

# LÜNEBURGER GESUNDHEITSTAG 2019

MOMENT MAL! – BALANCE HALTEN IM ARBEITSLEBEN

Einladung zum

# LÜNEBURGER GESUNDHEITSTAG 2019

ALLIANZ FÜR FACHKRÄFTE NORDOSTNIEDERSACHSEN

Dienstag, 24. September 2019

Kunstsaal Lüneburg, Marie-Curie-Straße 5, 21337 Lüneburg

## PROGRAMM

- 13.30 Uhr** Begrüßung und Pep-Talk
- 14.15 Uhr** **Forum 1:** Digitalisierte Arbeit – Fluch oder Segen für die Mitarbeitergesundheit  
**Forum 2:** Gesund durch Arbeit
- 15.15 Uhr** Kaffeepause
- 15.45 Uhr** **Forum 3:** Stress lass nach – Umgang mit Belastungen  
**Forum 4:** Exoskelette – Assistenzsysteme für ergonomische Arbeitsplätze
- 17.00 Uhr** **Jan Eßwein:** Moment Mal! Aufhören zu rennen, achtsam werden, mehr erreichen
- 18.00 Uhr** Netzwerkabend



## MOMENT MAL! – BALANCE HALTEN IM ARBEITSLEBEN

Die heutige Arbeitswelt scheint von permanenter Selbstoptimierung und Leistungssteigerung geprägt. Belastungsfähigkeit und Flexibilität werden im Arbeitsalltag immer mehr gefordert. Wir laden Sie herzlich ein, mit Experten zu diskutieren, wie Unternehmen die Gesundheit ihrer Mitarbeiter\*innen stärken können.

Verfolgen Sie außerdem Jan Eßweins inspirierende Key Note. Der Bestsellerautor zeigt die gesunde Alternative zum Multitasking und den Zugang zu eigenen Ressourcen.

Die Veranstaltung ist kostenfrei!

Anmeldung unter  
[www.fachkraefteallianz-non.de/gesundheitsstag](http://www.fachkraefteallianz-non.de/gesundheitsstag)



EUROPEISCHE UNION  
europäischer Sozialfonds

