

Programm Mai-Anlass, 29.5.2024

Resilient Minds, Resilient Teams: Wie können Mitarbeitende im Gesundheitswesen in schwierigen Zeiten psychisch gesund bleiben?

15.00 Uhr

Begrüssung Prof. Dr. Birgit Vosseler

Leiterin Departement Gesundheit, OST – Ostschweizer Fachhochschule, St.Gallen

15.10 Uhr – 15.35 Uhr

Die verborgene Last: Die psychische Gesundheit und Emotionen der Gesundheitsfachpersonen auf dem Prüfstand

– Prof. Dr. Manuel Stadtmann –

Leiter Kompetenzzentrum für psychische Gesundheit, OST – Ostschweizer Fachhochschule, St.Gallen

15.35 Uhr – 15.45 Uhr *Raumwechsel*

15.45 Uhr – 16.45 Uhr Präsentationen Track I & II

Track I: Aus der Praxis für die Praxis

Der Einsatz von Virtual Reality zur
Stressreduktion und mentalen Entspannung

(Mental Health)

– Prof. Dr. Lisa Girmindl,

Anna-Katharina Kilp –

Resilienz fördern bei FaGe- und MPA-

Lernenden:

Wie bewältige ich den herausfordernden

Spitalalltag?

– Michela Key

Franziska Tschirky –

Track II: Aktuelle wissenschaftliche Entwicklungen

Situationen mit erhöhtem Gewaltrisiko in

Pflegeheimen –

eine qualitative Studie (GRIP)

– Prof. Dr. Heidi Zeller,

Laura Adlbrecht MScN,

Nicole Helfenberger, MScN –

Strengthening Nursing Team-Resilience to
cope with continuous change in practice: A

qualitative study

– Astrid Hirt, RN, MscN

Regina Sauter, RN, MscN

Daniela Händler-Schuster, RN, PhD –



Achtsames Resilienz Training am Arbeitsplatz
– Regula Eugster –

Psychische Gesundheit am Arbeitsplatz:
Entwicklung eines E-Learning-Tools für
Mitarbeitende der Universitären
Psychiatrischen Dienste Bern
– Prof. Dr. Dirk Richter
Lea Paoletta, B.Sc.
Christine Admus, Phd, Msc –

16.45 Uhr – 17.00 Uhr *Raumwechsel*

17.00 Uhr – 17.50 Uhr Workshop I & II

**Workshop I – Umgang mit Stressreizen und
die Auswirkung auf Emotionen**
– Sonja Urech Ntinis – ProActive Care –

**Workshop II – Psychische Gesundheit im
Team fördern – Informationen, Tipps &
Tools**
– Mireille Félix – Gesundheitsförderung Schweiz –

17.50 Uhr – 18.00 Uhr *Raumwechsel*

18.00 Uhr – 18.15 Uhr Zusammenfassung & Abschluss

– Prof. Dr. Heidrun Gattinger –
Leiterin IPW Institut für Angewandte Pflegewissenschaft, OST – Ostschweizer Fachhochschule, St.Gallen

18.20 Uhr – 18.30 Uhr
PechaKucha Präsentationen

Ab 18.30 Uhr Vernetzungsmöglichkeiten und Apéro