

# PSYCHISCHE BELASTUNG AM ARBEITSPLATZ

Genervt und gestresst, überfordert und letztlich dauererschöpft. Immer häufiger leiden Beschäftigte heute unter den Folgen von erhöhter Arbeitsintensität, Arbeitsverdichtung und langanhaltendem Stress. Es kommt zu körperlichen Symptomen wie Kopfschmerz, Müdigkeit, Schlafstörungen, Herz-Kreislauf- oder Magen-Darm-Beschwerden. Die Einsicht in die negativen Auswirkungen von psychischer Belastung ist sowohl bei den Führungskräften als auch im Kolleg\*innenkreis häufig gering. Woran liegt das? Welche Chancen bieten Gefährdungsbeurteilungen psychischer Belastungen am Arbeitsplatz für die Beschäftigten?

**Das ist das Ziel:** Du lernst, dir Gesundheitsgefahren wie Stress und Arbeitsverdichtung bewusst zu machen und du lernst individuelle, kollektive, betriebsverfassungsrechtliche und gewerkschaftliche Handlungsmöglichkeiten für eine stressmindernde Gestaltung des Arbeitsplatzes sowie Maßnahmen zu Prävention kennen.

**Das sind die Themen:**

- ▶ Ursachen und Wirkweisen zunehmender Belastungen am Arbeitsplatz
- ▶ Mögliche Auslöser und Ursachen psychischer Belastungen
- ▶ Folgen von langanhaltendem Stress und Überlastung
- ▶ Betriebliche und individuelle Lösungsansätze
- ▶ Maßnahmen zur Prävention psychischer Belastungen und Erkrankungen

**Zielgruppe:** Vertrauensleute, Betriebsräte und sonstige interessierte Arbeitnehmer\*innen.

**Kosten:** Die Kosten übernimmt der IG Metall Bezirk für seine Mitglieder.

**Freistellung:** Nach Arbeitnehmerweiterbildungsgesetz NRW („Bildungsurlaub“)

**Das Seminar wird durchgeführt vom DGB-Bildungswerk NRW e.V. in Kooperation mit der IG Metall.**

**Ansprechpartner\*in beim DGB-Bildungswerk NRW e.V.:**

Doro Sterz/Adrian Angibault , aangibault@dgb-bw-nrw.de  
T. 0211 17523-236

**Ansprechpartnerin bei der IG Metall NRW:**

Sabine Bauer, sabine.bauer@igmetall.de  
T. 0211 - 45484-170

**Termin:** 05.05.-07.05.2026

**Ort:** Sport- und Tagungshotel de Poort, Goch

**Referent\*innen:** Regina Mertens, Martina Pesch, Jürgen Siegel

**Seminarnummer:** K1-260366-177

**Online-Anmeldung:** <https://www.dgb-bildungswerk-nrw.de/semi-nare/ig-metall/k1-250366-177>

**Die Anmeldung erfolgt ausschließlich über das DGB-Bildungswerk NRW**

**Hiermit melde ich mich verbindlich an:**

Name, Vorname

Straße

PLZ, Ort

E-Mail

Telefon

Betrieb/Dienststelle

Straße

PLZ, Ort

Freistellung erfolgt nach:

☐ AWbG NRW

☐ Sonstige

Mit meiner Unterschrift erkläre ich mich einverstanden, dass meine Daten zum Zweck der Bearbeitung der Seminarorganisation durch das DGB-Bildungswerk NRW e.V. elektronisch gespeichert und genutzt werden.

Ich habe die Datenschutzerklärung des DGB-Bildungswerk NRW e.V. gelesen und erkläre mich damit einverstanden (zu finden unter <https://www.dgb-bildungswerk-nrw.de/service>). Ich kann die Einwilligung jederzeit per E-Mail an [widerruf@dgb-bw-nrw.de](mailto:widerruf@dgb-bw-nrw.de) oder per Brief an: DGB-Bildungswerk NRW e.V., Bereich Datenschutz, Bismarckstr. 77, 40210 Düsseldorf widerrufen.

Es gelten unsere umseitig abgedruckten Allgemeinen Geschäftsbedingungen (AGB).

Datum, Unterschrift

Das DGB-Bildungswerk NRW ist qualitätszertifiziert nach EFQM:  
Recognised for Excellence 4 star



**DGB BILDUNGS  
WERK NRW**

## Allgemeine Geschäftsbedingungen des DGB-Bildungswerk NRW e.V.

### 1. Geltungsbereich

Diese Allgemeinen Geschäftsbedingungen (im Folgenden AGB) gelten für alle angebotenen Seminare, Tagungen, Konferenzen und vergleichbare Veranstaltungen sowie Online-Veranstaltungen (im Folgenden zusammenfassend Bildungsveranstaltungen) des DGB-Bildungswerk NRW e.V. (im Folgenden DGB-BW NRW), Bismarckstr. 77, 40210 Düsseldorf, vertretungsberechtigt: Elke Hülsmann (Geschäftsführerin), Anja Weber (1. Vorsitzende), Telefon: +49 211 17523-0, Telefax: +49 211 17523-161, E-Mail: info@dgb-bw-nrw.de, eingetragen im Vereinsregister beim Amtsgericht Düsseldorf unter Nr. 7016, vom Finanzamt Düsseldorf als gemeinnützig anerkannt. Die AGB gelten unabhängig davon, ob Sie Verbraucher\*in oder Unternehmer\*in sind. Die Vertragssprache ist ausschließlich deutsch.

### 2. Vertragsschluss

2.1 Das DGB-BW NRW bietet Bildungsveranstaltungen an, die allen Interessierten, unabhängig von einer Mitgliedschaft in einer DGB-Gewerkschaft, offenstehen. Die Ausschreibungen unserer Bildungsveranstaltungen auf unserer Homepage [www.dgb-bildungswerk-nrw.de](http://www.dgb-bildungswerk-nrw.de) oder sonstigen Veröffentlichungen (z. B. Prospekte, Flyer) sind unverbindlich und stellen noch kein Angebot, sondern eine unverbindliche Aufforderung zum Vertragsangebot durch die/den Besteller\*in dar.

2.2 Eine Anmeldung zu unseren Bildungsveranstaltungen ist online über unser Anmeldeformular oder schriftlich per E-Mail, Post oder Telefax möglich. Mit der Anmeldung unterbreitet die/der Besteller\*in ein verbindliches Vertragsangebot. Die Anmeldung ist in der Regel bis acht Wochen vor dem Beginn der Bildungsveranstaltung möglich. Die Anmeldungen werden in der Reihenfolge des Eingangs bearbeitet. Aufgrund begrenzter Veranstaltungsplätze ist es ratsam, sich früher anzumelden. Ob kurzfristige Anmeldungen möglich sind, kann auf unserer Homepage eingesehen oder bei uns erfragt werden. Bei Buchungen im elektronischen Geschäftsverkehr (z. B. Internet, App) gilt für den Vertragsabschluss folgendes: Die Anmeldung ist mit dem Absenden des Buchungsformulars durch Klicken des Buttons „Kostenpflichtig Buchen“ ein verbindliches Vertragsangebot. Nach dem Eingang einer Onlineanmeldung versenden wir per E-Mail eine Eingangsbestätigung, die aber noch keine Annahme des Vertragsangebots darstellt. Ein Vertrag kommt erst zustande, wenn Sie von uns eine ausdrückliche Anmeldebestätigung per Post oder E-Mail erhalten. Rechtzeitig vor Beginn der Bildungsveranstaltung erhalten Sie alle Informationen zur gebuchten Veranstaltung.

2.3 Tagesveranstaltungen beinhalten Verpflegung. Die Teilnahme an mehrtägigen Bildungsveranstaltungen beinhaltet Vollpension im Beherbergungsbetrieb und kann grundsätzlich nur unter gleichzeitiger Übernachtung im Beherbergungsbetrieb erfolgen.

### 3. Online-Veranstaltungen

Teilnehmende unserer Online-Veranstaltungen erhalten von uns Daten, die den Zugang zur Online-Veranstaltung ermöglichen, zu deren ausschließlicher Nutzung. Eine Weitergabe der Daten ist nicht gestattet.

### 4. Wort-, Ton- und Bildaufnahmen

Teilnehmenden ist es bei den Bildungsveranstaltungen grundsätzlich untersagt, Teilnehmende oder Referent\*innen in Wort, Bild, Ton und Video aufzunehmen.

### 5. Widerrufsrecht

Verbraucher\*innen steht bei außerhalb von Geschäftsräumen geschlossenen Verträgen grundsätzlich ein Widerrufsrecht zu. Nähere Informationen zum Widerrufsrecht ergeben sich aus der Widerrufsbelehrung des DGB-BW NRW.

### 6. Rücktritt durch den Kunden vor Veranstaltungsbeginn, Stornokosten

Ein Rücktritt vom Vertrag ist grundsätzlich vor der Veranstaltung möglich und schriftlich per E-Mail oder Post gegenüber dem DGB-BW NRW zu erklären. Maßgebend ist das Eingangsdatum der Rücktrittserklärung. Eine kostenfreie Stornierung ist nur bis 30 Tage vor Veranstaltungsbeginn möglich. Danach fallen bei einer Absage folgende Stornierungskosten an:

- 29 bis 15 Tage vor Veranstaltungsbeginn fallen 50 % der Veranstaltungspauschale an
- 14 bis 7 Tage vor Veranstaltungsbeginn fallen 70 % der Veranstaltungspauschale an
- ab dem 6. Tag vor Veranstaltungsbeginn oder erscheint die/der Teilnehmer\*in nicht, ohne vorher abgesagt zu haben, fallen 100 % der Veranstaltungspauschale an

Die Veranstaltungspauschale beinhaltet keine Kosten für Unterkunft und Verpflegung. Werden unserer Einrichtung wegen der Nichtabsage oder Nichtteilnahme Ausfallkosten für Unterkunft und Verpflegung in Rechnung gestellt, sind diese ebenfalls zu erstatten. Bis unmittelbar vor Beginn der Veranstaltung können Sie eine/n Vertreter\*in benennen. Dafür entstehen keine weiteren Kosten.

### 7. Änderungsvorbehalt

Das DGB-BW NRW behält sich vor, notwendige organisatorische und/oder inhaltliche Änderungen vor und während der Veranstaltung vorzunehmen, soweit das grundsätzliche Konzept dadurch nicht wesentlich geändert wird. Referent\*innen können im Bedarfsfall (z. B. bei Erkrankung) ersetzt werden. Das DGB-BW NRW kann eine Bildungsveranstaltung als Online-Veranstaltung anbieten, wenn die Infektionslage einer pandemischen Krankheit dies gebietet. Haftungs- und Schadensersatzansprüche sind in diesen Fällen ausgeschlossen.

### 8. Veranstaltungsabsage/Rücktritt

Das DGB-BW NRW behält sich vor, bei Vorliegen wichtiger Gründe vom Vertrag zurückzutreten. Zu den Gründen zählen eine zu geringe Teilnehmendenzahl (weniger als 10 Personen) oder andere Umstände, die wir nicht zu vertreten haben, wie den Ausfall der/des Referent\*in, wenn die Infektionslage einer pandemischen Krankheit dies gebietet oder höhere Gewalt vorliegt. Bei Konferenzen ergibt sich die Mindestteilnehmendenzahl aus dem Angebot, andernfalls liegt diese bei 50 Personen.

In solchen Fällen wird das DGB-BW NRW versuchen, einen Ersatztermin anzubieten. Weitergehende Ansprüche gegen das DGB-BW NRW sind ausgeschlossen, außer im Falle des Vorsatzes oder der groben Fahrlässigkeit.

### 9. Zahlungsbedingungen

Die Rechnungsstellung erfolgt nach Beendigung der Bildungsveranstaltung. Die Zahlung erfolgt per Überweisung auf das in der Rechnung benannte Konto des DGB-BW NRW. Alle Veranstaltungsgebühren verstehen sich pro Person exklusive USt., zzgl. Verpflegung und ggf. Übernachtungskosten inklusive USt. Die Rechnung ist innerhalb von 30 Tagen ab Rechnungsdatum zu begleichen.

### 10. Haftung

Die Teilnahme an einer Bildungsveranstaltung erfolgt auf eigene Gefahr. Das DGB-BW NRW haftet für sich, seine gesetzlichen Vertreter\*innen und Erfüllungshelfer\*innen im Falle der Verletzung von Leben, Körper und Gesundheit für vorsätzliche oder fahrlässige Pflichtverletzungen, für alle sonstigen Schäden nur für Vorsatz und grobe Fahrlässigkeit. Weitergehende Haftungs- und Schadensersatzansprüche sind ausgeschlossen. Durch die Teilnahme werden keine vertraglichen Aufsichtspflichten gegenüber minderjährigen Teilnehmer\*innen begründet.

### 11. Information gemäß § 36 Verbraucherstreitbeilegungsgesetz (VSBG)

Das DGB-BW NRW e.V. ist nicht bereit und verpflichtet, an einem Streitbeilegungsverfahren vor einer Verbraucherschlichtungsstelle teilzunehmen.

### 12. Schlussbestimmungen

Sollten einzelne Bestimmungen dieser AGB unwirksam sein oder werden, wird durch die Gültigkeit der anderen Bestimmungen im Übrigen nicht berührt.

### 13. Gerichtsstand

Der allgemeine Gerichtsstand richtet sich nach dem Sitz des DGB-BW NRW.

## Widerrufsbelehrung des DGB-Bildungswerk NRW e.V.

### Widerrufsrecht (Verbraucher haben ein vierzehntägiges Widerrufsrecht)

Sie haben das Recht, binnen vierzehn Tagen ohne Angabe von Gründen diesen Vertrag zu widerrufen. Die Widerrufsfrist beträgt vierzehn Tage ab dem Tag des Vertragsabschlusses. Um Ihr Widerrufsrecht auszuüben, müssen Sie uns (DGB-Bildungswerk NRW e.V., Bismarckstr. 77, 40210 Düsseldorf, Telefon: +49 211 175 23-0, E-Mail [widerruf@dgb-bw-nrw.de](mailto:widerruf@dgb-bw-nrw.de)) mittels einer eindeutigen Erklärung (z. B. ein mit der Post versandter Brief oder E-Mail) über Ihren Entschluss, diesen Vertrag zu widerrufen, informieren. Sie können dafür das beigefügte Muster-Widerrufsformular verwenden, das jedoch nicht vorgeschrieben ist. Zur Wahrung der Widerrufsfrist reicht es aus, dass Sie die Mitteilung über die Ausübung des Widerrufsrechts vor Ablauf der Widerrufsfrist absenden.

### Folgen des Widerrufs

Wenn Sie diesen Vertrag widerrufen, haben wir Ihnen alle Zahlungen, die wir von Ihnen erhalten haben, unverzüglich und spätestens binnen vierzehn Tagen ab dem Tag zurückzuzahlen, an dem die Mitteilung über Ihren Widerruf dieses Vertrags bei uns eingegangen ist. Für diese Rückzahlung verwenden wir dasselbe Zahlungsmittel, das Sie bei der ursprünglichen Transaktion eingesetzt haben, es sei denn, mit Ihnen wurde ausdrücklich etwas anderes vereinbart; in keinem Fall werden Ihnen wegen dieser Rückzahlung Entgelte berechnet. Haben Sie verlangt, dass die Dienstleistungen während der Widerrufsfrist beginnen soll, so haben Sie uns einen angemessenen Betrag zu zahlen, der dem Anteil der bis zu dem Zeitpunkt, zu dem Sie uns von der Ausübung des Widerrufsrechts hinsichtlich dieses Vertrags unterrichten, bereits erbrachten Dienstleistungen im Vergleich zum Gesamtumfang der im Vertrag vorgesehenen Dienstleistungen entspricht.

### Muster-Widerrufsformular

Das Widerrufsformular finden Sie auf [www.dgb-bildungswerk-nrw.de/allgemeine-geschaeftsbedingungen](http://www.dgb-bildungswerk-nrw.de/allgemeine-geschaeftsbedingungen) und über den unten stehenden QR-Code.

An DGB-Bildungswerk NRW e.V.

Bismarckstraße 77

40210 Düsseldorf

E-Mail: [widerruf@dgb-bw-nrw.de](mailto:widerruf@dgb-bw-nrw.de)



### Muster Widerrufsformular

DGB-Bildungswerk NRW e.V.

Bismarckstr. 77

40210 Düsseldorf

[widerruf@dgb-bw-nrw.de](mailto:widerruf@dgb-bw-nrw.de)

Hiermit widerrufe ich/wir (\*) den von mir/uns (\*) abgeschlossenen Vertrag über die Erbringung der folgenden Dienstleistung:

Seminarnummer/Titel: \_\_\_\_\_

Gebucht am: \_\_\_\_\_

Name: \_\_\_\_\_

Anschrift: \_\_\_\_\_

Datum/Unterschrift: \_\_\_\_\_

(\*) Unzutreffendes bitte streichen