

P R E S S E M E D D E L E L S E

Yderligere oplysninger:

Bent Walter Jensen
Afdelingsformand
Lederne Sydøstjylland
Tlf 75 92 11 44
E-mail bent.w.jensen@lederne.dk

Patricia S. Laursen og Maja B. Hansen
Pressemedarbejdere
Lederne
Tlf 3273 3443 / 3283 3436
E-mail psl@lederne.dk / mbr@lederne.dk

Hjerne-Madsen lærer sydøstjyske ledere at passe på sig selv

Hvordan skaber man en god balance i sit lederliv, når man hver dag skal skabe værdi for virksomheden og motivere ansatte til at præsterer deres ypperste, uden at de går ned med stress? Det er spørgsmålet på konferencerækken ”Leder – pas godt på dig selv”, som Lederne arrangerer i løbet af efteråret. Tirsdag den 19. november klokken 18 står lokalafdelingen Lederne Sydøstjylland bag konferencen, som afholdes i Messecenter Fredericia.

På konferencen er der to oplægsholdere. Den ene er Danmarks mest kendte hjerneforsker, Peter Lund Madsen. Han vil med sit foredrag forklare, hvad hjernen kan, hvordan den arbejder, og hvordan den enkelte leder kan genkende tegnene på stress - for stress er mange ting og ser forskelligt ud hos forskellige mennesker.

Den anden oplægsholder er Helen Eriksen, som er forfatter, foredragsholder og psykolog. Hun vil lære deltagerne at identificere advarselslamperne for stress og give inspiration til handling.

Afdelingsformand for Lederne Sydøstjylland Bent Walter Jensen ser frem til to gode indspark til den vigtige diskussion om, hvordan man er opmærksom på stress, og hvordan man håndterer stress på arbejdspladsen. Han håber, at deltagerne går hjem med tre vigtige ord til at forebygge stress: nej, hjælp og pyt.

- Ledere skal lære at sige fra, når arbejdsbyrden er for stor, spørge om hjælp hos mennesker omkring dem og sige pyt, hvis der er noget, der ikke lige går efter planen, forklarer Bent Walter Jensen.

Konferencen i Messecenter Fredericia er rettet mod ledere på alle niveauer, og både medlemmer og ikke-medlemmer af Lederne er velkomne. Tilmelding kan ske på www.lederne.dk/konferencer.