

**Liebe Gebärdensprachdolmetscher\*innen,**

wir freuen uns sehr, Ihnen diese Fortbildung unter Leitung von **Kathrin Imke** anbieten zu können:

## **„Aufblühen statt Ausbrennen“ Resilienz-Training für Gebärdensprachdolmetscher\*innen (Teil 1+2)**

**Wann:** Freitag, 19.11.2021, 10:00 – 17: 30 Uhr  
Samstag, 20.11.2021. 09:30 – 17:00 Uhr

**Ort:** GIB-BLWG,  
Gebäude B 1.1, Fürther Straße 212, 90429 Nürnberg

**Dozentin:** Kathrin Imke

**Fortbildungspunkte:** werden noch bekannt gegeben

### Inhalt:

**Teil 1:** Glück auf! Energiehaushalt pflegen & Positives Denken stärken

**Teil 2:** Erfolgreiche Abwehrstrategien: Klare Grenzen setzen & sich selbst behaupten

Wenn alles immer schneller, der Druck immer stärker und die To-do-Listen immer länger werden, ist es höchste Zeit, einmal innezuhalten und das Hamsterrad zum Stehen zu bringen.

Die Wissenschaft der Positiven Psychologie erforscht die Bedingungen, die uns helfen, glücklich zu leben und zu arbeiten. Ein ganzes Bündel an alltagstauglichen Übungen ist aus der Forschung hervorgegangen und bietet konkrete Anregungen für die praktische Anwendung im beruflichen Alltag.

### Die Inhalte:

- Selbstcheck: Belastungsfaktoren und Ressourcen im Visier
- Gesunde Balance: Pflege des persönlichen Energiehaushalts
- Positive Gedanken stärken: Strategien gegen negative Gedankenstrudel
- Erkenntnisse aus der Resilienz-Forschung: Was Menschen robust macht
- Abgrenzung als Selbstfürsorge, Grenzen deutlich kommunizieren
- Aufspüren persönlicher Kraft- und Glücksquellen

## **In diesem Training...**

- erfahren Sie, wie Sie Ihren Energiehaushalt bewusst pflegen und sich selbst stärken können.
- lernen Sie, sich von negativen Denk- und Verhaltensmustern zu lösen.
- aktivieren Sie Ihr eigenes Belohnungssystem. Sie spüren, was Ihnen gut tut.
- erfahren Sie, wie einfache Aktivitäten die eigene Ausgeglichenheit erhöhen und warum man Zufriedenheit wirksam trainieren kann.
- loten Sie Ihre Grenzen aus und trainieren, Nein zu sagen.
- erhalten Sie konkrete Anregungen, wie Sie kleine Veränderungen mit großer Wirkung nachhaltig in Ihren Alltag integrieren können.

## **Das Seminar motiviert zu Selbstreflexion und neuen, positiven Erfahrungen.**

### Die Methoden:

- Selbstreflexion
- kollegialer Austausch
- Trainerinput, Impulsvortrag
- Anregungen zu erlebnisorientierten Übungen
- Rollenspiele
- Gruppen- und Partnerarbeit
- stabilisierende körperliche Harmonisierungstechniken

## **Das Ziel: Burn-out-Vorbeugung und Steigerung der Wohlfühlmomente im Alltag**

### Zur Dozentin:

Kathrin Imke ist Trainerin für Kommunikation, Persönlichkeitsentwicklung, Resilienz und Burn-Out-Prävention.

**Teilnahmegebühr:**

<b>260,00 Euro</b>	für bayerische Teilnehmer*innen.
<b>320,00 Euro</b>	für alle anderen Teilnehmer*innen.

Bitte schriftlich mittels des Anmeldebogens auf der nächsten Seite anmelden und erst nach Bestätigung vom GIB überweisen.

**Überweisung:**

Empfänger: GIB-BLWG  
Bank: Sparkasse Nürnberg  
IBAN: DE207605 0101 0003 8809 35  
BIC: SSKNDE77

**Verwendungszweck:**

GSD-F Resilienz I und II + *ihr Name*

Das ausgefüllte Formular auf der nächsten Seite schicken Sie bitte spätestens bis **20.10.2021** per Mail an [katharina.gamer@giby.de](mailto:katharina.gamer@giby.de) oder per Fax an 0911-12076544.

Wir freuen uns über Ihre Teilnahme an dieser Fortbildung.

## Anmeldung zur Fortbildung

### „Aufblühen statt Ausbrennen“ Resilienz-Training für Gebärdensprachdolmetscher\*innen (Teil 1+2)

<b>Wann</b>	Freitag, 19.11.2021 Samstag, 20.11.2021	10:00 – 17:30 Uhr 09:30 – 17:00 Uhr	16 UE
<b>Wo</b>	GIB-BLWG, TA Mittelstandszentrum, Gebäude B 1.1, Fürther Straße 212, 90429 Nürnberg		
<b>Dozentin</b>	Kathrin Imke		
<b>Teilnahmegebühr</b> (zutreffendes bitte ankreuzen, erst nach Bestätigung überweisen)	<input type="checkbox"/> <b>260,00 Euro</b> für bayerische Teilnehmer*innen <input type="checkbox"/> <b>320,00 Euro</b> für andere Teilnehmer*innen		
<b>Kursnummer</b>	GSD-F Resilienz I und II		

Hiermit melde ich mich verbindlich für die obengenannte Fortbildung an.  
Mit den untenstehenden Zahlungs- und Stornobedingungen erkläre ich mich einverstanden.

Vor- und Nachname	
Straße und Hausnummer	
PLZ und Ort	
Tel.:	
Fax:	
Mobil:	
E-Mail:	
→ <input type="checkbox"/> Ja, ich möchte über Fort-/Weiterbildungsangebote des GIB informiert werden.	
→ <input type="checkbox"/> Ja, ich bin mit der Weitergabe meiner Kontaktdaten ausschließlich an andere Teilnehmer*innen dieser Fortbildung (zum Beispiel zur Bildung von Fahrgemeinschaften) einverstanden.	
→ <input type="checkbox"/> Ja, die im Beiblatt aufgeführten Hinweise zur Schweigepflicht und zum Datenschutz habe ich zur Kenntnis genommen und stimme ihnen zu.	

Datum, Unterschrift:	
----------------------	--

#### **Zahlungs- und Stornobedingungen:**

Nach Eingang Ihrer Anmeldung und Ablauf der Anmeldefrist erhalten Sie von uns eine Zahlungsaufforderung. Bitte geben Sie bei Ihrer Überweisung als Verwendungszweck unbedingt die **Kursnummer** und Ihren **Namen** an.

**Anmeldeschluss** ist der **20.10.2021** Eine Stornierung ist bis 4 Wochen vor Beginn des Seminars möglich. Bei Absage bis 14 Tage vor Seminarbeginn werden 50% der Teilnahmegebühr erstattet. Danach ist keine Erstattung mehr möglich. Das GIB behält sich vor, das Seminar bei Unterschreitung der Mindestteilnehmerzahl abzusagen. Schon entrichtete Zahlungen werden in diesem Fall zurückerstattet.

# Hinweise zur Schweigepflicht und zum Datenschutz

## 1. Schweigepflicht

Über alle im Rahmen der Fortbildung zur Kenntnis gelangten oder anvertrauten personenbezogenen Informationen ist strengstes Stillschweigen zu bewahren. Diese Verpflichtung gilt auch nach Beendigung der Fortbildung weiter.

## 2. Verarbeitung persönlicher Daten

Wir nehmen den Schutz der Privatsphäre unserer Kursteilnehmer bei der Verarbeitung persönlicher Daten sehr ernst. Daher berücksichtigen wir die datenschutzrechtlichen Anforderungen der Europäischen Datenschutzgrundverordnung (DSGVO) und des Bundesdatenschutzgesetzes (BDSG) in unseren Geschäfts- und Verwaltungsprozessen.

Wir erheben und verarbeiten die persönlichen Daten unserer Kursteilnehmer gemäß den europäischen und deutschen Bestimmungen. Daher informieren wir als verantwortliche Stelle nachfolgend darüber wie, zu welchem Zweck und auf Grund welcher Rechtsgrundlage wir personenbezogene Daten verarbeiten, die wir im Rahmen des Vertragsverhältnisses erheben.

Mit der elektronischen Erfassung meiner Daten und deren Verarbeitung innerhalb der Einrichtung für Verwaltungs- und Betreuungszwecke bin ich einverstanden. Eine Weitergabe meiner Daten an Einzelpersonen, Arbeitgeber, Institutionen oder Behörden findet ohne meine Zustimmung nicht statt.

## 3. Weitere Hinweise zum Datenschutz

### (1) Angaben zum Verantwortlichen

BLWG - Fachverband für Menschen mit Hör- und Sprachbehinderung e. V.  
Haydnstraße 12, 80336 München  
Tel: 089 544261-10 | Fax: 089 544261-16 | [geschaeftsstelle@blwg.de](mailto:geschaeftsstelle@blwg.de) | [www.blwg.de](http://www.blwg.de)

### (2) Kontaktdaten unseres Datenschutzbeauftragten

BLWG – Fachverband für Menschen mit Hör- und Sprachbehinderung e. V.  
Datenschutzbeauftragter, Haydnstraße 12, 80336 München  
Tel: 089 544261-10 | [datenschutz@blwg.de](mailto:datenschutz@blwg.de)

### (3) Angaben zu Quellen und Daten

Wir verarbeiten personenbezogene Daten, die wir im Rahmen des Vertragsverhältnisses von unseren Kursteilnehmern und anderen vergleichbar Betroffenen erhalten. Zum anderen verarbeiten wir – soweit für die Zwecke der Erfüllung des Vertrages und der Beendigung des Vertragsverhältnisses erforderlich – personenbezogene Daten, die wir aus öffentlich zugänglichen Quellen zulässigerweise gewinnen oder die von sonstigen Dritten berechtigt übermittelt werden und die wir verarbeiten dürfen.

Zu den personenbezogenen Daten zählen insbesondere Ihre Personalien, z. B. Name, Adresse, Kontaktdaten, Geburtstag und –ort, sowie andere mit den genannten Kategorien vergleichbare Daten.

**(4) Zwecke und Rechtsgrundlagen der Verarbeitung der personenbezogenen Daten**

Die Datenverarbeitung erfolgt zum Zweck der Begründung, Durchführung und Beendigung des Vertragsverhältnisses auf der Grundlage von Art. 6 Abs. 1 Satz 1 Buchst. a, b, c, e und f, sowie Art. 9 Abs. 2 Buchst. a, b, e, f und h DSGVO.

**(5) Empfänger, denen personenbezogene Daten offengelegt werden**

- Zentralverwaltung BLWG
- IT-Dienstleister
- Kostenträger
- Wirtschaftsprüfer
- Abrechnungsfirma
- Finanzamt

**(6) Übermittlung der personenbezogenen Daten in ein Drittland**

Eine Übermittlung Ihrer personenbezogenen Daten in ein Drittland erfolgt nicht.

**(7) Weitere datenschutzrechtliche Informationen nach DSGVO**

Personenbezogene Daten werden entsprechend der Anforderung der GOB (Grundsätze ordnungsmäßiger Buchführung) aufbewahrt und nach Ablauf der Aufbewahrungsfristen (in der Regel 10 Jahre nach Beendigung des Vertragsverhältnisses) gelöscht.

**(8) Rechte des Betroffenen: Auskunft, Berichtigung, Löschung und Sperrung, Widerspruchsrecht**

Als Kursteilnehmer/in sind Sie gemäß § 15 DSGVO jederzeit berechtigt, gegenüber dem BLWG – Fachverband für Menschen mit Hör- und Sprachbehinderung e. V. – um umfangreiche Auskunftserteilung zu den zu Ihrer Person gespeicherten Daten zu ersuchen. Gemäß § 17 DSGVO können Sie jederzeit gegenüber dem BLWG – Fachverband für Menschen mit Hör- und Sprachbehinderung e.V. die Berichtigung, Löschung und Sperrung einzelner personenbezogener Daten verlangen.

Sie können darüber hinaus jederzeit ohne Angabe von Gründen von Ihrem Widerspruchsrecht Gebrauch machen und die erteilte Einwilligungserklärung mit Wirkung für die Zukunft abändern oder gänzlich widerrufen. Sie können den Widerruf entweder postalisch, per E-Mail oder per Fax an den Vertragspartner übermitteln. Es entstehen Ihnen dabei keine anderen Kosten als die Portokosten bzw. die Übermittlungskosten nach den bestehenden Basistarifen.