



Hälsa i liv & arbetsliv

En kostnadsfri föreläsningsserie på temat hållbart arbetsliv

Den här seminarieserien vänder sig till dig som vill få kunskap om vad som främjar hälsan och vad som skapar ett hållbart arbetsliv med en bra balans mellan arbete och fritid.

Tisdag 24 september - Charlotte Signahl **"Mångfald – besvärligt härligt"**

Motiverande föreläsning som ger en ökad förståelse för möten mellan människor.

Charlotte har utbildat och föreläst inom området motivationspsykologi, mänskliga rättigheter, mångfald och diskriminering sedan slutet av 1990-talet. Charlotte är mest intresserad av varför vi människor beter oss som vi gör och hur vi kan möta andras beteende och kanske förändra vårt eget när det behövs.

Tisdag 5 november - Marie Ryd **"Innan stressen blir farlig"**

Vad kan vi göra för att uppnå en harmonisk vardag både på arbetsplatsen och hemma?

Marie, med ett förflutet i vetenskapsjournalistik och medicinsk vetenskap, sprider kunskap om de senaste rönen inom kognitiv och social neurovetenskap – kunskap som ökar förståelsen för människan som både en biologisk och social varelse. Marie är vetenskapsjournalist och ledarskapskonsult, fd forskare med doktorsgrad i medicinsk vetenskap.

VÄLKOMMEN!

Plats: Högskolan i Borås, Sparbankssalen

Tid: 17.00 - 18.30

Anmälan: www.sjusam.se/pr

OBS Begränsat antal platser - anmälan krävs!

Kontakt: marie.irvang@sjusam.se

POSITIV RÖRELSE är ett kompetensutvecklingsprojekt för ökad hälsa och hållbart arbetsliv. Projektet riktar sig till yrkesgrupper i Sjuhärad som är utsatta för hög stress. Målet är att stärka individernas ställning på arbetsmarknaden, förbättra hälsan hos kvinnor och män samt stärka deltagande arbetsorganisationer och nyckelaktörer i arbetet med att förebygga arbetsrelaterad ohälsa. Du är välkommen att kontakta oss för att få veta mer. Projektet medfinansieras av ESF, Europeiska socialfonden. Sjuhärads samordningsförbund är projektägare. Mer information hittar du på www.sjusam.se/pr