

## Reduser sykefravær og øk arbeidsnærvær med aktivt HMS arbeid: Et ukeskurs innen HMS i Altea - april 2023

ANT stiller med spesialistkompetanse på øverste nivå når vi inviterer til neste års storsatsning. Vi har 30 kursplasser på dette kurset. Her vil dere få gode råd og tips til hvordan man kan jobbe helsefremmende med økt nærvær og redusert fravær. Det legges opp til både erfaringsutveksling og nettverksbygging.

Kurset tilfredsstiller krav til både HMS kurs for ledere og grunnkurs verneombud, men betegnes som et videregående kurs. Helsefremmende arbeidsmiljø, nærvær og fraværsreduksjon er en rød tråd gjennom hele kurset.

### Her er et utdrag av tema:

- Ulike muligheter for å få økonomisk støtte til nærvær- og oppfølgingsarbeid.
- Nye verktøy for oppfølging av sykmeldte
- Helsefremmende arbeidsmiljø
- Helsefremmende og forebyggende arbeid (psykososialt, organisatorisk, fysisk, kjemisk og ergonomisk)
- Arbeidshelse og arbeidsmedisin
- Den vanskelige samtalen
- Håndtering av konflikter
- Oppfølging av sykmeldte
- Endring og omstilling
- Håndtering og forebygging av stress og tidspress
- Hvordan skape gode team

### Kurspakken inneholder følgende:

- Kurs og materiell
- Oppfølging før og etter kurs
- Flyreise med Norwegian direkte fra Trondheim til Alicante t/r
- Bagasje 23 kg + håndbagasje + seterreservering
- Transfer t/r flyplass – hotell
- 7 netter i delt komfort rom på Cap Negret Hotel
- Helpensjon under oppholdet

### Pris:

- Pris for ovennevnte er kr. 17.500,-
- Tillegg for enkeltrom kr 3.300,-
- Tillegg for ledsager kr 9.750,-

### Dato:

- Avreise tirsdag 18. april kl. 11:55 – 16:00 (direktefly Norwegian)
- Retur tirsdag 25. april kl. 16:45 – 20:50 (direktefly Norwegian)

**VI HAR TIDLIGERE GOD ERFARING MED Å GJENNOMFØRE KURS I  
UTLANDET, DER MAN I HELE PERIODEN HAR FOKUS PÅ HMS.**



## Kursholdere:

Det vil stille flere HMS rådgivere fra ANT på denne reisen. Under er en oversikt over de som er kursholdere:

### **Are Strandskog (Senior HMS rådgiver med spisskompetanse fra NAV)**

*Are er HMS rådgiver og har over 22 års erfaring. Etter jobben som avdelingsleder for oppfølging av sykemeldte i Trygdeetaten, ble Are ansatt som rådgiver i NAV arbeidslivssenter i 2001. Her har han jobbet med opplæring, kurs og prosesser for både bedrifter og kommuner i Namdalen. Han har utviklet en rekke kurs innen kommunikasjon, konflikter, stress/CATS, DISC, prosessledelse, psykososialt arbeidsmiljø, arbeidsrett mm.*

### **Rikke Marie G. Kvaale (organisasjonspsykolog)**

Rikke er utdannet klinisk psykolog og har i tillegg en mastergrad i kultur- og samfunnspsykologi. Hun har jobbet med et bredt spekter innenfor systemarbeid og mental helse i privat og offentlig sektor. De siste årene har hun tatt spesialiseringen i Organisasjonspsykologi, og er nå leder for mental helse i AMS AS, eClinic. Hun vil undervise nettbasert for å vise de funksjonaliteter som ligger i denne typen kurs/konsultasjon.

### **Bjørn Hilt (lege, arbeidsmedisiner og professor)**

Bjørn har arbeidet med arbeidsmedisin siden 1978. Han var i nær 30 år avdelingsleder og overlege ved Arbeidsmedisinsk avdeling på St. Olavs hospital og har like lenge vært faglærer og senere professor II i arbeidsmedisin ved NTNU, der han fortsatt har tilknytning som professor emeritus. Godkjent veileder for Legeforeningens veiledningsprogram i arbeidsmedisin.

### **Rune Holmlimo (Risk manager og senior HMS rådgiver)**

*Rune er sertifisert risk manager og har jobbet som HMS rådgiver i 25 år. Han har bistått over 750 foretak med HMS dokumentasjon. Er daglig leder i ANT. Han er en av grunnleggerne av ANT HMS & Bedriftshelse AS og har holdt HMS relaterte kurs for flere hundre foretak. Han er blant annet grunnlegger av dataverktøyet Digital HMS.*

### **Kristin Svendsen (Sertifisert yrkeshygieniker og professor)**

*Kristin er opprinnelig sivilingeniør i kjemi fra NTH og her senere etter videreutdanning arbeidet som yrkeshygieniker i Arbeidstilsynet, ved Arbeidsmedisinsk avdeling på St. Olavs hospital og i bedriftshelsetjenester. Dr. ing. og sertifisert yrkeshygieniker. De siste femten årene har hun undervist i yrkeshygiene ved NTNU, der hun fortsatt har tilknytning som professor emerita.*

### **Morten Skjesol (bedriftsfysioterapeut og senior HMS rådgiver)**

Morten er utdannet manuellterapeut og har over 25 års erfaring i BHT. Har en betydelig spisskompetanse inne sykefraværsoppfølging. Han har vært fysioterapeut i sykkellandslaget, landslaget i handball, hopplandslaget og skilandslaget i langrenn. Er også medansvarlig for Ryggprosjektet i samarbeid med Norges Skiforbund.

### **Adrian Jørgensen (musikker og kulturelt innslag)**

I tillegg til ovennevnte kompetansenettverk, deltar Adrian Jørgensen som vår musiker som skal lage god stemning gjennom hele oppholdet. Adrian er kjent fra både X-factor, The Voice, Stjerneekamp og Eurovision Song Contest. I den norske finalen i 2019 endte han til slutt på en andreplass, bare slått av KEiINO med «Spirit in the sky»

**Frist for påmelding er 01.desember. Tar forbehold om at kurset blir fullt. Påmelding eller spørsmål sendes til [rune@ant.no](mailto:rune@ant.no) eller 93 45 45 45. Håper vi kan reise sammen!**

