

**GESUND
HEITS
CAMPUS**

UNIVERSITÄTSMEDIZIN
FRANKFURT RHEIN-MAIN

**UNIVERSITÄTS
MEDIZIN FRANKFURT**
GOETHE-UNIVERSITÄT



MEIN VERANSTALTUNGS- KALENDER 1/2025

Entdecken und nutzen Sie Ihre Fortbildungs- und Gesundheitsangebote – an der Universitätsmedizin Frankfurt und am Gesundheitscampus Universitätsmedizin Frankfurt Rhein-Main.

Mein Veranstaltungskalender 1/2025

Entdecken und nutzen Sie Ihre Fortbildungs- und Gesundheitsangebote – an der Universitätsmedizin Frankfurt und am Gesundheitscampus Universitätsmedizin Frankfurt Rhein-Main.

Liebe Kolleginnen, liebe Kollegen, liebe Interessierte,

unsere Arbeit ist geprägt von großem Einsatz: Täglich sorgen wir uns hier an der Universitätsmedizin Frankfurt um das Wohlergehen unserer Patientinnen und Patienten. Dabei dürfen wir jedoch nicht vergessen, dass wir selbst nur dann langfristig leistungsfähig bleiben, wenn wir auch gut für uns selbst sorgen und uns für unsere tägliche Arbeit neue Impulse holen. Auch für 2025 haben wir wieder ein vielfältiges Angebot an Fort- und Weiterbildungen für Sie zusammengestellt. Ein Großteil der Veranstaltungen – von internen Qualifizierungsschulungen über Führungs-Workshops bis zu berufsspezifischen Weiterbildungen – findet in unserem neuen Gesundheits-campus Universitätsmedizin Frankfurt Rhein-Main statt und kann auch von externen Interessenten besucht werden. Direkt am Main können sich unsere Beschäftigten wie auch Interessierte aus anderen Unternehmen in modern ausgestatteten Räumlichkeiten persönlich und fachlich qualifizieren.

Auch unsere vielfältigen Angebote zur Gesundheitsförderung in Kooperation mit der AOK Hessen werden weiter fortgeführt. Seit der letzten Kursbroschüre haben 64 Kurse stattgefunden, mit 846 Teilnehmenden. Das ist ein tolles Ergebnis und kann sich sehen lassen. Näheres zu den aktuellen Angeboten finden Sie ab Seite 126. Erwerben Sie neue Kompetenzen, bilden Sie sich beruflich weiter und tun Sie etwas für Ihr persönliches Wohlbefinden. Nehmen Sie sich Zeit für sich selbst und wählen Sie für Sie passende Veranstaltungen für einen guten Start in das neue Jahr!



Herzliche Grüße
Birgit Roelfsema
Pflegedirektorin

Gesundheit treibt uns an. Denn aus Wissen wird Gesundheit.

Die Universitätsmedizin Frankfurt hat sich der Forschung, Lehre und exzellenten Krankenversorgung verschrieben. Um diese Ziele erreichen zu können, fördern wir aktiv die Weiterbildung und Gesundheit unserer Beschäftigten. Das Wohlbefinden jeder und jedes Einzelnen stärkt die Universitätsmedizin als Ganzes in ihrer Mission. Mit unserem umfassenden Angebot an Pflichtschulungen, den verschiedenen Fort- und Weiterbildungsmöglichkeiten des Gesundheits-campus sowie mit unserer betrieblichen Gesundheitsförderung bieten wir Ihnen die Chance, sich hier an Ihrem Arbeitsplatz weiterzubilden und Ihre Fähigkeiten zu stärken. Mit der AOK Hessen hat die Universitätsmedizin zudem einen starken Partner aus dem Gesundheitswesen gewonnen. Unser gemeinsames Ziel: allen Beschäftigten ein vielfältiges Ausgleichsprogramm zu bieten. Um Sie dabei zu unterstützen, haben wir die Gesundheitszeit mit zehn Stunden pro Jahr eingeführt und setzen dieses Angebot gerne auch 2025 weiter fort. Im ersten Halbjahr 2025 finden Sie in dieser Broschüre wieder ein umfassendes Programm. Jetzt sind Sie dran! Wählen Sie Ihre individuellen Kurse aus, melden Sie sich an und starten Sie durch!

Inhaltsverzeichnis

Ihr Weg zur Anmeldung

10

Pflichtschulungen

12

Gesetzliche Vorgaben – Online-Schulungen in roXtra 15

Gesetzliche Vorgaben – Präsenzs Schulungen

Brandschutz Praxis 17

Kurs zur Aktualisierung der Fachkunden und der Kenntnisse
im Strahlenschutz **E** 19

Pflegerisches Zytostatika-Management **E** 21

Interne Qualitätssicherungsvorgabe – Online-Schulungen in roXtra 23

Interne Qualitätssicherungsvorgabe – Präsenzs Schulungen

Haftungsrecht und Delegation für den Pflegedienst 25

Juristische Herausforderungen für den ärztlichen Dienst 27

Reanimation – Basistraining intern 29

Reanimation – erweitertes Training intern 31

Schulung für Beauftragte 33

Jährliche Praxisanleitung **E** 35

Führung und Management

36

Führungskräfte-BasisProgramm 39

Führungskräfte-Update 2025 41

Vertiefungs-Workshop zum Führungskräfte-Update 2024:

Psychologische Sicherheit 43

Mitarbeiterjahresgespräche führen 45

Gemeinsam mehr erreichen: So begeistern Sie Ihr Team **E** 47

Empowerment **E** 49

Frauen in Führung: Souveränität leicht gemacht 51

Wie verdienen wir an der Universitätsmedizin Frankfurt unser Geld? 53

Generationenmix: Führen von altersgemischten Teams 55

Orientierungsseminar zur Führungsfunktion 57

Tour de BEM – rund um das Betriebliche

Eingliederungsmanagement **E** 59

Kein Stress mit Vielfalt – Führung internationaler Teams 61

Arbeitsrecht 63

Qualifizierungsangebote

64

EDV-Anwendungen, methodische Anleitungen

roXtra Schulungen: Basis, Aufbau und für Workflowmanager 67

Typo3-CMS-Anwenderschulung 71

Anwenderschulung ATOSS und Arbeitszeitschulung
für Dienstplaner 72

Workshop – Erstellung eines One Minute Wonders (OMW)
für die Pflegepraxis **E** 75

Sprachen – Deutsch **E** 77

Qualitätssicherung und Risikomanagement

Qualitätssicherung betrifft Dekubitus-Prozess
inkl. Dokumentation in ORBIS 79

Qualitätsmanagementbeauftragten (QMB)-Schulung 81

Klinische Risikomanagementbeauftragten (RMB)-Schulung 83

Kommunikation und Zusammenarbeit

Telefontraining **E** 85

Techniken der wertschätzenden Kommunikation 87

Schlagfertigkeit: die intelligente Art, schwierige Situationen
zu meistern **E** 89

Die Stimme als Werkzeug: Wie gewinne ich Aufmerksamkeit? E	91
Feedback- und Fehlerkultur lebendig gestalten E	93
Deeskalation to go	95
Konflikte lösen – mit den richtigen Instrumenten E	97
Rollengerechte Kommunikation mit Patientinnen und Patienten sowie Angehörigen E	99
Breaking bad news in der Onkologie E	101
<u>Pflegepraxis</u>	
Expertenstandards: Dekubitus, Ernährung, Schmerz und Sturz	102
Kompression: Theorie und Praxis E	104
Trachealkanülenmanagement E	105
Wundmanagement E	107
Gesundheitscampus: Fachweiterbildung für Pflegefachpersonen E	108
Gesundheitscampus: Anerkennungsverfahren für internationale Pflegefachkräfte E	110
<u>Onboarding</u>	
Einführungsveranstaltung für neue Beschäftigte	115
Einführung internationaler Fachkräfte	117
<u>Organisation und Steuerung im Krankenhaus</u>	
Wie verdienen wir an der Universitätsmedizin Frankfurt unser Geld?	119
Vergaberecht für Bedarfsstellen	121
<u>Pflegeplanung und Dokumentation</u>	
Pflegepersonalbedarfsbemessung – nach PPR 2.0	123
Effiziente Pflegeanalyse epaAC und Patientendokumentation mit LEP	124

Gesundheitsförderung		126
<u>Gelassen mit Stress umgehen – Entspannung</u>		
Meditations- und Achtsamkeits-App 7Mind		133
AOK – Yogazeit: Hatha-Yoga – Grundkurs für Einsteiger		135
AOK – Yogazeit: Hatha-Yoga – Kurs für Wiederholende		137
Tai Chi		139
Qi Gong		141
AOK – Yogazeit: Intensivkurs		143
AOK – Yogazeit: Sommertime		145
Entspannt in den Feierabend		147
„Erste Hilfe“ in Stresssituationen		149
<u>Geschickt bewegen</u>		
Krav Maga – Selbstverteidigung für Frauen		153
Back Attack		155
AOK – Faszien-Fit		157
AOK – Mini Moves: mein Krafttraining für die Tiefenmuskulatur		159
AOK – Functional Training		161
Kajakfahren auf dem Main		163
Büroergonomie		165
Hebe-Trage-Training für Pflegefachpersonen		167
<u>Lecker und gesund essen</u>		
Persönliche Ernährungsberatung		171
Meal Prep – Vorbereiten, mitnehmen, Zeit sparen		173
Koch-Workshop: Grillen – ganz ohne Fleisch		175
<u>Suchtrisiken erkennen und handeln</u>		
Nie wieder rauchen – Tagesseminar für den Ausstieg aus der Nikotinsucht		179

Ihr Weg zur Anmeldung

INTERN: FÜR BESCHÄFTIGTE DER UNIVERSITÄTSMEDIZIN FRANKFURT

Wo finde ich die Veranstaltungs- und Schulungsangebote und kann mich anmelden?

Das gesamte Programm finden Sie digital im Portal Self Service Personal unter Seminar- und Veranstaltungsmanagement. Das Icon zum Öffnen des Self Service Portals ist auf Ihrem Desktop hinterlegt.



Was ist das Self Service Personal und wie funktioniert es?

Für eine Einführung in die Funktionsweise des Self Service Personal finden Sie im Intranet unter

Schnellzugriff → **IBF** ein kurzes Erklärvideo.

An wen kann ich mich bei Fragen wenden?

Bei Rückfragen zu den Angeboten, zur Anmeldung oder zur Durchführung der Pflichtschulungen in roXtra wenden Sie sich bitte an:

innerbetriebliche.fortbildung@unimedizin-ffm.de

Bei Fragen zur Gesundheitszeit lesen Sie die FAQ „meine Gesundheitszeit“ unter **Klinikum A-Z** → **Dezernat Personal** →

Informationen A-Z → **Formulare**

oder wenden sich direkt an Dezernat Personal – Abteilung Personalentwicklung und Gesundheitsmanagement:

bgf@unimedizin-ffm.de

Stornierung meiner Anmeldung:

Sobald absehbar ist, dass Sie aus dienstlichen oder persönlichen Gründen verhindert sind, stornieren Sie bitte schnellstmöglich Ihre Anmeldung im Self Service Portal unter der Rubrik Buchungen. So tragen Sie zu einer maximalen Auslastung der Platzkapazitäten bei und ermöglichen Kolleginnen und Kollegen das Nachrücken von der Warteliste.

EXTERNE: FÜR INTERESSIERTE PERSONEN VON AUSSERHALB

Die Schulungsangebote für externe Interessierte sind im Inhaltsverzeichnis und im Programm gekennzeichnet mit **E**.

Das Anmeldeformular finden Sie hier:

ukf-und-du.de/anmeldeformular-extern



Pflichtschulungen





Gesetzliche Vorgaben – online in roXtra

Bitte entnehmen Sie Ihrem Self Service Portal / Seminar- und Veranstaltungsmanagement, welche Schulungen Sie absolvieren müssen. Sie finden alle Informationen unter dem Icon Pflichtfortbildungen (Anzeige bis 90 Tage vor Ablauf der Schulung).

Weiterhin erhalten Sie alle drei Wochen systemgenerierte Erinnerungs-Mails, die Ihnen bei Bedarf Auskunft darüber geben, welche Pflichtschulungen bis wann zu erledigen sind.

Folgende gesetzlich vorgeschriebenen Pflichtschulungen werden online in roXtra angeboten:

- Antibiotic Stewardship
- Arbeitssicherheitsunterweisungen für: Administration, Kliniken, Labor, Werkstätten und Elektrik
- Hygienemanagement: Basishygiene Krankenversorgung und für patientenferne Bereiche
- Brandschutz Theorie
- Datenschutz
- Gefahrgut
- Hämotherapie Basiswissen
- Zytostatika-Update

IHR NUTZEN

- Sie können jederzeit über unser Self Service Portal die dort hinterlegten roXtra-Links aufrufen. Dort finden Sie Schulungsunterlagen, Videos und Multiple-Choice-Fragen.

IHR AUFWAND

- etwa 30 Min. pro Schulung



Brandschutz Praxis

Sorgen Sie für Sicherheit in Gefahrensituationen.

Erlernen Sie die wichtigsten Techniken im Umgang mit Brandfällen.

INHALT

- Der Kurs vermittelt praxisorientiertes Wissen über den sicheren Umgang mit Löschdecken und Feuerlöschgeräten für den Fall eines Brandes.
- Sie bekommen eine Einführung in Methoden zur Brandbekämpfung unter Verwendung tragbarer Feuerlöscher.

IHR NUTZEN

- Dieser Kurs vermittelt Ihnen einen souveränen Umgang mit gefährlichen Brandsituationen. Sie lernen, wie Sie in einem solchen Fall Feuer löschen und zur Sicherheit beitragen können.

IHR AUFWAND

- 1 × 1 h Teilnahme an der Veranstaltung

KURSAKTEN

- Für alle Beschäftigten
- Leitung: Siegfried Kinz, Brandschutzbeauftragter der Universitätsmedizin Frankfurt
- Präsenzschulung im Fuhrpark (Innenhof der Häuser 65 und 66)
- Termine jeweils nachmittags: 12:30-13:30 Uhr, 14:00-15:00 Uhr, 15:30-16:30 Uhr am: 14.01., 18.02., 18.03., 15.04., 13.05., 17.06., 15.07., 12.08., 16.09., 14.10., 18.11. und 16.12.2025
- Termine jeweils vormittags: 08:00-09:00 Uhr, 09:30-10:30 Uhr, 11:00-12:00 Uhr am: 15.01., 19.02., 19.03., 16.04., 14.05., 18.06., 16.07., 13.08., 17.09., 15.10., 19.11. und 17.12.2025



E

Kurs zur Aktualisierung der Fachkunden und der Kenntnisse im Strahlenschutz

Frischen Sie Ihr Wissen auf und erlangen Sie neue Kenntnisse zum Strahlenschutz.

Tauchen Sie entsprechend den gesetzlichen Grundlagen tiefer in das Thema ein und erlangen Sie nicht nur praktische Handlungsanweisungen, sondern auch ein fundiertes physikalisches Verständnis. Dieser Kurs geht auf alle Aspekte des Strahlenschutzes ein.

INHALT

- Sie erlernen allgemeine physikalische Grundlagen im Strahlenschutz.
- Sie bekommen eine Einführung in die rechtlichen Grundlagen des Strahlenschutzgesetzes und der Strahlenschutzverordnung.
- Sie lernen Strahlenschutzaspekte in der Radiologischen Diagnostik, in der Nuklearmedizin und in der Strahlentherapie kennen.
- Sie erhalten rechtliche Grundlagen und Prüfmethode zur Qualitätssicherung in der Röntgendiagnostik.
- Sie gewinnen Einblick in den Umgang mit offenen radioaktiven Stoffen.

IHR NUTZEN

- Der Kurs dient zur Aktualisierung der erforderlichen Fachkunde und Kenntnisse im Strahlenschutz gemäß § 48 und § 49 (3) Strahlenschutzverordnung und wird stets an die neuesten Fachkunderichtlinien angepasst.

IHR AUFWAND

- 1 × 1,5 Tage Teilnahme an der Veranstaltung

KURSAFKTEN

- Für Ärztinnen und Ärzte, die ionisierende Strahlung an Patientinnen und Patienten anwenden möchten, für MTRAs, Medizinphysikexpertinnen und -experten sowie für Strahlenschutzbeauftragte
- Für intern Beschäftigte kostenlos
- Auch für externe Interessierte geeignet
- Kursgebühr für Externe: 80 bis 120 Euro (je nach Kursumfang)
- Leitung: Dr. Helge Klingler, Strahlenschutzbevollmächtigter
- Präsenzveranstaltung: Haus 22-2
- Anmeldung über: maria.kaiser@unimedizin-ffm.de
- Termine: 21.03.2025, 16:15-19:45 Uhr und 22.03.2025, 08:30-18:00 Uhr



Pflegerisches Zytostatika-Management

Umfassende Informationen über Wirkungen und Nebenwirkungen von Zytostatika

Erlernen Sie den sicheren Umgang mit Zytostatika und zytostatikahaltigen Substanzen. Reduzieren Sie Risiken und steigern Sie die Sicherheit der Patientinnen und Patienten.

INHALT

- In diesem Kurs erlernen Sie die verschiedenen Schritte der Therapieplanung und erfahren, wie die Supportivtherapie wirkt.
- Sie gewinnen umfassende Informationen zu Wirkungen und Nebenwirkungen von Medikamenten.
- Sie lernen verschiedene Applikationswege und Venenkathetersysteme kennen.
- Erfahren Sie außerdem mehr zu rechtlichen Vorgaben und Aspekten der Haftpflichtversicherung und zur Meldung unerwünschter Ereignisse.

IHR NUTZEN

- Sie erhalten eine Schulung auf Grundlage der Handlungsempfehlungen der Konferenz Onkologischer Kranken- und Kinderkrankenpflege (KOK) und der Zertifizierungsanforderungen der Deutschen Krebsgesellschaft (DKG) für Organkrebszentren oder onkologische Zentren. Mit Abschluss dieses Kurses können Sie Patientinnen und Patienten sachgerecht beraten und anleiten.

IHR AUFWAND

- 1 × 2 Tage Teilnahme an der Veranstaltung

KURSAFKTEN

- Für Zytostatika applizierende Pflegende, MFA und Gesundheitsfachberufe, die Umgang mit Zytostatika haben
- Leitung: Susanne Kelber und Mirko Laux, Fachweiterbildung Pflege in der Onkologie und Palliativen Versorgung, Gesundheitscampus Universitätsmedizin Frankfurt Rhein-Main
- Auch für externe Interessierte geeignet
- Kursgebühr für Externe: 450 Euro
- Präsenzveranstaltung: Haus 23B, UG, Seminarraum 0B219 = S8 und Haus 4
- Termine: 04. und 05.02., 06. und 07.05., 26. und 27.08., 25. und 26.11.2025, jeweils von 08:30-16:00 Uhr



Interne Qualitätssicherung – Online-Schulungen in roXtra

Bitte entnehmen Sie Ihrem Self Service Portal / Seminare und Veranstaltungen, welche Pflichtschulungen Sie absolvieren müssen. Sie finden alle Informationen unter dem Icon Pflichtschulungen (Anzeige bis 90 Tage vor Ablauf der Schulung).

Folgende Pflichtschulungen zur internen Qualitätssicherung werden online in roXtra angeboten:

- Krankeneinsatzplan (KHEP)
- Probenlogistik in der Pathologie

IHR NUTZEN

- Sie können jederzeit über unser Self Service Portal die dort hinterlegten roXtra-Links aufrufen. Dort finden Sie Schulungsunterlagen, Videos und Multiple-Choice-Fragen.

IHR AUFWAND

- etwa 30 Min. pro Schulung



Haftungsrecht und Delegation für den Pflegedienst

Gewinnen Sie erste Einblicke in das Haftungsrecht, in Anspruchsgrundlagen und das Verursacherprinzip.

Erwerben Sie wertvolle Kenntnisse über Rechte, Pflichten und strafrechtliche Grundlagen. Erfahren Sie mehr zur Bedeutung einer korrekten Dokumentation von Behandlungen und über aktuelle Rechtsprechungen im Pflegedienst.

INHALT

- Stärken Sie Ihr Verständnis von Haftungsbegriffen und deren Entstehung.
- Lernen Sie, Anspruchsgrundlagen und das Verursacherprinzip zu verstehen.
- Schaffen Sie sich einen Überblick über aktuelle Rechtsprechungen.
- Es wird Ihnen die Verfahrensanweisung (VA) zur ärztlichen Delegation vorgestellt.

IHR NUTZEN

- Sichern Sie sich ab und erlangen Sie Kenntnisse darüber, was bei der Übernahme ärztlicher Tätigkeiten zu berücksichtigen ist.

IHR AUFWAND

- 1 × 3 h Teilnahme an der Veranstaltung

KURSAKTEN

- Für alle Beschäftigten des Pflegedienstes
- Leitung: Ilona Bartsch, Assessorin jur.
- Präsenzveranstaltungen: Haus 27, Hörsaal, 1. OG
- Termine: 09.01., 07.02., 07.03., 04.04., 09.05., 06.06., 04.07., 08.08., 05.09., 13.10., 21.11. oder 05.12.2025, jeweils von 09:00-12:00 Uhr



Juristische Herausforderungen für den ärztlichen Dienst

Meistern Sie die juristischen Hürden des ärztlichen Dienstes: praxisnahe Fallbeispiele und Lösungsansätze.

Erlangen Sie anhand praxisnaher Fallbeispiele ein fundiertes Verständnis für die Bewältigung juristischer Herausforderungen im ärztlichen Dienst.

INHALT

- Lernen Sie alles über die Dokumentationspflicht und Übernahme von Verantwortung, einschließlich Befundmanagement und Akteneinsicht.
- Üben Sie, Patientinnen und Patienten umfassend aufzuklären und ärztliche Aufgaben zu delegieren.
- Bewältigen Sie schwerwiegende Zwischenfälle und meistern Sie ein effektives Management von Schadensfällen.
- Es wird Ihnen die Verfahrensweisung (VA) zur ärztlichen Delegation vorgestellt.

IHR NUTZEN

- Sie finden einen sicheren Umgang mit den täglichen juristischen Problemstellungen für Ärztinnen und Ärzte.
- Nach Abschluss dieses Kurses begegnen Sie Themen wie Patientenverfügung, Vorsorgevollmacht und freiheitsbeschränkenden Maßnahmen kompetent und professionell.

IHR AUFWAND

- 1 × 2,5 h Teilnahme an der Veranstaltung

KURSAKTEN

- Für Beschäftigte des ärztlichen Dienstes
- Leitung: Ilona Bartsch, Assessorin jur.
- Präsenzveranstaltung: Haus 9B, 304
- Termine: 06.01., 05.03., 05.05., 03.07., 03.09. oder 17.11.2025, jeweils 14:00-16:30 Uhr



Reanimation – Basistraining intern

Lernen Sie die Grundlagen der Reanimation kennen.

Das Reanimationstraining wird vom Frankfurter Interprofessionellen Simulationstraining (FIneST) geplant und durchgeführt. Lernen Sie zu erkennen, wann eine Person eine Reanimation braucht und wie das ABCDE-Assessment durchgeführt wird.

INHALT

- Erfahren Sie, wie eine korrekte Reanimation mit angemessener Drucktiefe und Frequenz durchgeführt wird.
- Üben Sie, wie bei einer Beatmung die korrekte Frequenz und Volumenmenge sichergestellt werden.
- Erlernen Sie die richtige Bedienung eines AED-Geräts.

IHR NUTZEN

- Gehen Sie mit Notfallsituationen und Reanimationspflichten sicher und professionell um – unter anderem durch Kenntnis der Notrufnummern und Wissen zur Verfügbarkeit des Notfallequipments.
- Mit Abschluss dieses Basistrainings können Sie alle Rollen im Reanimationsteam kompetent übernehmen und kommunizieren sicher.

IHR AUFWAND

- 1 × 3 h Teilnahme am Reanimationstraining

KURSAFKTEN

- Für alle Beschäftigten mit direktem Patientenkontakt
- Leitung: Prof. Dr. med. Miriam Rüsseler, Leitung Frankfurter Interprofessionelles Simulationstraining – FIneST
- Termine: vom 06.01. bis 30.06.2025 jeweils montags von 13:00-16:00 Uhr, dienstags von 09:00-12:00 Uhr und 13:00-16:00 Uhr und mittwochs von 13:00-16:00 Uhr. Alle Termine finden Sie im Self Service Personal / Seminar- und Veranstaltungsmanagement unter der Rubrik Pflichtschulungen / Vorgaben zur Qualitätssicherung.



Reanimation – erweitertes Training intern

Vertiefen Sie Ihre Kenntnisse für die Reanimation und werden Sie zur Expertin oder zum Experten auf diesem Gebiet.

Das Reanimationstraining wird vom Frankfurter Interprofessionellen Simulationstraining (FIneST) geplant und durchgeführt. Lernen Sie zu erkennen, wann eine Person eine Reanimation braucht und wie das ABCDE-Assessment durchgeführt wird.

INHALT

- Für eine effektive Basisreanimation wenden Sie das BLS-Schema an.
- Üben Sie die korrekte Interpretation von schockbaren und nicht-schockbaren EKGs.
- Erkennen Sie die ROSC (Return of Spontaneous Circulation).
- Lernen Sie, erforderliche Medikamente richtig zu dosieren und zu verabreichen.
- Erfahren Sie mehr über das Anschließen und die Interpretation von Monitorings.

IHR NUTZEN

- Mit Notfallsituationen und Reanimationspflichten sicher und professionell umgehen. In diesem Kurs lernen Sie, alle Rollen im Reanimationsteam zu beherrschen, und können danach alle anfallenden Aufgaben durchführen.
- So können Sie etwa das Atemwegsmanagement in entsprechenden Situationen durchführen.

IHR AUFWAND

- 1 × 3 h Teilnahme am Reanimationstraining

KURSAKTEN

- Für Beschäftigte in der ZNA, der Intensivstation, IMC und Anästhesie
- Leitung: Prof. Dr. med. Miriam Rüsseler, Leitung Frankfurter Interprofessionelles Simulationstraining – FIneST
- Weitere Informationen erhalten Sie über: innerbetriebliche.fortbildung@unimedizin-ffm.de



Jährliche Schulung der Sicherheits- und Gefahrstoffbeauftragten

Aktualisierung und Fortbildung in Arbeitssicherheit und Gefahrstoffrecht

Bleiben Sie informiert zu Arbeitssicherheit und Gefahrstoffrecht mit der jährlichen Schulung für Sicherheits- und Gefahrstoffbeauftragte.

INHALT

- Lernen Sie die aktuellen Informationen und Änderungen in Gesetzen, Vorgaben und Richtlinien.
- Erfahren Sie mehr über aktuelle Projekte und behandeln Sie praktische Themen der Arbeitssicherheit bei Ihnen vor Ort.
- Was sind relevante Fragestellungen von Sicherheits- und Gefahrstoffbeauftragten?

IHR NUTZEN

- Die Schulung bietet Ihnen das nötige Fachwissen, um die relevanten Vorschriften in den Bereichen Arbeitsschutz und Gefahrstoffrecht sicher anzuwenden.
- Sie bleiben dadurch auf dem neuesten Stand hinsichtlich Änderungen und Fortschritten in der Arbeitssicherheit – auch zu rechtlichen Neuerungen.

IHR AUFWAND

- 1 × 4 h Teilnahme an der Veranstaltung

KURSAKTEN

- Für Sicherheits- und Gefahrstoffbeauftragte
- Leitung: Dr. Klaus Lehmen, Leitende Fachkraft für Arbeitssicherheit
- Präsenzveranstaltung: Haus 22, Hörsaal 2 (22-2)
- Weitere Informationen erhalten Sie über:
klaus.lehmen@unimedizin-ffm.de

Jährliche berufspädagogische Fortbildung für Praxisanleitende

Qualifizierung für eine erfolgreiche Praxisanleitung

Praxisanleitende (PA) müssen aufgrund der Rahmengesetzgebung jährlich 24 berufspädagogische Fortbildungsstunden absolvieren.

INHALT

Thema der Fortbildung	Termine	
	1. Halbjahr 2025	2. Halbjahr 2025
Zielgruppenorientierte Praxisanleitung: Bedingungs- und Teilnehmendenanalyse durch PA	05.02.2025	09.07.2025
Praxisanleitung professionell gestalten: Generationenmix in der praktischen Ausbildung	05.03.2025	06.08.2025
Rollenverständnis und Aufgaben der Praxisanleitenden	02.04.2025	17.09.2025
Gestaltung von Gruppenanleitungen	21.05.2025	22.10.2025
Arbeits- und Lernaufgaben sprachsensibel gestalten	11.06.2025	26.11.2025

IHR NUTZEN

- Durch die Teilnahme erwerben Sie die erforderliche Qualifikation, um die Praxisanleitung kompetent auszuüben. Sie prägen Ihr Verständnis des Berufsbildes und Ihrer pädagogischen Verantwortung.

IHR AUFWAND

- Sie müssen mindestens 24 h pro Kalenderjahr an den verschiedenen Fortbildungsangeboten teilnehmen.

KURSAFKTEN

- Für alle Praxisanleitenden
- Auch für externe Interessierte geeignet. Weitere Informationen erhalten Sie über: bildungsakademie@unimedizin-ffm.de
- Kursgebühren für Externe: pro Veranstaltungstermin 120 Euro (à 4 h)
- Leitung: Birgit Schuster, Weiterbildungsleitung für Praxisanleitung
- Die Veranstaltungen finden Sie im Self Service / Seminare und Veranstaltungsmanagement unter der Rubrik Pflichtschulungen / Praxisanleitungen.

Zusätzliche Informationen zur staatlichen Weiterbildung Praxisanleitung (WPO) finden Sie auf der Seite des Gesundheitscampus: ukf-und-du.de/weiterbildungen



A smiling woman with curly hair, wearing a blue uniform, stands in the foreground with her arms crossed. In the background, other people in blue uniforms are visible, some smiling. The scene is brightly lit, suggesting an indoor setting like a hospital or office.

Führung und Management





Eignen Sie sich umfassendes Fach- und Methodenwissen an.

Lernen Sie über einen Zeitraum von 18 Monaten von internen und externen Referentinnen und Referenten essenzielles Wissen für Ihre Führungsrolle. Neben den theoretischen Inhalten kommt dem internen Networking und dem Austausch mit Kolleginnen und Kollegen aus den verschiedensten Bereichen der Universitätsmedizin eine besondere Bedeutung zu.

INHALT

- Modul 1: Führung aktiv gestalten
- Modul 2: Arbeitsrecht Basics
- Modul 3: Empowerment Basics
- Modul 4: Qualitäts- und Risikomanagement
- Modul 5: Unternehmensziele vermitteln und umsetzen
- Modul 6: Krankenhausfinanzierung

IHR NUTZEN

- Eignen Sie sich nützliche Instrumente an, um Ihre Führungsrolle zu festigen.
- Vertiefen Sie Ihr Wissen zu den Strukturen und Prozessen an der Universitätsmedizin Frankfurt.
- Vernetzen Sie sich mit anderen Teilnehmenden und tauschen Sie gemeinsam Erfahrungen aus.

IHR AUFWAND

- 3 × 1 Tag und 3 × ½ Tag Teilnahme in Präsenz
- 2 × 1 h Teilnahme an Online-Linking-Pins

KURSAKTEN

- Pro Jahr finden mehrere Durchgänge der Veranstaltungsreihe statt.
- Bei Interesse an einer Teilnahme wenden Sie sich bitte an Ihre Führungskraft.



Führungskräfte-Update 2025

Impulsvortrag und Austausch mit dem Vorstand

Freuen Sie sich auch im dritten Jahr des Updates auf eine spannende Veranstaltung und den Austausch mit einem Vorstandsmitglied und den anderen Teilnehmenden.

INHALT

- Gewinnen Sie Einblicke und neue Erkenntnisse zu einem aktuellen strategischen Führungsthema.

IHR NUTZEN

- Profitieren Sie von praxisorientierten Impulsen für Ihren Arbeitsalltag und Ihre Führungsrolle.

IHR AUFWAND

- 1 × 2 h Teilnahme an der Veranstaltung

KURSAFKTEN

- Pflichtveranstaltung für alle Führungskräfte
- Präsenzveranstaltung
- Die Termine werden per E-Mail und in der Synapse bekannt gegeben.



Vertiefungs-Workshop zum Führungskräfte-Update 2024: Psychologische Sicherheit

Psychologische Sicherheit ist eine grundlegende Voraussetzung für Lernen und Innovation. Sie ermöglicht es, Risiken einzugehen, Fehler einzugestehen, die eigene Meinung zu äußern und ungewöhnliche Vorschläge zu machen, ohne negative Konsequenzen befürchten zu müssen.

Freuen Sie sich auf eine praxisorientierte Auseinandersetzung mit diesem teamrelevanten Thema.

INHALT

- Erfahren Sie weitere Facetten des Konzeptes Psychologische Sicherheit sowie konkrete Ansätze, diese dauerhaft in Teams zu steigern.
- Lernen Sie, Situationen mit mangelnder psychologischer Sicherheit zu identifizieren und gemeinsam mit Ihrem Team zu umgehen.
- Vertiefen Sie Ihr Methodenwissen anhand persönlicher Fallbeispiele.

IHR NUTZEN

- Übertragen Sie Ihr Wissen aus der Veranstaltung Führungskräfte-Update 2024 Psychologische Sicherheit auf Ihr Team.
- Profitieren Sie vom direkten Austausch mit dem Referenten Dr. Heisig zu Ihren konkreten Fragestellungen und Alltagsbeispielen.

IHR AUFWAND

- 1 × 4 h Teilnahme an der Veranstaltung

KURSAKTEN

- Für alle Führungskräfte, die bereits das Führungskräfte-Update 2024 absolviert haben
- Leitung: Dr. Tobias Heisig, Diplom-Psychologe, Trainer und Coach, CIRCLE2 GmbH
- Präsenzveranstaltung: Haus 1, 2. OG, Raum 212
- Termin: 22.01.2025, 09:00-13:00 Uhr
- Finanziert durch die AOK Hessen



Grundlage für die vertrauensvolle und konstruktive Zusammenarbeit

Das Mitarbeiterjahresgespräch als Kommunikations- und Führungsinstrument

INHALT

- Nutzen Sie den Austausch als wertvolles Führungs- und Entwicklungsinstrument.
- Lernen Sie den praktischen Leitfadens kennen und strukturieren Sie Ihre Gespräche.
- Tauschen Sie sich mit anderen Führungskräften aus.

IHR NUTZEN

- Profitieren Sie von nützlichen Tipps zur Durchführung von Mitarbeitergesprächen.
- Steigern Sie die Mitarbeitermotivation und -bindung.

IHR AUFWAND

- 1 × 1,5 h Teilnahme an der Veranstaltung

KURSAKTEN

- Für alle Führungskräfte
- Leitung: Judith Witzick, Diplom-Psychologin, Personalentwicklung und Gesundheitsmanagement
- Präsenzveranstaltung: Haus 1, 2. OG, Raum 212
- Termin: 25.02.2025, 13:30-15:00 Uhr

Mitarbeiterjahresgespräche
führen

E



Gemeinsam mehr erreichen:
So begeistern Sie Ihr Team

Zusammen unschlagbar: motivierte Mitarbeitende und engagierte Führungskräfte

Fördern Sie Ihre Mitarbeitenden gezielt und individuell und entwickeln Sie ein umfassendes Verständnis für die unterschiedlichen Bedürfnisse.

INHALT

- Erlernen Sie die Grundlagen von Motivation und Demotivation und von sozialer sowie emotionaler Kompetenz.
- Verstehen Sie die verschiedenen Führungsstile und deren Auswirkung auf die individuelle Motivation.
- Erkennen Sie Persönlichkeiten und Bedürfnisse.

IHR NUTZEN

- Sie erkennen die Ressourcen Ihrer Mitarbeitenden, fördern sie gezielt und gestalten den Alltag motivierend.
- Verinnerlichen Sie die Bedeutung des Erfolgsfaktors Eigenmotivation.

IHR AUFWAND

- 1 × 1 Tag Teilnahme an der Veranstaltung

KURSAKTEN

- Für alle Führungskräfte
- Auch für externe Interessierte geeignet
- Kursgebühr für Externe: 210 Euro
- Leitung: Eiko Csapo, Mediator und Coach, [go] connecting Healthcare
- Präsenzveranstaltung: Haus 23B, UG, Raum 0B219 = Seminarraum S8
- Termin: 05.03.2025, 09:00-16:00 Uhr

E



Empowerment

Selbständiges Handeln im Klinikalltag

Unterstützen Sie Ihre Mitarbeitenden und fördern Sie so selbständiges Arbeiten im Team.

INHALT

- Lernen Sie die Grundlagen der Empowerment-Philosophie kennen.
- Erfahren Sie mehr über die Empowerment-Komponenten und wie Sie diese für Ihre konkreten Anforderungen aktivieren.

IHR NUTZEN

- Fördern Sie die Motivation Ihrer Mitarbeitenden und managen Sie Ihre Ressourcen effektiv.
- Befähigen Sie Ihr Team zu selbstbestimmtem Handeln und zur Verantwortungsübernahme.
- Steigern Sie das Vertrauen in Sie als Führungsperson.

IHR AUFWAND

- 1 x 1 Tag Teilnahme an der Veranstaltung

KURSAKTEN

- Für alle Führungskräfte, die das Empowerment-Konzept noch nicht kennen
- Auch für externe Interessierte geeignet
- Kursgebühr für Externe: 210 Euro
- Leitung: Berthold Schmid, Trainer, Moderator, Autor, Coach und Berater
- Präsenzveranstaltung: Haus 20, 1. OG, Raum S20-6
- Termin: 20.03.2025, 09:00-16:00 Uhr



Frauen in Führung: Souveränität leicht gemacht

Führung und Kommunikation mit Frauen-Power

Sie lernen, entspannt mit Herausforderungen in Führung und Kommunikation umzugehen und Ihre Position gelassen zu behaupten.

INHALT

- Erkennen Sie Machtstrukturen und unterbrechen Sie Machtspiele.
- Identifizieren Sie Unterschiede in männlichen und weiblichen Kommunikationsstrategien.
- Reflektieren Sie Ihre persönlichen Herausforderungen und vermeiden Sie „weibliche“ Fallen.

IHR NUTZEN

- Stärken Sie Ihre Ressourcen und erweitern Sie Ihr Handlungsrepertoire.
- Erarbeiten Sie Kommunikationsstrategien für Ihre persönlichen Herausforderungen im Umgang mit Mitarbeitenden sowie im Führungsteam.

IHR AUFWAND

- 1 × 1 Tag Teilnahme an der Veranstaltung

KURSAKTEN

- Für alle weiblichen Führungskräfte
- Leitung: Dr. Sabine von Oesterreich, Medizinerin, Trainerin, Coach
- Präsenzveranstaltung: Haus 1, 2. OG, Raum 212
- Termin: 25.03.2025, 08:30-16:30 Uhr
- Finanziert durch die AOK Hessen



Wie verdienen wir an der
Universitätsmedizin Frankfurt
unser Geld?

Grundsätze der Krankenhausfinanzierung

Erhalten Sie einen Überblick zu den Grundlagen der Krankenhausfinanzierung und deren Bedeutung für die Universitätsmedizin Frankfurt.

INHALT

- Erfahren Sie mehr über die rechtlichen Grundlagen der Krankenhausfinanzierung in Deutschland.
- Das Prinzip der dualen Krankenhausfinanzierung wird verständlich erklärt.
- Erhalten Sie Einblicke in Kostenverteilung und Budgetierung im Krankenhaus.
- Ein Ausblick auf anstehende politische Veränderungen und deren Einfluss auf die Universitätsmedizin Frankfurt rundet die Veranstaltung ab.

IHR NUTZEN

- Sie gewinnen einen Überblick über die Systematik der Krankenhausfinanzierung in Deutschland.

IHR AUFWAND

- 1 × 1,5 h Teilnahme an der Veranstaltung

KURSAKTEN

- Für alle Führungskräfte
- Leitung: Markus Jones, Kaufmännischer Direktor der Universitätsmedizin Frankfurt
- Präsenzveranstaltung: Haus 1, 2. OG, Raum 212
- Termin: 07.05.2025, 15:00-16:30 Uhr



Generationenmix: Führen von altersgemischten Teams

Setzen Sie die Potenziale generationsübergreifender Teams frei.

Vereinigen Sie die verschiedenen Werte, Erfahrungen und Erwartungen Ihres Teams und führen Sie es dadurch erfolgreicher.

INHALT

- Lernen Sie, generationen- und altersübergreifend zu kommunizieren und zu führen.
- Erkennen Sie die Potenziale generationsübergreifender Teams.
- Erlernen Sie die Zusammenhänge zwischen wertschätzender Führung, Gesundheit, Produktivität und Motivation Ihrer Mitarbeitenden.
- Im Vorfeld, am 5. Mai 2025, erhalten alle Teilnehmenden die Gelegenheit zu einer Alterssimulation (je 20 Minuten).

IHR NUTZEN

- Agieren Sie sensibel und wertschätzend im betrieblichen Umfeld und wenden Sie erlernte Handlungsansätze an.
- Fördern Sie den Wissenstransfer in Ihrem Team.
- Führen Sie modern und gesundheitsbewusst.

IHR AUFWAND

- 1 × 1 Tag Teilnahme an der Veranstaltung

KURSAFKTEN

- Für alle Führungskräfte
- Leitung: Sabine Frieg, Ethnologin, Führungskraft, Trainerin und Beraterin, die kommunikative
- Präsenzveranstaltung: Haus 1, 2. OG, Raum 212
- Termin: 12.05.2025, 09:00-16:30 Uhr
- Finanziert durch die AOK Hessen



Orientierungsseminar zur Führungsfunktion

Sie interessieren sich für eine Führungsposition?

Sie spielen mit dem Gedanken an eine Führungsposition, sind sich aber unsicher, ob Sie der richtige Typ dafür sind? Nutzen Sie die angebotene Standortbestimmung und identifizieren Sie Ihre Potenziale.

INHALT

- Entwickeln Sie ein Verständnis für die Aufgaben und Verantwortungen, die eine Führungsrolle mit sich bringt.
- Reflektieren Sie Ihre Stärken und Kompetenzen für eine Leitungsposition.

IHR NUTZEN

- Identifizieren Sie Ihr Führungspotenzial.
- Entdecken Sie Ihre Motivation.
- Vernetzen Sie sich mit anderen Führungsnovizinnen und -novizen.

IHR AUFWAND

- 1 × 1 Tag Teilnahme an der Veranstaltung

KURSAFKTEN

- Für alle Beschäftigten, die überlegen, eine Führungsposition zu übernehmen
- Leitung: Jenny Krämer, Diplom-Psychologin, Trainerin, Coach, Beraterin, AVIATO Beratung | Training | Coaching
- Präsenzveranstaltung: Haus 1, 2. OG, Raum 212
- Termin: 13.05.2025, 09:00-16:00 Uhr



Tour de BEM – rund um das Betriebliche Eingliederungsmanagement

Verschaffen Sie sich einen Überblick über alle Vorschriften und Vereinbarungen.

Verstehen Sie das umfassende Betriebliche Eingliederungsmanagement (BEM) und setzen Sie gezielt Maßnahmen ein zur langfristigen Stärkung Ihres Teams.

INHALT

- Lernen Sie die gesetzlichen Grundlagen, Rechtsprechungen und Haftungsfragen zum BEM-Verfahren kennen.
- Definieren Sie Chancen und Risiken des Verfahrens.

IHR NUTZEN

- Gewinnen Sie Fachpersonal für sich und geben Sie Menschen eine Chance, wieder aktiv am Arbeitsleben teilzunehmen.
- Erkennen Sie die Vorteile und Risiken des BEM.
- Bearbeiten Sie BEM- und Präventionsfälle sicher und gezielt.

IHR AUFWAND

- 1 × 2 h Teilnahme an der Veranstaltung

KURSAKTEN

- Für alle Führungskräfte
- Auch für externe Interessierte geeignet
- Kursgebühr für Externe: 60 Euro
- Leitung: Leonie Mosch, Sachgebietsleitung Betriebliches Eingliederungsmanagement und Inklusion, und Suzan Jandali, Fachanwältin für Arbeitsrecht, Syndikusanwältin
- Präsenzveranstaltung: Haus 1, 2. OG, Raum 212
- Termin: 21.05.2025, 12:00-14:00 Uhr



Kein Stress mit Vielfalt – Führung internationaler Teams

Diversität als Potenzial

In der Universitätsmedizin Frankfurt arbeiten Beschäftigte aus 123 Nationen. Erkennen Sie die Chancen internationaler Teams sowie Ihren Einfluss als Führungskraft auf eine gelungene Integration.

INHALT

- Verstehen Sie kulturelle Unterschiede in den Bereichen Führung, Kommunikation und Aufgabengestaltung sowie deren Einfluss auf die tägliche Zusammenarbeit.
- Reflektieren Sie die Rolle der Führungskraft für eine gelungene Integration.
- Erkennen Sie die Herausforderungen und Chancen internationaler Teams und verfeinern Sie Ihre interkulturelle Kompetenz.

IHR NUTZEN

- Identifizieren Sie Ansatzpunkte und Maßnahmen für ein Gelingen von Integration und Zusammenarbeit in Ihrem Team.
- Reflektieren Sie Ihre eigene „kulturelle Brille“ und minimieren Sie Stereotype.
- Verbessern Sie die Kommunikationsfähigkeit innerhalb Ihres Teams und helfen Sie, Missverständnisse und Konflikte von vornherein zu vermeiden.

IHR AUFWAND

- 1 × 1 Tag Teilnahme an der Veranstaltung

KURSAFKTEN

- Für alle Führungskräfte
- Leitung: Grace Lugert-Jose, Interkulturelle Trainerin, Beraterin, Wirtschaftspsychologin, Kölner Institut für interkulturelle Kompetenz
- Präsenzveranstaltung: Haus 23B, UG, Raum OB219 = Seminarraum S8
- Termin: 05.06.2025, 09:00-16:30 Uhr
- Finanziert durch die AOK Hessen



Arbeitsrecht – alles, was
Sie wissen müssen

Grundlagen und Aktuelles rund um das Arbeitsverhältnis

Informieren Sie sich kompakt mit „Arbeitsrecht to go“ oder vertiefend mit dem „Arbeitsrecht Modul“.

ARBEITSRECHT TO GO

- Arbeitszeugnisse formulieren und analysieren
- Probezeitkündigung

ARBEITSRECHT MODUL

- Rechte und Pflichten von Arbeitgeber und Arbeitnehmenden
- Ermahnung und Abmahnung bis zur Beendigung des Arbeitsverhältnisses

IHR AUFWAND

- Arbeitsrecht to go: 1 × 1,5 h Teilnahme an der Veranstaltung
- Arbeitsrecht Modul: 1 × 3 h Teilnahme an der Veranstaltung

KURSAKTEN

- Für alle Führungskräfte
- Leitung: Kerstin Keller, Dagmar Galuski-Jaksch, Caroline Figueiredo, Dezernat Personal, Referat Arbeitsrecht
- Präsenzveranstaltung – Termine und Details finden Sie im Self Service Personal.

Qualifizierungs- angebote





roXtra-Anwenderschulungen

Lernen Sie alle Tipps und Tricks rund um roXtra kennen.

Machen Sie sich mit roXtra vertraut, der internen Plattform der Universitätsmedizin Frankfurt für digitales Dokumenten- und Wissensmanagement.

IHR NUTZEN

- Vertiefen Sie Ihre Kenntnisse zur Dokumentenbearbeitung in roXtra.

IHR AUFWAND

- webbasiertes Selbststudium

KURSAFKTEN

- Für Beschäftigte, die roXtra-Dokumente bearbeiten und für diese verantwortlich sind
- Anmeldung über: schulungsanforderung@unimedizin-ffm.de

ROXTRA-BASISSCHULUNG

- Sie erhalten erste Einblicke in alles, was Sie über Dokumentenlenkung wissen müssen.
- Sie lernen, Dokumente unter Nutzung von Formatvorlagen und globalen Feldern zu bearbeiten.
- Sie erfahren, wie Sie Ungeschulte an der Dokumentenbearbeitung beteiligen können.
- Wir zeigen Ihnen, wie Hyperlinks eingebunden und durch Referenzen abgesichert werden.
- Sie erfahren, wie Dokumentenprüfungen und -freigaben durchgeführt werden.

Nach erfolgreicher Schulung können Sie Dokumente bearbeiten und wissen, worauf zu achten und was zu vermeiden ist.

roXtra-Anwenderschulungen

ROXTRA-BASISSCHULUNG FÜR FÜHRUNGSKRÄFTE

- Sie erhalten einen Überblick über nützliche Funktionen von roXtra.
- Lernen Sie, wie Gültigkeitsprüfungen durchgeführt werden und wie man dabei die Meinung von Kolleginnen und Kollegen einholen kann.
- Lernen Sie, Dokumente zu prüfen und unter Nutzung von Formatvorlagen und globalen Feldern zu korrigieren.
- Erfahren Sie, wie Dokumente freigegeben werden und wie diese gezielt an Empfänger verteilt werden können.

Nach erfolgreicher Schulung können Sie Dokumente prüfen, korrigieren und freigeben und wissen um die Feedback-Funktion bei Gültigkeitsprüfungen.

ROXTRA-AUFBAUSCHULUNG

- Vertiefen Sie Ihr Verständnis für roXtra und seine Dokumente.
- Lernen Sie Tipps und Tricks kennen, um sich das Arbeiten mit roXtra zu erleichtern.
- Wiederholen Sie (bei Bedarf) das Arbeiten mit Formatvorlagen und globalen Feldern.
- Lernen Sie, was Dokumentenverantwortung bedeutet und was es mit Eskalationsmanagement und der Anmerkungsfunktion auf sich hat.
- Machen Sie sich mit der schnellen Verteilung von Dokumenten vertraut.
- Lernen Sie die Stellvertretungsfunktion von roXtra kennen.

Nach erfolgreicher Schulung sind Sie sicherer und schneller im Umgang mit roXtra und kennen einige nützliche Tricks.

ROXTRA FÜR WORKFLOWMANAGEMENT

- Lernen Sie die Aufgabenbereiche des Workflowmanagements kennen.
- Erfahren Sie, wie Ordner, Dokumente und Verknüpfungen erstellt werden und worauf dabei zu achten ist.
- Lernen Sie, wie Dokumente gelöscht werden und warum dies manchmal nicht einfach möglich ist.
- Wir zeigen Ihnen, wie man auf frühere Dokumentenversionen (Audit-Trail, roXtra-Archiv) zugreifen und diese erneut nutzen kann.
- Lernen Sie die Spezialfunktionen von roXtra (Ordner-Reports, Erstellung von Sammel-PDF-Dokumenten) kennen.
- Nutzen Sie roXtra-Statistikmodule und machen Sie sich mit dem Nachweis der Kenntnissnahme vertraut.
- Nach erfolgreicher Schulung können Sie in Ihrem Ordnerbereich in roXtra neue Dokumente anlegen und ungültig gewordene Dokumente archivieren. Sie kennen zahlreiche Funktionen, die Ihnen helfen, den Überblick über Ihre Dokumente, deren Aktualität und laufende Aufgaben zu gewinnen.



Typo3-CMS- Anwenderschulung

Effektive Nutzung des Typo3 CMS für die Gestaltung und Pflege von Webseiten

Erwerben Sie das notwendige Wissen, um die Rolle einer Web-Redakteurin oder eines Web-Redakteurs erfolgreich auszufüllen.

INHALT

- Lernen Sie alles rund um die Gestaltung und Pflege von Webseiten mit Typo3 CMS.
- Erstellen Sie Seiten, Unterseiten und Texte, binden Sie Bilder homogen in die Webseite ein.
- Machen Sie sich mit bewährten Verfahren vertraut, für einen sicheren Umgang mit Typo3 CMS.
- Erfahren Sie alles Notwendige über Datenschutz und Urheberrecht.

IHR NUTZEN

- Gestalten, pflegen und aktualisieren Sie die Webseite Ihres Zuständigkeitsbereiches erfolgreich.

IHR AUFWAND

- 1 × 1,5 h Teilnahme an der Veranstaltung

KURSAFKTEN

- Für zur Web-Redaktion ernannte Beschäftigte
- Leitung: Axel Laumer, Dezernat 7, Abteilung Software- und Informationssysteme
- Präsenzveranstaltung: Haus 9B, 304 (EDV-Schulungsraum im 3. OG)
- Termin: 13.03. oder 13.06.2025, jeweils 13:30-15:00 Uhr und nach Bedarf

ATOSS-Anwenderschulung für Dienstplaner

Erwerben Sie Basiswissen und vertieftes Wissen in ATOSS für einen sicheren Umgang mit den gesetzlichen und tariflichen Vorgaben.

ATOSS-BASISSCHULUNG FÜR DIENSTPLANER

INHALT

- Lernen Sie Grundlagen und Begrifflichkeiten in ATOSS.
- Sie wissen, wie Mitarbeiterinformationen wie Stammdaten und Qualifikationen eingepflegt werden.
- Sie können sich eine Monatsübersicht anzeigen lassen und kennen Funktionalitäten im Dienstplan, Dienstplanausdruck und Auszahlungen.

IHR NUTZEN

- Sie erhalten einen Überblick über die wichtigsten Funktionalitäten in ATOSS im Kontext gesetzlicher und tariflicher Regelungen.

IHR AUFWAND

- 1 × 1 Tag Teilnahme an der Veranstaltung

KURSAFKTEN

- Für Dienstplaner der Pflege und im medizinisch-technischen Dienst
- Leitung: Philip Hebert, Stefan Schwarck, Claudia Strubberg, Abteilung Zeitwirtschaft
- Präsenzveranstaltung: Haus 9B, 304 (EDV-Schulungsraum im 3. OG)
- Termine: jeweils von 09:00-16:00 Uhr an folgenden Tagen: 15.01., 29.01., 12.02., 26.02., 12.03., 26.03., 23.04., 14.05., 11.06., 02.07., 27.08., 10.09., 24.09., 29.10., 12.11., 26.11. oder 10.12.2025

ARBEITSZEIT FÜR DIENSTPLANER IM ÄRZTLICHEN DIENST

INHALT

- Lernen Sie die Inhalte des Arbeitszeitgesetzes, u.a. tägliche sowie durchschnittliche Höchstarbeitszeit, Pausenregelung, tarifrechtliche Abweichungen und Vorgaben.

IHR NUTZEN

- Sie erlangen einen Überblick über die gesetzlichen und tariflichen Vorgaben.

IHR AUFWAND

- 1 × 2,5 h Teilnahme an der Veranstaltung

KURSAFKTEN

- Für Dienstplaner des ärztlichen Dienstes
- Leitung: Philip Hebert, Stefan Schwarck, Claudia Strubberg, Abteilung Zeitwirtschaft
- Präsenzveranstaltung: Haus 9B, 304 (EDV-Schulungsraum im 3. OG)
- Termine: Individuelle Schulung auf Nachfrage. Bitte wenden Sie sich an das Team Arbeitszeitmanagement.



Workshop – Erstellung eines One Minute Wonders (OMW) für die Pflegepraxis

Bringen Sie Wissen auf den Punkt.

Das One Minute Wonder ist eine Form der Kurzfortbildung auf Station. Bei diesem Fortbildungsformat werden Lerninhalte komprimiert auf einem Poster im Din-A4-Format dargestellt und am Arbeitsplatz aufgehängt.

INHALT

- Verstehen Sie das One Minute Wonder als Fortbildungsmethode im Gesundheitswesen.
- Sie erlernen die Prinzipien eines One Minute Wonders, inkl. Tipps für den Einsatz.
- Wie wird das Format an der Universitätsmedizin Frankfurt eingesetzt?
- Erstellen Sie in einer praktischen Übung ein One Minute Wonder.

IHR NUTZEN

- Entwickeln Sie Ihre eigene Methodenkompetenz zur Fortbildung von Mitarbeitenden, Kolleginnen und Kollegen sowie Auszubildenden und Studierenden.

IHR AUFWAND

- 1 × 3 h Teilnahme an der Veranstaltung

KURSAFKTEN

- Für interessiertes Pflegepersonal, Gruppenleitungen, stellvertretende Gruppenleitungen und Praxisanleitende (Anrechnung für die 24 Stunden jährlich berufspädagogische Fortbildung)
- Auch für externe Interessierte geeignet
- Kursgebühr: 90 Euro
- Leitung: Laura Todisco, Stabsstelle Pflegeentwicklung
- Präsenzveranstaltung: Haus 9B, 304 (EDV-Schulungsraum im 3. OG)
- Termin: 28.04. oder 10.10.2025, jeweils von 09:30-12:30 Uhr



Deutsch als Fremdsprache

Die Universitätsmedizin Frankfurt bietet für internationale Beschäftigte regelmäßig Deutschkurse an.

Vertiefen Sie mithilfe eines Teams erfahrener Deutschlehrerinnen und -lehrer Ihre Sprachkenntnisse.

KURSE

- B2 Pflege
- C1
- bei Bedarf weitere Kurse A1-B2
- Prüfungsvorbereitungskurse B1 bis C1
- externe Online-Kurse: B2 Pflege und C1 Medizin

IHR NUTZEN

- Sie nehmen an kostenlosen Deutschkursen teil, die speziell auf den Beruf zugeschnitten sind und in unmittelbarer Nähe Ihres Arbeitsplatzes stattfinden oder online.
- Sie erhalten ein interaktives Sprachtraining in Kleingruppen für einen optimalen Lernerfolg.

IHR AUFWAND

- Die B2-Pflege-Kurse dauern drei bis fünf Monate, bei acht Unterrichtseinheiten pro Woche.
- Alle weiteren Kurse dauern ein bis zwei Stunden.

KURSAKTEN

- Für alle Beschäftigten
- Auch für externe Interessierte geeignet
- Kursgebühr A1 (100 Stunden): 900 Euro zzgl. 80 Euro Prüfungsgebühr
Kursgebühr B2 (120 Stunden): 1.080 Euro zzgl. 80 Euro Prüfungsgebühr
Kursgebühr C1 (120 Stunden): 1.080 Euro zzgl. 80 Euro Prüfungsgebühr
- Ansprechpartnerinnen: Pauline Ebert und Angelika Köhler, deutschalsfremdsprache@unimedizin-ffm.de



Prozess Qualitätssicherung Dekubitus inkl. Dokumentation in ORBIS

Erfahren Sie, wie Sie den Dekubitus-Prozess in ORBIS optimieren können.

Nutzen Sie diese Gelegenheit, um die Instrumente zur effektiven Steuerung des Dekubitus-Prozesses kennenzulernen und Ihre Fachkenntnisse zu erweitern.

INHALT

- Sie erhalten eine Checkliste zur Überprüfung der Qualitätssicherung der Dekubitusdokumentation in ORBIS.
- Erweitern Sie Ihr Wissen durch den Austausch mit Kodierungsfachkräften.
- Lernen Sie die Zusammenarbeit mit dem Universitären Wundzentrum kennen.
- Erfahren Sie mehr über die Aufgabenbereiche der Gruppenleitungen und fachlichen Leitungen.

IHR NUTZEN

- Finden Sie einen professionellen Umgang mit Instrumenten zur Steuerung des Dekubitus-Prozesses.

IHR AUFWAND

- 1 × 1 h Teilnahme an der Veranstaltung

KURSAKTEN

- Für Gruppenleitungen und fachliche Leitungen in der Pflege
- Leitung: Nina Hülsebusch, Qualitätsmanagement, Patientensicherheit, Projekte in der Pflege
- Präsenzveranstaltung: Haus 23B, UG, Raum 0B219 = Seminarraum 8
- Termin: 21.01., 18.03. oder 17.06.2025, jeweils 13:30-14:30 Uhr



QMB-Inhouse-Schulung (Qualitätsmanagementbeauftragte und -beauftragter)

Eignen Sie sich das praktische Know-how eines Qualitätsmanagementbeauftragten an.

Lernen Sie Ihre Aufgaben als Qualitätsmanagementbeauftragte und -beauftragter und den praktischen Umgang damit kennen.

INHALT

- Sie lernen die Grundlagen des Qualitätsmanagements (QM) kennen, einschließlich QM-Richtlinien und ISO-Standards – insbesondere im Dienstleistungssektor.
- Bilden Sie sich weiter zu Wissensmanagement, Dokumentenlenkung und verschiedenen Methoden des Qualitätsmanagements.
- Erfahren Sie mehr über Fehlermanagement und die Bedeutung der Patientensicherheit.
- Erhalten Sie eine Einführung in Intrafox, einschließlich des Managements von Audits, Maßnahmen, Zielen, Ereignissen und Beschwerden.
- Nutzen Sie Methoden zur Dokumentation und Visualisierung von Prozessen mit Visio, einschließlich Prozessmodellen und -landkarten.

IHR NUTZEN

- Als benannte QM-Beauftragte und -Beauftragter erhalten Sie zur Ausübung Ihrer Funktion das notwendige Rüstzeug an die Hand.
- Erfahren Sie, was es bedeutet, QM-Beauftragte und -Beauftragter zu sein und wie Qualitätsmanagement in der Universitätsmedizin Frankfurt umgesetzt wird.
- Sie können sich mit anderen QM-Beauftragten vernetzen.

IHR AUFWAND

- 3 × 1 Tag Teilnahme an der Veranstaltung

KURSAFKTEN

- Für alle als QM-Beauftragten ernannte Personen
- Leitung: Dr. Kyra Schneider, Leitung Stabsstelle Patientensicherheit und Qualität
- Dozentinnen und Dozenten: Mitarbeitende der Stabsstelle Patientensicherheit und Qualität, Silke Arbandt, Kinder- und Jugendpsychiatrie
- Präsenzveranstaltung: Haus 1, 2. OG, Seminarraum 212
- Weitere Informationen erhalten Sie über: silke.kondylis@unimedizin-ffm.de



Inhouse-Schulung für klinische Risikomanagementbeauftragte (RMB)

Schulung der Risikomanagementbeauftragten

Erhalten Sie eine Einführung in das Risikomanagement (RM) der Universitätsmedizin Frankfurt und erlernen Sie die wichtigsten Methoden, um die Funktion der bzw. des Risikomanagementbeauftragten auszufüllen.

INHALT

- Sie lernen die Grundlagen des klinischen Risikomanagements, der eingehenden Prozesse sowie deren Umsetzung in der Universitätsmedizin Frankfurt kennen.
- Sie erfahren, wie Sie in Ihrer Funktion die Patientensicherheit in der Universitätsmedizin Frankfurt unterstützen und befördern.
- Sie lernen unser Critical Incident Reporting System (CIRS) kennen und wie Sie mit den Meldungen für Ihren Bereich umgehen.

IHR NUTZEN

- Sie erhalten das notwendige Rüstzeug, dass Sie zur Ausübung Ihrer Funktion als RM-Beauftragte benötigen.
- Erweitern Sie Ihre Fähigkeiten zur Behandlung und Bearbeitung von CIRS-Fällen.
- Nutzen und wenden Sie Intrafox erfolgreich an.
- Vernetzen Sie sich mit anderen RM-Beauftragten der Universitätsmedizin Frankfurt.

IHR AUFWAND

- 2 × 1 Tag Teilnahme an der Veranstaltung

KURSAKTEN

- Für alle als Risikomanagementbeauftragte benannte Personen
- Leitung: Dr. Kyra Schneider, Leitung Stabsstelle Patientensicherheit und Qualität
- Dozentinnen und Dozenten: Mitarbeitende der Stabsstelle Patientensicherheit und Qualität
- Präsenzveranstaltung: Haus 1, 2. OG, Seminarraum 212
- Weitere Informationen erhalten Sie über: Silke.Kondylis@unimedizin-ffm.de



Telefontraining

Mit mehr Sicherheit ins Gespräch – service- und patientenorientiertes Telefontraining für Ambulanzen.

Unsere Ambulanzen sind die Eintrittskarte für Patientinnen und Patienten, Niedergelassene und viele weitere Zielgruppen.

INHALT

- Sie erlernen die Standards im Umgang mit Patientinnen und Patienten wie Angehörigen, denn der erste Eindruck zählt: Vorstellung und telefonische Visitenkarte.
- Erfahren Sie über die Bedeutung der Einstellung und Haltung gegenüber dem Telefonpartner wie Patientinnen und Patienten, Angehörigen, niedergelassenen Ärztinnen und Ärzten, aber auch internen Kolleginnen und Kollegen.
- Entschärfen Sie schwierige Situationen gekonnt mit dem richtigen Umgang mit Einwänden und Beschwerden, z.B. bei wütenden oder enttäuschten Patientinnen und Patienten.
- Lernen Sie Rhetorik und Kommunikation und Kniffe und Tipps für die Anwendung.
- Selbstorganisation: Schreiben Sie in Gesprächen mit, machen Sie sich Notizen und leiten Sie wichtige Informationen aus Telefongesprächen an das Team weiter.

IHR NUTZEN

- Sie erlangen mehr Sicherheit am Telefon insbesondere im Umgang mit verschiedenen Herausforderungen.

IHR AUFWAND

- 1 × 1 Tag Teilnahme an der Veranstaltung

KURSAFKTEN

- Für alle Beschäftigten in den Ambulanzen, am Schalter, Infopoint und der Telefonzentrale
- Auch für externe Interessierte geeignet
- Kursgebühr für Externe: 210 Euro
- Leitung: Margrit Dapper, zertifizierte Telefontrainerin und Coach
- Präsenzveranstaltung: Haus 23B, UG, Raum 0B 20
- Termin: 04.03. oder 28.05.2025, jeweils 09:00-16:00 Uhr



Techniken der wertschätzenden Kommunikation

Erreichen Sie mit erfolgreicher Kommunikation Ihre Ziele und vermeiden Sie Eskalationen.

Lösen Sie schwierige Situationen durch einen erfolgreichen Dialog mit Techniken der gewaltfreien Kommunikation.

INHALT

- Sie erhalten eine Einführung in die Techniken der gewaltfreien Kommunikation.
- Beurteilen und reflektieren Sie komplexe Gesprächssituationen.
- Verstehen Sie Ihre eigene Position und die Ihres Gegenübers. Schaffen und fördern Sie ein harmonisches Miteinander.

IHR NUTZEN

- Beurteilen Sie Situationen objektiv und übernehmen Sie Verantwortung für die eigenen Gefühle und Gedanken.
- Hören und respektieren Sie Ihr Gegenüber und führen Sie gezielte Dialoge.
- Fördern Sie Ihre Zufriedenheit und die Ihrer Interaktionspartnerinnen und -partner.
- Kommunizieren Sie souverän und ruhig, in vollem Bewusstsein Ihrer Emotionen.

IHR AUFWAND

- 1 × 1 Tag Teilnahme an der Veranstaltung

KURSAKTEN

- Für alle Beschäftigten
- Leitung: Petra Trimmel, Diplom-Sozialpädagogin (FH), Impulse – Die Kommunikationsexperten
- Präsenzveranstaltung: Haus 23B, UG, Seminarraum 0B219 = Seminarraum 8
- Termin: 30.01.2025, 09:00-17:00 Uhr
- Finanziert durch die AOK Hessen



Schlagfertigkeit: die intelligente Art, schwierige Situationen zu meistern

Nie mehr sprachlos!

Wie Sie Ihre Schlagfertigkeit im richtigen Moment abrufen und Ihrem Gegenüber eine angemessene Antwort geben

INHALT

- Erkennen Sie den Unterschied zwischen guter und schlechter Schlagfertigkeit.
- Verinnerlichen Sie, wann eskalieren und wann deeskalieren sinnvoll ist.
- Werden Sie sich bewusst, wie Sie Ihre Körpersprache effektiv einsetzen können.

IHR NUTZEN

- Meistern Sie unangenehme oder schwierige Situationen und nutzen Sie Ihre emotionale Selbststeuerung.
- Setzen Sie Humor als Instrument der Schlagfertigkeit ein.
- Verbessern Sie Ihre Assoziationsfähigkeiten und Ihre Wahrnehmung.

IHR AUFWAND

- 1 × 1 Tag Teilnahme an der Veranstaltung

KURSAFKTEN

- Für alle Beschäftigten
- Auch für externe Interessierte geeignet
- Kursgebühr für Externe: 240 Euro
- Leitung: Roberta Pezzarossa, Trainerin, Business und Management Coach, Trilogie GbR
- Präsenzveranstaltung: Haus 1, 2. OG, Raum 212
- Termin: 10.02.2025, 09:00-17:00 Uhr



Die Stimme als Werkzeug: Wie gewinne ich Aufmerksamkeit?

Mit Ihrer Stimme überzeugen: Präsenz gewinnen, Emotionen wecken, Aufmerksamkeit halten.

Ihre Stimme ist ein wichtiges Instrument. Stärken Sie Ihre stimmliche Präsenz und setzen Sie diese gezielt ein, um Ihre Gesprächspartnerinnen und -partner zu inspirieren und zu überzeugen.

INHALT

- Erfahren Sie mehr über die Wirkung Ihrer Stimme und wie Sie diese gezielt einsetzen können.
- Erlernen Sie Techniken für einen mitreißenden Klang.
- Verwandeln Sie Ihre Stimme in Ihre persönliche Visitenkarte.

IHR NUTZEN

- Erlangen Sie mehr Präsenz und Souveränität durch den bewussten Einsatz Ihrer Stimme.
- Verstehen Sie Ihre stimmliche Wirkung und lernen Sie diese gezielt zu nutzen.
- Stärken Sie Ihre stimmliche Ausdrucksfähigkeit und verleihen Sie Emotionen durch Ihre Sprechweise eine klare Bedeutung.

IHR AUFWAND

- 1 × 1 Tag Teilnahme an der Veranstaltung

KURSAKTEN

- Für alle Beschäftigten, die beruflich viel sprechen
- Auch für externe Interessierte geeignet
- Kursgebühr für Externe: 240 Euro
- Leitung: Vivien Zuta, Phonetikerin und Stimmtrainerin
- Präsenzveranstaltung: Haus 23B, UG, Seminarraum 0B219 = Seminarraum 8
- Termin: 27.02.2025, 08:30-16:30 Uhr



Feedback- und Fehlerkultur lebendig gestalten

Was es für eine förderliche Feedback- und Fehlerkultur wirklich braucht.

Stärken Sie mit einer gesunden Fehlerkultur und regelmäßigem Feedback die Beziehungsebene zwischen Menschen.

INHALT

- Erfahren Sie die Bedeutung einer offenen Feedback- und Fehlerkultur für die Veränderungsfähigkeit einer Organisation und deren Mitarbeitenden.
- Hinterfragen Sie, warum wir uns oft schwertun im Umgang mit Fehlern und Kritik.
- Werfen Sie einen ganzheitlichen Blick auf die individuellen und organisationalen Aspekte der Feedback- und Fehlerkultur und lernen Sie hilfreiche Kommunikationsstrategien kennen.

IHR NUTZEN

- Erleben Sie mehr Gelassenheit und Offenheit durch einen positiven Umgang mit Fehlern und Kritik.
- Bringen Sie mit einfachen Instrumenten mehr Leichtigkeit ins Feedback.
- Optimieren Sie Ihre Interaktionsstrategien für ein respektvolles Miteinander im Arbeitsalltag.

IHR AUFWAND

- Dreiteiliges Seminar: 3 x 2,5 h Teilnahme an der Veranstaltung

KURSAKTEN

- Für alle Beschäftigten
- Auch für externe Interessierte geeignet
- Kursgebühr für Externe: 225 Euro
- Leitung: Anna Glahn, Mediatorin, Coach, Impulse – Die Kommunikationsexperten
- Online-Veranstaltung – Den Veranstaltungslink erhalten Sie etwa eine Woche vor Beginn.
- Termine: jeweils 16:00-18:30 Uhr an folgenden Tagen: 04.03., 18.03. und 01.04.2025



Deeskalation to go

In eskalierenden Situationen angemessen reagieren

Kompaktseminar für den bestmöglichen Umgang mit aggressivem Verhalten

INHALT

- Verstehen Sie die Grundlagen der Aggression und Deeskalation.
- Lernen Sie, wie Sie brenzlige Situationen frühzeitig erkennen und mit geeigneten Kommunikationstechniken verbal entschärfen.
- Erfahren Sie, welche Sicherheitsaspekte es zu beachten gibt.

IHR NUTZEN

- Gewinnen Sie Sicherheit und Souveränität im Umgang mit herausfordernden Situationen.
- Schützen Sie durch gezielte Interventionen sich selbst und andere.
- Erlangen Sie einen Überblick zu internen Hilfsangeboten und Anlaufstellen für Unterstützung und Nachsorge.

IHR AUFWAND

- 1 × 3 h Teilnahme an der Veranstaltung

KURSAKTEN

- Für alle Beschäftigten
- Leitung: Michael Nieder, Deeskalationstrainer, Zentrum für Psychische Gesundheit und Judith Witzick, Diplom-Psychologin, Personalentwicklung und Gesundheitsmanagement
- Präsenzveranstaltung: Haus 1, 2. OG, Raum 212
- Termin: 29.04.2025, 13:00-16:00 Uhr



Konflikte lösen – mit den richtigen Instrumenten

Managen Sie Spannungssituationen effektiv.

Kritische Momente begleiten uns jeden Tag. Wir sind gefordert zu vermitteln, zu beraten und Lösungen zu finden.

INHALT

- Erhalten Sie Informationen zur Entstehung und Prävention von Differenzen.
- Lernen Sie Konfliktbearbeitungsmodelle aus der Praxis kennen.
- Tauschen Sie sich mit den anderen Teilnehmenden über Erfahrungen und Streitsituationen aus.

IHR NUTZEN


- Wenden Sie die Erkenntnisse aus Modellen und Übungsszenarien in der Praxis an.
- Entwickeln Sie Lösungsschritte, um Konflikte in Ihrem Arbeitstag individuell zu beheben.

IHR AUFWAND

- 1 × 1 Tag Teilnahme an der Veranstaltung

KURSAKTEN

- Für alle Beschäftigten
- Auch für externe Interessierte geeignet
- Kursgebühr: 240 Euro
- Leitung: Petra Trimmel, Diplom-Sozialpädagogin (FH), Impulse – Die Kommunikationsexperten
- Präsenzveranstaltung: Haus 23B, UG, Seminarraum 0B219 = Seminarraum 8
- Termin: 22.05.2025, 09:00-17:00 Uhr
- Finanziert durch die AOK Hessen



Rollengerechte Kommunikation mit Patientinnen und Patienten sowie Angehörigen – auch in kritischen Situationen

Erwerben Sie konkrete Hinweise zu rollengerechter Kommunikation, die den Bedürfnissen der Patientin bzw. des Patienten gerecht wird und Sie vor Ärger schützt.

Die Rahmenbedingungen des Gesundheitswesens fordern Patientinnen und Patienten sowie Behandelnde gleichermaßen heraus. Erwartungen werden nicht immer erfüllt. Ärger, Frustration und Konflikte sind Teil des Alltags und erschweren das fokussierte Arbeiten. Im zweiteiligen Seminar können Sie anhand eigener Beispiele kritische Kommunikationsstrukturen betrachten und mit Hilfestellung Denk- und Handlungsalternativen entwickeln.

INHALT

- Sie betrachten anhand realitätsnaher Fallbeispiele kritische Kommunikationssituationen und arbeiten diese auf.
- Lernen Sie, alternative Denk- und Handlungsalternativen für Ihren Alltag zu entwickeln.
- Sie erhalten Hinweise zur rollengerechten Kommunikation, die den Bedürfnissen gerecht wird.

IHR NUTZEN

- Meistern Sie sicher kritische Kommunikationssituationen mit Patientinnen und Patienten.

IHR AUFWAND

- 2 × 1,5 h Teilnahme an der Veranstaltung

KURSAFKTEN

- Für alle Beschäftigten mit Patientenkontakt
- Auch für externe Interessierte geeignet
- Kursgebühr für Externe: 90 Euro
- Leitung: Christina Sauer, Leitung der Psychoonkologie
- Präsenzveranstaltung: Haus 23B, UG, Raum 0B 201 = Seminarraum 6
- Termine: 11.03. und 08.04.2025, 14:30-16:00 Uhr



E

„Ich habe leider keine guten
Nachrichten für Sie“ –
Breaking bad news in der
Onkologie

Angemessene und sichere Kommunikation von Diagnosen

Das Diagnosegespräch ist für Patientinnen und Patienten ein einschneidendes Erlebnis. Die Kommunikation von schlechten Nachrichten stellt eine herausfordernde Aufgabe dar, die Sensibilität, Mitgefühl und Fachkompetenz erfordert.

INHALT

- Sie erfahren praxisnah den aktuellen Forschungsstand zu förderlichen Rahmenbedingungen der Gesprächsführung anhand von Fallbeispielen.
- Durch angemessene Gesprächsführung vermitteln Sie Sicherheit.

IHR NUTZEN

- Sie lernen eine adäquate Gesprächsführung, die das Bedürfnis nach Verstehen, Verständnis, Beteiligung und Beistand aufgreift.

IHR AUFWAND

- 1 × 1,5 h Teilnahme an der Veranstaltung

KURSAFKTEN

- Für ärztliches Personal, das mit onkologischen Patientinnen und Patienten arbeitet
- Auch für externe Interessierte geeignet
- Kursgebühr für Externe: 45 Euro
- Leitung: Christina Sauer, Leitung der Psychoonkologie
- Präsenzveranstaltung: Haus 23B, UG, Raum 0B201 = Seminarraum 6
- Termin: 04.02.2025, 14:30-16:00 Uhr

Expertenstandards in der Pflege

Erlangen Sie in Kurzschulungen Einblicke in spezifische Expertenstandards der Pflegepraxis.

Expertenstandards tragen zur Standardisierung der Pflegepraktiken bei und fördern eine konsistente und evidenzbasierte Pflege.

INHALT

- Sie erhalten eine Einführung in nationale Expertenstandards und lernen die inhaltlichen Aspekte der jeweiligen Standards kennen.
- Lernen Sie, wie Expertenstandards zur Qualität in der Pflegepraxis beitragen und an der Universitätsmedizin Frankfurt umgesetzt werden.

IHR NUTZEN

- Vertiefen Sie Ihr Verständnis für die Qualitätssicherung in der Pflegepraxis.

KURSAFKTEN

- Für interessiertes Pflegepersonal

EXPERTENSTANDARD DEKUBITUS

- Leitung: Marion Diegelmann, Stabsstelle Pflegeentwicklung
- Ihr Aufwand: 1 × 45 Min. Teilnahme an der Veranstaltung
- Präsenzveranstaltung: Haus 23B, UG, Raum 0B219 = Seminarraum 8
- Termin: 11.02., 27.05. oder 11.11.2025, jeweils 14:15-15:00 Uhr

EXPERTENSTANDARD ERNÄHRUNG

- Leitung: Laura Todisco, Stabsstelle Pflegeentwicklung
- Ihr Aufwand: 1 × 1,5 h Teilnahme an der Veranstaltung
- Präsenzveranstaltung: Haus 23B, UG, Raum 0B201 = Seminarraum 6
- Termin: 12.03., 08.05., 20.08. oder 24.10.2025, jeweils 14:15-15:45 Uhr

EXPERTENSTANDARD SCHMERZ

- Leitung: Vanessa Franke, Stabsstelle Pflegeentwicklung
- Ihr Aufwand: 1 × 45 Min. Teilnahme an der Veranstaltung
- Präsenzveranstaltung: Haus 23B, UG, Raum 0B219 = Seminarraum 8 (18.02. und 04.11.2025) und Haus 23B, UG, Raum 0B201 = Seminarraum 6 (06.05.2025)
- Termin: 18.02., 06.05. oder 04.11.2025, jeweils 14:15-15:00 Uhr

EXPERTENSTANDARD STURZ

- Leitung: Vanessa Vater, Stabsstelle Pflegeentwicklung
- Ihr Aufwand: 1 × 45 Min. Teilnahme an der Veranstaltung
- Präsenzveranstaltung: Haus 23CB UG, Raum 0B219 = Seminarraum 8
- Termin: 26.02., 16.07. oder 24.09.2025, jeweils 14:15-15:00 Uhr



Kompression: Theorie und Praxis

Entdecken Sie die Welt der Kompressionstherapie –
Theorie und Praxis in einem zweistündigen Kurs.

Sie lernen die verschiedenen Formen der Kompressionstherapie kennen, um den Blutfluss in Venen und Lymphgefäßen zu verbessern.

INHALT

- Sie bekommen umfassende Einblicke in die Indikationen für die Anwendung der Kompressionstherapie.
- Sie erlernen die korrekte Durchführung der Therapie, um eine effektive Behandlung zu gewährleisten.
- Sie lernen spezielle Wickeltechniken zur Erst-Entstauung, um Ödemen entgegenzuwirken und die Blutzirkulation zu verbessern.

IHR NUTZEN

- Sie lernen, wie Sie die Kompressionstherapie richtig anwenden und somit Ödemen vorbeugen und die Blutzirkulation unterstützen.

IHR AUFWAND

- 1 x 2 h Teilnahme an der Veranstaltung

KURSAFKTEN

- Für interessiertes Pflegepersonal
- Auch für externe Interessierte geeignet
- Kursgebühr für Externe: 60 Euro
- Leitung: Anja Breitenfeld, Universitäres Wundzentrum
- Präsenzveranstaltung: Haus 23B, UG, Raum 0B219 – Seminarraum 68
- Termin: 19.02. oder 14.10.2025, jeweils 13:00-15:00 Uhr



Trachealkanülen- management

Erweitern Sie Ihr Fachwissen im Trachealkanülen-
management: Theorie und praktische Übungen in
90 Minuten.

Erlernen sie spezifisches Fachwissen, um den Umgang mit tracheostomierten Patientinnen und Patienten erfolgreich zu gestalten.

INHALT

- Lernen Sie die Indikationen und Auswirkungen für eine Tracheotomie kennen und erhalten Sie Einblicke in die richtige Pflege des Tracheostomas.
- Sie bekommen praktische Anweisungen zum Umgang mit Trachealkanülen, inklusive Blocken, Entblocken und Reinigen.
- Sie erlernen die wichtigsten Methoden zum Management der Atemwege und des Sekrets, wie Absaugen und Befeuchten.

IHR NUTZEN

- Sie lernen die verschiedenen Schritte der Tracheostomapflege kennen und haben Gelegenheit, am Modell Ihre Fähigkeiten zu verbessern.

IHR AUFWAND

- 1 x 1,5 h Teilnahme an der Veranstaltung

KURSAFKTEN

- Für interessiertes Pflegepersonal
- Auch für externe Interessierte geeignet
- Kursgebühr für Externe: 45 Euro
- Leitung: Katja Eckhardt, Fachweiterbildung für Onkologie und Palliativ, Gruppenleitung HNO
- Präsenzveranstaltung: Haus 8D, EG, Seminarraum 10
- Termin: 13.03.2025, 10:00-11:30 Uhr

Wundmanagement: Wundstandards und Material

Erfahren Sie alles Wichtige zum Thema Wundmanagement: von der Wundbeurteilung bis zur stadiengerechten Wundversorgung.

Das Wundmanagement beinhaltet die Pflege und Behandlung von Wunden, um eine effektive Heilung und Minimierung von Komplikationen zu fördern.

INHALT

- Lernen Sie die verschiedenen Stadien der Wundheilung kennen und beurteilen Sie diese korrekt.
- Erhalten Sie Einblicke in die stadiengerechte Versorgung von Wunden, um eine effektive Heilung zu fördern und Komplikationen zu minimieren.

IHR NUTZEN

- Vertiefen Sie ihr Wissen über die verschiedenen Wundstadien und deren Versorgung.

IHR AUFWAND

- 1 x 2 h Teilnahme an der Veranstaltung

KURSAFKTEN

- Für interessiertes Pflegepersonal
- Auch für externe Interessierte geeignet
- Kursgebühr für Externe: 60 Euro
- Leitung: Anja Breitenfeld, Universitäres Wundzentrum
- Präsenzveranstaltung: Haus 23B, UG, Raum 0B219 = Seminarraum 8
- Termin: 11.03., 14.05., 09.09. oder 18.11.2025, jeweils 13:00-15:00 Uhr

Gesundheitscampus: Fachweiterbildung für Pflegefachpersonen

Zertifizierte interdisziplinäre Fortbildungsmöglichkeiten in der Pflege

Eine pflegerische Fachweiterbildung ist eine entscheidende Möglichkeit für Pflegefachkräfte, ihr Fachwissen zu erweitern und sich in spezifischen Bereichen zu professionalisieren. Eine (Fach-)Weiterbildung bietet Ihnen die Chance, Ihre Kompetenzen zu vertiefen, Ihre Karrierechancen zu verbessern und einen professionellen Beitrag zur Patientenversorgung zu leisten.

(FACH-)WEITERBILDUNGSANGEBOTE

	Kursgebühren für Externe (in Euro)
Weiterbildung Praxisanleiter/in (staatlich anerkannt)	3.500
Weiterbildung Palliative Versorgung (Palliative Care) (staatlich anerkannt)	2.333
Weiterbildung Leitung einer Station/eines Bereiches (DKG)	6.500
Fachweiterbildung Intensiv- und Anästhesiepflege (DKG)	9.000
Fachweiterbildung Pädiatrische Intensiv- und Anästhesiepflege (DKG)	9.000
Fachweiterbildung Pflege in der Onkologie (DKG)	9.000
Fachweiterbildung Notfallpflege (DKG)	7.500
Fachweiterbildung Pflege in der Psychiatrie, Psychosomatik und Psychotherapie (DKG)	9.000

ZIELGRUPPE:

Die Fachweiterbildung richtet sich an examinierte Pflegefachpersonen, die bereits über Berufserfahrung (mindestens sechs Monate im Fachbereich) verfügen und ihr Wissen sowie ihre Fähigkeiten auf ein höheres Niveau bringen möchten. Sie bietet eine ausgezeichnete Möglichkeit, sich beruflich weiterzuentwickeln und neue Herausforderungen anzunehmen.

INHALTE UND SCHWERPUNKTE

Die Fachweiterbildung umfasst eine Vielzahl von Themenbereichen, die eng mit dem beruflichen Alltag in der Pflegepraxis verknüpft sind. Dazu gehören unter anderem:

- Vertiefung des pflegerischen Fachwissens im jeweiligen Fachgebiet
- Erwerb spezifischer Kenntnisse und Fertigkeiten in der Pflege von Patientinnen und Patienten mit besonderen Bedürfnissen, beispielsweise Menschen mit chronischen Erkrankungen oder palliativem Pflegebedarf oder Kindern und Jugendlichen
- Schulung in der Anwendung und Umsetzung spezifischer Technologien und innovativer Pflegekonzepte
- Entwicklung von Führungskompetenzen und Managementfähigkeiten für eine effektive Teamleitung und Organisation von Pflegeprozessen

AUFWAND

Die Fachweiterbildung erstreckt sich über einen definierten Zeitraum, in dem theoretische Lehrinhalte mit praktischen Einsätzen in verschiedenen Einsatzgebieten kombiniert werden. Je nach Fachgebiet kann die Dauer variieren, typischerweise beträgt sie jedoch zwischen zwölf und 24 Monaten. Der Unterricht findet in der Regel in Form von Blockunterrichtswochen, Seminaren, Workshops und in Anteilen in Blended Learning sowie praktischen Übungen statt, geleitet von erfahrenen Dozentinnen und Dozenten.

ZUGANGSVORAUSSETZUNGEN

- Sie haben nachweislich eine abgeschlossene pflegerische Grundausbildung oder ein primär qualifizierendes Studium und sind seit mindestens sechs Monaten in der Pflege tätig.
- Eine Empfehlung Ihrer Führungskräfte (Gruppenleitungen, Pflegedienstleitungen) liegt vor.

WEITERFÜHRENDE INFORMATIONEN

hlfgp.hessen.de/pflegefachberufe/weiterbildungen-fuer-pflegeberufe-dkgev.de/themen/personal-weiterbildung/aus-und-weiterbildung-von-pflegeberufen



ukf-und-du.de/gesundheitscampus

Gesundheitscampus: Anerkennungs- verfahren für interna- tionale Pflegefachkräfte

E

Zertifizierte interdisziplinäre Fortbildungsmöglichkeiten in der Pflege

Das Anerkennungsverfahren für internationale Pflegefachkräfte dient dazu, Ihre im Ausland erworbene Berufsqualifikation mit den in Deutschland geltenden Standards zu vergleichen und anzuerkennen. Nach erfolgreichem Abschluss des Verfahrens erhalten Sie die Berufserlaubnis.

Am Gesundheitscampus Universitätsmedizin Frankfurt Rhein-Main gibt es zwei Optionen zur Auswahl.

1. ANPASSUNGSLEHRGANG AM GESUNDHEITSCAMPUS UNIVERSITÄTSMEDIZIN FRANKFURT RHEIN-MAIN / GOETHE- PFLERGEAKADEMIE:

Der Anpassungslehrgang setzt sich aus 200 UE theoretischem und praktischem Unterricht und einer praktischen Ausbildung mit theoretischer Unterweisung zusammen.

Die Länge der praktischen Ausbildung hängt vom individuellen Feststellungsbescheid des Hessischen Landesamtes für Gesundheit und Pflege (HLfGP) ab und beinhaltet meist 320 Stunden in der Langzeitpflege.

Ab dem 1. Januar 2025 bieten wir an der Goethe-Pflegeakademie zusätzlich ein Theorie-Praxis-Modul der Langzeitpflege an, wobei anstatt dem praktischen Einsatz von 320 Stunden in der Langzeitpflege zusätzlich 104 UE absolviert werden können.

Das Anerkennungsverfahren schließt nach der Beendigung von Theorie und dem kompletten Umfang der praktischen Ausbildung analog dem Feststellungsbescheid des HLfGP mit einem Abschlussgespräch ab.

TERMINE ANPASSUNGSLEHRGÄNGE 2025

Kurs	Theorieblock 200 UE (25 Tage)	Modul Langzeitpflege 104 UE (13 Tage)
2025-1	13.01.-14.02.2025	17.02.-05.03.2025
2025-2	28.04.-03.06.2025	04.06.-24.06.2025
2025-3	21.07.-22.08.2025	25.08.-10.09.2025
2025-4	13.10.-14.11.2025	17.11.-03.12.2025

- Weitere Informationen erhalten Sie über: Ulrike Fastenrath, Goethe-Pflegeakademie – Anerkennungsverfahren, ulrike.fastenrath@unimedizin-ffm.de
- Zugangsvoraussetzungen:
 - Nachweis einer abgeschlossenen und staatlich anerkannten Pflegeausbildung im Herkunftsland
 - Feststellungsbescheid des HLfGP
 - Anerkanntes Sprachzertifikat B2-Deutsch
- Auch für externe Interessierte geeignet
- Kursgebühren für Externe (200 UE):
 - Lehrgangsgebühr: 2.500 Euro
 - Prüfungsabnahme: 250 Euro
 - Gesamt: 2.750 Euro zzgl. MwSt. 19%



GESUNDHEITS
CAMPUS

UNIVERSITÄTSMEDIZIN
FRANKFURT RHEIN-MAIN

Gesundheitscampus: Anerkennungs- verfahren für inter- nationale Pflegefachkräfte

2. KENNISPRÜFUNG UND VORBEREITUNGSKURS ZUR KENNISPRÜFUNG AM GESUNDHEITSCAMPUS UNIVERSITÄTSMEDIZIN FRANKFURT RHEIN-MAIN / AGNES-KARL-SCHULE AM NORDWEST-KRANKENHAUS

Der Vorbereitungskurs zur Kenntnisprüfung umfasst 80 UE und findet an der Agnes-Karl-Schule am Nordwest-Krankenhaus zweimal jährlich statt. Er schließt das Anerkennungsverfahren mit dem Bestehen einer praktischen Kenntnisprüfung und einer theoretischen Kenntnisprüfung ab.

Frühlingskurs: 10.02. und 11.02.2025 17.02. und 18.02.2025
Block II: 10.03. und 11.03.2025 17.03. und 18.03.2025
Übungstage: 05.05. und 06.05.2025

Mündliche Prüfungstermine sind ab Mitte bis Ende Juni möglich.

Herbstkurs: 25.08. und 26.08.2025 01.09. und 02.09.2025
Block II: 29.09. und 30.09.2025 06.10. und 07.10.2025
Übungstage: 20.10. und 21.10.2025

Mündliche Prüfung sind ab Mitte November möglich.

KURSAFKTEN

- Für Internationale Pflegefachkräfte im Anerkennungsverfahren
- Auch für externe Interessierte geeignet
- Weitere Informationen erhalten Sie über:
Roland Zeiler-Matthé, roland.zeiler-matthe@unimedizin-ffm.de
- Zugangsvoraussetzungen:
 - Nachweis einer abgeschlossenen und staatlich anerkannten Pflegeausbildung im Herkunftsland
 - Feststellungsbescheid des HlFGP
 - Anerkanntes Sprachzertifikat B2-Deutsch



Einführungsveranstaltung für neue Beschäftigte

Berufsgruppenübergreifende Veranstaltung für alle neuen Beschäftigten

Um Ihnen einen optimalen Start an der Universitätsmedizin Frankfurt zu ermöglichen, laden wir Sie herzlich zu unserer Einführungsveranstaltung ein. Wir freuen uns darauf, Sie persönlich kennenzulernen und Sie bei Ihrem erfolgreichen Start in die neue Position zu begleiten.

INHALT

- Was zeichnet die Universitätsmedizin Frankfurt als Arbeitgeber aus?
- Sie erhalten eine Einführung in unsere Unternehmenswerte und Unternehmenskultur.
- Auf dem Marktplatz können Sie sich im persönlichen Gespräch zu Mitarbeitervorteilen und Unterstützungsangeboten informieren.

NUTZEN

- Diese Veranstaltung ist die ideale Gelegenheit, mehr über die Universitätsmedizin Frankfurt zu erfahren, Kontakte zu knüpfen und sich mit wichtigen Bereichen vertraut zu machen.
- Probieren Sie einen frischen Smoothie auf unserem Marktplatz!

IHR AUFWAND

- 1 x 3 h Teilnahme an der Veranstaltung

KURSAKTEN

- Für alle neuen Beschäftigten an der Universitätsmedizin Frankfurt
- Die Teilnahme ist verbindlich und gilt als Arbeitszeit.
- Präsenzveranstaltung: Den jeweiligen Veranstaltungsort entnehmen Sie bitte Ihrem Self Service Personal unter der Rubrik Buchungen.
- Termine: 14.01., 04.03., 06.05. oder 02.07.2025, jeweils von 09:00-12:00 Uhr
- Eine Anmeldung ist nicht erforderlich. Sie werden vom Bereich Innerbetriebliche Fortbildung für die Veranstaltung angemeldet.



Einführungstag für internationale Pflegefachpersonen

Lernen Sie Ihren neuen Arbeitsplatz und alles, was dazugehört, kennen.

Die Einführung internationaler Pflegekräfte erfordert unterstützendes Vorgehen, um eine erfolgreiche Integration zu gewährleisten. Hierzu zählen spezielle Einführungstage, die eine Willkommenskultur schaffen und das gegenseitige Kennenlernen erleichtern sollen.

INHALT

- Lernen Sie die Sprachlehrerinnen und Sprachlehrer, den Deutschunterricht und die Deutscheinstufungstests kennen.
- Sie erhalten einen Überblick über die Bildungsakademie: Fort- und Weiterbildungsmöglichkeiten, Praxisanleitungen, Mentoring-Programm.
- Ihnen werden verschiedenen Expertenstandards in der Pflege erläutert.
- Tauschen Sie sich über Patientensicherheit und Qualität in der Pflege aus.

IHR NUTZEN

- Ein einfacherer Einstieg, durch einen ersten Überblick über die wichtigsten Angebote der Universitätsmedizin Frankfurt.

IHR AUFWAND

- 1 x 1 Tag Teilnahme an der Veranstaltung

KURSAKTEN

- Für internationale Pflegekräfte
- Leitung: Dr. Anja Pauline Ebert, Sprachlehrerin im Gesundheitscampus Universitätsmedizin Frankfurt Rhein-Main
- Präsenzveranstaltung: Haus 35 A, Pavillon
- Termine: jeweils 09:00-16:00 Uhr an folgenden Tagen: 23.01., 20.02., 20.03., 24.04., 22.05., 26.06., 24.07., 21.08., 25.09., 23.10., 27.11. oder 18.12.2025
- Für die Anmeldung werden Dr. Ebert die jeweiligen Pflegekräfte über die Gruppen- und Pflegedienstleitungen gemeldet.



Wie verdienen wir an der
Universitätsmedizin Frankfurt
unser Geld?

Grundsätze der Krankenhausfinanzierung

Erhalten Sie einen Überblick zu den Grundlagen der Krankenhausfinanzierung und deren Bedeutung für die Universitätsmedizin Frankfurt.

INHALT

- Erfahren Sie mehr über die rechtlichen Grundlagen der Krankenhausfinanzierung in Deutschland.
- Das Prinzip der dualen Krankenhausfinanzierung wird verständlich erklärt.
- Erhalten Sie Einblicke in Kostenverteilung und Budgetierung im Krankenhaus.
- Ein Ausblick auf anstehende politische Veränderungen und deren Einfluss auf die Universitätsmedizin Frankfurt rundet die Veranstaltung ab.

IHR NUTZEN

- Sie gewinnen einen Überblick über die Systematik der Krankenhausfinanzierung in Deutschland.

IHR AUFWAND

- 1 × 1,5 h Teilnahme an der Veranstaltung

KURSAKTEN

- Für alle Beschäftigten
- Leitung: Markus Jones, Kaufmännischer Direktor der Universitätsmedizin Frankfurt
- Präsenzveranstaltung: Haus 1, 2. OG, Raum 212
- Termin: 05.06.2025, 15:00-16:30 Uhr



Vergaberecht für Bedarfsstellen

Vertiefen Sie Ihr Verständnis für das Vergaberecht und lernen Sie die praktischen Aspekte der Auftragsvergabe kennen.

Das Vergaberecht regelt basierend auf grundlegenden Richtlinien die Vergabe von öffentlichen Aufträgen.

INHALT

- Was sind die Grundsätze und die Herkunft des Vergaberechts? Wieso wird es angewendet?
- Erhalten Sie Einblicke in die Projektausschreibung, einschließlich der Vergabearten, des Verfahrenfortgangs und der Verfahrensdauer.
- Sie bereiten eine Vergabe vor, indem Sie Leistungsbeschreibungen bzw. Verzeichnisse erstellen und Eignungs- sowie Qualitätskriterien festlegen.

IHR NUTZEN

- Sie gewinnen einen Überblick über die Richtlinien und Instrumente des Vergaberechts.

IHR AUFWAND

- 1 x 3 h Teilnahme an der Veranstaltung

KURSAKTEN

- Für Beschäftigte, die Beschaffungen und Investitionen in den Kliniken und der Verwaltung betreuen und anstoßen
- Leitung: Eva Maria Latocha, Abteilungsleitung Zentrale Vergabe Dezernat 3
- Präsenzveranstaltung: Haus 23B, UG, Raum 0B219 = Seminarraum 8
- Termin: 11.03. oder 04.11.2025, jeweils 09:00-12:00 Uhr



Pflegepersonalbedarfs- bemessung – nach PPR 2.0

Vertiefen Sie Ihr Wissen über die Pflegepersonalbedarfsbemessung mit spezifischen PPR-Schulungen für verschiedene Altersgruppen und Führungskräfte.

Die Pflegepersonalbedarfsbemessung bemisst die erforderliche Anzahl und Qualifikationen von Pflegepersonal in Kliniken. Die Umsetzung in ATOSS und ORBIS ist Gegenstand der verschiedenen PPR-Schulungen.

ONLINE-SCHULUNG IN ROXTRA:

PPR 2.0 ERWACHSENE

- Einführung in die Methoden PPR 2.0 für Erwachsene
- Erläuterung der Einstufungsmerkmale

PPR 2.0 FRÜH-/NEUGEBORENE UND SÄUGLINGE

- Einführung in die Methoden PPR 2.0 für Säuglinge
- Erläuterung der Einstufungsmerkmale

PPR 2.0 KINDER- UND JUGENDLICHE

- Einführung in die Methoden PPR 2.0 für Kinder und Jugendliche
- Erläuterung der Einstufungsmerkmale

PPR 2.0 FÜR FÜHRUNGSKRÄFTE

- Einführung in die Methoden PPR 2.0 – Pflegepersonalregelung im Rahmen E-TV
- Erfassung in ORBIS
- Auswertung (für Führungskräfte)

Für alle vier Schulungen gilt:

IHR NUTZEN:

- Sie vertiefen ihr Wissen rund um die Pflegepersonalbedarfsbemessung und lernen PPR 2.0 kennen.

AUFWAND:

- etwa 30 Min. pro Online-Schulung

Effiziente Pflegeanalyse = epaAC: Programm zur Risikobewertung der Patientinnen und Patienten und Maßnahmenplanung (Schulungsmodul 1)

Entdecken Sie die Effizienz von epaAC für eine präzise Pflegeanalyse und Maßnahmenplanung.

Erhalten Sie einen Einblick in die Anwendung von epa zur Patientendokumentation im Stationsalltag.

INHALT

- Wie wende ich epa zur Patientendokumentation im Stationsalltag richtig an?
- Lernen Sie die Definition, den Aufbau und die Nutzung von epa für effiziente Pflegeanalysen kennen.

IHR NUTZEN

- Erhalten Sie eine Einführung in das Basis-Assessment zur Erfassung des Gesundheitszustandes pflegebedürftiger Menschen.

IHR AUFWAND

- 30-minütige Video-Online-Schulung in roXtra

KURSAFKTEN

- Für alle Pflegekräfte
- Leitung: Sabine Wimmers

Patientendokumentation mit LEP = Leistungserfassung in der Pflege (Schulungsmodul 2)

Standardisierte Patientendokumentation mit LEP:
Effizienz im Stationsalltag

Erfahren Sie alles über die einheitliche Patientendokumentation mit LEP.

INHALT

- Vereinheitlichen Sie die Patientendokumentation mit LEP im Stationsalltag.
- Wenden Sie LEP für die Pflegemaßnahmendokumentation richtig an.

IHR NUTZEN

- Steigern Sie die Effizienz durch standardisierte Dokumentation im Stationsalltag.

IHR AUFWAND

- 30-minütige Video-Online-Schulung in roXtra

KURSAFKTEN

- Für alle Pflegekräfte
- Leitung: Sabine Wimmers



Gesundheits- förderung

Entdecken Sie unsere Gesundheitsangebote in Kooperation mit der AOK Hessen.



Sehr geehrte Damen und Herren,

unsere Gesundheitskooperation befindet sich nunmehr im vierten Jahr und unterstreicht eindrücklich, wie sehr Ihre Gesundheit Ihrem Arbeitgeber und uns als AOK Hessen am Herzen liegt. Ihre rege Teilnahme an unseren Maßnahmen der betrieblichen Gesundheitsförderung freut uns sehr. Das im letzten Jahr eingeführte neue Format einer integrierten Gesamtbroschüre, die die gemeinsamen Angebote der AOK Hessen und der Universitätsmedizin Frankfurt bündelt, ist auf ausgesprochen positive Resonanz gestoßen – dafür herzlichen Dank!

Auch im ersten Halbjahr 2025 halten wir erneut vielfältige Angebote für Sie bereit. Wählen Sie einfach das für Sie passende aus dem attraktiven Kursprogramm 2025 aus. Denn Gesundheitsförderung und Prävention sind so wichtig für den Erhalt von Gesundheit und Lebensqualität. Das Engagement in diesen Feldern gehört zu unseren Kernkompetenzen. Darauf dürfen Sie auch weiterhin vertrauen. Deshalb unterstützen wir Sie auch künftig in allen Fragen rund um die Gesundheit kompetent und individuell.

Insoweit: Bleiben Sie am Ball – tun Sie etwas Gutes für Ihre Gesundheit und nutzen Sie auch weiterhin unsere Online- oder Präsenzveranstaltungen! Diese sind auf die spezifischen Anforderungen Ihres Berufes abgestimmt und werden von erfahrenen und zertifizierten Trainerinnen und Trainern geleitet. Wählen Sie Ihr individuelles Programm, stärken Sie Ihre Gesundheit und vor allem: Seien Sie mit Freude und Spaß dabei!



Detlef Lamm
Vorsitzender des Vorstandes



Starke Gemeinschaft

Die AOK ist seit mehr als 130 Jahren eine der führenden Krankenkassen in Deutschland. Der AOK Hessen vertrauen über 1,7 Millionen Menschen. Sie steht für Gesundheit, Sicherheit und eine umfassende, qualitätsorientierte medizinische Versorgung, inklusive vielfältiger, präventiver Angebote im Bereich der betrieblichen Gesundheitsförderung. Diese betriebliche Gesundheitsförderung setzt mit präventiven Maßnahmen in den Handlungsfeldern Bewegung, Ernährung, Stressmanagement und Entspannung sowie gesundes Führen an dem Ort an, wo Sie einen Großteil Ihrer Zeit verbringen: im beruflichen Umfeld, am Arbeitsplatz. Das auf Sie abgestimmte Programm will Ihre Motivation fördern, Ihre Energie im Arbeitsalltag steigern und will helfen, Ihr allgemeines körperliches und seelisches Wohlbefinden und somit Ihre Gesundheit zu stärken. So passt Gesundheit perfekt in Ihr Leben. Die AOK-Gesundheitskurse in Kooperation mit Ihrem Arbeitgeber.

Ihre AOK – Die Gesundheitskasse in Hessen



Gelassen mit
Stress umgehen



Kostenfreie Jahreslizenz: Meditations- und Achtsamkeits-App 7Mind

Meditation macht nicht nur glücklich, sondern auch gesund.

Entdecken Sie die Welt der Meditation und Achtsamkeit. Fördern Sie Ihre Gesundheit und Ihr Wohlbefinden mit kleinen alltäglichen Übungen. Bereits sieben Minuten pro Tag bewirken eine Veränderung.

INHALT

- Lernen Sie, mit Meditations- und Achtsamkeitsübungen Ihre Gesundheit zu fördern.
- Entdecken Sie Morgen- und Abendroutinen, Fantasiereisen, Musik- und Naturklänge.
- Wählen Sie aus einem umfangreichen Angebot an geführten Übungen. Entdecken Sie Ihr ungenutztes Potenzial – beruflich und privat. Zum Beispiel mit dem Kurs „Achtsam essen“ für ein neues Genießen. „Gedanken beobachten“ für begleitende Meditationsübungen. „Konflikte“ für einen achtsamen Umgang mit Differenzen. Und „PME am Schreibtisch“ für die angeleitete progressive Muskelentspannung am Arbeitsplatz.

IHR NUTZEN

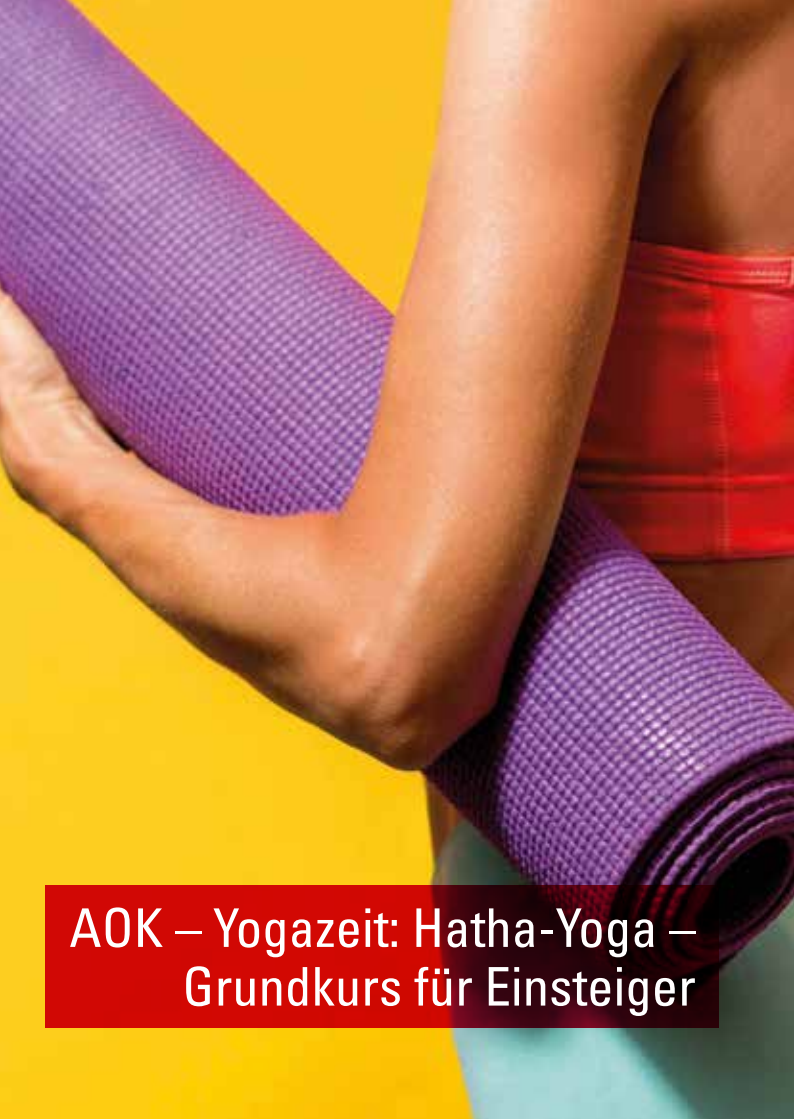
- Gehen Sie gelassener und fokussierter durchs Leben – mit aufbauenden Meditations- und Stressregulationsübungen.
- Stärken Sie Ihr Immunsystem durch regelmäßiges gezieltes Training.
- Beugen Sie Bluthochdruck vor und wirken Sie Kopfschmerzen und Schlafproblemen entgegen.

IHR AUFWAND

- Nutzung nach persönlichem Empfinden
- Empfehlung: 7 Min. pro Tag

KURSAKTEN

- Für alle Beschäftigten
- Sie haben Interesse? Schreiben Sie eine E-Mail an: bgf@unimedizin-ffm.de und Sie erhalten zeitnah Ihren Zugangscode zur Jahreslizenz für die kostenfreie Nutzung der App.
- Die Inhalte sind auf Deutsch, Englisch, Französisch und Niederländisch verfügbar.
- Finanziert durch die AOK Hessen



AOK – Yogazeit: Hatha-Yoga – Grundkurs für Einsteiger

Erfahren Sie die entspannende Wirkung von Yoga auf Körper und Geist.

Steigern Sie mit regelmäßiger Yogapraxis Ihr Gleichgewicht, Ihre Beweglichkeit und fördern Sie den Stressabbau.

INHALT

- Erlernen Sie Entspannungs-, Atem- und Körperübungen und finden Sie in Einklang mit sich selbst.
- Der Abbau von körperlichen Beschwerden wie Rückenschmerzen oder psychosomatisch bedingten Problemen wie Schlafstörungen wird gefördert.

IHR NUTZEN

- Yoga wirkt harmonisierend auf Körper und Wohlbefinden.
- Verbessern Sie Ihr Gleichgewicht, die Spannkraft Ihres Körpers und Ihre Beweglichkeit.
- Reduzieren Sie Stress mit gezielten Übungen.

IHR AUFWAND

- 8 x 75 Min. Teilnahme am Kurs
- Die Kursmaterialien werden zur Verfügung gestellt.

KURSAKTEN

- Für alle Beschäftigten
- Es sind keine Yogavorkenntnisse notwendig.
- Kursleitung: Madhavi Christin Natter, Diplom-Psychologin, Business und Life Coach, Ayurvedatherapeutin und Yogalehrerin
- Online-Veranstaltung –
Den Veranstaltungslink erhalten Sie etwa eine Woche vor Beginn.
- Termine: dienstags 16:30-17:45 Uhr an folgenden Tagen:
04.02., 11.02., 18.02., 25.02., 04.03., 11.03., 18.03. und 25.03.2025



AOK – Yogazeit: Hatha-Yoga – Kurs für Wiederholende

Vertiefen Sie bereits erlernte Grundkenntnisse und erfahren Sie die entspannende und vitalisierende Wirkung von Yoga auf Körper und Geist.

Steigern Sie mit regelmäßiger Yogapraxis Ihr Gleichgewicht, Ihre Beweglichkeit und fördern Sie den Stressabbau.

INHALT

- Erlernen und vertiefen Sie auf den Grundkenntnissen aufbauende Entspannungs-, Atem- und Körperübungen und finden Sie in Einklang mit sich selbst.
- Wirken Sie körperlichen Beschwerden wie Rückenschmerzen und psychosomatisch oder stressbedingten Problemen wie Schlafstörungen entgegen.
- Stärken Sie Ihre Konzentrationsfähigkeit und Ihre emotionale Balance.

IHR NUTZEN

- Yoga wirkt harmonisierend auf Körper und Wohlbefinden.
- Verbessern Sie Ihr Gleichgewicht, die Spannkraft Ihres Körpers und Ihre Beweglichkeit.
- Reduzieren Sie Stress und tanken Sie neue Energie.

IHR AUFWAND

- 8 x 75 Min. Teilnahme am Kurs
- Die Kursmaterialien werden zur Verfügung gestellt.

KURSAKTEN

- Für alle Beschäftigten mit Vorkenntnissen
- Kursleitung: Madhavi Christin Natter, Diplom-Psychologin, Business und Life Coach, Ayurvedatherapeutin und Yogalehrerin
- Online-Veranstaltung –
Den Veranstaltungslink erhalten Sie etwa eine Woche vor Beginn.
- Termine: Kurs 1: mittwochs 16:30-17:45 Uhr an folgenden Tagen:
05.02., 12.02., 19.02., 26.02., 05.03., 12.03., 19.03. und 26.03.2025
Kurs 2: dienstags 17:00-18:15 Uhr an folgenden Tagen:
06.05., 13.05., 20.05., 27.05., 03.06., 10.06., 17.06. und 24.06.2025



Tai Chi

Lernen Sie die vielen Seiten dieser chinesischen Bewegungskunst kennen.

Erlernen Sie die Grundprinzipien des Tai Chi und wirken Sie Stress entgegen.

INHALT

- Lernen Sie diverse Tai-Chi-Formen und Atemtechniken kennen.
- Lösen Sie Verspannungen an Schulter und Nacken.

IHR NUTZEN

- Verbessern Sie Ihre gesunde Körperhaltung im Stehen und im Sitzen.
- Lösen Sie Blockaden und stärken Sie Ihre Organe.
- Reduzieren Sie Stress effektiv.

IHR AUFWAND

- 8 × 1 h Teilnahme am Kurs

KURSAKTEN

- Für alle Beschäftigten
- Leitung: Ute Jünemann-Bauer, Lehrerin für Tai Chi und Qi Gong, Psychologische Beraterin, Buchautorin, Inhaberin der Firma Tai Chi for business
- Präsenzveranstaltung: Haus 23B, 12. OG – Gymnastikraum
- Termine: Kurs 1: donnerstags 17:15-18:15 Uhr an folgenden Tagen: 13.02., 20.02., 27.02., 06.03., 13.03., 20.03., 27.03. und 03.04.2025
Kurs 2: donnerstags 16:00-17:00 Uhr an folgenden Tagen: 24.04., 08.05., 15.05., 22.05., 05.06., 12.06., 26.06. und 03.07.2025
- Finanziert durch die AOK Hessen



Qi Gong

Lernen Sie die vielen Seiten dieser chinesischen Bewegungskunst kennen.

Erlernen Sie die Grundprinzipien des Qi Gong und fördern Sie den Stressabbau.

INHALT

- Lernen Sie diverse Formen von Qi Gong und Atemtechniken kennen.
- Lösen Sie Verspannungen und stärken Sie Ihre Muskulatur.

IHR NUTZEN

- Lösen Sie Blockaden und stärken Sie Ihre Organe.
- Verbessern Sie Ihre Beweglichkeit.
- Lernen Sie, wie Sie zur Ruhe kommen und sich gleichzeitig stärken können.

IHR AUFWAND

- 8 x 1 h Teilnahme am Kurs

KURSAKTEN

- Für alle Beschäftigten
- Leitung: Ute Jünemann-Bauer, Lehrerin für Tai Chi und Qi Gong, Psychologische Beraterin, Buchautorin, Inhaberin der Firma Tai Chi for business
- Präsenzveranstaltung: Haus 23B, 12. OG – Gymnastikraum
- Termine: Kurs 1: donnerstags 16:00-17:00 Uhr an folgenden Tagen: 13.02., 20.02., 27.02., 06.03., 13.03., 20.03., 27.03. und 03.04.2025
Kurs 2: donnerstags 17:15-18:15 Uhr an folgenden Tagen: 24.04., 08.05., 15.05., 22.05., 05.06., 12.06., 26.06. und 03.07.2025
- Finanziert durch die AOK Hessen



AOK – Yogazeit: Intensivkurs

Yoga-Intensivkurs für die ganzheitliche Gesundheit

Stärken Sie Ihren Körper mit einem Yoga-Intensivkurs.

INHALT

- Erlernen Sie sanfte Bewegungs- und Dehnübungen sowie Atemtechniken und harmonisieren Sie Ihren Atemfluss.
- Nutzen Sie Entspannungsübungen zur Verringerung von Anspannungen und Nervosität.
- Verbessern Sie durch Meditation Ihre Konzentration und Leistungsfähigkeit.

IHR NUTZEN

- Fördern Sie Ihre Gesundheit.
- Yoga hat eine verjüngende und harmonisierende Wirkung auf Ihren gesamten Organismus.
- Verbessern Sie Ihre Beweglichkeit und Körperwahrnehmung.
- Reduzieren Sie Stress und Verspannungen.
- Steigern Sie Ihre geistige Klarheit und Konzentrationsfähigkeit.

IHR AUFWAND

- 8 × 75 Min. Teilnahme am Kurs (i.d.R. 2 Kurseinheiten pro Woche)
- Die Kursmaterialien werden zur Verfügung gestellt.

KURSAKTEN

- Für alle Beschäftigten
- Es sind keine Yogavorkenntnisse notwendig.
- Kursleitung: Natalie Streichert, Yogalehrerin, Ganzheitliche Ayurveda Ernährungs- und Gesundheitsberaterin
- Präsenzveranstaltung: Haus 23A, 12. OG – Gymnastikraum
- Termine: Kurs 1: mittwochs und montags 15:45-17:00 Uhr an folgenden Tagen: 23.04., 28.04., 30.04., 05.05., 07.05., 12.05., 14.05. und 19.05.2025
Kurs 2: montags und mittwochs 15:45-17:00 Uhr an folgenden Tagen: 21.05., 26.05., 28.05., 02.06., 04.06., 11.06., 16.06. und 18.06.2025



AOK – Yogazeit: Summertime

Steigern Sie mit Yoga Ihr Wohlbefinden.

Starten Sie gestärkt, voller Gesundheit und Selbstbewusstsein in den Sommer.

INHALT

- Genießen Sie, wie Yoga Ihren Körper und Geist entspannt.
- Yoga kann Rückenschmerzen und andere körperliche Beschwerden reduzieren und mentale Probleme wie Schlafstörungen lindern.

IHR NUTZEN

- Verbessern und stärken Sie Ihr Gleichgewicht, Ihre Beweglichkeit und die Spannkraft Ihres Körpers.
- Reduzieren Sie Stress durch Entspannungs-, Atem- und Körperübungen.
- Erleben Sie die positiven Effekte des Trainings im Grünen und unter freiem Himmel.

IHR AUFWAND

- 8 x 75 Min. Teilnahme am Kurs
- Die Kursmaterialien werden zur Verfügung gestellt.

KURSAKTEN

- Für alle Beschäftigten
- Es sind keine Yogavorkenntnisse notwendig.
- Kursleitung: Natalie Streichert, Yogalehrerin, Ganzheitliche Ayurveda Ernährungs- und Gesundheitsberaterin
- Präsenzveranstaltung: Haus 23A, 12. OG, Gymnastikraum (bei gutem Wetter ggf. auf der Wiese)
- Termine: Kurs 1: mittwochs 17:15-18:30 Uhr an folgenden Tagen: 23.04., 30.04., 07.05., 14.05., 21.05., 28.05., 04.06. und 11.06.2025
Kurs 2: montags 17:15-18:30 Uhr an folgenden Tagen: 28.04., 05.05., 12.05., 19.05., 26.05., 02.06., 16.06. und 23.06.2025



Entspannt in den Feierabend

Lassen Sie den Arbeitsalltag gelassen hinter sich.

Starten Sie entspannt in den Feierabend und nutzen Sie Ihre freie Zeit für wirkliche Erholung.

INHALT

- Erfahren Sie mehr über die Grundlagen und die Bedeutung von Entspannung nach der Arbeit.
- Lernen Sie verschiedene Entspannungstechniken kennen.
- Machen Sie sich mit Strategien der Selbstfürsorge vertraut.

IHR NUTZEN

- Lassen Sie die Anstrengungen des Tages hinter sich.
- Nutzen Sie fernöstliche Entspannungsverfahren für den sanften Übergang in den Feierabend.
- Bauen Sie gezielt kleine und große Pausen in Ihr Leben ein und bringen Sie mehr Flow in Ihren Alltag, um Stress zu minimieren.

IHR AUFWAND

- 1 × 3 h Teilnahme an der Veranstaltung
- Bitte bringen Sie eine Yogamatte und warme Socken mit.

KURSAKTEN

- Für alle Beschäftigten
- Leitung: Natalie Streichert, Yogalehrerin, Ganzheitliche Ayurveda Ernährungs- und Gesundheitsberaterin
- Präsenzveranstaltung: Haus 23B, UG, Raum 0B219 = Seminarraum 8
- Termin: 15.05.2025, 14:30-17:30 Uhr
- Finanziert durch die AOK Hessen



„Erste Hilfe“ in Stresssituationen

Seien Sie gewappnet für stressige Zeiten.

Ihr praktisches Soforthilfeprogramm, wenn es mal wieder überall gleichzeitig brennt.

INHALT

- Lernen Sie Techniken der Selbstregulation kennen, um in akuten Stresssituationen die Ruhe zu bewahren.
- Probieren Sie aus, wie gezielte Atemtechniken und Atemkontrolle zur schnellen und effektiven Stressreduktion beitragen.
- Erleben Sie, wie Sie Techniken zur Nutzung Ihrer Sinneserfahrungen zur Beruhigung und Stressbewältigung einsetzen können.

IHR NUTZEN

- Nutzen Sie Ansätze aus dem Achtsamkeitstraining zur Steigerung der Aufmerksamkeit und zur bewussten Wahrnehmung des Hier und Jetzt.
- Wenden Sie leicht umsetzbare Tricks und Techniken an, um sich wieder auf das Wesentliche zu fokussieren.
- Erweitern Sie Ihren inneren Werkzeugkoffer und begegnen Sie Stresssituationen gelassener und souveräner.

IHR AUFWAND

- 1 × 3 h Teilnahme an der Veranstaltung
- Bitte bringen Sie eine Yogamatte und warme Socken mit.

KURSAKTEN

- Für alle Beschäftigten
- Leitung: Natalie Streichert, Yogalehrerin, Ganzheitliche Ayurveda Ernährungs- und Gesundheitsberaterin
- Präsenzveranstaltung: Haus 23B, UG, Raum 0B219 = Seminarraum 8
- Termin: 03.06.2025, 14:30-17:30 Uhr
- Finanziert durch die AOK Hessen

Geschickt
bewegen





Krav Maga – Selbstverteidigung für Frauen

Wehren Sie sich gegen Belästigungen und Übergriffe.

Dieser Selbstverteidigungskurs für Frauen lehrt Sie, sich gegen besondere Gewaltgefahren im Alltag zur Wehr zu setzen.

INHALT

- Sie lernen, Gefahrenpotenziale zu erkennen und präventive Maßnahmen zum Selbstschutz umzusetzen.
- Verinnerlichen Sie Selbstverteidigungstechniken und die passende Denkhaltung.

IHR NUTZEN

- Stärken Sie Ihr Selbstbewusstsein und Ihre Aufmerksamkeit.
- Lernen Sie, sich im Ernstfall wirksam zu verteidigen.

IHR AUFWAND

- 10 × 1 h Teilnahme am Kurs
- Bitte bringen Sie bequeme Sportkleidung und Hallenturnschuhe mit (keine bereits draußen getragenen Schuhe).

KURSAFKTEN

- Für alle interessierten Mitarbeiterinnen
- Kursleitung: Julian Schmitt, Sportwissenschaftlicher B.A., Fitnesstrainer (A-Lizenz), Krav Maga Instructor, Dozent der Akademie Sport und Gesundheit, Strikefit
- Präsenzveranstaltung: Haus 97E, 1. OG, 119 (Turnhalle)
- Termine: dienstags, Kurs 1 16:00-17:00 Uhr, Kurs 2 17:15-18:15 Uhr an folgenden Tagen: 28.01., 04.02., 11.02., 18.02., 25.02., 04.03., 11.03., 18.03., 25.03. und 01.04.2025



Back Attack

Willkommen in der Rückenschule

Werden Sie fitter, stabiler und beweglicher. Stärken Sie Ihre Körperwahrnehmung.

INHALT

- Fördern Sie Ihre Gesundheit mit kombinierten Koordinations- und Mobilisierungsübungen.
- Erleben Sie die Kräftigung, Dehnung und Entspannung Ihrer Rumpf- und Rückenmuskulatur.
- Erlernen Sie Übungen, die Sie privat und am Arbeitsplatz umsetzen können.

IHR NUTZEN

- Stärken Sie Ihre Fitness, besonders Ihre Rumpf- und Rückenmuskulatur.
- Verbessern Sie Ihre Körperwahrnehmung, fühlen Sie Bewegungen nach und entspannen Sie.

IHR AUFWAND

- 8 × 1 h Teilnahme am Kurs
- Die Kursmaterialien werden zur Verfügung gestellt.

KURSAKTEN

- Für alle Beschäftigten
- Kursleitung: Alexander Lorenz, Sportwissenschaftler M.A., Verein für Rückenschule und Gesundheitssport Frankfurt / Rhein-Main
- Online-Veranstaltung – Den Veranstaltungslink erhalten Sie etwa eine Woche vor Beginn.
- Termine: mittwochs, Kurs 1 17:00-18:00 Uhr, Kurs 2 18:00-19:00 Uhr an folgenden Tagen: 29.01., 05.02., 12.02., 19.02., 26.02., 05.03., 12.03. und 19.03.2025
- Finanziert durch die AOK Hessen



AOK – Faszien Fit

Lösen Sie Verspannungen im Faszien gewebe und stärken Sie Ihr Körpergefühl.

Faszientraining unterstützt nicht nur Ihre Beweglichkeit, sondern kann aktiv Verspannungen und Muskelschmerzen bekämpfen.

INHALT

- Faszien umhüllen und durchdringen unsere Muskeln und Organe. Stress und Bewegungsmangel können sie verkleben und die Muskulatur verhärten.
- Dehn- und Kraftübungen stärken Ihre Muskulatur und unterstützen die Beweglichkeit zwischen Muskel und Faszie.
- Mit Faszienrolle und -ball massieren Sie Beine, Rücken und Füße.

IHR NUTZEN

- Fördern Sie die stabilisierende Funktion Ihrer Faszien, um Ihre Beweglichkeit zu erhöhen.
- Reduzieren Sie tiefliegende Verspannungen, stärken Sie die Struktur Ihrer Faszien und aktivieren Sie die Regeneration im Gewebe.
- Verbessern Sie die Elastizität Ihrer Muskulatur, Knochen, Bänder und Sehnen.
- Steigern Sie Körpergefühl, Koordination und Leistungsfähigkeit.

IHR AUFWAND

- 10 × 1 h Teilnahme am Kurs
- Die Kursmaterialien werden zur Verfügung gestellt.
- Bitte bringen Sie bequeme Sportkleidung und Hallenturnschuhe mit (keine bereits draußen getragenen Schuhe).

KURSAKTEN

- Für alle Beschäftigten
- Kursleitung: Verena Schöpf, Sportwissenschaftlerin M.Sc., Progesu
- Präsenzveranstaltung: Haus 97E, 1. OG, 119 (Turnhalle)
- Termine: mittwochs, Kurs 1 16:00-17:00 Uhr, Kurs 2 17:15-18:15 Uhr an folgenden Tagen: 29.01., 05.02., 12.02., 19.02., 26.02., 05.03., 12.03., 19.03., 26.03. und 02.04.2025



AOK – Mini Moves: mein Krafttraining für die Tiefenmuskulatur

Stärken Sie Ihre Tiefenmuskulatur.

Eine starke Körpermitte erleichtert Ihren Alltag. Sie sichert verletzungsfreie Bewegungen.

INHALT

- Stärken Sie Ihre Tiefenmuskulatur mit einem Ganzkörperkrafttraining.
- Unterstützen Sie die Wirkung durch Übungen mit Kleingeräten, die an Ihre Leistung angepasst sind.

IHR NUTZEN

- Lösen Sie Verspannungen, straffen Sie Ihr Bindegewebe und steigern Sie Ihre Leistungsfähigkeit.
- Reduzieren Sie Rückenbeschwerden.
- Stärken Sie Ihren gesamten Körper.

IHR AUFWAND

- 8 × 1 h Teilnahme am Kurs
- Die Kursmaterialien werden zur Verfügung gestellt.
- Bitte bringen Sie bequeme Sportkleidung und Hallenturnschuhe mit (keine bereits draußen getragenen Schuhe).

KURSAKTEN

- Für alle Beschäftigten
- Kursleitung: Verena Schöpf, Sportwissenschaftlerin M.Sc., Progesu
- Präsenzveranstaltung: Haus 97E, 1. OG, 119 (Turnhalle)
- Termine: Kurs 1: donnerstags 17:15-18:15 Uhr an folgenden Tagen: 30.01., 06.02., 13.02., 20.02., 27.02., 06.03., 13.03. und 20.03.2025
Kurs 2: dienstags 16:00-17:00 Uhr an folgenden Tagen: 22.04., 29.04., 06.05., 13.05., 20.05., 27.05., 03.06. und 10.06.2025



AOK – Functional Training

Kraftvoll durchstarten

Stärken Sie Ihren Körper mit Ausgleichs- und Kräftigungstrainings und steigern Sie so Ihre Leistungsfähigkeit.

INHALT

- Trainieren Sie mit Hilfe von freien Gewichten, instabilen Elementen, Kleinsportgeräten und mit dem eigenen Körpergewicht.
- Steigern Sie Ihre Leistung in verschiedenen Bewegungsabläufen, u.a. mit Seilspringen, Kniebeugen, Liegestützen und Klimmzügen.

IHR NUTZEN

- Verbessern Sie Ihre sportmotorischen Grundfähigkeiten: Ausdauer, Beweglichkeit, Kraft, Koordination und Schnelligkeit.
- Stärken Sie alle Muskelgruppen und Körperachsen durch mehrdimensionale Bewegungen.

IHR AUFWAND

- 8 x 1 h Teilnahme am Kurs
- Die Kursmaterialien werden zur Verfügung gestellt.
- Bitte bringen Sie bequeme Sportkleidung und Hallenturnschuhe mit (keine bereits draußen getragenen Schuhe).

KURSAKTEN

- Für alle Beschäftigten
- Kursleitung: Verena Schöpf, Sportwissenschaftlerin M.Sc., Progesu
- Präsenzveranstaltung: Haus 97E, 1. OG, 119 (Turnhalle)
- Termine: Kurs 1: donnerstags 16:00-17:00 Uhr an folgenden Tagen: 30.01., 06.02., 13.02., 20.02., 27.02., 06.03., 13.03. und 20.03.2025
Kurs 2: dienstags 17:15-18:15 Uhr an folgenden Tagen: 22.04., 29.04., 06.05., 13.05., 20.05., 27.05., 03.06. und 10.06.2025



Kajakfahren auf dem Main

Erleben Sie den Wasserspaß im Sommer.

Paddeln Sie mit uns durch Frankfurt.

INHALT

- Erlernen Sie die Grundlagen des Paddelns im Einerkajak mit Doppelpaddel sowie das sichere Ein- und Aussteigen.
- Trainieren Sie Ausdauer, Koordination und Gleichgewichtsgefühl.
- Mobilisieren Sie Ihre Arm- und Rumpfmuskulatur.

IHR NUTZEN

- Schaffen Sie einen Ausgleich zu den oft einseitigen Bewegungsabläufen im Arbeitsalltag.
- Erlernen Sie das Paddeln und erwerben Sie den Europäischen Paddelpass nach Abschluss der dritten Stunde.

IHR AUFWAND

- 3 x 2 h Teilnahme am Kurs
- Bitte tragen Sie wasserunempfindliche Sportkleidung.
- Empfohlen wird Funktionskleidung, z.B. Radlerhose, Laufshirt, feste Schuhe sowie Wechselkleidung, Sonnen- und Regenschutz.

KURSAKTEN

- Für alle Beschäftigten
- Kursleitung: qualifiziertes Fachpersonal des Frankfurter Kanu-Vereins 1913 e.V.
- Präsenzveranstaltung:
am Bootshaus FKV, Schaumainkai 90, Frankfurt
- Termine: Kurs 1: montags 17:30-19:30 Uhr an folgenden Tagen:
19.05., 26.05. und 02.06.2025 (Schlechtwetterreserve: Dienstag, 03.06.2025)
Kurs 2: montags 17:30-19:30 Uhr an folgenden Tagen:
16.06., 23.06. und 30.06.2025 (Schlechtwetterreserve: 07.07.2025)
Kurs 3: dienstags 17:30-19:30 Uhr an folgenden Tagen:
17.06., 24.06. und 01.07.2025 (Schlechtwetterreserve: 08.07.2025)



Büroergonomie

Die Tücken des Arbeitsplatzes

Wie können Sie brennenden Augen, schmerzenden Füßen und einem verspannten Nacken oder Rücken vorbeugen?

INHALT

- Sie erhalten eine Einführung in die Ergonomie am Arbeitsplatz.
- Lernen Sie, Fehlhaltungen zu vermeiden und chronische Erkrankungen zu verhindern.

IHR NUTZEN

- Sie lernen, Ihren Arbeitsplatz optimal an Ihre Bedürfnisse anzupassen.
- Sie erfahren, wann Ausgleichs- und Bewegungspausen wichtig sind.

IHR AUFWAND

- 1 × 2 h Teilnahme an der Veranstaltung
- In einer anschließenden individuellen Kurzberatung am Arbeitsplatz können eigene Fragen rund um die Arbeitsplatzgestaltung beantwortet werden.

KURSAFKTEN

- Für alle Beschäftigten mit einem Computerarbeitsplatz
- Leitung: Alexander Lorenz, Sportwissenschaftler M.A., Verein für Rückenschule und Gesundheitssport Frankfurt / Rhein-Main
- Theorie und individuelle Kurzberatung am Arbeitsplatz
- Teilnehmerzahl: mindestens 6, maximal 12 Personen
- Haben Sie Interesse an dieser Veranstaltung mit einer Beratung in Ihrem Bereich, dann melden Sie sich bitte bei den Kolleginnen der Abteilung Personalentwicklung und Gesundheitsmanagement: bgf@unimedizin-ffm.de
- Finanziert durch die AOK Hessen



Hebe-Trage-Training für den Pflegebereich

Den Arbeitsalltag rüchenschonend gestalten

Erfahren Sie in diesem praxisorientierten Workshop, wie Sie Ihre arbeitsspezifischen Bewegungsmuster optimieren und den Arbeitsalltag rüchenschonend gestalten können.

INHALT

- Erkennen Sie Fehlbelastungen des Rückens am Arbeitsplatz.
- Erfahren Sie mehr über rüchengerechte Verhaltensweisen, insbesondere beim Heben und Tragen, Schieben und Ziehen, individuell angepasst an Ihren Arbeitsplatz.
- Üben Sie Kräftigungs- und Dehnungsübungen für die Rumpfmuskulatur, Schulter-Nacken-Partie sowie Arme und Beine.
- Erlernen Sie Entlastungsmöglichkeiten und Ausgleichsübungen für einen angenehmeren Arbeitsalltag.

IHR NUTZEN

- Sie lernen, wie Sie rüchengerechte Verhaltensweisen bei den Arbeiten am und mit dem Bett anwenden können. Dabei geht es etwa ums Lagern, Transfers, Schieben und Ziehen des Bettes.
- Sie lernen, arbeitsspezifische Bewegungsmuster zu optimieren und den Arbeitsalltag rüchenschonend zu gestalten.
- Sie sensibilisieren sich für Ausgleichs- und Bewegungspausen. Wann sollten Sie diese ausführen – und wie?

IHR AUFWAND

- 1 × 2 h Teilnahme an der Theorieveranstaltung und
- 1 × 2 h Teilnahme an der Praxisveranstaltung (Training on the job)

KURSAFKTEN

- Für alle Beschäftigten im Bereich der Pflege
- Leitung: Alexander Lorenz, Sportwissenschaftler M.A., Verein für Rückenschule und Gesundheitssport Frankfurt / Rhein-Main
- Theorie und individuelle Kurzberatung am Arbeitsplatz
- Haben Sie Interesse an dieser Veranstaltung mit Beratung in Ihrem Bereich, dann melden Sie sich bitte bei den Kolleginnen der Abteilung Personalentwicklung und Gesundheitsmanagement: bgf@unimedizin-ffm.de
- Finanziert durch die AOK Hessen



Lecker und
gesund essen



Persönliche Ernährungsberatung

Expertenrat für Ihre Gesundheit

Erfahren Sie in einer individuellen Beratung alles Wichtige zum Thema gesunde Ernährung und wie Sie Erkrankungen vorbeugen können.

INHALT

- Gewinnen Sie Einblicke, welche positiven Effekte eine ausgewogene Ernährung und ein gesunder Lebensstil auf Ihre Gesundheit und Ihr Wohlbefinden haben.

IHR NUTZEN

- Egal ob Gewichtsreduktion, Darmgesundheit, Allergien und Unverträglichkeiten – besprechen Sie Ihre persönlichen Anliegen mit unserer Ernährungsexpertin.
- Erhalten Sie eine individuelle Beratung – zugeschnitten auf Ihre Fragen und Bedürfnisse.

IHR AUFWAND

- 1 x 30 Min. Einzelberatung

KURSAKTEN

- Für alle Beschäftigten
- Kursleitung: Dr. rer. med. Annette Weber, Diplom-Ökotrophologin, qualifizierte Ernährungsberaterin VFED, Ernährungsfachkraft Allergologie DAAB
- Präsenzveranstaltung: Haus 23B, UG, Raum 0B219 = Seminarraum 8
- Termin: 11.02.2025 von 09:00-13:00 oder 06.03.2025 von 13:00-17:00 Uhr
- Finanziert durch die AOK Hessen



Meal Prep – Vorbereiten, mitnehmen, Zeit sparen

Geschick planen und vorkochen für gesunde und abwechslungsreiche Pausen.

Wie Sie in Zukunft auf die schnelle Pizza zwischendurch verzichten und trotzdem am Ende mehr Zeit für die wirklich wichtigen Dinge haben.

INHALT

- Lernen Sie, wie Sie durch clevere Planung, geschicktes Einkaufen und das kreative Verwerten von Resten ausgewogene, gesundheitsbewusste Mahlzeiten vorbereiten.
- Nutzen Sie Tipps und Tricks, um am Wochenende einfache und schnelle Gerichte vorzukochen, sodass im hektischen Arbeitsalltag oder nach Feierabend eine leckere und abwechslungsreiche Ernährung leichter umsetzbar ist.

IHR NUTZEN

- Profitieren Sie von den vielfältigen Vorteilen des Vorkochens (Englisch: Meal Preparation, kurz Meal Prep).
- Kombinieren Sie Zutaten so, dass immer wieder neue und schmackhafte Gerichte entstehen.
- Nehmen Sie Ihre Ernährung in die eigenen Hände und beugen Sie durch Meal Prep dem ungesunden Fast-Food-Hunger vor.

IHR AUFWAND

- 1 × 1 h Teilnahme an der Veranstaltung

KURSAFKTEN

- Für alle Beschäftigten
- Kursleitung: Ilona Sassenberg, Diplom-Ökotrophologin, Ernährungsberaterin QUETHEB-zertifiziert
- Online-Veranstaltung – Sie erhalten den Veranstaltungslink ca. eine Woche vor Beginn.
- Termin: 19.03.2025, 18:00-19:00 Uhr
- Finanziert durch die AOK Hessen



Koch-Workshop: Grillen – ganz ohne Fleisch.

Starten Sie gesund in die Grillsaison!

Bereiten Sie leckere vegane und vegetarische Grillgerichte zu.

INHALT

- Entdecken Sie die Vielfalt pflanzlicher Lebensmittel mit gesunden Fetten, intensiven Aromen und feinen Röststoffen.
- Grillen Sie verschiedene pflanzliche Proteine und saisonales Gemüse.
- Bereiten Sie in einer Kleingruppe bunte Salate mit Kräutern und Sprossen und verschiedene Dips zu.

IHR NUTZEN

- Lernen Sie die verschiedenen Kombinationsmöglichkeiten für mehr Vitalität in Ihrer Küche kennen.
- Genießen Sie einen gemütlichen Abend mit Kolleginnen und Kollegen.
- Nehmen Sie das Gelernte mit in eine gesunde und genussvolle Grillsaison.

IHR AUFWAND

- 1 × 3 h Teilnahme an der Veranstaltung
- 8 Termine zur Auswahl

KURSAKTEN

- Für alle Beschäftigten
- Leitung: Miriam Eisenhauer, M.Sc. Ökotrophologin, Ernährungsberaterin (DGE)
- Präsenzveranstaltung: Kochstudio VitaliQ – Gesundes Frankfurt GmbH
- Termine: jeweils 16:45-19:45 Uhr an folgenden Tagen: 13.03., 27.03., 03.04., 24.04., 15.05., 22.05., 12.06. oder 26.06.2025
- Finanziert durch die AOK Hessen

Suchtrisiken
erkennen
und handeln





Nie wieder rauchen

Tagesseminar für den Ausstieg aus der Nikotinsucht

Ihr Weg zu einem schnellen und langfristigen Erfolg ohne Entzugserscheinungen

INHALT

- Erkennen Sie Ihre individuellen Auslöser für den Griff nach der Zigarette.
- Verstehen Sie die Auswirkungen des Rauchens und des Entzugs auf Körper und Geist.
- Erkennen Sie, warum Sie trotz aller Nachteile das Rauchen bisher nicht aufgeben konnten.

IHR NUTZEN

- Machen Sie den letzten und entscheidenden Schritt und ändern Sie Ihre Einstellung zum Rauchen.
- Nutzen Sie die seit vielen Jahren bewährte Allen-Carr-Methode (Bestseller-Autor von „Endlich Nichtraucher“).
- Wenden Sie erlernte Vorbeugemaßnahmen und Strategien zum Umgang mit Rückfällen an.

IHR AUFWAND

- 1 × 6 h Teilnahme an der Veranstaltung

KURSAKTEN

- Für alle Beschäftigten
- Leitung: Nicole Klenk, Dipl. Pädagogin, Suchttherapeutin mit Krankenkassenzulassung
- Präsenzveranstaltung: Haus 1, 2. OG, Raum 212
- Termin: 12.03.2025, 09:00-15:00 Uhr
- Finanziert durch die AOK Hessen



JETZT ANMELDEN

Für alle, die ihre Gesundheitseffekte verstetigen möchten: Informieren Sie sich im Zuge der Nachbetreuung über weitere Angebote der AOK Hessen.



AOK-Privatkundenberater:

Pierre Abbo
 pierre.abbo@he.aok.de
 +49 173 2449875
 aok.de/hessen



IMPRESSUM

Herausgeber:
 Universitätsmedizin Frankfurt, der Vorstand

Konzept, Redaktion, Realisierung:
 Gesundheitscampus Universitätsmedizin Frankfurt Rhein-Main
 Abteilung Personalentwicklung und Gesundheitsmanagement (Dezernat Personal)
 Stabsstelle Kommunikation
 Gloria Mundi GmbH, Frankfurt

Bezugsadresse:
 Universitätsmedizin Frankfurt,
 Dezernat Personal, Abteilung Personalentwicklung und Gesundheitsmanagement,
 Theodor-Stern-Kai 7, 60590 Frankfurt
 E-Mail: bgf@unimedizin-ffm.de

Erscheinung:
 Dezember 2024

Fotos:
 Universitätsmedizin Frankfurt
 Shutterstock.com: A_stockphoto (16), Billion Photos (18), Wipas Rojjanakard (32), Ground Picture (36/37, 174), Matej Kastelic (52, 118), PeopleImages.com – Yuri A (64/65, 66, 74, 114, 120, 138), Indpendenz (80), fizkes (92, 142, 164), Jacob Lund (94), dee karen (100, 146), Prasiat2512 (106), Peakstock (122, 166), chris_tina (126/127), Roman Samborskyi (130/131), Sun-City (134), Pixel-Shot (136, 160), Ulza (140), All kind of people (150/151), Southworks (152), Khosro (154), New Africa (168/169), BigKhem (176/177), Arturs Budkevics (178)
 Adobe Stock.com: insta_photos (44) beeboys (70), Chinnarach (84), Halfpoint (88), murmakova (144), Siphosethu Fanti/peopleimages.com (148), TensorSpark (172)
 Jürgen Schulski („Detlef Lamm“ 128), 7 Mind (132), AOK Hessen („Pierre Abbo“ 180)