

## Hintergrund



Knapp 60 % der Führungskräfte sind von starkem Termin- oder Leistungsdruck betroffen.



Die drei stärksten Belastungen von Führungskräften sind neben starkem Termin- oder Leistungsdruck, das Arbeiten an der Grenze der Leistungsfähigkeit sowie Störungen und Unterbrechungen.



Die Anzahl an Arbeitsunfähigkeitstagen in der Region Trier ist im bundesweiten Vergleich auffallend hoch.



Folgen Sie unserer LinkedIn-Seite, um keine News zu verpassen:



[www.linkedin.com/showcase/impuls-mit-weitblick-am-puls-der-zeit/](https://www.linkedin.com/showcase/impuls-mit-weitblick-am-puls-der-zeit/)

# imPULS

## Mit Weitblick am Puls der Zeit

Projekt zum Erhalt und zur Förderung der Gesundheit, Motivation und Arbeitsfähigkeit von Führungskräften in der Region Trier



Kofinanziert von der Europäischen Union



Rheinland-Pfalz

MINISTERIUM FÜR ARBEIT,  
SOZIALES, TRANSFORMATION  
UND DIGITALISIERUNG

Das Projekt „ImPULS“ wird durch das MASTD Rheinland-Pfalz aus Mitteln des Europäischen Sozialfonds Plus und aus arbeitsmarktpolitischen Mitteln des Landes gefördert.

## Warum teilnehmen?

- Vorhaben in die Tat umsetzen: Chance, wirklich und wahrhaftig ins Tun zu kommen – wir begleiten Sie dabei!
- Im geschützten Rahmen offen über sich, das eigene Wohlbefinden am Arbeitsplatz, über Arbeitsbedingungen und die täglichen Herausforderungen sprechen.
- Möglichkeit zum Austausch mit Gleichgesinnten.
- Peer Support: Tipps und Anregungen zum neu Denken und neu Handeln.
- Unterstützende Expertise aus Forschung und Praxis.
- Alle Veranstaltungen sind kostenfrei.



Weitere Informationen auf [www.arbeitsfaehig.com](http://www.arbeitsfaehig.com)

Das Projekt „ImPULS“ wird durch das MASTD Rheinland-Pfalz aus Mitteln des Europäischen Sozialfonds Plus und aus arbeitsmarktpolitischen Mitteln des Landes gefördert.

## Was ist „ImPULS“?

Zeitmangel, Fachkräftemangel, Störungen: Ihre tagtäglichen Herausforderungen am Arbeitsplatz. Gleichzeitig wünschen Sie sich gesund, zufrieden und motiviert zu bleiben. Sie sind schließlich auch nur ein Mensch. Wir möchten Sie für die Herausforderungen und Anforderungen durch die Digitalisierung, den demografischen Wandel etc. wappnen.

### Und hierfür fangen wir bei IHNEN an.

Wir unterstützen Sie bei dem Erhalt und der Förderung Ihrer Gesundheit, Zufriedenheit und Motivation – zeitschonend, praxisnah und kostenfrei.

## Wer kann teilnehmen?

Personen mit Führungsverantwortung aus der Region Trier (Stadt Trier, Landkreise Trier-Saarburg, Bernkastel-Wittlich, Eifelkreis Bitburg-Prüm, Vulkaneifel).

## Was kommt auf mich zu?

- 1 Datenblatt und 1 schriftliche Befragung bei Ihrem Eintritt ins Projekt
- 1 weitere schriftliche Befragung zum Ende Ihrer Teilnahme
- max. 4 Stunden Zeitaufwand pro Monat (April – Dezember)
- insgesamt 8 Veranstaltungen
- Peer Support, Reflexion und Erfahrungsaustausch

Ein Projekt der  
**Institut für Arbeitsfähigkeit GmbH**  
Fischtorplatz 23  
55116 Mainz

Institut für Arbeitsfähigkeit



Arbeitsfähig in die Zukunft

## Kontakt:



Regina Laudel  
[regina.laudel@arbeitsfaehig.com](mailto:regina.laudel@arbeitsfaehig.com)  
0163 5218875



Ruth Kremser  
[ruth.kremser@arbeitsfaehig.com](mailto:ruth.kremser@arbeitsfaehig.com)  
0163 5193659