

2. Offener Dortmunder Gesundheitstag für Führungskräfte am 23. März 2018

Moderation: Claus Lufen, bekannt u.a. als ARD Sport Kommentator



Westfälischer Industrieclub – Markt 6 – 44137 Dortmund

Tagungsablauf „Warum Achtsamkeit?“

ab 9:30 Uhr	Einlass / Registrierung (Möglichkeit zum Besuch der Gesundheitsstände)
10:15 Uhr	Begrüßung und Eröffnung Heidi Nickel, Vorstandsvorsitzende der MGG eG Carsten Jäger, Leiter Marketing Dortmunder Volksbank eG
10:30 Uhr	Stark durch gemeinsame Werte: Genossenschaft Gastredner: Ralf W. Barkey, Vorstandsvorsitzender des Genossenschaftsverband Verband der Regionen e.V.
11:00 Uhr	MGG Academy – Kann man Achtsamkeit lernen? Heidi Nickel, Vorstandsvorsitzende der MGG eG Heike Henkel, Olympiasiegerin und Mentalcoach im Sport
11:30 Uhr	Ernährung und Stress Hanna-Kathrin Kraaibeeck, Diplom-Oecotrophologin
12:00 Uhr	Gemeinsam mehr Gesundheit erleben - Dortmunds erste Schülergenossenschaft „GoFit“ Marion Loeser, stellv. Schulleiterin Paul-Ehrlich Berufskolleg der Stadt Dortmund

Tagungsablauf „Warum Achtsamkeit?“



12:30 Uhr	Mittagspause (Möglichkeit zum Besuch der Gesundheitsstände)
13:30 Uhr	Meine Erfahrungen zum Thema Achtsamkeit Keynote Talk: Christine Westermann, Fernseh- und Radiomoderatorin, Journalistin und Autorin
14:15 Uhr	Resilienz - Wirksamkeit für Führen und Führung Stephan Dopheide, DAK Gesundheit
14:45 Uhr	Best Practice Jobcenter Dortmund: Gerade oder trotz stressiger Zeiten – Mut zur Pause Jörg Dannenberg, stellv. Geschäftsführer des Jobcenters Dortmund
15:15 Uhr	Podiumsdiskussion mit den Referenten Moderation: Claus Lufen
16:00 Uhr	Ende der Veranstaltung mit abschließendem Networking und Besuch der Gesundheitsstände