

Styrk den mentale sundhed og trivsel på arbejdspladsen i en krisetid

Udbruddet af COVID 19 har påvirket og udfordret mange virksomheder og arbejdsliv de sidste måneder, også langt ud over selve virusset og dets direkte konsekvenser. Torsdag den 25. juni inviterer Sorø Erhverv til webinar, hvor erhvervspsykologisk konsulent Lotte Lykkegaard Laursen fortæller, hvordan virksomheder kan styrke den mentale sundhed og trivsel på arbejdspladsen.

Med fra webinarer får du:

- En dybere forståelse for hvordan det menneskelige mentale design fungerer og øget indsigt i, hvordan du kan styrke den mentale sundhed hos dig selv, dine kolleger og eventuelle medarbejdere.
- Viden om hvordan du håndterer mental støj, bekymring, pres og stress samt indsigt i, hvordan du kan finde tilbage til mere mentalt overskud, bedre balance, større nærvær og handlekraft i et arbejdsliv, der er udfordret af Corona.
- Viden om hvordan du kan blive bedre til at håndtere forandringer, modgang og udfordrende omstændigheder og samtidigt lykkes med at finde nye veje for virksomheden, få blik for nye produktmuligheder, styrke kunderelationerne og øge trivsel, engagement og virkelyst indadtil i virksomheden.

Webinaret er en teaser til et gratis online kursus, der tilbydes alle små og mellemstore virksomheder i Sorø kommune i august for dem der ønsker at blive klædt endnu bedre på ift. at styrke den mentale sundhed og trivsel i virksomhederne. Kurset er støttet af Velliv Foreningen og derfor gratis for alle interesserede.



Lotte Lykkegaard Laursen har en uddannelsesmæssig baggrund i psykologi og er ekspert i menneskets mentale design og mental sundhed i arbejdslivet. Lotte arbejder som erhvervspsykologisk konsulent i en lang række virksomheder og holder derudover foredrag og workshops om mentalt sundhed, trivsel & overskud, naturlig high-performance og forandringsledelse.

Lotte er medforfatter til bøgerne "Tillidsskabende ledelse i offentlige organisationer" (2018) og "Livet har dig - Seksten fortællinger om vejen fra styring og kontrol til nærvær og trivsel" (2019).



Dato:
25. juni 2020

Tid:
8.30-10.00



Sted: Online.

Efter tilmeldingsfristen modtager du en kalenderinvitation med link til onlinemødet



Vært:
Sorø Erhverv

Oplægsholder:
Lotte Lykkegaard Laursen



Tilmelding via følgende link

senest den
24. juni 2020



Spørgsmål:

Laila B. Carlsen
Tlf.: 20 26 50 81
lbc@soroe.dk