



Krav og ressourcer i arbejdslivet

Hør hvordan I kan samarbejde om at minimere belastningerne, og sætte fokus på bedre trivsel.

Forudsætningen for at trives i sit arbejde er, at man oplever en god balance mellem krav og ressourcer. Oplever man over længere tid at andres og/eller egne krav til hvad man kan præstere overstiger ens ressourcer vil det føre til alvorlig stress.

For at forebygge alvorlig, langvarig stress er det derfor vigtigt at fastholde opmærksomheden på balancen mellem krav og ressourcer herunder både for virksomheden som helhed, i teamet og i forhold til den enkelte medarbejder.

På denne temadag sætter vi fokus på konkrete værktøjer til at forebygge stress på arbejdspladsen. Temadagen vil være en blanding af oplæg og workshops og der forventes en aktiv medvirken fra deltagerne. Målgruppen for temadagen er ledere, tillidsrepræsentanter og arbejdsmiljørepræsentanter, og vi opfordrer til at mindst én leder og én medarbejderrepræsentant deltager, idet det giver bedre muligheder for at implementere redskaberne i egen virksomhed efterfølgende. Deltagelse er gratis. **Gebyr ved udeblivelse uden afbud 500 kr.**

20. november 2023 kl. 11.30-16.00 Scandic Hvidovre, Kettevej 4, 2650 Hvidovre

21. november 2023 kl. 11.30-16.00 Scandic Kolding, Kokholm 2, 6000 Kolding

TILMELDING

Program se næste side →



bfa-i.dk



Krav og ressourcer i arbejdslivet

PROGRAM

Tjek ind og sandwich (11.30-12.00)

Hvad er stress?

Hvilke konsekvenser har langvarig stress for den enkelte og for arbejdspladsen?

Hvilke krav og ressourcer er der i arbejdslivet?

Hvordan kan ledelse og medarbejderrepræsentanter samarbejde om stressforebyggelse?

Hvad kan den enkelte selv gøre for at forebygge stress?

Hvad indeholder en god stresspolitik?

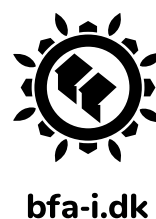
Hvad kan TekSam hjælpe din virksomhed med?



Jan Lorentzen er cand.merc. i strategi, organisation og ledelse. Jan har i mere end 20 år rådgivet virksomheder i forebyggelse og håndtering af stress og andre problemer i det psykiske arbejdsmiljø. Han er fagleder i psykisk arbejdsmiljø i DI, sidder i TekSams sekretariat og er rådsmedlem i BFA-industri.



Annette Riber Madsen er uddannet laborant og har igennem de sidste 9 år arbejdet med bl.a. psykisk arbejdsmiljø og trivsel, dels via sin rolle som tillidsrepræsentant og de seneste 2 år som samarbejdskonsulent i CO-industri, hvor hun til daglig understøtter samarbejdsudvalg i de danske industrivirksomheder i arbejdet med det psykiske arbejdsmiljø.



bfa-i.dk

