



## Janne-Monica A. Kaaringstad

Janne-Monica A. Kaaringstad er leder av Kurs- og veiledningsenheten ved Viken senter. Hun holder fagdager, kurs og foredrag innen en rekke tema og gjennomfører samtaler og veiledning med enkeltpersoner, par og grupper. Janne-Monica har bred nasjonal og internasjonal arbeidserfaring. Hun har jobbet på Viken senter siden 1. januar 2006.

Janne-Monica er utdannet teolog. I tillegg har hun pastoralklinisk utdanning, samt utdanning i integrativ terapi, pedagogikk, tverrkulturell kommunikasjon og ledelse. Hun er sertifisert Prep-kursleder fra Modum Bad, og hun har vært med på å utvikle PREP Samlivskurs for Forsvaret.



## Leif Hafnor

Leif Hafnor holder i likhet med Janne-Monica fagdager, kurs, foredrag, samtaler og veiledning. Leif har bred arbeidserfaring fra skoleledelse, helsevesen, kirke og Forsvaret.

Leif er utdannet teolog. I tillegg er han utdannet gruppeterapeut ved IGA, samt at han har utdanning i pedagogikk, integrativ terapi og coaching. Han er også sertifisert Prep-kursleder fra Modum Bad.

## Program

08:30	- 09:00	Registrering - kaffe
09:00		Velkomst og oppstart
12:00	- 13:00	Lunch
15:30		Slutt for dagen
Pauser og kaffe innpasses i programmet		

## Glede og trivsel på jobb!

### Sentrale deltemaer fra foredraget

- Å trives i jobben og med hverandre
- Jobben og livet - ønsket om det gode liv
- Kjennetegn på gode arbeidsfelleskap
- Når kommunikasjonen blir vanskelig
- Å stå i arbeid og press over tid
- Hvordan ivareta seg selv og andre

Janne-Monica A. Kaaringstad og Leif Hafnor fra Viken senter i Bardu vil sammen lede fagdagen med tema: «Glede og trivsel på jobb»

Trivsel på jobb gjør noe godt med oss. De fleste ønsker å jobbe et sted der vi får brukt vår kompetanse, blir verdsatt og kjenner på et godt arbeidsfelleskap. Et sted hvor vi greier å ivareta oss selv også når arbeidspresset er stort. Det er sjeldent at glede og trivsel på jobb kommer helt av seg selv. Vi kan alle være med å skape gode og helsefremmede arbeidskulturer.

Janne-Monica og Leif vil ha fokus på muligheter så vel som utfordringer hos den enkelte og i arbeidsfelleskapet. Målet er å bli mer bevisst på hvordan kommunikasjon, holdninger og handlinger kan hjelpe til å øke glede og trivsel på jobb.

## Årets fagdager

I år arrangerer vi to like fagdager. Det betyr at du enten kan velge å delta den 24. april eller den 25. april. Fagdage arrangeres på Scandic hotell i Alta.

Foredragsolderne kommer fra Viken senter for psykiatri og sjelesorg. Dette ligger i Bardu kommune i Troms.

## Kursavgift

Kr. 1300,-

Stiftelsen Betania, Alta utfakturerer deltagelsen i etterkant av fagdage. Ved avbestilling etter 20. april belastes 60 % av kursavgiften.

## Påmelding

Påmeldingsfrist er 20. april

For påmelding går du inn på Stiftelsen Betania sin

nettside: [www.betania-alta.no](http://www.betania-alta.no)

Klikk på linken: påmelding til Fagdager.

Påmeldingen skjer elektronisk i et eget skjema her. Du vil få en kvittering på din registrering. Vær derfor nøyaktig med å fylle ut riktig e-post adresse.

Du kan også klikke på linken i bunnlinjen Fagdager. Her finner du informasjon om tidligere arrangement.

## Kontaktinformasjon

Spørsmål om Fagdage kan rettes til:

**Solfrid Nilsen Lund**

Tlf. 456 08 417

E-post: [solfrid@betania-alta.no](mailto:solfrid@betania-alta.no)

**Knut Klevstad**

Tlf. 917 50 647

E-post: [knut@betania-alta.no](mailto:knut@betania-alta.no)

## Stiftelsen Betania Alta arrangerer fagdage

Stiftelsen Betania Alta er en ideell non-profit stiftelse. I samarbeid med Alta kommune leverer vi tjenester innen eldreomsorg, rus- og psykiatri, barnehage og omsorgsboliger.

Vi har arrangert fagdager i over 10. Fagdage er primært et tilbud til våre ansatte hvor de får mulighet til inspirerende og faglig påfyll i en travel hverdag. Vi inviterer samtidig åpent ut og gir anledning til andre å delta.

# Fagdager i Alta

24. og 25. april 2017

På Scandic hotell

Arr: Stiftelsen Betania Alta

“Glede og trivsel  
på jobb”

**Janne-Monica A. Kaarigstad**

og

**Leif Hafnor**

