
ÅTERHÄMTNINGSTURNÉ 2022

För personal inom vård och äldreomsorg

Under hösten 2021 genomförde KC Group fler än 40 återhämtningsdagar för 2 800 chefer och medarbetare inom vård och omsorg. Återhämtningsdagarna genomfördes i sex kommuner runt om i Sverige. Med nya 650 MSEK från staten finns möjlighet också för din kommun att under 2022 erbjuda dina medarbetare KC Groups mycket uppskattade återhämtningsdagar. Sista ansökningsdagen är 30 mars.

Ord från en vård- och omsorgschef

”Jag blev nästan tårögd när mina medarbetare fick en hel dag där de blev sedda, lyssnade på och uppmuntrade. Som chef kunde jag inte vara mer nöjd, och utvärderingarna vi gjort visar att medarbetarna var lika nöjda.”

Petra Vedebrand, omsorgschef Skara kommun

OBS!! KC Group hjälper dig med ansökan. 2021 hjälpte vi sex kommuner, och samtliga fick 100% av sökta medel.



Återhämtningsdagarna är utformade av KC Groups experter inom välmående på jobbet och innehåller inspiration, reflektion och återhämtning. För mer information och beställning av dagar kontakta projektansvarig Olle Beckérus enligt nedan.



Olle Beckérus

Projektansvarig KC Group

olle@kc-group.se

0733-91 44 92

www.kc-group.se

Exempel på innehåll:

08.00 Introduktion av dagen

08.15 INSPIRATIONSFÖRELÄSNING

- om stress, livsbalans och hållbara arbetsplatser.

Ni får en superaktuell föreläsning i full fart som inspirerar och motiverar.

En föreläsning om orsaker som skapar stressrelaterad ohälsa.

10.15 Kafferast (30 min.)

10.45 FEM minuter av Fokus

10.50 DÅ, NU och FRAMTID

Gruppövning Ficklampan

Refleksionsövning av hur det varit under Covid -19 och om framtiden

1. Vad har varit svårt/krävande? 2. Vad behöver vi belysa/lyfta upp? 3. Vad är vi oroliga för framåt? 4. Vilka positiva erfarenheter har vi? 5. Finns något som vi kan känna trygghet i? 6. Vad vill vi skapa framåt?

Diskussion och presentation gruppvis i grupper om 4-7 personer

12.15 Lunch (60 min.)

13.15 FEM minuter av Fokus

13.20 KÄNSLOR OCH RELATIONER PÅ JOBBET

Föreläsning:

Hur kan vi förstå varandra bättre? Kan vi förstå varandra fullt ut? Vad är det för skillnad mellan empati, omtanke och sympati?

Gruppövning Feedback och empati

1. Film om ett empatiskt förhållningssätt
2. Gruppövning empatiskt förhållningsätt och feedback
3. Vad är fakta, vad är känslor och hur påverkar relationerna situationen?
Presentation gruppvis

14.45 Kafferast

15.00 FEM minuter av Fokus

15.05 ATT BYGGA PÅ STYRKOR

Vi stärker varandra: Vad är det som för oss framåt?

Vi talar om Feedbackcirkelarna. Bekräfta, berika, reglera

- Feedbackövning 3 och 3

- Hitta dina och andras styrkor, exempel och övningar 2 och 2

Gruppövning LEVANDE BILD på temat "Våra styrkor"

Gemensam presentation, sammanfattning. Infångande av och eventuella utmaningar.

16.40 REFLEKTION OCH UTVÄRDERING

17.00 DAGEN AVSLUTAS

