

Gå fem, betala för fyra!

Vårdforum 2024

Forum för undersköterskor, sjuksköterskor och vårdbiträden

GÖTEBORG 26 februari 2024

Välkommen till Vårdforum 2024!

Tillfället för dig som arbetar som undersköterska, sjuksköterska eller vårdbiträde.

Kom och låt dig inspireras och motiveras av våra noga utvalda föreläsare. Under denna dagen får du med dig både praktisk lärdom och teoretisk kunskap från våra olika föreläsningsspass.

Ta del av ämnen som skapar *välbefinnande och glädje* i såväl arbetslivet som i privatlivet. Ämnen innehållande kunskap som gör att du ges möjligheten att bredda din plattform för aktuella frågor och kunskap kring olika beteenden hos dig och hos andra.

Möter du anhöriga, patienter eller vårdtagare inom vård och omsorg kommer du finna nyttan med detta innehåll. Vid årets viktigaste forum för undersköterskor, sjuksköterskor och vårdbiträden får du möjlighet till inspiration och kunskap inom aktuella ämnen. Konferensen ger stora möjligheter till erfarenhetsutbyte med andra kollegor vid de olika lunch-, kaffe- och fruktpauserna.



Mindre stress och mer arbetsglädje
Karin Isberg



Hälsoknepen som skapar Resultaten
Mårten Nylén

Ur programmet:

- Kan vi läsa av människor?
- Mindre stress
- Hållbart arbetsliv
- Tydlig eller otydlig kommunikation
- Bättre hållning
- Vårt beteende och våra vanor
- Smart vardagsrörelse
- Arbetsglädje
- "Var dig själv" - ett bra råd?



Kommunikation - lättare sagt än gjort
Erik Mattsson

Vårdforum 2024

Forum för undersköterskor, sjuksköterskor och vårdbiträden

Dagens program:

08:00 Registrering med välkomstkaffe

08:30 Mindre stress och med arbetsglädje



Karin Isberg är utbildad i neurovetenskap och positiv psykologi. Hon jobbar som coach, terapeut och författare och kommer att ge en annan bild av stress än den som vi är vana vid från tidningar och tv.

En viss stress i livet är oundvikligt, men mycket av stressen på en arbetsplats uppstår helt i onödan. Den handlar inte om hur mycket jobb som behöver göras, utan om hur jobbet organiseras, hur våra stressreaktioner fungerar och hur de i sin tur påverkar våra beteenden.

Karin kommer bland annat att prata om:

- Den enorma betydelsen av kontroll, överblick och "fria händer."
- Hur brist på samhörighet aktiverar en konstant stress.
- Vad vi kan lära oss av zebrors och strutsars beteenden.

Efter Karins föreläsning kommer vi att ha en ny förståelse som, om ni tillämpar den i praktiken, kommer leda till mindre stress och mer arbetsglädje.

10:00 Förmiddagsfika

10:30 Hälsoknepen som skapar resultaten



Mårten Nylén är en av våra absolut mest välrenommerade hälsoinspiratörer, tränare och föreläsare. Han är för många känd från tv program som Biggest Loser, Ninja Warrior, Fångarna på Fortet och Nyhetsmorgon. Samtidigt är han en hyllad tränare med välkända klienter som Will Smith, Petter, Daniel Ek, Darin, Veronica Maggio för att nämna några.

Mårten är en engagerad ambassadör för Kronprinsessparets Generation Pep, Stiftelsen Friends och Beat Diabetes.

I denna inspirerande föreläsning får du Mårtens bästa knep och nycklar för hur vi kan förbättra dåliga mönster och vanor, få in mer välbehövlig smart rörelse i vår vardag, samt några effektiva övningar för att stärka hållningsmuskulatur och trötta axlar. Allt varvat med en hel del humor och några spännande historier från bakom kulisserna i Mårtens minst sagt annorlunda liv.

Några saker vi ska få svar på är:

- Hur ska vi tänka för att hålla i längden?
- Hur viktigt är daglig rörelse för att må bra och vad och hur mycket bör man göra?
- Smarta övningar för bättre hållning och starkare rygg och axlar

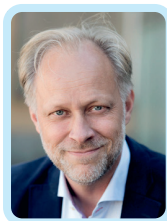
www.martennylen.com

12:00 Gemensam lunch

Vårdforum 2024

Forum för undersköterskor, sjuksköterskor och vårdbiträden

13:00 Kommunikation - lättare sagt än gjort



Erik Mattsson är verksam som föreläsare, moderator och utbildare i kommunikation. Erik grundade Ordrum 1996. Erik är fil. kand. i statskunskap, men har också läst matematik, ekonomisk historia, fysik och retorik.

Vet du hur du uppfattas? Räcker det att känna sig intresserad för att se intresserad ut? Ljuger ditt kroppsspråk? Och hur kommer det egentligen sig att vi så lätt missförstår varandra? Beror det på det vi säger eller handlar det mest om hur vi betar oss? Och om vi vill bli bättre som kommunikatörer hur gör vi då? "Var dig själv" säger vi ofta till varandra, och det låter ju som ett rimligt råd, för vem skall man vara annars? Fast frågan är om det inte finns ett bättre råd.

Detta är några av frågorna vi resonerar kring i detta underhållande seminarium, där skratt utlovas. Vi diskuterar vanans makt över oss som kommunikatörer. Vi funderar också kring hur vi kan använda oss av våra resurser som kommunikatörer på bästa sätt.

Vi tittar särskilt på konsten att nå fram med sitt budskap:

- förstå vad man kan och inte kan läsa i kroppsspråket
- hur stor del av beteendet handlar om våra vanor
- mer om kroppens och ansiktets uttrycksmöjligheter
- träningstekniker för att bli mer medveten

<https://www.ordrum.se>

14:00 Eftermiddagskaffe

14:30 Fortsatt seminarie med Fredrik Mattsson

16:30 Dagen avslutas

Vårdforum 2024

Forum för undersköterskor, sjuksköterskor och vårdbiträden

Anmäl dig senast den
22 december och få 500 kronor
rabatt!

fr. 3920 kr* per person
* Vid "boka-tidigt-rabatt" i

ANMÄL DIG REDAN IDAG

ANMÄLAN / KONTAKTUPPGIFTER

telefon 010- 130 14 69

mejl kompetensgruppen@prospector.nu

web

Anmälan, se anmälningsformuläret på hemsidan

PRISINFORMATION

PRIS

Konferenspris en dag

5 400:-

Alla priser är per person och exkl. moms

I priset ingår lunch, kaffe, frukt och dokumentation. Var vänlig och meddela oss vid födoämnesallergi.

Vänligen kontakta oss om du inte fått din anmälan bekräftad inom fem arbetsdagar.

Gå FEM, betala för FYRA!

Arrangör:

prospector
Kompetenscentrum

**Kompetens
Gruppen**

Vi som jobbar med Vårdforum



Datum och plats:
26 februari 2024 Göteborg
Elite Park Avenue
Kungsporsavenyn 36

Hotell:

Vid behov av övernattnig, så rekommenderar vi att du bokar hotellrum i god tid då flera konferenser och mässor går samtidigt.

Betalning:

Betalning erläggs mot faktura 30 dagar netto. Anmälan är bindande men kan överlåtas till annan person. Samtliga priser anges exklusive moms.

Avbokning: FRI AVBOKNING fram till och med fyra veckor innan konferens.

Om avbokning sker fyra veckor före konferensstart eller senare återbetalas ej avgiften utan kan istället överlåtas till en ersättare. Se hemsidan för mer utförligare avbokningsregler.

Vi reserverar oss för förändringar i programmet.