

KONFERENCE ◊ HOTEL NYBORG STRAND  
TIRSDAG DEN 26. MAJ 2009

## Værktøjer og metoder til at udvikle bedre omsorgsarbejdspladser



Hvordan skaber vi balance mellem  
det ledelser forventer af personalet  
og det personalet oplever som muligt?

### Oplægsholdere:

- Thyra Frank, plejehjemsleder
- Henning Kirk, hjerneforsker, dr. med
- Thomas Milsted, stressforsker og -coach
- Birgitte Friisholm, områdeleder og coach

- en god vej til kompetenceudvikling





## Værktøjer og metoder til at udvikle bedre omsorgsarbejdspladser

Hvordan skaber vi balance mellem  
det ledelser forventer af personalet - og det personalet oplever som muligt?  
Stress - sygefravær – udbrændthed! Hvordan gør vi noget ved det!

Konferencen går lige til benet: hvordan kan du gøre jeres arbejdsplads bedre? Vi ved, at omsorgsarbejde kan være noget af de mest stressende arbejdspladser - hvad enten det er i hjemmeplejen, på plejehjem eller andre steder, der arbejder for mennesker, som er afhængige af hjælp.

På konferencen præsenterer nogle af Danmarks dygtigste på hvert deres felt værktøjer og metoder til, hvordan du kan gøre noget ved dårlig stress og forbedre arbejdsmiljøet. Alle med en praktisk vinkel til opgaven:

**Birgitte Friisholm** har mange års ledererfaringer fra omsorgsarbejde og i de sidste år også som coach. Birgitte ser på, hvordan man kan bruge coaching til at skabe bedre harmoni og overensstemmelse mellem lederforventninger og personalets oplevelse af muligheder?

**Henning Kirk** har gennem mange år været en af vore førende hjerneforskere på omsorgsområdet og er kendt for sin evne til at omsætte det svære stof til praktiske metoder. Her tager Henning udgangspunkt i sin bog Med hjernen i behold og hjernen som et livslangt byggeprojekt.

**Thomas Milsted** er leder af Center for Stress og Trivsel og tager udgangspunkt i sine lange og mange erfaringer med at rådgive om forebyggelse af stress. Også endt fra dagspressen som stress ekspert. Thomas vil føre deltagerne ind i praktiske værktøjer til at skabe trivsel.

**Thyra Frank** er leder af plejehjemmet Lotte på Frederiksberg og vist kendt af de fleste på omsorgsområdet. På sin humoristiske og hjertevarme måde fortæller Thyra om, hvordan hun arbejder med at holde arbejdsglæden i top og giver hverdagens rutiner et kærligt spark.

Der vil efter hver præsentation blive mulighed for spørgsmål til foredragsholderen

## PROGRAM

08.30 Morgenkaffe og registrering

09.10 Introduktion til konferencen ved Horisont-amba

09.15 **Hvordan kan vi opnå det, vi vil? Kan vi coache hinanden til bedre harmoni?**

Hvorfor være trist, stresset og udbrændt på jobbet, når det er muligt at være glad? Det handler om at finde og bruge de evner og færdigheder, vi har brug for til at opnå det, vi gerne vil. Hvad enten det er personligt eller i samværet med andre. Hvordan kan vi gøre det?

**Birgitte Friisholm, områdeleder og coach**

10.15 Pause

10.30 **Med hjernen i behold**

Med hjernen i behold er en grundig gennemgang af nyeste psykologiske forskning og hjerneforskning. I takt med vores udvikling, uddannelse og fortsatte læring bygger vi til, river ned og bygger om. Det hele afhænger af, hvad vi bruger hovedet (og resten af kroppen) til. Opskriften ligger således i, hvordan vi styrer byggeprojektet i vores hjerne. Gennem hele livet.

**Henning Kirk, hjerneforsker, læge, dr. med, forfatter**

12.00 Frokost

13.00 **Livsmening forebygger stress**

Lykkelige mennesker gør gode gerninger. De har forstået, at lykke og sorg følger ad. De ved at lykke handler om fokus - og de ved, hvad de vil. Hvordan kan vi skabe denne positive energi i fællesskaber, f.eks. i omsorgsarbejdet?

**Thomas Milsted, direktør, Center for Stress og Trivsel**

14.30 Eftermiddagskaffe

15.00 **Det koster ikke alverden at motivere og holde arbejdsglæden i top**

Thyra kunne egentlig også godt tænke sig at give sine medarbejdere firmabil, aktieoptioner og alt muligt andet fryns, men det er der ikke råd til. Til gengæld kan hun behandle sit personale ordentligt. Personalet er den gruppe på plejehjemmet, som Thyra bruger mest tid på. Det betyder, at sygefraværet er meget lavt, og det giver en besparelse på en halv million kroner om året.. Hør hvordan!

**Thyra Frank, plejehjemsleder, plejehjemmet Lotte på Frederiksberg**

16.00 Afslutning

Konferencen er for ledere, konsulenter, forvaltningsmedarbejdere og personale, der arbejder med mennesker, der er afhængige af hjælp fra andre - ja, for alle, der ønsker mere viden om at forebygge stress gennem at skabe større sammenhæng i arbejdet..

**DU KAN OGSÅ TILMELDE DIG PÅ**  
[www.horisont-amba.dk](http://www.horisont-amba.dk)

**Tilmelding til konference den 26. maj 2009**

Navn

Stilling

Institution

Adresse

Postnr.

By

Telefon

Fax

Email adresse

EAN nr.

Tilmeldingen sendes eller faxes til:

**Horisont-amba**  
**Ellebækvej 12**  
**4750 Lundby**

Telefon 5570 2970

Fax 5570 2979

Email:  
post@horisont-amba.dk



**Værktøjer  
og metoder**  
til at udvikle bedre  
omsorgsarbejdspladser

**PRIS: 1.990,- kr**

der dækker konference,  
inkl. morgenkaffe, frokost  
m/ 1 drikkevare, eftermid-  
dags-kaffe, isvand og frugt.

Prisen er ekskl. moms

Tid:

**Tirsdag 26. maj 2009**

Sted:

**Hotel Nyborg Strand**

Tilmeldingerne optages efter "først til mølle"-princippet

**Rabat**

Hvis I tilmelder 10 personer samtidigt, får I en person gratis med

Mere information på [www.horisont-amba.dk](http://www.horisont-amba.dk)