



WEBINAR
www.vhw.de

Kommunikation, Personalentwicklung, Soft Skills

Älter und besser: Longevity-Inspirationen für einen nachhaltigen Führungserfolg

Freitag, 13. November 2026 | online: 09:00 - 12:00 Uhr

Webinar-Nr.: [WB260365](#)

Gute Gründe für Ihre Teilnahme

Der demografische Wandel und der anhaltende Fachkräftemangel verändern die Arbeitswelt spürbar: Der Anteil erfahrener und älterer Mitarbeitender steigt kontinuierlich – und mit ihm die Bedeutung einer Führungskultur, die Erfahrung wertschätzt, Gesundheit fördert und Motivation langfristig erhält.

Doch was bedeutet das konkret für Führungskräfte? Welche Rahmenbedingungen brauchen erfahrene Mitarbeitende, um ihr Wissen, ihre Kompetenz und ihre Leistungsfähigkeit optimal einzubringen? Und wie kann es gelingen, selbst über viele Berufsjahre hinweg produktiv, gesund und mit Freude im Dienst zu bleiben?

Der interaktive Vortrag liefert praxisnahe Antworten auf diese Fragen. Er zeigt auf, wie altersgemischte Teams erfolgreich geführt werden können, welche Rolle Wertschätzung und sinnstiftende Aufgaben spielen und wie Führungskräfte die Potenziale erfahrener Beschäftigter gezielt fördern.

Darüber hinaus erhalten die Teilnehmenden Impulse zur eigenen Selbstfürsorge und Resilienz: Wie bleibe ich mental beweglich? Was sind die wichtige Gesundheitskompetenzen und welche Rolle spielt Ernährung, um langfristig motiviert und konzentriert zu bleiben?

Freuen Sie sich auf einen lebendigen Austausch, konkrete Handlungsempfehlungen und sofort umsetzbare Praxisimpulse!

Ihre Dozentin

Dr. med. Sabine Schonert-Hirz

Ärztin, TV-Moderatorin, Gesundheits-Kolumnistin, Unternehmensberaterin und Coach mit den Schwerpunkten Stress- und Gesundheitsmanagement.

[>> ALLE INFOS & ANMELDUNG](#)

Termin

Freitag, 13. November 2026

Beginn: 09:00 Uhr

Ende: 12:00 Uhr

Teilnahmegebühren

315,- € für Mitglieder

365,- € für Nichtmitglieder

Dieses Webinar richtet sich an

Führungskräfte in Behörden, öffentlichen Einrichtungen und (kommunalen) Unternehmen.

Programmablauf

Älter und besser: Longevity-Inspirationen für einen nachhaltigen Führungserfolg

Vom Gewinn des Älterwerdens

- Was bedeutet Älterwerden für das Arbeitsleben?
- Welche Vorteile oder Veränderungen erleben wir bei dieser Mitarbeiter*innen-Gruppe?
- Was sind die körperlichen und geistigen Herausforderungen dieser Gruppe?
- Welche Maßnahmen kann die Führungskraft ergreifen, um die Produktivität dieser Gruppe zu erhalten?

Geistige Fitness durch Konzentration

- Konzentration schützen und trainieren
- Das Gedächtnis stärken

Basics der Gesundheitskompetenz

- Bewegung und Schlaf
- Schnelles Stressmanagement im Alltag

Das Wichtigste über Powerfood und starke Konzentration

- Konzentration (besonders nach der Mittagspause)
- Basics der Anti-Aging Ernährung

>> [ALLE INFOS & ANMELDUNG](#)

Rückfragen und Kontakt

Bei allen technischen Fragen wenden Sie sich bitte an unsere Servicehotline Webinare:

T 030 390473-610

E kundenservice@vhw.de

Zeitlicher Ablauf

Beginn: 09:00 Uhr
10:30 bis 10:40 Uhr Kaffeepause
Ende: 12:00 Uhr

WEBINARE – Allgemeine Hinweise und weiterführende Informationen

Technische Voraussetzungen für Ihre Teilnahme am Webinar

Anwendungsdatei mit Installation

Sie haben Cisco Webex Meeting bisher noch nicht genutzt? Dann werden Sie nach dem Anklicken des Zugangslinks aufgefordert, sich die Datei webex.exe herunterzuladen. Wir empfehlen das Herunterladen und die Installation der Anwendungsdatei, da Sie dann alle Interaktionsmöglichkeiten vollumfänglich nutzen können.

Browserzugang ohne Installation

Alternativ können Sie auch, ohne Installation, über Ihren Browser beitreten. Wir empfehlen eine aktuelle Version von Mozilla Firefox, Google Chrome, Microsoft Edge oder Safari für MacOS.

Zugang mit Tablet oder Smartphone

Mit der App von Webex für Android und iOS ist eine Teilnahme auch über ein Tablet oder Smartphone möglich.

Testen Sie Ihren Zugang im Vorfeld in unserem Testraum!

[Link Test-Raum](#)

*Meeting Passwort: **Fortbildung!***

Nur für Tablet/Smartphone:

Meeting-Kennnummer (Zugriffscod): 2375 281 3625

Für das Webinar benötigen Sie entweder einen Desktop-PC, einen Laptop oder ein anderes mobiles Endgerät (z. B. ein Tablet).

Eine Webkamera und/oder ein Mikrofon sind nicht zwingend erforderlich. Sie können Ihre Fragen auch im Chat schreiben. Oder Sie wählen sich über die Webinar-Telefonnummer ein. Dann können Sie per Telefon im Webinar sprechen. Die Telefonnummer steht im Einladungsschreiben.

[Video-Leitfaden](#)

Ablauf von vhw-Webinaren

Spätestens einen Tag vor dem Online-Veranstaltungstermin erhalten Sie eine E-Mail mit einem Anmelde-link. Bitte beachten Sie bei erstmaliger Teilnahme an einem vhw-Webinar auch den Eingang Ihres Spam-Ordners.

- Die Webinar-Unterlagen werden spätestens 1 Tag vor der Online-Veranstaltung als Download in unserer vhw-Cloud zur Verfügung gestellt. Den Zugang zur vhw-Cloud erhalten Sie in der E-Mail mit dem Anmelde-link.
- Innerhalb 1 Woche nach der Veranstaltung erhalten Sie per E-Mail einen Link auf unsere Cloud, auf der die Webinar-Unterlagen für einen Zeitraum von weiteren 8 Wochen als Download abrufbar sind.
- Im Nachgang des Webinars erhalten Sie per E-Mail außerdem ein Teilnahmezertifikat, welches die gehörten Zeitstunden vermerkt. Dieses kann als Fortbildungsnachweis bei Kammern und Berufsverbänden vorgelegt werden. Wir unterstützen Sie gerne bei der Klärung der Anerkennungsfähigkeit. Bitte beachten Sie, dass die einzelnen Kammern einen Vorlauf von bis zu 7 Wochen vor Veranstaltungstermin benötigen.

Info Pflichtfortbildungen: www.vhw.de/fortbildung/pflichtfortbildungen

Rückfragen und Kontakt

Bei allen technischen Fragen wenden Sie sich bitte an unsere Servicehotline Webinare:

Tel.: 030 390473-595, E-Mail: webinare@vhw.de