

Ett hållbart "Må-Bra-perspektiv" på jobbet!

Vi lever i en allt mer stressad tillvaro både på jobbet och i privatlivet. Hemma och på fritiden kan du påverka mycket av detta själv, men på jobbet är du ofta beroende av din arbetsgivare, chefer, medarbetare och den kultur som präglar arbetsplatsen.

De flesta är eniga om att det är viktigt att "Må bra". Vad innebär det egentligen? Ska man må bra jämt, hur bra bör man må o.s.v.

Många mår bra på ytan och andra mår bra ibland men inte alltid, det är inte så svårt att skapa en bild och fasad där man visar upp en positiv och välmående sida av sig själv. Ett bra exempel är den bild som många visar upp på Facebook och som inte alltid stämmer överens med verkligheten.

Vi har inte svaret på alla frågor kring detta ämne men vi anser att hur man än ser det så handlar det om att bygga en tillvaro som är "hållbar" för alla och där grunden handlar om att må så bra som möjligt och på lång sikt.

Helt klart har dagens arbetsgivare en skyldighet att skapa en miljö som värnar om de som arbetar där. Vi har också ett nytt direktiv i "AFS" att ta hänsyn till och där detta ansvar hos arbetsgivaren inkluderas.

Vi vet att det skapar motivation, kreativitet, effektivitet och ökad lönsamhet att värna om sina medarbetare.

På senare tid har vi sett skrämmande rapporter med starkt nedåtpekande kurvor gällande hur man mår på arbetet och även hur man mår i sin vardag utanför arbetet. Vi vill nu skapa en plattform för alla som är intresserade av att bygga en bättre arbetsmiljö samt bidra till en bättre vardag för människor i vårt samhälle.

Denna plattform är en konferens där leverantörer, experter, forskare, chefer och medarbetare kan samlas. Konferensen heter FriskvårdsExpo 2017 och är på Svenska Mässan i Göteborg den 13 mars.

Vi vill också samla in erfarenheter som vi kommer att sammanställa och sedan dela ut till alla som vill vara med och engagera sig genom att bland annat bidra med egna erfarenheter och förslag.

Det kommer att finnas ett särskilt "App-Forum" på konferensen där vi presenterar alla möjliga olika appar som finns inom ämnet och som vi vill sprida vidare kunskap om för de som är intresserade.

I samband med konferensen FriskvårdsExpo 2017 startar vi igång en kampanj som vi kallar för "Må-Bra-Kampanjen".

Syftet är just att samla in andras erfarenheter och förslag på aktiviteter som kan bidra till en bättre arbetsmiljö och ett bättre arbetsklimat.

Vi kommer att försöka nå ut brett bland både chefer, HR-personal, medarbetare och försöka hitta många personer som vill hjälpa till genom att bli "Må-Bra-Ambassadörer".

Resultatet av alla tips, nya kunskaper och förslag som vi samlar in sammanställer vi och presenterar sedan i en Friskvårdsguide som ska göras tillgänglig via internet.

NMI (Nöjd Medarbetar Index) är något som de flesta företag och arbetsplatser är intresserade av och jobbar med att förbättra. Det för att arbetsgivarna vet att det ger god effekt även på KPI:erna (Key Performance Indicators) som ofta består av ekonomiska nyckeltal.

För att uppnå de mål man har satt upp kring både NMI och KPI:er så krävs att man har en plan. Vi vill att alla som varit med och lämnat bidrag ska kunna få tips och råd om hur man kan bygga upp en egen anpassad NMP (Nöjd Medarbetar Plan) där friskvårdsplaner, olika mål och aktiviteter samlas just för den egna arbetsplatsen.

Detta engagemang vi nu satsar på är något som alla i samhället kommer ha nytta av. Det gäller inte bara för de personer som finns på arbetsplatserna, utan även för kunder och andra i samhället som brukar de tjänster som företag och olika organisationer levererar.

Syfte och mål med kampanjen:

- Vi som arrangerar FriskvårdsExpo 2017 ser ett stort behov av att förbättra "hur man mår" ute på arbetsplatserna och i samhället. Vi bygger en ny plattform för att hantera dessa frågor.
- Det handlar om att alla ska ha möjlighet till att "Må-Bra" i sin vardag både på jobbet och på sin fritid.
- Därför startar vi en kampanj som vi hoppas ska ge snöbollseffekt där många är med och bidrar med tips och spridning av budskapet. Målet är att alla arbetsplatser ska se nyttan av att ta fram en egen NMP (Nöjd Medarbetar Plan).
- Gamla kulturer i en organisation ärver man – Den nya kulturen bygger man!

Peter Hero
Rim Mourad