

Det bæredygtige arbejdsliv

Regitze Siggaard
Head of Health Strategy, Ørsted



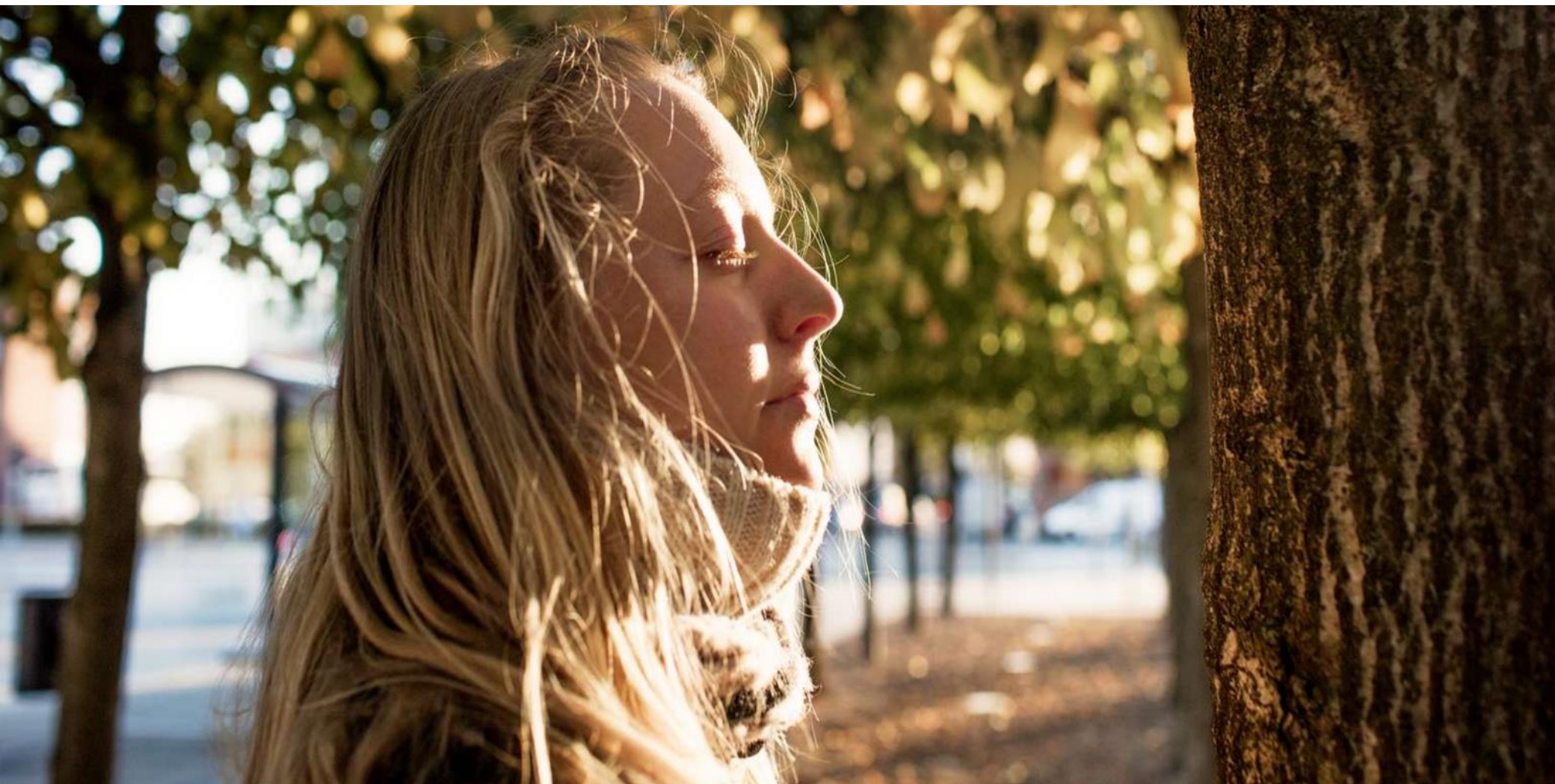
Stressbehandlerkonferencen

18 januar 2018

Performance og trivsel går hånd i hånd



Vores medarbejdere er hele mennesker



Fire hjørnesten

- Sundhed & sikkerhed
- Sociale relationer
- Personlig udvikling
- Meningsfyldt arbejde



Mental balance



Grøn, gul og rød

Friske medarbejdere

- Stress politik
- Udviklingssamtaler 2x årligt
- Tilfredshedsmåling og opfølgning
- Trivsels- og sundhedsinitiativer

Medarbejdere i risiko

- 1-1 sparring med leder
- Støtte via HR-partnere
- Hjælp via sundhedsforsikring

Medarbejdere med sygemelding

- Procedurer og vejledning
- Behandling og sparring via sundhedsforsikring

Vi har focus på den daglige personaleledelse



STRESSHÅNDTERING

- Hvorfor opstår stress?
- Stresstrappen og dens faser
- Roller og ansvar



KERNEOPGAVEN

- Hvad er kerneopgaven?
- Sammenhæng mellem kerneopgaven, stress og trivsel



SAMARBEJDE

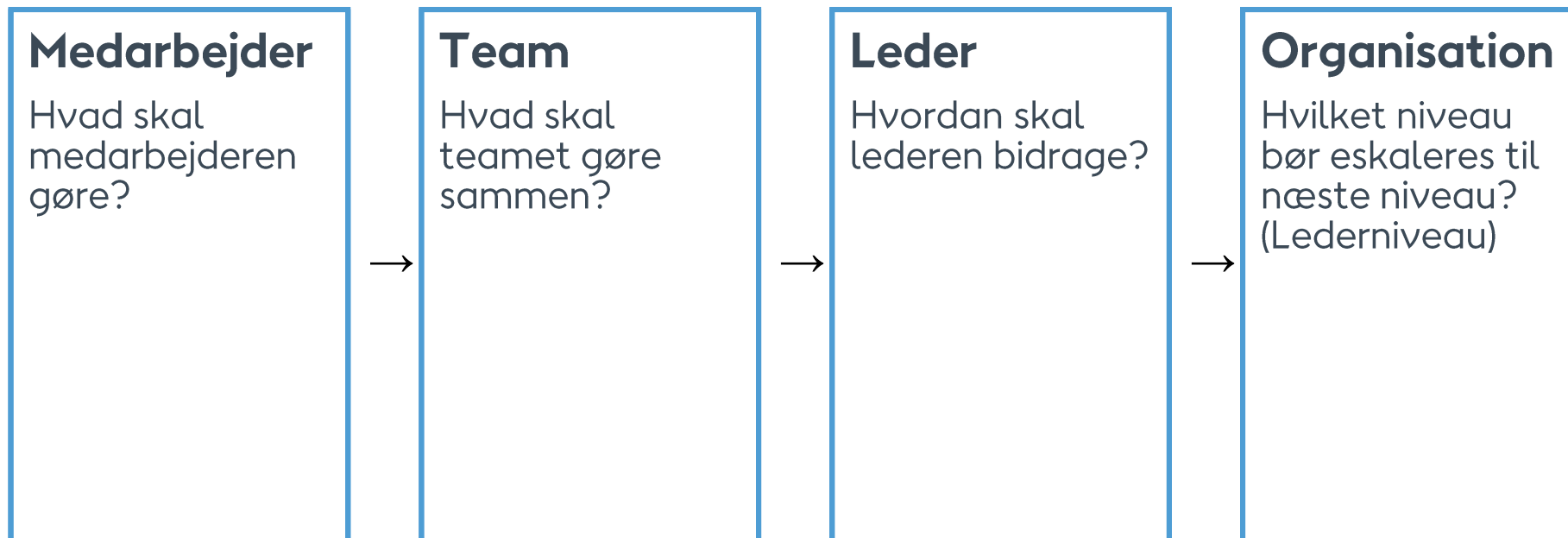
- Hvorfor er samarbejde fundament for trivsel?
- Sammenhæng mellem samarbejde og stress



FORANDRINGER

- Hvad er forandringer og hvorfor er de en præmis?
- Forandringers indflydelse på trivsel og udvikling af stress

Stressforebyggelse er et fælles ansvar



Meningsfyldt arbejde og formål



Min top 5 til et bæredygtigt arbejdsliv

1. Arbejd med noget, du er passioneret for
2. Kontrollér dine digitale vaner
3. Prioritéér din søvn
4. Styr din energi – ikke din tid
5. Elsk dine relationer

