

DEx-WERKSTATT 1: ARBEITSGESTALTUNG UND FÖRDERUNG DER MENTALEN FITNESS FÜR ÄLTERE BESCHÄFTIGTE

Zielgruppe

- Betriebsärzte/innen
- Fachkräfte für betriebliche Gesundheitsförderung
- Betriebsräte

Beschreibung

Die DEx-Werkstatt: Arbeitsgestaltung und Förderung der mentalen Fitness für ältere Beschäftigte vermittelt eine Übersicht über altersbegleitende Veränderungen von Kompetenzen, und welche arbeitsbedingten Faktoren diese Kompetenzveränderungen beeinflussen.

Auf dieser Basis wird erörtert, welche Möglichkeiten sich zur altersgerechten Gestaltung von Arbeitsplätzen bieten und welche Maßnahmen auf individueller Ebene getroffen werden können, um Gesundheit und Arbeitsfähigkeit insbesondere bei älteren Beschäftigten zu fördern. Hierzu werden Ergebnisse aus verschiedenen Praxisprojekten. In einer ausführlichen Diskussionsrunde wird besprochen, wie arbeitsplatzbezogene und individuelle Fördermaßnahmen konkret in dem jeweiligen Betriebskontext der Teilnehmenden umgesetzt werden können.

Mögliche Ergebnisse dieser Werkstatt:

Altersfreundliche Arbeitsgestaltung

Körperliches, mentales und Stressmanagement-Training

angepasst an den jeweiligen Betriebskontext

Vita Referent

**Prof. Dr.
Michael Falkenstein**

Professor Dr. med.
Michael Falkenstein,
Dipl.-Psych., Dipl.-Ing.,



ist Direktor des
Instituts für Arbeiten
Lernen Altern (ALA) in Bochum.



Zuvor war er 30 Jahre lang in leitender Funktion am Leibniz Institut für Arbeitsforschung (IfADo) in Dortmund tätig.

Er beschäftigt sich seit 20 Jahren mit dem Themenbereich Alter, Kompetenzen und Arbeit. Bei ALA setzt er aktuelle Forschungsergebnisse in die betriebliche Praxis um und berät Unternehmen zu den Themen psychische Belastungen, betriebliches Gesundheitsmanagement, sowie Kompetenzförderung und Arbeitsgestaltung für ältere Beschäftigte.

Dex-WERKSTATT 1: ARBEITSGESTALTUNG UND FÖRDERUNG DER MENTALEN FITNESS FÜR ÄLTERE BESCHÄFTIGTE

Ablauf	Termine
1  Kompetenzveränderungen mit zunehmendem Alter <ul style="list-style-type: none">• Kennenlernen und Einführung• Übersicht über altersbegleitende Veränderungen von Kompetenzen und zu Faktoren, welche diese Veränderungen beeinflussen	s. unten Präsenz-Werkstatt
2  Altersfreundliche Ergonomie <ul style="list-style-type: none">• Altersgerechte und altersfreundliche Gestaltung von Arbeitsplatz und Arbeitsumgebung (v.a. ergonomische Prinzipien für ältere Beschäftigte auf der Basis der am Präsenztage besprochenen altersbegleitenden Funktionsveränderungen)	Webinar
3  Altersfreundliche Arbeitsorganisation <ul style="list-style-type: none">• Altersfreundliche Arbeitsorganisation (z.B. Führung, altersgemischte Teams Gestaltung von Pausen und Schichtarbeit).	Webinar
4  Kompetenzförderung für ältere Beschäftigte <ul style="list-style-type: none">• Förderung der mentalen Fitness bei älteren Beschäftigten (Ernährung, körperliches Training, Achtsamkeits- und Stressmanagement-Training, kognitives Training)	Webinar
5  Trainingsmaßnahmen für ältere Beschäftigte <ul style="list-style-type: none">• Prinzipien des kognitiven Trainings sowie des Achtsamkeits-/ Stressmanagement -Trainings• Vorstellung einiger Ergebnisse mit solchen Trainings aus Praxisprojekten• Praktische Durchführung einiger Übungen aus dem kognitiven Training mit den Teilnehmern an Laptops• Ausführliche Diskussionsrunde mit den Teilnehmern, wie die vorgestellten Maßnahmen konkret in den jeweiligen Betriebskontext umgesetzt werden können	Präsenz-Werkstatt

Die Präsenz-Werkstätten finden in Dortmund statt.

 = Präsenz-Werkstatt

 = Online-Werkstatt

DEX-WERKSTATT 1: ARBEITSGESTALTUNG UND FÖRDERUNG DER MENTALEN FITNESS FÜR ÄLTERE BESCHÄFTIGTE

Kosten

Diese Werkstatt kostet 790,00 Euro (mehrwertsteuerfrei gemäß § 4, 22 a Umsatzsteuergesetz, von der Umsatzsteuer befreit)

In der Teilnahmegebühr sind enthalten:

- 2 Präsenz-Werkstätten (halbtägig) inklusive Pausengetränke
- 3 Online-Werkstätten (Webinar zu festgelegten Terminen)
- Seminarmaterial

Rabatt für Frühbucher

Bei Anmeldung bis 6 Wochen vor der jeweiligen DEx-Werkstatt erhalten Sie einen Rabatt von 10%.

Rabatt für mehrere Teilnehmende

Bei Anmeldung von 2 oder mehr Anmeldungen aus einem Unternehmen und mit gleicher Rechnungsstellung erhalten Sie 10 % Nachlass auf den Rechnungsbetrag.

Beide Rabattvarianten sind kombinierbar.

Anmeldung

Bis zu 2 Wochen vor Werkstattbeginn beim Veranstalter.

Termine

DEx-Werkstatt 1/01 in Dortmund

- 05.04.2018** 09:00 - Präsenz-Werkstatt
13:00 Uhr
- 05.04.-
08.05.2018** 3 Webinare nach Absprache mit den TeilnehmerInnen
- 08.05.2018** 09:00 - Präsenz-Werkstatt
13:00 Uhr

DEx-Werkstatt 1/02 in Dortmund

- 14.06.2018** 09:00 - Präsenz-Werkstatt
13:00 Uhr
- 14.06.-
10.07.2018** 3 Webinare nach Absprache mit den TeilnehmerInnen
- 10.07.2018** 09:00 - Präsenz-Werkstatt
13:00 Uhr

DEx-Werkstatt 1/03 in Dortmund

- 04.10.2018** 09:00 - Präsenz-Werkstatt
13:00 Uhr
- 04.10.-
30.10.2018** 3 Webinare nach Absprache mit den TeilnehmerInnen
- 30.10.2018** 09:00 - Präsenz-Werkstatt
13:00 Uhr

Gerne terminieren wir für Sie auch Inhouse-Veranstaltungen an anderen Standorten.

Bitte sprechen Sie uns an.

Demografie-Experten e. V. | Bundesgeschäftsstelle

Viehhofstraße 119
42117 Wuppertal

Telefon +49 202/ 70 55 83 62
Mobil +49 1578/ 53 03 185
Mail voepel@demografie-experten.de
Web www.demografie-experten.de

Amtsgericht Wuppertal: VR 30846

Städtische Sparkasse Offenbach
Kto.-Nr. 96156
BLZ 505 500 20
IBAN: DE 23 5055 0020 0000 0961 56
BIC: HELADEF10FF

Vorstand:
Hans-Jürgen Dorr, Vorstandsvorsitzender
Brunhilde Link, Schatzmeisterin
Michael Niehaus
Ursula Liphardt