

Vodstvom podjetij, predstavnikom podjetij za promocijo zdravja na delovnem mestu, kadrovskim službam in predstavnikom varstva pri delu.

**Vabilo na brezplačni dogodek ob Svetovnemu dnevu duševnega zdravja
»Duševno zdravje na delovnem mestu«**

Svetovni dan duševnega zdravja je letos namenjen duševnemu zdravju na delovnem mestu. Na delovnem mestu v povprečju preživimo najmanj 33,3 % dneva in 252 dni na leto. Zato je pomembno, da poskrbimo za svoje dobro počutje doma in v službi.

Ker imate tudi v vašem podjetju pomembno vlogo pri zagotavljanju tako telesnega, kot tudi duševnega zdravja vaših sodelavcev, vas vabimo na srečanje. Predstavili vam bomo novosti na področju duševnega zdravja na delovnem mestu in preventivne programe za odrasle.

Dogodek organizira Nacionalni inštitut za javno zdravje v sodelovanju z Gospodarsko zbornico Slovenije-Združenjem kemijske industrije, v okviru projekta Zdravi na kvadrat.

KDAJ IN KJE:

Dogodek bo v torek, **17. 10. 2017 ob 9. uri** na **Gospodarski zbornici Slovenije**, Dimičeva 13, Ljubljana. Obvezne prijave z [elektronsko prijavnico](#).

| PROGRAM SREČANJA | |
|------------------|--|
| 9:00 – 9:10 | Uvodne besede in pozdrav Tjaša Jerman, dr. med. (NIJZ OE LJ) |
| 9:10 – 9:40 | Duševno zdravje na delovnem mestu: predstavitev priročnika s poudarkom na nekaterih sodobnih izzivih mag. Maja Bajt, univ. dipl. psih. (NIJZ CPRZ) |
| 9:40 – 10:10 | Spoprijemanje s stresom - praktična delavnica mag. Maja Bajt, univ. dipl. psih. (NIJZ CPRZ) |
| 10:10 – 10:40 | Predstavitev preventivnih zdravstvenovzgojnih delavnic Taja Kontler, dipl. m. s. (NIJZ OE LJ) |
| 10:40 – 11:10 | ODMOR |
| 11:10 – 12:00 | Prikaz delavnice Tehnike sproščanja Valerija Palkovič, dipl. m. s. (Zdravstveni dom Ljubljana, enota Šiška) |
| 12:00 – 12.20 | Predstavitev državnih presejalnih zdravstvenih programov za odrasle Tjaša Jerman, dr. med. (NIJZ OE LJ) |
| 12:20 – 12:40 | ZAKLJUČEK IN RAZPRAVA |

Močno verjamemo v pomen preventivnih aktivnosti pri ohranjanju in krepitvi zdravja nas vseh, zato vas toplo vabimo, da se nam pridružite.

V pričakovanju vaše udeležbe vas lepo pozdravljamo.

Pripravili:

Taja Kontler, dipl. m. s.

Katja Podergajs, dipl. m. s.

Nives Letnar Žbogar, dr. med.,
spec. higiene in javnega zdravja
Predstojnica OE Ljubljana

in

Darja Boštjančič,
direktorica GZS-Združenja kemijske industrije