

Lotte Heise fyrrer op under arbejdsmiljøet

Konsulentvirksomhed inviterer til stresskonference, hvor bl.a. Lotte Heise vil komme med et oplæg, som hun kort og godt kalder "stress"

Kravene til den enkelte i det moderne samfund øges både på den arbejdsmæssige og private front. Og det kan have store omkostninger, når det ikke hænger sammen. Syv ud af de ti mest almindelige lidelser er stressrelaterede, og udviklingen i antallet af blodpropper fortsætter i EU, hvor stress er ved at være mere udbredt end ondt i hovedet eller ryggen. I dag udtaler hver fjerde dansker, at de er så stressede, at det går udover livskvaliteten. Derfor har konsulentvirksomheden AM-Gruppen, som i det daglige arbejde oplever et stigende antal stressede personer, med en konference til efteråret valgt at sætte fokus på stress ved at lade nogle af landets førende eksperter udtale sig om emnet. På Stresskonferencen, som af-

holdes i Musikhuset i Esbjerg den 19. september 2007 fra kl. 8.30-16.00, har AM-Gruppen fået fat i nogle kapaciteter inden for stressområdet. Med oplægget: "Stress - årsager, virkninger og foranstaltninger" taler Bo Netterstrøm, admistre-

rende overlæge på Arbejdsmedicinsk Klinik og en af landets

absolut førende stressforskere, om de forskellige årsager, der kan være til stress. Samtidig gives der nogle redskaber til at undgå den stress, der er så dyr både menneskeligt og økonomisk.

Peter Lund Madsen, som er læge og har en doktorgrad i hjerneforskning fortæller om "Hjernekapacitet og stress". Der ses på emner som, "hvorfor vi bliver trætte i hovedet af at tænke os om", "hvad sker der i

nervesystemet, når vi bliver stressede?",

"Om afslapningens nødvendighed", "Om hvorfor vi bruger vores hjerne 100 % - hele tiden" og endelig "Om hvor mange kilo sukker det kostede at holde Einsteins hjerne i gang".

Lisbeth G. Petersen er virksomhedskonsulent i stress og trivsel. Med oplægget "Arbejds glæde og begejstring - hvor kommer det fra?" fortæller hun om alle de faktorer, der gør en forskel for, at folk trives både på jobbet og derhjemme. Vigtigt er det også at høre, "hvordan man tilfører sig selv energi", "hvordan man får en begejstret chef, sprudlende kolleger, tilfredse kunder og en kærlig partner!" .

Lotte Heise, som er en af Danmarks mest efterspurgte foredragsholdere, er kendt for sine meninger og for at komme ud med dem. I oplægget "Stress" ser Lotte Heise bl.a. på, om stress er en folkesygdom, om der er forskel på at have travlt og være stresset samt om man kan slukke sin mobil og undlade at tjekke sine mails for at undgå stressen.

Line Baun Danielsen er dagens konferencier på Stresskonferencen.

AM2007

AM 2007

Danmarks største
årskonference for
arbejdsmiljøprofessionelle

- Bliv opdateret på den nyeste viden
- Følg nye tendenser i udviklingen af arbejdsmiljøet
- Få inspiration til undervisning om arbejdsmiljø
- Styrk dit netværk

Arbejdsmiljøkonferencen 2007
30. - 31. oktober 2007
Hotel Nyborg Strand, Nyborg

www.am2007.dk



AKON

Autoriseret arbejdsmiljørådgivningsfirma

Vi hjælper jer med at løse de opgaver der kommer i forbindelse med de forestående screeninger. Herunder rådgivningspåbud indenfor det psykiske og det fysiske arbejdsmiljø.

AKON Arbejdsmiljøkonsulenterne AS er også udbyder af den lovpligtige arbejdsmiljøuddannelse. Ønsker I at afholde den lovpligtige arbejdsmiljøuddannelse på virksomheden for egne medarbejdere, så kontakt os for et godt tilbud.

AKON - Arbejdsmiljøkonsulenterne AS
Tlf.: 9644 4008 / www.akon.dk

