



## PROGRAM

### Mejeriindustriens Arbejdsmiljøkonference - 20. november 2024

MCH Herning Kongrescenter, Østergade 37, 7400 Herning

#### Et Sundt Arbejdsmiljø – Hele døgnet

8.00 – 8.30	Ankomst, morgenbrød mm.	
8.30 – 8.35	Velkomst ved formand for MIA	<b>Peter Møller Sjøgren</b> Formand i MIA
8.35 – 8.45	Præsentation og Program	<b>Jan D. Johannesen</b> Dagens konferencier
8.45 – 9.00	MIA – Arbejdsmiljø og aktiviteter i Mejeribranchen	<b>Laura Raundorf, Merete Kaffka</b> Partskonsulenter MIA-sekretariatet
9.00 – 9:45	<b>Søvn og Trivsel (stress)</b> <i>Hvad er søvn, og hvordan ser den ud – Døgnrytmer, søvnmønster og søvnstadi-er. Søvnkvalitet: Hvad kan jeg gøre for at forbedre min søvn? Hjælp til at bryde uhensigtsmæssige sovevaner. Strategier til at få en bedre søvn: God og dårlig søvn. Stress og søvn.</i>	<b>Mikael Rasmussen</b> Søvnekspert, underviser inden- for psykisk arbejdsmiljø, forfat- ter og foredragsholder om søv- nens betydning for sundhed.
9:45 – 10.15	<b>Pause</b> Networking og besøg af stande	
10:15 – 10:40	<b>Natarbejde &amp; Arbejdsmiljø</b> <i>Hvad er baggrunden for at arbejdsmarkedets parter har lavet ny aftale om natarbejde og hvilke muligheder kan dette give i forhold til sundhed og ar- bejdsmiljø?</i>	<b>Anders Just Pedersen</b> Underdirektør; DI Arbejdsmiljø og TekSam
10:40 – 11:20	<b>Skifteholdsarbejde og Trivsel</b> <i>ØRSTED præsenterer hvordan de arbejder med skifteholdsarbejde, og hvordan de har fokus på medarbejderinvolvering og sundhed</i>	<b>ØRSTED</b> Site Director Michael Normand Sørensen & Tillidsrepræsentant Søren Lindblad
11:20 – 11:30	<b>Power Break</b> - Energi til hoved og krop	<b>Helle Torsbjerg Niewald</b> Chefkonsulent, DI Tek-Sam
11.30 – 12.15	<b>Kold i R..., Varm om hjertet, Klar i hovedet</b> <i>Torben forklarer hvordan han driver daglig ledelse med fokus på produktion, udvikling og trivsel, ud fra sit ledelsesmantra.</i>	<b>Torben Sønderby</b> Landmand, Klink Økologi Arla Innovationsgård
12.15 – 13.15	<b>Frokost</b> Networking og besøg af stande	
13.15 – 13.25	<b>Power Break</b> - Energi til hoved og krop	<b>Helle Torsbjerg Niewald</b> Chefkonsulent, DI Tek-Sam
13.25 – 13.45	<b>Arbejdsmiljøprisen 2024 – Kåring</b>	<b>Bjarke Damsgaard Jørgensen,</b> MIA
13.45 – 14.30	<b>Koden til præstation og trivsel</b> <i>Er det muligt både at præstere og have det godt i en verden, hvor der ikke er langt fra præstation til stress, fra høj energi til "jeg-orke-simpelthen-ikke-mere"? Chris giver et inspirerende oplæg om hvad nøglen til at præstere godt og have det godt, samtidigt er?</i>	<b>Chris Macdonald</b> Uddannet humanfysiolog og fo- redragsholder inden for men- tal- og fysisk sundhed, motiva- tion og modstandsdygtighed.
14.30 - 15.00	<b>Pause</b> , Networking og besøg af stande	
15.00 – 15.45	<b>Koden til præstation og trivsel – del II</b>	<b>Chris Macdonald - fortsat</b>
15:45	<b>Tak for i dag</b>	<b>Jan D. Johannesen</b>