STRESSFOREBYGGELSE I VIRKSOMHEDER

Eksempel på proces og indhold

01
INDLEDENDE MØDE

Sammen afdækker vi jeres behov og afstemmer forventninger til indhold og proces. Vi giver forslag til sammensætning af team og det konkrete forløb.
Pris: Gratis.

02
START-WORKSHOP

Vi præsenterer viden, fælles sprog og værktøjer. Sammen afdækker vi hvad I allerede har af materialer og udarbejder ansvars-matrix: 'Hvem gør hvad hvornår'. I får udarbejdet jeres egne Stress Action Cards.
Pris: 19.500

03
MATERIALEPAKKE

Muligt tilvalg af bl.a. word-templates til stress- og trivselspolitik, Toolbox til leder/medarbejdere, informationsfoldere, Action Cards, præsentation til nye medarbejdere samt "Godt tilbage på arbejde" -instruks. Alternativt kan I selv udarbejde de materialer I mangler.
Pris: 18.000

04
LEDER-WORKSHOPS

Opbygning af lederkompetencer for effektivt at kunne implementere stressforebyggelse. Op til 24 ledere i din organisation introduceres til viden, fælles sprog, toolbox og materialer. Vi stiller med to facilitatorer til workshoppen og tilbyder herefter gratis hotline.
Pris: 49.000

05
MEDARBEJDER-MØDER/FOREDRAG

Alle medarbejdere introduceres til stress-forebyggelse, samt viden og fælles sprog. Vi lægger vægt på, hvad de kan gøre for sig selv for at forebygge og hvordan de kan hjælpe hinanden. Medarbejderne introduceres også til materialerne og hvor de kan henvende sig, hvis de oplever stress – både hos sig selv og hos kolleger. Kan også afholdes online.
Pris: 25.000

06
STATUSMØDE

Opfølgende statusmøde efter 3-6 måneder. Her får I mulighed for at vende enkeltsager, generelle udfordringer eller andre observationer ifm. implementeringen og kan få inspiration til andre understøttende tiltag.
Pris: Gratis

07
MEDARBEJDER-FORDYBELSESWORKSHOPS

En mulighed for at gøre noget ekstra for den mentale sundhed og fastholde arbejdet med forebyggelse. Fokus er hvad medarbejderen selv kan tage ansvar for. Deltagerne får mulighed for selv at teste udvalgte tools. Der er tid og mulighed for at spørge og gå i dialog, så stress og mistrivsel aftabuiseres.
Pris: 29.000

08
FOREBYGGENDE COACHING AF MEDARBEJDERE

Vi tilbyder stress-forebyggende samtaler med medarbejdere. Typisk 3-5 samtaler over 1-3 måneder efter behov. Det er let for medarbejderen at sige ja til, fordi de allerede kender os fra foredrag/møder. Vi starter derfor på fælles grundlag, som gør samtalerne mere konkrete og handlingsorienterede.
Pris: 1.550 ex moms

FORBEREDELSE → IMPLEMENTERING → OPFØLGNING