

Das Bundesministerium lädt ein

NESTOR^{GOLD} **Vernetzungsdialog**

Arbeitsfähigkeit und Erholung

Warum Erholungsphasen in der Freizeit
zum Erhalt von Leistungsfähigkeit mit dem
Älterwerden notwendig sind

Donnerstag, 7. November 2024
15:00 bis 17:00 Uhr

Online Veranstaltung via Zoom-Link
NESTOR^{GOLD} – Vernetzungsdialog

In den NESTOR^{GOLD} Vernetzungsdialogen werden aktuelle Themen der Arbeitswelt im Kontext von Alter, Generation, Geschlechtergerechtigkeit und Lebensphase behandelt und durch Erfahrungen aus der Praxis und Impulse von Expert:innen im Austausch mit den Teilnehmenden vertieft. Sowohl der Blickwinkel der Führung sowie von Mitarbeiter:innen stehen dabei im Fokus.

Zum Themenschwerpunkt am 7. November 2024

Folgende Themenstellungen werden im Vernetzungsdialog diskutiert:

- Wie hängen Regeneration, Arbeitsfähigkeit und Wohlbefinden zusammen?
- Welchen Beitrag können Pausen sowie Freizeit zur Erholung tatsächlich leisten?
- Gibt es Unterschiede in der Erholungsfähigkeit zwischen Altersgruppen im Erwerbsleben?

Ao. Univ. Prof. Gerhard Blasche, forscht und lehrt an der Medizinischen Universität Wien zu den Schwerpunkten Förderung von Gesundheit durch Entspannung, Erholung, Freizeit und Urlaub sowie durch Kur- und Rehabilitationsaufenthalte. Er ist Autor u.a. des Bestsellers „Erholung 4.0“.

Irene Kloimüller, NESTOR^{GOLD} Assessorin, wird den Zusammenhang von Arbeitsfähigkeit und Erholung mit den NESTOR^{GOLD} Indikatoren beleuchten.

Susanne Oberleitner-Fulmek, NESTOR^{GOLD} Assessorin, wird in bewährter Weise den Austausch und Diskurs zum Thema gemeinsam mit den Impulsgeber:innen aus der Praxis und den Teilnehmer:innen begleiten!

Wir freuen uns auf einen spannenden Dialog gemeinsam mit unseren Impulsgeber:innen aus der Praxis und mit Ihnen als Teilnehmer:in!

Um Anmeldung bis 6. November 2024 wird gebeten an:

alexandra.werba@sozialministerium.at

[sozialministerium.at](https://www.sozialministerium.at)

Programm

- 14:45 Uhr** Online-Login
- 15:00 Uhr** **Begrüßung Alexandra Werba,**
Projektleitung NESTOR^{GOLD} GÜTESIEGEL
gemeinsam mit
Moderatorin **Susanne Oberleitner-Fulmek**
- 15:10 Uhr** **Arbeitsfähigkeit und Erholung im Zusammenhang mit**
NESTOR^{GOLD}
Einstieg in das Thema durch **Irene Kloimüller,**
NESTOR^{GOLD} Lehrassessorin
- 15:20** **Warum Pausen zum Erhalt von Leistungsfähigkeit mit dem**
Älterwerden notwendig und sinnvoll sind
Gerhard Blasche, Medizinische Universität Wien
- Mini-Regenerations-Pause**
- 16:10 Uhr** **Austausch der Teilnehmer:innen**
- 16:40 Uhr** **Abschluss mit Feedback zu den Erkenntnissen**
- Moderation:** **Susanne Oberleitner-Fulmek, NESTOR^{GOLD} Lehrassessorin**