



INVITATION



ARBEJDSMILJØ
TOPMØDE 2015

I-BAR gentager succesen
Arbejds miljø Topmøde
21. oktober 2015 i Vingstedcentret



Gå ikke glip af årets arbejds miljøbegivenhed

Arbejds miljø Topmødet 2015 er et dags-seminar for medlemmer af arbejds miljø-organisationen i industrivirksomheder.

Vi vil gerne give disse inspiration og lyst til den fortsatte arbejds miljøindsats gennem præsentation af værktøjer og spændende oplæg.

Oplæg i plenum om: "MSB – nedslidning hvad sker der med vores krop, når vi udsætter den for belastning?" v. *overlæge Ole Steen Mortensen* ■ "Sammenhænge mellem kost, motion og et godt arbejds-liv" v. *Chris MacDonald* ■ "Arbejds miljø-ets betydning for muskler og skelet" ved *Anders Lund Madsen*.

Desuden er der parallelle oplæg om: Job & krop i indu-strien ■ Få styr på kemikalierne ■ Støj og støjbekæmpelse ■ Risikovurdering og ulykkesforebyggelse ■ Ventilation; hvor, hvornår og hvordan ■ Stress og mistrivsel.

Tilmelding på: www.i-bar.dk

Tilmeldingsfrist er mandag den 12. oktober 2015. Det forventes, at virksomheder deltager med både A- og B-side-repræsentanter fra Arbejds miljøorganisationen.

Deltagelse i Arbejds miljø Topmøde 2015 er gratis, dog vil udeblivelse uden afbud medføre et gebyr på kr. 500,- pr. person.

Topmødet afholdes i Vingsted Hotel & Conference Center, Vingsted Skovvej 2, 7182 Bredsted.



i-bar.dk



i-bar.dk

PROGRAM 2015

kl 9.00 - 9.30 **Registrering og kaffe** – I-BAR'en er åben

kl 9.30 - 9.35 **Velkomst**

kl 9.35 - 10.30 **MSB – nedslidning hvad sker der med vores, krop når vi udsætter den for belastning?**
overlæge Ole Steen Mortensen, AMK-Holbæk sygehus, Region Sjælland

kl 10.30 - 11.00 **Kaffepause** – I-BAR'en er åben

kl 11.00 - 12.00 **Sundhed i et bredt perspektiv** *Chris MacDonald*

kl 12.00 - 13.00 **Frokost** – I-BAR'en er åben

kl 13.00 - 14.30 **PARALLEL SESSION A – Få styr på kemikalierne**

Få gode råd og praktiske erfaringer om, hvordan I på en nem og hurtig måde kan få styr på de kemikalier, I arbejder med i hverdagen. Skab overblik over, hvad I har, og hvordan det skal bruges og opbevares, så I undgår utilsigtede hændelser. Samtidig kan I sikre, at lovgivningen og evt. kunde krav bliver overholdt. På sessionen præsenteres nogle enkle metoder, der er nemme at arbejde med i en travl hverdag.
Gitte Lindhard, Alectia

PARALLEL SESSION B – Stress (trivsel og mistrivsel)

Har jobfunktion betydning for, hvem der får stress? Hvad betyder funktionen for håndtering af stress? Kan man gøre noget for at undgå/mindske årsager til stress? Hvad? Hvordan? Hvem? Få nogle af svarene på de mange spørgsmål i denne session.
Tanja Kirkegaard, AMK Herning

PARALLEL SESSION C – Støj, hvad gør vi for at dæmpe den?

Støjbekæmpelse er en udfordring for mange virksomheders arbejdsmiljøorganisation. Er der overhovedet et problem? Hvordan får man nedbragt støjniveauet? Har det nogen betydning? For hvem? Hvordan gør vi? Hvem gør hvad, og hvornår? Er der lavthængende frugter? Få svarene i denne session.
Per Møberg Nielsen, Akustiknet

PARALLEL SESSION D – Risikovurdering og ulykkesforebyggelse

Hvad er risikovurdering? Hvorfor er det en god idé at lave en sådan? Hvordan hænger risikovurdering og ulykkesforebyggelse sammen? Giver det mening at lave ulykkesforebyggelse, hvis man ingen ulykker har? Få gode ideer til, hvordan man sikrer, at der løbende er fokus på at undgå ulykker, sådan at indsatserne aldrig kommer til at virke kedelige eller ligegyldige.
Per Tybjerg Aldrich, Cowi

PARALLEL SESSION E – Ventilation og indeklima, hvad skal der til, og hvordan gør vi?

Mange arbejdsprocesser udvikler forurening, der kræver, at der etableres særlige ventilationssystemer i form af punktudsug og/eller rumventilation, så der kan opretholdes et godt indeklima. Hvordan sikrer man, at man har det rette ventilationssystem til de forskellige arbejdsopgaver og forureningstyper? Hvad siger lovgivningen? Hvordan kan man være sikker på, at de opsatte systemer virker, som de skal? Hvem kontrollerer dem? Hvordan gør man, når der skal laves nye anlæg eller udbygges på eksisterende? Hvordan anvender vi ventilation bedst i praksis? Få svarene i denne session.
René Florczak, Avidenz

PARALLEL SESSION F – Job & krop i industrien

Rigtig mange har ondt i bevægeapparatet især i skulder/nakke regionen. Årsagerne kan være mange, det samme kan behandlingstilbuddene. Det samme er tilfældet med resultaterne af behandlingen. Der er noget, som tyder på, at små doser af træning kan lindre smerter og måske oven i købet forebygge, at smerterne opstår. I denne session vil man kunne høre om "elastiktræning" og at 3x2 minutter om ugen er nok. Der er også mulighed for selv at prøve nogle af disse øvelser undervejs. Hør hvordan I kan skabe god fysik trivsel på arbejdspladsen med "De 5 ømme punkter", så I kommer hele vejen rundt.
Merete Dengsøe, DI

kl 14.30 - 15.00 **Kaffepause** – I-BAR'en er åben

kl 15.00 - 16.00 **Arbejdsmiljøets betydning for muskler og skelet** *Anders Lund Madsen*

kl 16.00 - 16.05 **Farvel og tak for i dag.** På gensyn i 2016



LEDERNE
bringer dig videre