

»PROMOCIJA ZDRAVJA NA DELOVNEM MESTU V TRGOVINSKI DEJAVNOSTI«

NOVO MESTO, 5. 3. 2014

**Dvorana Visoke šole za upravljanje in poslovanje Novo mesto
Na Loko 2, 8000 Novo mesto**

PROGRAM STROKOVNEGA USPOSABLJANJA

- 8.30 – 9.00** **Registracija udeležencev**
- 9.00 – 9.15** **Uvod in predstavitev Analize stanja na področju zdravja pri delu v trgovinski dejavnosti**
Nosilec: Miha Sekne
- 9.15 – 10.30** **Pomen telesne aktivnosti za krepitev zdravja pri delu**
Nosilec: prof. dr. Vojko Strojnik, Uni-Lj, Fakulteta za šport
- Splošni učinki telesne aktivnosti za krepitev zdravja
 - Preprečevanje poškodb pri delu (dviganje bremen, stoječe delo, sedeče delo na blagajni)
- 10.30 – 11.15** **Nagrajevanje pri delu in bolniška odsotnost**
Nosilec: Ladi Rožič, sekretar SDTS
- 11. 15 – 11.45** **Odmor**
- 11.45 – 12.45** **Promocija zdravja pri delu za zagotovitev dobrega počutja**
Nosilec: dr. Simona Šarotar Žižek, Ekonomsko poslovna fakulteta, Maribor
- Predstavitev primera iz prakse**
Nosilka: Željka Kutija
- 12.45 – 13.30** **Zdravo prehranjevanje na delovnem mestu**
Nosilec: prof. dr. Alojz Ihan, dr. med., Uni-LJ, Medicinska fakulteta
Predava: mag. Damjana Presečnik
- Osnove zdravega prehranjevanja
 - Nikoli lačen v službo
 - Zdrava malica med delovnim časom
- 13.30 – 13.45** **Odmor**
- 13.45 – 14.30** **Obvladovanje stresa za krepitev zdravja v trgovinski dejavnosti**
Nosilec: prof. dr. Matej Tušak, Uni-Lj, Fakulteta za šport
Predava: Eva Kovač
- Kako prepoznati stres
 - Soočanje in upravljanje s stresom
 - Reševanje konfliktov
- 14.30 – 14.50** **Pogled naprej: orodje za izvajanje aktivnosti promocije zdravja pri delu**
Nosilec: Alenka Ribič, RC-IKTS Žalec
- Koncept rešitve Corporate-@life
- 14.50 – 15.00** **Zaključki**