

10. KMU-Tagung zur betrieblichen Gesundheitsförderung

# Auf Biegen ohne Brechen

Resilienz – Belastbarkeit und Widerstandskraft stärken



10 Jahre  
KMU-Tagung

www.bgf-luzern.ch  
Mittwoch, 26. Juni 2019, 8.30–14.00 Uhr  
Schweizer Paraplegiker-Zentrum Nottwil

## Informationen

### Zielpublikum

Die Tagung richtet sich an Geschäftsinhaberinnen und -inhaber, Führungskräfte, Geschäftsfrauen und -männer, Personalverantwortliche und Sicherheitsfachleute von KMU, die sich in der betrieblichen Gesundheitsförderung gemeinsam mit ihren Mitarbeitenden engagieren.

### Tagungsbeitrag

CHF 80.00, inklusive Mittagessen, Pausenverpflegung und Tagungsmappe.

### Anmeldung

Bitte melden Sie sich bis spätestens am 12. Juni 2019 unter [bgf-luzern.ch](http://bgf-luzern.ch) an.

### Auskunft

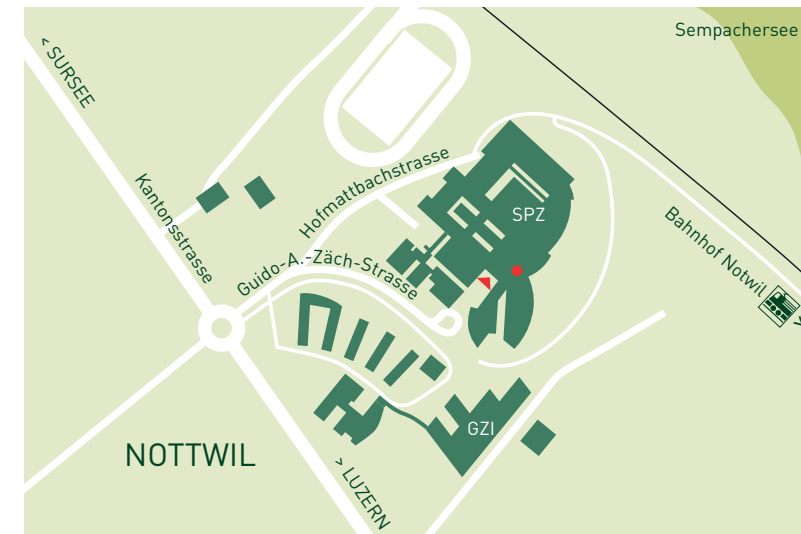
Dienststelle Gesundheit und Sport, Telefon 041 228 60 89, [gesundheit@lu.ch](mailto:gesundheit@lu.ch)

### Annullierung

Bei einer Abmeldung wird die Teilnahmegebühr nicht zurückerstattet. Die Teilnahme einer Ersatzperson ist jederzeit kostenlos möglich.

### Tagungsort

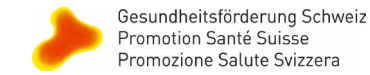
Schweizer Paraplegiker-Zentrum Nottwil (SPZ). Registration beim Haupteingang des SPZ.



## Standortpartner



## Sponsoren



## Ideelle Partner



Dienststelle Gesundheit und Sport  
Meyerstrasse 20  
Postfach 3439  
6002 Luzern



# Auf Biegen ohne Brechen

## Resilienz – Belastbarkeit und Widerstandskraft stärken

Sehr geehrte Damen und Herren

Die Widerstandskraft der Mitarbeitenden, der Teams oder des Unternehmens – die sogenannte Resilienz – zeigt sich im Umgang mit unzähligen Herausforderungen wie Zeitdruck, Komplexität der Arbeit, zunehmender Verantwortung oder einer schwierigen Lebenssituation.

Gewisse Betriebe und Menschen schaffen es, Krisen zu bewältigen, sogar gestärkt daraus hervorzugehen, andere werden krank oder zerbrechen daran. Es stellt sich deshalb die Frage: Lässt sich Resilienz erlernen?

Die Referentinnen und Referenten zeigen auf, wie sich auf der Ebene der Arbeitsorganisation Strukturen und Prozesse gestalten lassen, damit sie gegenüber einer herausfordernden Wirtschaft erfolgreich sind. Zudem erfahren Sie, wie Mitarbeitende ihre eigene Widerstandskraft stärken und so handlungsfähig und gesund bleiben können.

### Die Veranstalter

Claudia Burkard Weber, Leiterin Gesundheitsförderung, Dienststelle Gesundheit und Sport, Kanton Luzern  
Felix Howald, Direktor Industrie- und Handelskammer Zentralschweiz IHZ  
Donald Locher, Leiter IV Luzern, stv. Vorsitzender Geschäftsleitung WAS  
Urs Näpflin, Leiter Fachgruppe Beratung BGM, Suva

## Programm

Moderation: Michael Rauchenstein, Journalist SRF und Fernsehmoderator Tele 1

ab 08.00	<b>Eintreffen der Gäste, Begrüssungskaffee, Tagungsorganisation</b>
08.30	<b>Lieder mit und ohne Worte</b> Bruno Bieri, Musicien & Troubadour
	<b>Grusswort</b> Guido Graf, Regierungsrat, Vorsteher Gesundheits- und Sozialdepartement Kanton Luzern
	<b>Der dritte Akt – die verschiedenen Ebenen der Resilienz</b> <b>Was man aus verschiedenen Konzepten der Resilienz interdisziplinär lernen kann</b> Prof. Dr. Jens O. Meissner, Leiter Interdisziplinäres Zukunftslabor CreaLab, Hochschule Luzern
	<b>Zwischentöne und eine Note Humor</b>
	<b>Die Schutzfaktoren der Resilienz</b> <b>Den Herausforderungen des beruflichen Alltags mit innerer Stärke begegnen</b> Patricia von Moos, lic. phil. I, Sozial- und Präventivmedizinerin / Resilienztrainerin und -coach
10.40	<b>Pause</b>
11.25	<b>Zwischentöne und eine Note Humor</b>
	<b>Karriere im Spitzensport – und danach!</b> <b>Wie Resilienz im Sport auch als Modell in der Arbeitswelt dienen kann</b> Dr. phil. Hanspeter Gubelmann, Sportpsychologe und Dozent ETH Zürich Sarah van Berkel, ehemals Meier, Eiskunstläuferin und Sportjournalistin
	<b>Zwischentöne und eine Note Humor</b>
13.00	<b>Mittagessen</b>
14.00	<b>Ende der Veranstaltung</b>



### Jens O. Meissner

Leiter Interdisziplinäres Zukunftslabor CreaLab, Hochschule Luzern

Jens O. Meissner ist Professor für Management und Organisation, Leiter des interdisziplinären Zukunftslabors CreaLab der Hochschule Luzern und forscht im Bereich organisationaler Resilienz und Hochzuverlässigkeit. Er ist Vorstandsmitglied des Netzwerks Risikomanagement sowie Lehrbeauftragter an den Universitäten Hannover und St. Gallen. Arbeitserfahrung erwarb er in den Bereichen Personal- und Organisationsentwicklung von E.ON Energie und als Mitgründer des Instituts für Wirtschaftsstudien Basel.



### Patricia von Moos

Sozial- und Präventivmedizinerin / Resilienztrainerin

Seit 25 Jahren begleitet Patricia von Moos in verschiedenen Funktionen und Tätigkeitsfeldern Menschen, welche sich in schwierigen Lebenssituationen wie Krisen oder anspruchsvollen Veränderungsprozessen befinden. Als Resilienztrainerin liegt der Hauptfokus ihrer Seminar- und Coachingtätigkeit im betrieblichen Gesundheitsmanagement auf der praxisorientierten Vermittlung eines gesundheitsförderlichen Umgangs mit Herausforderungen des beruflichen Alltags für Mitarbeitende und Führungskräfte.



### Hanspeter Gubelmann

Sportpsychologe und Dozent ETH Zürich

Hanspeter Gubelmann, Fachpsychologe für Sportpsychologie FSP, ehemals Leistungssportler, Trainer und Sportlehrer, hat langjährige Praxiserfahrungen in unterschiedlichen Handlungsfeldern des Sports gesammelt. Derzeit ist er im Teilpensum am Institut für Verhaltenswissenschaften der ETH Zürich in der Ausbildung zukünftiger Sportlehrerinnen und Sportlehrer engagiert. Daneben betreut er als Sportpsychologe seit mehr als 25 Jahren zahlreiche Spitzensportlerinnen und Sportler in über 50 Sportarten.



### Sarah van Berkel, ehemals Meier

Eiskunstläuferin und Sportjournalistin

Nach der Matura war Sarah van Berkel sieben Jahre Profi-Eiskunstläuferin. Zu ihren Höhepunkten gehören acht Schweizer-Meister-Titel, ein Olympia-Diplom und der EM-Titel. Seit ihrem Rücktritt läuft sie Shows. 2013 absolvierte sie ein Praktikum bei der «Schweizer Illustrierten», anschliessend die Ausbildung an der Ringier Journalistenschule. Seit dreieinhalb Jahren ist sie als Sportjournalistin tätig. Nebenbei unterrichtet sie auf dem Eis und engagiert sich für verschiedene Charities.

Anmeldung für die KMU-Tagung vom 26. Juni 2019

Auf Biegen ohne Brechen  
Resilienz – Belastbarkeit und Widerstandskraft stärken

Unternehmen	PLZ/Ort	
Strasse/Postfach	Branche	
Betriebsgrösse (Anzahl Mitarbeitende)		
<b>Teilnehmerin/Teilnehmer 1</b> Name, Vorname, Funktion, Telefon und E-Mail	<input type="checkbox"/> ja	<input type="checkbox"/> nein
Ich nehme am Mittagessen teil		
<b>Teilnehmerin/Teilnehmer 2</b> Name, Vorname, Funktion, Telefon und E-Mail	<input type="checkbox"/> ja	<input type="checkbox"/> nein
Ich nehme am Mittagessen teil		

**Tagungsbeitrag**  
CHF 80.00, inkl. Mittagessen, Pausenverpflegung und Tagungsmappe

Infos und Online-Anmeldung unter [www.bgf-luzern.ch](http://www.bgf-luzern.ch)

**Anmeldeschluss:**  
12. Juni 2019.  
Die Anzahl der Teilnehmenden ist begrenzt.