

Datum: 25.4.2014

PROJEKT TZS »PROMOCIJA ZDRAVJA NA DELOVNEM MESTU V TRGOVINSKI DEJAVNOSTI«

BREZPLAČNO STROKOVNO USPOSABLJANJE V LJUBLJANI – torek, 6. maj 2014,
Dom gospodarstva, Dimičeva 13, dvorana C/I. nadstropje

Trgovinska zbornica Slovenije skupaj s projektnim partnerjem SDTS - ZZZS izvaja strokovna usposabljanja v okviru projekta »**Promocija zdravja na delovnem mestu v trgovinski dejavnosti**«.

Namen projekta je **prikaz konkretnih praktičnih prijemov za delodajalce in zaposlene** v trgovini ter drugo zainteresirano javnost o promociji zdravja v podjetju, **brez večjih dodatnih investicijskih in drugih stroškov**. V ta sklop lahko uvrščamo tudi že **redno izvajanje enostavnih vaj za obvladovanje stresa, za preventivo pred poškodbami na različnih delovnih mestih v trgovini, med njimi tudi za poklicne profile skladiščnika, prodajalca, trgovskega poslovodje in direktorja**. Vse te vaje lahko izvedemo že v roku 10 minut, brez dodatnih pripomočkov ali zapuščanja svojega delovnega mesta.

Kako to izvajajo v trgovskem podjetju **Kastner&Öhler iz Avstrije** bo na tokratni delavnici v **Ljubljani**, ki bo potekala **v torek, 6. maja 2014** s pričetkom **ob 9.00 uri** prikazal **prof. dr. Paul Jimenez iz Univerze v Gradcu**.

PROGRAM STROKOVNEGA USPOSABLJANJA

- | | |
|----------------------|---|
| 8.30 – 9.00 | Registracija udeležencev |
| 9.00 – 10.00 | Prikaz primera dobre poslovne prakse v avstrijskem trgovskem podjetju Kastner&Öhler
Nosilec: prof. dr. Paul Jimenez, Univerza v Gradcu
Prevajanje iz nemškega v slovenski jezik bo zagotovljeno! |
| 10.00 – 11.00 | Zdravo prehranjevanje na delovnem mestu
Nosilec: prof. dr. Alojz Ihan, dr. med., Uni-LJ, Medicinska fakulteta <ul style="list-style-type: none">• Osnove zdravega prehranjevanja• Nikoli lačen v službo• Zdrava malica med delovnim časom |
| 11.00 – 12.00 | Promocija zdravja pri delu za zagotovitev dobrega počutja
Nosilki: dr. Simona Šarotar Žižek, Ekonomsko poslovna fakulteta, Maribor in Željka Kutija, promotorka zdravja <ul style="list-style-type: none">• Tehnike za zagotavljanje zadostne in potrebne osebne celovitosti• Povezanost človekove osebne celovitosti z njihovim dobrim počutjem• Promocija zadostne in potrebne osebne celovitosti človeka kakor tudi celovitega dobrega počutja. |
| 12.00 – 12.15 | Odmor |
| 12.15 – 13.00 | Obvladovanje stresa za krepitev zdravja v trgovinski dejavnosti
Nosilec: prof. dr. Matej Tušak, Uni-Lj, Fakulteta za šport |



- Kako prepoznati stres
- Soočanje in upravljanje s stresom
- Reševanje konfliktov

- 13.00 – 14.00 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)
- 14.00 – 14.20 Nagrajevanje pri delu in bolniška odsotnost**
Nosilec: Ladi Rožič, sekretar SDTS
- 14.20 – 14.45 Pogled naprej: orodje za izvajanje aktivnosti promocije zdravja pri delu**
Nosilka: Alenka Ribič, RC-IKTS Žalec
- Koncept rešitve Corporate-@life
- 14.45 – 15.00 Zaključki**

Vljudno vabljeni!

Mija Lapornik, izvršna direktorica TZS in vodja projekta

PRIJAVNICA ZA STROKOVNO USPOSABLJANJE
»PROMOCIJA ZDRAVJA NA DELOVNEM MESTU V TRGOVINSKI DEJAVNOSTI«

A. 6. maj 2014 od 9.00 -15.00 ure v LJUBLJANI, v dvorani C/I. nadstropje, Dimičeva 13, Ljubljana (usposabljanje je namenjeno vsem članom, njihovim zaposlenim in drugi zainteresirani javnosti z območja Ljubljane z okolico)

Naziv in naslov podjetja:

Telefon:

E-naslov:

Ime in priimek udeležencev:

- | | |
|----------|-----------------|
| 1. _____ | E-naslov: _____ |
| 2. _____ | E-naslov: _____ |
| 3. _____ | E-naslov: _____ |
| 4. _____ | E-naslov: _____ |

Prijavnica za brezplačna usposabljanja je objavljena tudi na spletni strani projekta <http://www.tzslo.si/promocija-zdravja>. **Prevajanje iz nemškega v slovenski jezik je zagotovljeno!**

Prijavnico nam lahko pošljete po pošti: TZS, Dimičeva 13, 1000 Ljubljana, po faksu: 01/58-98-219, ali na e-naslov: info@tzslo.si. Dodatne informacije lahko dobite pri Andreju Trdina (e-naslov: andrej.trdina@tzslo.si). **Kotizacije za udeležbo na strokovnem usposabljanju NI! Vljudno vabljeni!**