

LÄR DIG LÄRA ANDRA!

Få utbildningsmaterial - kunskap om upplägg och metod från utbildningen i "Stresshantering - Hållbart arbetsliv" som anordnats av Positiv Rörelse!

"Stresshantering - Hållbart arbetsliv"

Justyna Ratajczak - HR-specialist och utbildad ACT gruppleddare har framgångsrikt utbildat arbetsgrupper om hur hälsa kan främjas och ohälsa förebyggas på arbetsplatser. Totalt har över 120 personer tagt del av utbildningen i projekt Positiv Rörelse regi.

Omdömen efter genomförd utbildning:

"Det var värdefullt att få gå tillsammans med kollegor och chef!"

"Jag fick verktyg för att hantera stress och känna igen stressfaktorer!"

"Nu är det lättare att prata om stress och utmaningar i livet och arbetslivet!"

"Vi har skapat en gemensam grund för samtal, en referensram och språk."



Utbildningen blandar teori med praktik och tar upp faktorer på individ, grupp och organisationsnivå. Den bygger på riktlinjer från Myndigheten för Arbetsmiljökunskap, ISM rapport 21 "Hälsa på arbetsplatsen", föreskriften "Organisatorisk och Social Arbetsmiljö OSA 2015:4" och annan relevant och aktuell forskning.

Nu kan du få material och kunskap att leda motsvarande utbildning och ge din personal verktyg att hantera stress och få ett mer hållbart arbetsliv!

Syftet med dagen är att sprida utbildningskonceptet till fler för att fortsatt kunna erbjuda en effektiv utbildning även efter projektets slut.

NÄR: Fredag 6 dec 2019, kl 09.00 - 15.00.
Incheckning från 8.30 serveras kaffe/te och smörgås.

Positiv Rörelse bjuder på lunch och fika.

VAR: Borås Kongress

MÅLGRUPP: Vänder sig till dig inom personal/HR eller du som på annat sätt arbetar med personalhälsa.

ANMÄLAN: Välkommen att anmäla dig på www.sjusam.se/pr

KONTAKT: Marie Irvang,
projektledare Positiv Rörelse
marie.irvang@sjusam.se

UTBILDNINGEN ÄR KOSTNADSFRI!



Positiv Rörelse är ett kompetensutvecklingsprojekt för ökad hälsa och hållbart arbetsliv. Projektet ska förebygga psykisk ohälsa på arbetsplatser i Sjuhärad. Projektet medfinansieras av ESF, Europeiska socialfonden. Sjuhärads samordningsförbund är projektägare. Mer information hittar du på www.sjusam.se/pr