

Online-Formate aus aktuellem Anlass

Mentale Gesundheit in Zeiten von Corona.

Wenn ein Virus den Alltag auf den Kopf stellt ...

Das Coronavirus hält die Welt weiter in Atem. Um die Infektionsentwicklung in Deutschland weiter einzudämmen, ist der Lockdown erneut verlängert worden. Daraus können Ängste, Sorgen und Überforderung resultieren, bei uns selbst, pflegebedürftigen Angehörigen oder unseren Kindern. Mit unseren außerordentlichen Online-Angeboten möchten wir diese Themen aufgreifen und einen Beitrag leisten, wie mentale Gesundheit und psychisches Wohlergehen aller Beteiligten dennoch gelingen kann.

Mentale Gesundheit in Zeiten von Corona

Format	Thema	Termin und Anmeldelink
Online-Vortrag	„Positive thinking - strengthened with thought hygiene through the corona time“	Fr., 19.02.2021 von 12:00 - 12:30 Uhr Hier registrieren
Online-Vortrag	„Positiv Denken - mit Gedankenhygiene gestärkt durch die Coronazeit“	Mo., 22.02.2021 von 13:30 - 14:00 Uhr Hier registrieren
Live-Interview mit Frau Sabine Bresche, Sozialarbeiterin und Leiterin des Deutschen Kinderschutzbundes - Landesverband Berlin e.V.	„Was macht Corona mit unseren Kindern? Erkenntnisse und Hilfestellungen.“	Di., 23.02.2021 von 12:30 - 13:30 Uhr Hier registrieren
Live-Interview mit Frau Prof. Dr. Gabriele Wilz, Psychologin und Leiterin der Abteilung Klinisch-psychologische Intervention an der Friedrich-Schiller-Universität Jena	„Coronabedingte Belastungen für pflegende Angehörige - Erkenntnisse und Hilfestellungen.“	Do., 25.02.2021 von 18:00 - 19:00 Uhr Hier registrieren

Individuelle Sofortberatung durch benefit@work

Unser Expertenteam berät Sie individuell und vertraulich zu Ihren ganz persönlichen Fragen rund um die Vereinbarkeit von Beruf und Privatleben und ist auch bei coronabezogenen Fragestellungen für Sie da!

Ob Home schooling, Organisation des Familienalltags, Sorge um Kinder oder pflegebedürftige Angehörige, Einstufungsverfahren während COVID-19, Freistellungsmöglichkeiten oder eigene Belastungen ... **Das Team von benefit@work ist auch in herausfordernden Zeiten an Ihrer Seite und findet passgenaue Lösungen!**

Weitere Informationen finden Sie in unserem Portal: www.benefit-at-work.de

So einfach funktioniert's

- 1. Registrierung:** Klicken Sie auf den jeweiligen Anmeldelink in der Info-Box, um sich im Vorfeld für das gewünschte Online-Format zu registrieren.
- Nach der Registrierung erhalten Sie automatisch eine **Teilnahmebestätigung** per E-Mail mit weiteren Informationen und den **Zugangsdaten** zum Online-Format.
- Das Online-Angebot findet über das Online-Tool Zoom statt. Sollten Sie nicht über Zoom verfügen, laden Sie sich bitte spätestens 10 Minuten vor Beginn das Tool kostenfrei herunter, um dem Meeting schnell und einfach beizutreten. Eine Teilnahme ist mit der Webinar-ID auch ohne App über die Website www.zoom.us (Menüpunkt „Einem Meeting beitreten“) möglich.
- Kurz vor Beginn betreten Sie den virtuellen Seminarraum über den **Zugangslink**, den Sie mit Ihrer Teilnahmebestätigung erhalten haben. Die Audio-Verbindung ist über Kopfhörer, Headset oder über die Lautsprecher Ihres Computers möglich. Möchten Sie dem Webinar per Telefon folgen, so nutzen Sie dazu die Einwahldaten, die in der Bestätigungsmail aufgeführt sind.