

**Online-Anmeldung  
bis 16.09.2013**

**Bitte melden Sie sich bis zum 16. September 2013 im Internet zum 17. Forumsgespräch an. Direkt zum Anmeldeformular kommen Sie unter:**

**[www.wirtschaftsfoerderung-dortmund.de/de/frau/competentia/BalanceBurnout/](http://www.wirtschaftsfoerderung-dortmund.de/de/frau/competentia/BalanceBurnout/)**

**Den Link zur Anmeldung finden Sie auch auf unserer Homepage unter „Aktuelles“:**

**[www.dffw.de](http://www.dffw.de)**

## **„Balance statt Burnout – Länger gesund arbeiten können“**

Gesunde Mitarbeiter/innen leisten mehr und sind auch im mittleren und höheren Alter noch leistungsfähig. Dies wird angesichts der demografischen Entwicklung und dem zu erwartenden Fachkräftemangel zu einem immer wichtigeren Erfolgsfaktor für Unternehmen. Der kürzlich veröffentlichte Stressreport Deutschland 2012 zeigt auf, dass psychische Belastungen dramatisch zunehmen und psychische Störungen im Jahr 2011 für mehr als 53 Millionen Krankheitstage verantwortlich waren. Immer mehr Frauen und Männer in anspruchsvollen Fach- und Leitungspositionen fühlen sich beim Balanceakt zwischen hohen beruflichen Anforderungen und privaten Verpflichtungen überlastet. Viele Unternehmen sehen deshalb die Notwendigkeit, hier gegenzusteuern.

Das 17. Dortmunder Forumsgespräch widmet sich dem Thema „Gesundes Arbeiten“ und zeigt Handlungsmöglichkeiten für Unternehmen und Beschäftigte:

- Was können Unternehmen tun, um gesundheitsförderliche Arbeitsbedingungen zu schaffen?
- Gibt es geschlechtsspezifische Besonderheiten, die dabei zu berücksichtigen sind?
- Wie können Führungskräfte zum Stressabbau beitragen?
- Wie können Mitarbeitende selbst mit Stress gesund umgehen?

Am Vormittag erhalten Sie einen Einblick in die aktuelle Situation und betriebliche Strategien zur Gesundheitsförderung. Nachmittags können Sie mit Personalverantwortlichen und Expert/innen über praktische Konzepte der betrieblichen Stressprävention diskutieren oder sich in individuellen Techniken anleiten lassen.

Das 17. Dortmunder Forumsgespräch des Dortmunder Forum Frau und Wirtschaft e. V. findet in Kooperation mit der Industrie- und Handelskammer zu Dortmund und dem Kompetenzzentrum Frau und Beruf Westfälisches Ruhrgebiet bei der Wirtschaftsförderung Dortmund statt.

### **Information**

#### **Dr. Monika Goldmann**

Dortmunder Forum Frau und Wirtschaft e. V.  
Evinger Platz 17  
44339 Dortmund  
Fon 0231 - 85 96-221  
E-Mail [goldmann@sfs-dortmund.de](mailto:goldmann@sfs-dortmund.de)

#### **Matthias Stiller**

IHK zu Dortmund  
Fon 0231 - 54 17-420  
E-Mail [m.stiller@dortmund.ihk.de](mailto:m.stiller@dortmund.ihk.de)

### **Veranstaltungsort**

IHK zu Dortmund  
Märkische Straße 120  
44141 Dortmund

Anfahrtsskizze unter [www.dortmund.ihk24.de](http://www.dortmund.ihk24.de)



# 17.

## **Dortmunder Forumsgespräch**

**24. September 2013  
9:30 - 16:00 Uhr**

**Industrie- und Handelskammer  
zu Dortmund**

**Balance  
statt Burnout  
Länger gesund arbeiten können**



# 17. Forumsgespräch

Balance statt Burnout - Länger gesund arbeiten können

- 09:30 Uhr **Ankommen, Stehcafé**
- 10:00 Uhr **Begrüßung**  
Reinhard Schulz  
IHK zu Dortmund
- Einführung**  
Bürgermeisterin Birgit Jörder  
dffw-Beiratsvorsitzende
- 10:30 Uhr **Stress bei der Arbeit**  
**Was sagen uns die Daten?**  
Prof<sup>in</sup> Dr. Beate Beermann  
Bundesanstalt für Arbeitsschutz und  
Arbeitsmedizin, Dortmund
- 11:00 Uhr **„Stress lass nach“**  
**Innerbetriebliche Strategien jenseits**  
**von Yoga und Rückenschule**  
Prof<sup>in</sup> Dr. Gisela Mohr  
Universität Leipzig
- 11:30 Uhr **Kaffeepause**

- 11:50 Uhr **Round Table**  
**„Stress vermindern – Was ist zu tun?“**  
Diskussion über Perspektiven, Handlungs-  
möglichkeiten und Unterstützung für  
Unternehmen mit  
**Stephan Bartels**  
Technikerkrankenkasse  
**Ursula Bobitka**  
Kompetenzzentrum Frau und Beruf,  
Wirtschaftsförderung Dortmund  
**Dr. Monika Goldmann**  
dffw e. V.  
**Cornelia Leunig**  
IG Bergbau, Chemie, Energie, Hannover  
**Thomas Schäfer**  
Einzelhandelsverband Westfalen-  
Münsterland e.V.  
**Matthias Stiller**  
IHK zu Dortmund
- Moderation: Christiane Poertgen*
- 13:00 Uhr **Imbiss**
- 14:00 Uhr **4 parallele Foren** ●●●●
- 16:00 Uhr **Austausch und Vernetzung bei**  
**Kaffee und Kuchen**

# Programm

17. Dortmunder Forumsgespräch

**Forum 1**  
**Mehr Zeit für gesunde Führung!**  
**Wie gehen Frauen und Männer**  
**mit Führung um?**

*Good Practice aus Unternehmen:*  
Diagramm Halbach GmbH, Schwerte  
**Philipp Halbach**  
Dolezych GmbH & Co KG, Dortmund  
**Karl-Heinz Keisewitt**  
Volkswohl Bund Versicherungen, Dortmund  
**Stephan Tocholski**  
Expertin von der Universität Leipzig  
**Prof<sup>in</sup> Dr. Gisela Mohr**  
*Moderation: Dr. Katrin Henneke*

**Forum 2**  
**Immer schneller, immer mehr?**  
**Gesundheitsförderung in**  
**Hightech-Unternehmen**

*Good Practice aus Unternehmen:*  
ELMOS AG, Dortmund  
**Barbara Schulte / Gudrun Ahlburg**  
LIMO Lissotschenko Mikrooptik GmbH, Dortmund  
**Susanne Schwager**  
VIVAI Software AG, Dortmund  
**Dr. Bettina Horster (angefragt)**  
*Moderation: Prof<sup>in</sup> Dr. Karola Graf-Szczuka*

●●●● **Forum 1 - 4**  
**Was tun in Unternehmen?**

**Forum 3**  
**Gute Arbeit – zufriedene Mitarbeiter/innen!**  
**Gesundheitsförderung in**  
**Gesundheitsunternehmen**

*Good Practice aus Unternehmen:*  
Klinikum Gütersloh  
**Melanie Dammann**  
St. Gereon Seniorendienste Hückelhoven  
**Bernd Bogert**  
Unternehmensberatung doppel-p  
**Dr. Henning Staar**  
*Moderation: Dr. Monika Goldmann*

**Forum 4**  
**Individuelle Wege mit Stress umzugehen**  
**Susanne Veith**  
Personal Training, Holzwickede

*Kurzvortrag und Praktische Übungen:*  
Kurzvortrag: „Erkennen von Stress-Symptomen  
und Burnout-Gefährdung“, anschließend praktische  
Übungen zu Achtsamkeit und mentaler Stärke  
*Moderation: Ursula Bobitka*