

# Hälsofrämjande

## ledarskap

Hur skapar vi en hälsofrämjande arbetsplats?

Vad innebär egentligen social hälsa?

Hur kartlägger man friskfaktorer i teamet?

### Hälsofrämjande ledarskap som framgångsrik affärsstrategi

Kursen riktar sig till dig som är ledare och har en önskan om att skapa en god social hälsa och högre medarbetarengagemang. Det ger en arbetsplats där dina medarbetare får rätt förutsättningar för att utvecklas och bidra till verksamhetens resultat. En ytterligare effekt av att satsa på det hälsofrämjande ledarskapet är en ökad frisknärvaro.

Ett hälsofrämjande arbetssätt och ledarskap fokuserar på att behålla och utveckla hälsa och framgångsfaktorer samt att utifrån aktuellt läge fokusera på vad som kan stärkas, utvecklas eller förändras.

Kursen ger dig konkreta verktyg för att planera och genomföra aktiviteter som bidrar till att främja hälsa på arbetsplatsen. Dagen varvas mellan teori, reflektion och värdefullt erfarenhetsutbyte er ledare emellan samt praktiska övningar.

Målsättningen är att ni efter dagen har kännedom om hälsofrämjande strategier för att bygga friska och engagerade team. Du arbetar fram en egen aktivitetsplan att direkt omsätta i praktiken i ditt ledarskap och ditt team.



Camilla Rova är en del av CheckPoint Academy som verkar för att ledarskap och hälsa ska samverka med syftet att organisera friska arbetsplatser. Det görs bland annat genom en strategisk planering och sedan utbildning, föreläsning och coaching inom hälsa, teamutveckling samt ledarskap och självledarskap.

Camilla har gedigen erfarenhet och kunskap om det hälsofrämjande ledarskapet och har varit stöd för många ledare och organisationer i arbetet att skapa utveckling och förändring.

ARRANGÖR

Education  
& More



Lära för Livet

MEDIAPARTNER

OFFENTLIGA  
AFFÄRER  
AFFÄRSSTYRELSEN FÖR OFFENTLIGA VÄRDER

KUNSKAP SOM FÖRÄNDRAR

# Hälsofrämjande ledarskap

## INNEHÅLL

- Grunder i ett hälsofrämjande förhållningssätt och definition av hälsa
- Hälsofrämjande utifrån ett systemperspektiv och olika insatser att göra på individ, team och organisatorisk nivå
- Olika sätt att mäta fysisk, psykisk och social hälsa.
- Skillnader i främjande, förebyggande och rehabiliterande åtgärder
- Hälsofrämjande kultur kopplat till värdegrund, beteenden och attityder
- En kedja är lika stark som den svagaste länken – att bevara och utveckla din egen motståndskraft och välmående
- Vikten av KASAM - Känsla av sammanhang, för att skapa meningsfullhet, hanterbarhet och begriplighet.
- Genomgång av innehåll i AFS 2015:4 Organisatorisk och social arbetsmiljö och vad innebär den för er arbetsplats.
- Faktorer för att hantera och förebygga ohälsosam arbetsbelastning.
- Faktorer för att stärka den sociala arbetsmiljön inom områden som samverkan, samarbete och stöd från medarbetare och närmsta ledare.
- Kartläggning av friskfaktorer; Vad behöver vi för att genomföra arbetsuppgiften och må bra på vägen?
- Konkret aktivitetsplan för att omvandla teori till praktik i ditt team

# Hälsofrämjande ledarskap

## ANMÄL DIG REDAN IDAG!

Anmäl dig på vår hemsida,  
[www.hexanova.se/academy](http://www.hexanova.se/academy) eller  
kontakta Sandra Johannesson,  
Direktnummer: **0761-86 44 09**.  
[sandra.johannesson@hexanova.se](mailto:sandra.johannesson@hexanova.se)

*Kursen har ett begränsat antal platser!  
- Boka idag för att säkra din plats!*

## TIDER

**09:00** Kursstart  
**10.40** Förmiddagsfika  
**12.00** Lunch  
**14.40** Eftermiddagsfika  
**16.00** Avslutning

## DETTA INGÅR I ALLA VÅRA KURSER:

- En förstudie för att du ska få möjlighet att få svar på dina frågor
- Förmiddagsfika, lunch & eftermiddagsfika
- Utvärdering och uppföljning av resultat
  - Kursdokumentation
  - Kursintyg

Vi skräddarsyr även utbildningar utifrån era behov!

## PRIS 4 990:-

Boka 2 mån innan kursstart  
& betala endast **4 490:-**

## GRUPPRABATT:

Gå 4 betala för 3!

Boka två utbildningar samtidigt och få 50 % på den billigaste!

ARRANGÖR

Education  
& More



Lära för Livet

MEDIAPARTNER

OFFENTLIGA  
AFFÄRER  
AFFÄRSTJÄNSTEN FÖR OFFENTLIG SEKTOR

KUNSKAP SOM FÖRÄNDRAR