

MEDLEMSARRANGEMENT



SAMMEN
GØR VI FORSKELLEN

FOREDRAG MED THOMAS MILSTED

FORFATTER OG FOREDRAGSHOLDER

Thomas Milsted er skarp og præcis og efterlader tilhørerne med en fornemmelse af, at der er noget at gøre. At det nytter og at de redskaber de er blevet præsenteret for, er lige til at gå til.



Thomas Milsted
Tidligere direktør i Center for stress og tidligere generalsekretær i Stressfonden

FRA STRESS TIL TRIVSEL

Et menneske må altid arbejde med sin personlighed, da det er her vi kan udvikle den ro-busthed, som er nødvendig, da omgivelserne er konstant skiftende.

Det er også i vores personlighed, vi finder de hindringer, der giver os mod til at kunne sige fra, når det bliver for meget. Og det bliver til tider for meget, så ledelseskvaliteten og organisationens rammer må også have udelt opmærksomhed.

Hovedvægten i dette foredrag er at lære kursisterne:

- ♦ At tage ansvaret for egen stress.
- ♦ At give en indsigt i stressens opståen og at vise, hvordan vi kan handle ud fra denne indsigt.
- ♦ At forstå stress som en meget kompleks størrelse, hvor det ikke nødvendigvis handler om skyld og årsag,

hvilket igen er nødvendigt for at forstå, hvornår man som medarbejder eller som leder bærer et ansvar. Stress kan ikke isoleret set forklares med arbejdspladsens forhold, men må også ses i sammenhæng med individets personlighed.

Foredraget finder sted:

Torsdag den 27. oktober 2016
kl. 19.00 — 20.30 på
Scandic Hotel
Ved Ringen 2
Roskilde

Det er gratis at deltage og tilmelding sker efter først-til-mølle princippet (100 pladser) enten på
✉ **Roskilde@foa.dk** eller på
☎ **46 97 19 90**
allersenest fredag den 14. oktober 2016.