumen Sie der psychischen Gesundheit der Menschen in Ihrer Institution ernsthaft und sichtbar hohe Bedeutung ein.
- Das Angebot ist für Sie einfach und kostenbewusst umsetzbar: Die Ausbildung der Ersthelfer*innen übernehmen die Träger dieses Projektes. Ihr Beitrag ist die Projektpriorisierung, Bildungsurlaubszeit inkl. Reisekosten für die Ersthelfer*innen sowie Gesprächszeit während der Arbeitszeit.

DAS BESONDERE:

→ In **ökumenischer** Trägerschaft basiert dieses kirchliche Angebot auf christlicher Nächstenliebe und dem Grundgedanken der Hilfe zur Selbsthilfe. Es ist **interreligiös** und **offen für ALLE Menschen** – unabhängig von Konfession oder Religion.

→ **Gespräch statt Sprachlosigkeit oder Stigma**. Belastungssituationen können im geschützten Raum benannt werden.

→ Kolleg*innen unterstützen Kolleg*innen **solidarisch**.

KONTAKT

GESAGT. GEHÖRT. GEHOLFEN.

Projektkoordinatorin Katja Wischnewski

katja.wischnewski@evlka.de

katja.wischnewski@bistum-hildesheim.de

Telefon: 0170 2607651

Eine Kooperation von

Evangelische Agentur
der Evangelisch-lutherischen Landeskirche Hannovers,
Team Arbeit und Wirtschaft
Archivstr. 3 | 30169 Hannover

und

Katholische Arbeitnehmer-Bewegung (KAB) –
Diözesanverband Hildesheim
Goethestr. 15 | 31135 Hildesheim

unterstützt durch das Bistum Hildesheim

KATHOLISCHE ARBEITNEHMER-BEWEGUNG

BISTUM HILDESHEIM

EVANGELISCH-LUTHERISCHE LANDESKIRCHE HANNOVERS

Evangelische Agentur
Arbeit und Wirtschaft