

Dagskonferanse
For tillitsvalgte/medlemmer
i FLT
Torsdag 23 mars 2017

Folkets Hus Stavanger Sal 3



Stressmestring

Som en oppfølging av konferansen i 2016 ønsker vi å arrangere en ny dagskonferansen med tema stressmestring.

I arbeidslivet følger det med en dose stress, både positivt og negativt også for våre tillitsvalgte og medlemmer. Vi ønsker derfor med denne konferansen å tilby opplæring i stressmestrings teknikker.

Bjørnson organisasjonspsykologene vil også denne gang bidra med sin kompetanse på dette området.

Program

12.00 -13.00	Lunsj
13.00 -13.30	Introduksjon og presentasjon
13.30 -14.30	Tillitsvalgt rollen ved nedbemanning, endring og omstilling
14.30 -14.45	Pause
14.45 -15.45	Hva er stress og hva gjør det med oss?
15.45- 16:00	Pause
16.00-16.45	Hva stresser oss? Stress i arbeidslivet Langsiktige konsekvenser av stress
16.45- 17.00	Pause
17.00-17.45	Stressmestring
17.45-18.00	Oppsummering og evaluering

Reiseutgifter dekkes på vanlig måte (billigst mulig). Deltakere oppfordres til å søke arbeidsgiver om fri med lønn for å delta på konferansen. Eventuelt tapt arbeidsfortjeneste dekkes med stipend på 135. pr. time. Noen avdelinger dekker differansen mellom faktisk lønn og stipend, etter søknad.

Påmelding til helga.skjeie@worleyparsons.com senest innen 15.03.2017