

Hygge at work – mehr Wohlbefinden im Pflegealltag

Termin	22.04.2027 09.00–16.15 Uhr
Kurs	51616
Teilnahmegebühr	Die Teilnahmegebühr beträgt 160,- €.

Anmeldung

Bitte melden Sie sich online unter www.bildungszentrum-wohlfahrtswerk.de bzw. mit dem umseitigen Formular an.

Rücktritt

Als Privatperson können Sie kostenlos stornieren, solange Sie noch keine Bestätigung des Wohlfahrtswerks erhalten haben. Bis drei Werktage vor Veranstaltungsbeginn zahlen Sie die halbe Gebühr, danach den vollen Betrag.

Bildungszentrum Wohlfahrtswerk

Silberburgstraße 93 · 70176 Stuttgart
Sekretariat Tel. 0711 / 619 26-821 /-822
info-bildungszentrum@wohlfahrtswerk.de
www.bildungszentrum-wohlfahrtswerk.de

Stadtbahn: Linie U1, U2, U4 und U9
Haltestelle Berliner Platz

S-Bahn: Haltestelle Stadtmitte
oder Feuersee

Parkmöglichkeiten: Parkhaus Tivoli
Parkhaus Liederhalle/Bosch-Areal

Das Bildungszentrum ist barrierefrei.

Datenschutzinformation: Wir verarbeiten Ihre Daten auf Grundlage der EU-Datenschutz Grundverordnung, Rechtsgrundlage ist Artikel 6 Absatz 1 lit. b und lit. f) zum Zweck der Anmeldung, Betreuung und Direktmarketing für unsere Seminare. Weitere Datenschutz-Teilnehmerinformationen erhalten Sie auf unserer Internetseite:
www.wohlfahrtswerk.de/datenschutz und
www.wohlfahrtswerk.de/bz-anmeldebedingungen



**Bildungszentrum
Wohlfahrtswerk**

22.04.2027
Stuttgart

Hygge at work – mehr Wohlbefinden im Pflegealltag

Thema

Kleine Inseln der Ruhe in einem anspruchsvollen Beruf

Der Pflegealltag ist geprägt von Zeitdruck, hoher Verantwortung und emotionalen Belastungen. Dauerstress wird schnell zur Normalität – mit Folgen für Gesundheit, Motivation und Teamklima.

Diese Fortbildung greift das dänische Konzept der Hygge auf und überträgt es realistisch auf den Pflegealltag. Im Fokus steht die Frage, wie Pflegekräfte trotz hoher Anforderungen bewusst kleine Inseln von Ruhe, Klarheit und Wertschätzung schaffen können – für sich selbst und im Team, ohne den Arbeitsalltag zu idealisieren oder zusätzliche Belastungen zu erzeugen.

Hygge wird dabei nicht als „Wohlfühlprogramm“ verstanden, sondern als Haltung: den eigenen Handlungsspielraum erkennen, Grenzen ernst nehmen und vorhandene Ressourcen gezielt nutzen. Ziel ist es, mehr innere Stabilität, Entlastung und Orientierung im Arbeitsalltag zu gewinnen.

Zielgruppe

Mitarbeitende aus Pflege ambulant und stationär sowie Alltagsbegleitung und Betreuung

Inhalte

- Was bedeutet „Hygge“ – und was bedeutet es ausdrücklich nicht?
- Stressmuster im Pflegealltag erkennen
- Eigene Haltung zwischen Anspruch, Verantwortung und Selbstfürsorge
- Kleine, umsetzbare Hygge-Momente im Arbeitsalltag schaffen
- Wirkung von Atmosphäre, Kommunikation und Pausen bewusst nutzen
- Mehr Stabilität, ohne den Pflegealltag zu idealisieren

Dozent (ext.)

Stefan Kuntze
Pflegepädagoge, Supervisor, Krankenpfleger, Heilpraktiker
Psychotherapie, Erlebnispädagoge

Anmeldung

Ich melde mich zur Fortbildung verbindlich an:

Titel: Hygge at work – mehr Wohlbefinden im Pflegealltag

Kursnr.: 51616

Kosten übernimmt Arbeitgeber: ☐ ja ☐ nein

Rechnungsanschrift (bitte in Druckschrift!)

.....
Name/Vorname

.....
Institution/Funktion

.....
Straße

.....
PLZ/Ort

.....
Telefon

.....
E-Mail geschäftlich

.....
E-Mail privat

.....
Unterschrift

Anmeldung bitte an:

Bildungszentrum Wohlfahrtswerk
Silberburgstraße 93 · 70176 Stuttgart
Tel. 0711 / 619 26-821 /-822
info-bildungszentrum@wohlfahrtswerk.de



Online anmelden