

Ponedeljek, 20. maj 2013

**8.00** Registracija

**8.30** Otvoritvena slovesnost: Predstavniki organizacijskega odbora | Motivacija za simpozij | Predstavniki Vlade RS | Predstavniki klinike Mayo

■ **1. zasedanje: Lastnosti stresa 1**

| Vodita: Matej Tušak (Univerza v Ljubljani) in Paul Jimenez (Univerza v Gradcu)|

**9.00** Paul Jimenez (Univerza v Gradcu)  
NEVARNOSTI STRESA NA DELOVNEM MESTU

**9.30** Markus Raab (Univerza v Heidelbergu)  
STRES IN UČINKOVITOST

**10.00** Matej Tušak (Univerza v Ljubljani)  
TEHNIKE IN STRATEGIJE SPOPADANJA S STRESOM

**10.30** Premor

■ **2. zasedanje: Lastnosti stresa 2**

| Vodita: Donald Hensrud (Klinika Mayo) in Prof. Alojz Ihan (Univerza v Ljubljani)|

**10.50** Tiziano Agostini (Univerza v Trstu)  
STRES IN STROKOVNI DELAVCI

**11.20** Alojz Ihan (Univerza v Ljubljani)  
ZDRAVSTVENA REZERVA

**11.50** John Eisenach (Klinika Mayo)  
FIZIOLOŠKI ODZIV NA RAZLIČNE POVZROČITELJE STRESA

**12.20** Premor

■ **3. zasedanje: Metodološki pogled na ugotavljanje stresa**

| Vodita: John Abenstein (Klinika Mayo) in Aleš Živkovič (Univerza v Mariboru)|

**12.40** Aleš Živkovič (Univerza v Mariboru)  
PREGLED TEHNOLOŠKIH PRIPOMOČKOV ZA UGOTAVLJANJE IN ZMANJŠEVANJE STRESA

**13.10** Matjaž Klemenc (Bolnišnica Nova Gorica)  
NIHANJE SRČNEGA UTRIPA IN STRES

**13.40** Amine Issa (Klinika Mayo)  
DOLGOROČNO SPREMLJANJE FIZIOLOŠKIH PARAMETROV

**14.10** John Abenstein (Klinika Mayo)  
PODPORNE TEHNOLOGIJE ZA OCENJEVANJE STRESA

**14.45** Kosilo

Torek, 21. maj 2013

■ **4. zasedanje: Ukrepi za zmanjševanje stresa**

| Vodita: Vojko Strojnik (Univerza v Ljubljani) in Matthew Clark (Klinika Mayo)|

**8.30** Vojko Strojnik (Univerza v Ljubljani)  
S TELESNO VADBO PROTI STRESU

**9.00** Matthew Clark (Klinika Mayo)  
POSEGI ZA ZDRAVJU PRIJAZNO VEDEDENJE

**9.30** Donald Hensrud (Klinika Mayo)  
STRES IN PREHRANA

**10.00** Premor

■ **Okrogla miza: Stres na delovnem mestu**

| Vodi: Metoda Dodič-Fikfak (UKC Ljubljana)|

**10.30** Tanja Urdih Lazar (UKC Ljubljana)  
SPODBUJANJE ZDRAVJA NA DELOVNEM MESTU

**10.40** Metoda Dodič-Fikfak (UKC Ljubljana)  
DUŠEVNE IN VEDEDENJSKE MOTNJE V KRIZI

**10.50** Eva Stergar (UKC Ljubljana)  
STRES NA DELOVNEM MESTU

**11.00** Eva Pintarič (Zdravilišče Radenci)  
PRAKTIČNI PRIMER PREPREČEVANJA STRESA V PODJETJU

**11.10** RAZPRAVA

**11.40** Premor

■ **Okrogla miza: Corporate @life – Holističen pristop k obvladovanju stresa na delovnem mestu**

| Vodita: Aleš Živkovič (Univerza v Mariboru) in Vojko Strojnik (Univerza v Ljubljani)|

**12.00** Predstavitve: Aleš Živkovič (Univerza v Mariboru), Alojz Ihan (Univerza v Ljubljani), Matej Tušak (Univerza v Ljubljani), Vojko Strojnik (Univerza v Ljubljani)

**13.15** Konec simpozija

**14.30** Kosilo