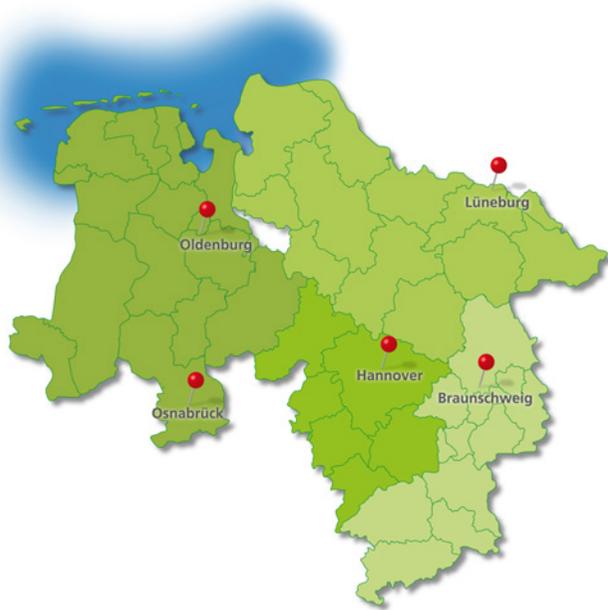


## Wo kann ich eine CARE-Beratung in Anspruch nehmen?

CARE Beratungsstellen stehen in allen vier Regionalen Landesämtern für Schule und Bildung (RLSB) in Braunschweig, Hannover, Lüneburg und Osnabrück (mit zusätzlichen Terminen in Oldenburg) zur Verfügung.



### Nehmen Sie Kontakt zu uns auf!

Beratungstermine können direkt telefonisch in den CARE-Beratungsstellen vereinbart werden:

**Braunschweig:** 0531 484 - 3202

**Hannover:** 0511 106 - 7412

**Lüneburg:** 04131 15 - 2151

**Osnabrück**  
(und Außenstelle  
Oldenburg): 0541 77046 - 473

Kontaktaufnahme per E-Mail über:  
[www.aug-nds.de/?id=1521](http://www.aug-nds.de/?id=1521)



## Weitere Informationen zu CARE

unter:

[www.care.aug-nds.de](http://www.care.aug-nds.de)



sowie zum gesamten Themenfeld Arbeitsschutz und Gesundheitsmanagement unter:

[www.lehrergesundheit.de](http://www.lehrergesundheit.de)



**Herausgeber**  
Niedersächsisches Kultusministerium  
Referat 22  
Hans-Böckler-Allee 5  
30173 Hannover

Gestaltung: grafolux  
Druck: Unidruck GmbH Hannover

Januar 2021

Niedersächsisches  
Kultusministerium



## CARE - Beratungsangebot



## CARE in SCHULEN - Was ist das?

CARE ist ein **vertrauliches** Beratungs- und Serviceangebot. CARE bietet Hilfe und Unterstützung für alle Beschäftigten in öffentlichen Schulen und Studienseminaren, die sich in einer gesundheitsbeanspruchenden (privaten oder beruflichen) Situation befinden, die zu psychischen Belastungen führt.

Zu diesem Zweck bieten die CARE Beratungsstellen vertrauliche und kostenfreie Beratungen durch psychologische Psychotherapeutinnen und Psychotherapeuten. Das Angebot von CARE kann ausschließlich auf freiwilliger Basis in Anspruch genommen werden. Die geltenden Regelungen der Schweigepflicht und des Datenschutzes werden hierbei stets gewährleistet.

## Ziele von CARE

- Orientierung und Unterstützung bei psychosozialen Belastungen
- Früherkennung ungünstiger Krankheitsverläufe
- Zeitnahe Sicherstellung von Heilbehandlungen
- Ermöglichung einer dauerhaften Teilhabe am Arbeitsleben



 In SCHULEN  
**N CARE**  
CHANCEN AUF  
RÜCKKEHR ERMÖGLICHEN

## Was bietet CARE?

- Ressourcenorientierte Beratung von Beschäftigten
- Einschätzung der persönlichen Gesamtsituation unter gesundheitlichen, beruflichen und privaten Aspekten
- Empfehlung oder zeitnahe Vermittlung von individuell passenden Maßnahmen bei Bedarf und auf Wunsch, z.B.
  - Fachbezogene Beratungsangebote des zuständigen Regionalen Landesamtes für Schule und Bildung (RLSB)
  - Konkrete Therapie- bzw. Behandlungsplätze (ambulant und stationär)
  - Spezielle Rehabilitationsmaßnahmen
  - Empfehlung von sonstigen externen Beratungsangeboten
- Auf Wunsch Betreuung während und nach den jeweiligen Maßnahmen sowie Unterstützung bei der Wiedereingliederung
- Empfehlung und Vermittlung von zusätzlichen präventiven Maßnahmen

## Wie belastet bin ich?



Die Symptome psychischer Belastung können sehr vielfältig sein. Sollten Sie Interesse haben, Ihr persönliches Anforderungserleben zu überprüfen, steht Ihnen unter [www.lehrergesundheit.de](http://www.lehrergesundheit.de)

der CARE-Selbsteinschätzungstest zur Verfügung. Dieser bietet anonym und kostenfrei:

- Klärung der persönlichen Belastungssituation im beruflichen, familiären und privaten Bereich
- Direkte Auswertung mit einer Bewertung der persönlichen Belastung
- Je nach Ergebnis, Empfehlung passender Beratungs- und Unterstützungsangebote

## Arbeit und Gesundheit in Schulen und Studienseminaren



CARE ergänzt die bestehenden Angebote im Bereich Arbeitsschutz und Gesundheitsmanagement.

## Wer kann eine CARE-Beratung in Anspruch nehmen?

CARE in SCHULEN richtet sich an alle Beschäftigten in öffentlichen Schulen und Studienseminaren.

Für alle anderen Beschäftigten des Landes stellt das Ministerium für Inneres und Sport eigene CARE-Beratungsstellen zur Verfügung.

Weitere Informationen hierzu unter: [www.care.niedersachsen.de](http://www.care.niedersachsen.de)

