



Arbeitsmedizinisches Zentrum

4. Symposium des Arbeitsmedizinischen Zentrums

BEWEGTES (ARBEITS-) LEBEN
SICH BEWEGEN | BEWEGT SEIN | ETWAS BEWEGEN

KAISERIN FRIEDRICH STIFTUNG
| 10115 BERLIN | ROBERT-KOCH-PLATZ 7 | |
21.01.2015 | 09:00 UHR BIS CA. 16:00 UHR

ANMELDEFORMULAR

09:00 – 09:15 Uhr Eröffnung und Einführung

H. Bias

*Arbeitsmedizinisches Zentrum (AMZ)
Charité Universitätsmedizin Berlin*

09.15 – 10.45 Uhr Ende der Schonzeit-was den Rücken wirklich gesund hält!!

Prof. Dr. I. Froboese

*Zentrum für Gesundheit durch Sport und Bewegung
Sporthochschule Köln*

10.45 – 11.15 Uhr Kaffeepause

11.15 – 12.00 Uhr Gesund führen in bewegten Zeiten

Prof. Dr. A. Nienhaus

*Institut für Versorgungsforschung
Universitätsklinikum Hamburg Eppendorf*

12.00– 13:15 Uhr Workshops

WS 1 – **Den Rücken herausfordern –**
praktische Hinweise zur Rückenhygiene

Prof. Dr. I. Froboese / Sporthochschule Köln

WS 2 – **Gesunde Arbeit im Büro**

Dr. U. Anske / AMZ Charité Universitätsmedizin Berlin

WS 3 – **Bewegte Pause**

J. Förster / Zentraleinrichtung Hochschulsport / FU Berlin

WS 4 – **Schmerzfrei auf allen Rädern**

R. Marunde / Ergonomieberaterin / freib. Osteopathin

13.15 – 14 15 Mittagspause

14.15 – 15.15 Uhr „Gesund arbeiten“:
Stress – Stressfolgen – Stressmanagement

PD Dr. M. Adli

Flidner Klinik Berlin

15:15 - 15.45 Uhr Eine bewegte Biographie

H. Bias

*Arbeitsmedizinisches Zentrum
Charité Universitätsmedizin Berlin*

Ja, ich nehme an der Veranstaltung mit _____ Personen teil.

Anmeldung zum Workshop (12.00 Uhr bis 13.15 Uhr)

Workshop 1

Workshop 2

Workshop 3

Workshop 4

Rückantwort bis zum 19. Dezember 2014 erbeten.

Fax: 030 – 450 570 970

E-Mail: marina.boenigk@charite.de