



# En hälsofrämjande arbetsplats

- Med stöd av dialogkorten kan en god dialog stimuleras och viktiga frågor lyftas fram. Dialogkortens syfte är att skapa delaktighet, för att hitta de resurser som bidrar till hälsofrämjande och attraktiva arbetsplatser.
- Frågorna baserar sig på de åtta utvecklingsområden som bygger på forskningsbaserad kunskap för att skapa hälsofrämjande arbetsplatser.
- Med stöd av dialogkorten kan en god dialog stimuleras och viktiga frågor lyftas och diskuteras på ett enkelt sätt.
- Använd dialogkorten på exempelvis Arbetsplatsträffar.

## Förberedelse

- Dela in i grupper om 2–5 personer.
- Utse en i gruppen som antecknar.
- Bestäm hur lång tid varje diskussion får ta.
- Ni kan ta ett kort per grupp och tillfälle eller flera kort per grupp.

### Gör så här:

- Diskutera och reflektera utifrån din egen situation och upplevelse på arbetsplatsen.
- Gå laget runt i den lilla gruppen.
- Ha ett öppet och tillåtande samtalsklimat.
- Skriv ner vad ni kommer fram till.
- Lyft diskussionen i helgrupp.
- Utse någon som fångar upp svaren.
- Hitta former för uppföljning.

### Stöd?

Kontakta Regionhälsan eller HR.

# Hur jobbar vi med arbetsplatsens mål och verksamhetsplanering?

1. Diskutera frågan
2. Vad fungerar bra idag?
3. Hur förstärker vi det ytterligare?

# Hur tydliggör vi vad som ska prioriteras vid hög arbetsbelastning?

1. Diskutera frågan
2. Vad fungerar bra idag?
3. Hur förstärker vi det ytterligare?

# Hur arbetar vi med uppföljning av arbetsplatsens mål?

1. Diskutera frågan
2. Vad fungerar bra idag?
3. Hur förstärker vi det ytterligare?

# Hur gör vi för att alla medarbetare ska känna till arbetsplatsens mål?

1. Diskutera frågan
2. Vad fungerar bra idag?
3. Hur förstärker vi det ytterligare?



# **På vilket sätt uppmärksammar vi framgångar på arbetsplatsen?**

1. Diskutera frågan
2. Vad fungerar bra idag?
3. Hur förstärker vi det ytterligare?

# Vad är det i arbetet som känns meningsfullt för dig?

1. Diskutera frågan



# Hur agerar vi, chef och medarbetare, om vi upplever att en kollega har svårt att hantera sin arbetsbelastning?

1. Diskutera frågan
2. Vad fungerar bra idag?
3. Hur förstärker vi det ytterligare?



# Vad är ett bra medarbetarskap för dig?

1. Diskutera frågan



# Vad är ett bra ledarskap för dig?

1. Diskutera frågan



# Vad är viktigt för ett hållbart arbetsliv för dig?

1. Diskutera frågan



# På vilket sätt introducerar vi och tar hand om nya arbetskamrater?

1. Diskutera frågan
2. Vad fungerar bra idag?
3. Hur förstärker vi det ytterligare?



# Hur gör vi för att andra ska tala gott om vår verksamhet?

1. Diskutera frågan
2. Vad fungerar bra idag?
3. Hur förstärker vi det ytterligare?





## Hur använder vi resultatet från medarbetarundersökningen och andra mätningar för att utveckla vår verksamhet?

1. Diskutera frågan
2. Vad fungerar bra idag?
3. Hur förstärker vi det ytterligare?



# Hur arbetar vi för att skapa delaktighet i arbetsplatsens utvecklingsarbete?

1. Diskutera frågan
2. Vad fungerar bra idag?
3. Hur förstärker vi det ytterligare?



# Hur arbetar vi för att ha god gemenskap på arbetsplatsen?

1. Diskutera frågan
2. Vad fungerar bra idag?
3. Hur förstärker vi det ytterligare?



# Hur arbetar vi för ett väl fungerande samarbete hos oss?

1. Diskutera frågan
2. Vad fungerar bra idag?
3. Hur förstärker vi det ytterligare?



# Hur arbetar vi med samverkan på vår arbetsplats tillsammans med våra skyddsombud och förtroendevalda?

1. Diskutera frågan
2. Vad fungerar bra idag?
3. Hur förstärker vi det ytterligare?



# På vilket sätt försöker vi alla vara goda arbetskamrater?

1. Diskutera frågan
2. Vad fungerar bra idag?
3. Hur förstärker vi det ytterligare?



# Hur stöttar vi varandra vid hög arbetsbelastning?

1. Diskutera frågan
2. Vad fungerar bra idag?
3. Hur förstärker vi det ytterligare?



# Hur gör vi för att samtalsklimatet ska upplevas som öppet och tillåtande på vår arbetsplats?

1. Diskutera frågan
2. Vad fungerar bra idag?
3. Hur förstärker vi det ytterligare?





# Hur informerar vi varandra om viktiga saker?

1. Diskutera frågan
2. Vad fungerar bra idag?
3. Hur förstärker vi det ytterligare?



# Hur förmedlar vi att det är okey att fråga varandra i situationer då man känner sig osäker?

1. Diskutera frågan
2. Vad fungerar bra idag?
3. Hur förstärker vi det ytterligare?



# Hur kommunicerar vi med varandra vid hög arbetsbelastning?

1. Diskutera frågan
2. Vad fungerar bra idag?
3. Hur förstärker vi det ytterligare?



# På vilket sätt inbjuder våra arbetsplatsträffar till dialog och delaktighet?

1. Diskutera frågan
2. Vad fungerar bra idag?
3. Hur förstärker vi det ytterligare?



# Hur arbetar vi med feedback på vår arbetsplats?

1. Diskutera frågan
2. Vad fungerar bra idag?
3. Hur förstärker vi det ytterligare?



# På vilket sätt genomför vi skyddsronder och riskbedömningar?

1. Diskutera frågan
2. Vad fungerar bra idag?
3. Hur förstärker vi det ytterligare?



# Hur arbetar vi med att förebygga risker på vår arbetsplats?

1. Diskutera frågan
2. Vad fungerar bra idag?
3. Hur förstärker vi det ytterligare?



## Hur vet vi att alla har kännedom om arbetsplatsens rutiner och instruktioner för en trygg och säker arbetsmiljö?

1. Diskutera frågan
2. Vad fungerar bra idag?
3. Hur förstärker vi det ytterligare?





# Hur arbetar vi med avvikelsesystemet Synergi inom arbetsmiljöområdet?

1. Diskutera frågan
2. Vad fungerar bra idag?
3. Hur förstärker vi det ytterligare?



# Hur gör vi arbetsmiljö- arbetet som en naturlig del i allt vi gör?

1. Diskutera frågan
2. Vad fungerar bra idag?
3. Hur förstärker vi det ytterligare?



# Hur skapar vi utrymme för återhämtning under arbetsdagen?

1. Diskutera frågan
2. Vad fungerar bra idag?
3. Hur förstärker vi det ytterligare?



# Hur uppmuntrar vi till hälsosamma levnadsvanor?

1. Diskutera frågan
2. Vad fungerar bra idag?
3. Hur förstärker vi det ytterligare?



# Vad är viktigt för att trivas och må bra på vår arbetsplats för just dig?

1. Diskutera frågan
2. Vad fungerar bra idag?
3. Hur förstärker vi det ytterligare?



# Hur skapar vi utrymme för reflektion under arbetsdagen?

1. Diskutera frågan
2. Vad fungerar bra idag?
3. Hur förstärker vi det ytterligare?



# I vilka situationer upplever vi arbetsglädje?

1. Diskutera frågan
2. Vad fungerar bra idag?
3. Hur förstärker vi det ytterligare?



# Hur nyttjar vi Hälsolyftet och Friskvårdsersättningen?

1. Diskutera frågan
2. Vad fungerar bra idag?
3. Hur förstärker vi det ytterligare?





# Hur stödjer vi varandra som kollegor i olika skeenden i arbetslivet/livet?

1. Diskutera frågan
2. Vad fungerar bra idag?
3. Hur förstärker vi det ytterligare?



# Hur gör vi så att inte någon hamnar utanför arbetsplatsens gemenskap?

1. Diskutera frågan
2. Vad fungerar bra idag?
3. Hur förstärker vi det ytterligare?



**Hur tar vi alla ett eget ansvar att medverka i jämställdhet, motverka diskriminering och trakasserier på vår arbetsplats?**

1. Diskutera frågan
2. Vad fungerar bra idag?
3. Hur förstärker vi det ytterligare?



**Om någon på arbetsplatsen blir utsatt för ett ovälkommet beteende finns det klara rutiner för vad vi ska göra då?**

1. Diskutera frågan



**På vilket sätt arbetar vi aktivt på vår arbetsplats mot alla former av diskriminering. Oavsett:**

- kön
- etnicitet
- könsöverskridande identitet eller uttryck
- sexuell läggning
- religion/annan trosuppfattning
- ålder
- funktionsnedsättning

1. Diskutera frågan



# På vilket sätt arbetar vi för att ha ett öppet och respektfullt klimat på arbetsplatsen?

1. Diskutera frågan
2. Vad fungerar bra idag?
3. Hur förstärker vi det ytterligare?



**Vilket ansvar har vi om vi hör  
en kollega öppet kränker  
någon annan?**

1. Diskutera frågan



**På vilket sätt tar vi tillvara på varandras olika erfarenheter och bakgrund?**

1. Diskutera frågan





# Vilket behov har vår arbetsgrupp av kompetensutveckling?

1. Diskutera frågan
2. På kort sikt?
3. På lång sikt?



## Hur kan vi lära oss av andra enheter/arbetsplatser?

1. Diskutera frågan
2. Vad fungerar bra idag?
3. Hur förstärker vi det ytterligare?



# **På vilket sätt tar vi väl hand om studenter, praktikanter, feriearbetare?**

1. Diskutera frågan
2. Vad fungerar bra idag?
3. Hur förstärker vi det ytterligare?



# På vilket sätt engagerar vi oss i utvecklingen av vår verksamhet?

1. Diskutera frågan
2. Vad fungerar bra idag?
3. Hur förstärker vi det ytterligare?



# Hur arbetar vi för att idéer och förbättringsförslag uppmuntras på vår arbetsplats?

1. Diskutera frågan
2. Vad fungerar bra idag?
3. Hur förstärker vi det ytterligare?