

Einladung zum achten ERFA-Morgenanlass des Forum BGM Aargau

Schlaf und Schichtarbeit

Tipps und Tricks für Personen mit
Schichtarbeit und hoher Belastung



Mittwoch, 09. September 2020, 07.45 – 10.00 Uhr

Bullingerhaus, Jurastrasse 13, Aarau

Der Anlass ist für Vereinsmitglieder des Forums BGM Aargau kostenlos,
für Nicht-Mitglieder kostenpflichtig (CHF 40.-).

Programm Erfahrungsaustausch vom 09. September 2020

- 07:45 – 08:00: **Eintreffen, Kennenlernen, Austausch bei Kaffee und Gipfeli**
- 08:00 – 08:10: **Begrüssung & Einführung ins Thema**
Lucy Waersegers, Geschäftsführerin Forum BGM Aargau
Thomas Hartmann, Leiter Industrie- und Gewerbeaufsicht, AWA, Kanton Aargau (Dep. Volkswirtschaft und Inneres), Vorstandsmitglied Forum BGM
- 08.10 – 09.00: **Inputreferat: «Schlaf und Schichtarbeit» Tipps und Tricks für Personen mit Schichtarbeit und hoher Belastung**
Dr.med. Samuel Iff, FMH Arbeitsmedizin und FMH Prävention
Wissenschaftlicher Mitarbeiter SECO
Beleuchtet werden insbesondere der Einfluss der Schicht- und der Nachtarbeit auf den Schlaf. Welche Konsequenzen und gesetzliche Notwendigkeiten ergeben sich daraus.
- 09.00 – 09.30: **Austausch**
In Gruppen werden verschiedene Fragestellungen im Zusammenhang mit dem Thema Arbeit und Schlaf im eigenen Arbeitsumfeld diskutiert. Offene Fragen werden gesammelt und an den Referenten zurückgespiegelt.
- 09:30 – 10:00: **Fragerunde und Abschluss**
Im letzten Teil werden die offenen Fragen geklärt und die entstandenen Ideen gedanklich weiterentwickelt. Das Ziel ist, dass alle Teilnehmenden für ihren Betrieb oder ihren Alltag relevante Anregungen mitnehmen können.

Anmeldung: Wir freuen uns auf Ihre Teilnahme

Wir bitten um eine Anmeldung bis zum **Freitag, den 04. September 2020** via info@bgm-ag.ch.

Es können mehrere Personen aus einem Betrieb/einer Organisation teilnehmen. Wir bitten daher, jede einzelne Person mit Namen, Betrieb, Funktion und Betriebsgrösse anzumelden.

Anreise

Adresse: Bullingerhaus, Jurastrasse 13, 5000 Aarau

Lage/Parkplätze: Das Bullingerhaus befindet sich an ruhiger zentraler Lage. Vor Ort sind 10 Parkplätze vorhanden. Als weitere Parkmöglichkeit bieten sich die Parkhäuser Bahnhof, Behmen und Schanz an.

Mit dem ÖV: Eine Anreise mit den öffentlichen Verkehrsmitteln wird empfohlen. Ab Bahnhof Aarau ist das Bullingerhaus in ca. 9-10 Gehminuten zu erreichen.

Lageplan: [Karte](#)

