

»Združimo moči – za dobro počutje na delovnem mestu!«

NACIONALNO SREČANJE

petek, 10. december 2021

V sklopu **Nacionalnega programa za duševno zdravje**, Programa **Mira**, vas vabimo na srečanje, namenjeno **krepitevi duševnega zdravja v delovnih okoljih**.

Namen srečanja je:

- ✓ dvigniti **zavzetost** organizacij in posameznikov za krepitev duševnega zdravja v delovnih okoljih,
- ✓ predstaviti in **povezati ključne** lokalne in nacionalne **akterje**, ki lahko pripomorejo k dobremu počutju na delovnem mestu,
- ✓ podpreti posameznike in organizacije pri izzivih, povezanih s **pandemijo** in skrbjo za duševno zdravje.

Spletno srečanje bo potekalo v petek, 10. 12. 2021, s pričetkom ob **9. uri** preko aplikacije Zoom.

Udeležba na dogodku je **brezplačna**. Prijave sprejemamo do **8. 12. tukaj**: [\[link\]](#)

Povezavo na dogodek boste prejeli dan prej na vaš elektronski naslov.



PROGRAM

Krepimo svoje moči za dobro počutje

9.00 - 11.15

Prvi sklop dogodka je namenjen vsem, ki si želijo krepiti duševno zdravje in uspešno premagovati izzive ter zahteve sodobnega delovnega okolja in trga dela.

9.00

Pozdravni nagovor

Rade Pribaković Brinovec, vodja Programa Mira, Nacionalni inštitut za javno zdravje
Sanja Belec, koordinatorka področja vseživljenjske karijerne orientacije, višja področna svetovalka, Zavod za zaposlovanje Slovenije

9.10

Spomnite se trenutka, ko ste doživeli ali bili priča stiski v delovnem okolju ...

Pogovor ob zgodbah s terena v manjših skupinah

9.25

Pomoč za mojo moč - predstavitev mreže virov pomoči na novi spletni strani Mira

Mojca Maver, urednica spletne strani programa Mira

9.35

Skupaj za duševno zdravje - kaj nudijo centri za krepitev zdravja in zdravstvenovzgojni centri?

Niki Jakol, univ. dipl. psih., Center za krepitev zdravja, Zdravstveni dom Velenje

9.50

Kako lahko s pomočjo različnih programov skrbimo za svoje duševno zdravje? Okrogla miza s strokovnjaki

- dr. Lilijana Šprah, univ. dipl. psih., Družbenomedicinski inštitut, ZRC SAZU

Program OMRA "Z večjo pismenostjo o duševnem zdravju do obvladovanja motenj razpoloženja"

- Diana Kavčič, dipl. biopsihologinja, sodelavka ekipe Pozitivna psihologija za boljše življenje

Maraton pozitivne psihologije "Ker nihče ne more živeti namesto vas"

- Monika Erjavec Bizjak, magistra zakonskih in družinskih študij, ZPM Ljubljana Moste - Polje

Program Dobro sem "S preventivo do boljšega duševnega zdravja"

Pogovor bo moderirala mag. Ksenija Horvat, novinarka in voditeljica

PROGRAM

Združimo moči za dobro počutje na delovnem mestu 11.30 - 13.45

Drugi sklop dogodka je namenjen vodilnim in vodstvenim delavcem, kadrovskim službam, promotorjem zdravja, strokovnjakom za varnost in zdravje pri delu ter vsem, ki si prizadevajo za duševnemu zdravju naklonjena delovna okolja.

11.30 Kaj pravi praksa o duševnem zdravju na delovnem mestu - izkušnje iz ambulante

11.45 Kako lahko vsak prispeva k duševnemu zdravju na delovnem mestu - razumevanje potreb skozi mikrozgodb

dr. Ditka Vidmar, vodja področja za duševno zdravje aktivnih na trgu dela, Program Mira

11.55 Pomoč za našo moč: predstavitev iskalnika ponudnikov promocijsko-preventivnih aktivnosti za duševno zdravje na delovnem mestu

Ana Cesar, komuniciranje za duševno zdravje aktivnih na trgu dela, Program Mira

12.05 Employee Assistance Program – predstavitev mednarodno uveljavljene storitve za ohranjanje in krepitev duševnega zdravja zaposlenih

Katja Novak, univ. dipl. psih., Izobraževalno raziskovalni inštitut Ljubljana

12.20 Kako lahko delodajalec prispeva k dobremu počutju zaposlenih?

Peter Ladič, direktor podjetja Intera

12.35 Izzivi in možnosti za krepitev duševnega zdravja v delovnih okoljih

Okrogla miza z zaposlovalci in strokovnjaki

- Katarina Hohnjec, direktorica Hoby les in predstavnica Obrtno-podjetniške zbornice Slovenije
- Tanja Urdih Lazar, strokovnjakinja za promocijo zdravja pri delu, Klinični inštitut za medicino dela, prometa in športa
- dr. Klemen Podjed, strokovnjak za promocijo zdravja pri delu, Inštitut za produktivnost
- Maruša Mežek, kadrovska strokovnjakinja, Novartis

Pogovor bo moderirala mag. Ksenija Horvat, novinarka in voditeljica