

FÆLLESSKAB PÅ ARBEJDSPLADSEN

I EN CORONA-TID

RØDE KORS' RÅD

1

Tjek op på dine kollegaer

Lav en telefonkæde i din afdeling, og ring på skift til hinanden og tal om, hvad der fylder fagligt og socialt.

2

Spar med dine kollegaer, selvom det er virtuelt

Aftal 'walk and talk' med en kollega i det grønne over telefonen om nye ideer og arbejdsopgaver.

Anders Ladekarl
Generalsekretær, Røde Kors

3

Workshop om arbejds-trivsel

Afhold virtuel workshop om arbejds-trivsel under corona-pandemien. Find guide rodekors.dk/goderaad



FÆLLESSKAB PÅ ARBEJDSPLADSEN

I EN CORONA-TID

TDC NETS RÅD

Ræk aktivt ud til kollegerne

1

Det kræver lidt ekstra, for man ringer eller Teams'er normalt ikke til kolleger bare for at snakke. Men det er ok. Det skal jo gøre det ud for den uformelle snak til frokost eller ved kaffemaskinen, vi normalt kan få. Vi har alle brug for det.

Book møder, frokost og walk & talks

2

Det har vi i TDC NET opfordret til, og en del kolleger gør det. Det handler om at skabe struktur og systematisere det uformelle, som vi normalt får på arbejde.

Lav tiltag, der samler folk

3

I TDC NET er vi i gang med at lave en stafet, hvor vi får dagligdags-historier og refleksioner fra kolleger. For at bakke op om, at vi alle fortsat er del af et fællesskab.

Lad ikke det digitale bremse dig

4

Vi har kolleger og grupper, der går ture og drikker kaffe sammen. Nogle har sågar arrangeret kreative sammenkomster, spillet bingo, lavet Kahoots og Tegn & Gæt.

Hanne Blume
HR Direktør, TDC NET



FÆLLESSKAB PÅ ARBEJDSPLADSEN

I EN CORONA-TID

TDC NETS RÅD

Brug kameraet

5

Det betyder noget at se ansigter, når man er isoleret derhjemme. Så mød andre med kameraet tændt. Vis din stue, dit kæledyr, dine børn og de joggingbukser, vi godt ved, du sidder i.

Giv lidt af dig selv

6

At være hjemsendt er en glimrende mulighed for at se lidt af personen bag kollegaen. Og lad os bare se, at du har børn og hund, spiller guitar eller har en passion for litografier.

Tag hensyn og acceptér situationen

7

Tag forstyrrelser i møder med. Se det som en mulighed for nærvær. Mange har familie, børn og alt muligt andet, der ikke er med på arbejdspladsen omkring sig.

Husk, at arbejdet bliver lavet

8

Langt, langt størstedelen af os er meget pligt-opfyldende. Så det er formentlig ikke et stort problem. Arbejdet skal nok blive gjort. Ofte endda hurtigere og bedre.

FÆLLESSKAB PÅ ARBEJDSPLADSEN

I EN CORONA-TID

NORDEAS RÅD

1

Støt lederne i at være nærværende virtuelt for deres teams

Gennem erfaringsudveksling og læring i webinarer, en værktøjskasse f.eks. med team-barometre, e-learning og oversigter over hvor man kan søge hjælp internt og eksternt, lederkald med træning og ideudveksling mv.

2

Hvordan kan vi holde gode onlinemøder?

Vi skal vise empati og forståelse overfor vores kunder og styrke relationerne, når vi taler med hinanden. Her tænker vi fx hjælpevideoer, om hvordan vi bruger vores systemer og processer bedst muligt til at understøtte at vi ikke kan sidde sammen.

**Mads Skovlund Pedersen,
Bankdirektør Nordea**

3

Masser af kommunikation

Vi skal gøre det let tilgængeligt, via videoer, fredags-care-mails fra ledere, nytårskur med teams, medarbejderkald og sessioner, hvor ledelsen svarer på spørgsmål mv.

4

Engagement imellem kollegaer

Vi skal tage os godt af hinanden og række ud, bevare - men også skaber nye - sociale relationer på tværs. Alt det ekstra som giver tilhørsforhold og gør det sjovt at gå på arbejde også derhjemme. E-gokart, virtuel morgenmad, virtuel fredagskoncert, virtuel gymnastik mv. i vores forskellige frivillige foreninger og netværk.



FÆLLESSKAB PÅ ARBEJDSPLADSEN

I EN CORONA-TID

Grant Thortons råd

1

Motiver kollegaer til at bevæge sig i arbejdsdagen

Afhold interne konkurrencer om at gå flere skridt i løbet af arbejdsdagen.

2

Brug teams til sociale arrangementer

Lav gak og løjer på Teams, hvor medarbejder mødes til afdelingsmøder, fredagsbarer og social hygge.

3

Værktøjer til den mentale og fysiske sundhed

Lav virtuelle foredrag om både den mentale og fysiske sundhed for medarbejderne.

Christina Pihl Bagge
HR-Chef, Grant Thornton



FÆLLESSKAB PÅ ARBEJDSPLADSEN

I EN CORONA-TID

RÅD FRA PFA

1

Få noget godt ud af fleksibiliteten

Fleksibilitet kan være med til at øge arbejdsglæden og give bedre resultater. Et fleksibelt arbejdsliv er aktivitetsbaseret arbejde, hvor vi indretter os efter aktiviteter, arbejdsform og udbytte. Vi opfordrer til, at hjemmekontoret også fremover er en del af aktivitetsbaseret arbejde, ligesom virtuel og hybrid mødedeltagelse.

2

Gode arbejdsstillinger - også derhjemme

I PFA har vi små film, som inspirerer til gode arbejdsstillinger, også når der arbejdes ved spise- eller køkkenbordet, i sofaen eller på gulvet.

**Pia Irene Andreassen,
HR-direktør, PFA.**

3

Gode rutiner

Gode råd og træning i "den nye hverdag" med MindWork for at fastholde god trivsel derhjemme med en god morgenrutine, plan for arbejdsdagen og en god aftenrutine. Nøgleordene er struktur, sceneskift og pauser, social kontakt og de lette træk.



FÆLLESSKAB PÅ ARBEJDSPLADSEN

I EN CORONA-TID

RÅD FRA PFA

4

Bevægelse i hverdagen

Vi opfordrer også til bevægelse - enten som walk'n'talk med kolleger eller ved deltagelse i eksempelvis "Tæl skridt"-kampagnen - og afholder fælles yoga online.

5

Godt ombord

Nye kolleger har brug for at komme godt ombord og godt i gang. Introduktionsprogrammet er nu digitalt - nærmeste leder og en kollega udarbejder en god introduktionsplan, så der også arbejdes med relationer og samarbejde for nye kolleger digitalt, fagligt og socialt.

6

Hold en hjernepause

Mange timer foran skærmen kalder på hjernepauser. Vi opfordrer til mindfulness på hjemmekontoret med små lydfiler, som guider igennem kontoryoga, siddende afslapning eller gående meditation.

7

Sæt strøm til udvikling og læring

Vi afholder webinarer om ledelse, faglige emner og trivsel, hvor der er mulighed for at møde kolleger på tværs for fortsat at udvikle os og lære nyt.

FÆLLESSKAB PÅ ARBEJDSPLADSEN

I EN CORONA-TID

GOOGLES RÅD

1

Hold aktive møder

Det er okay at... Sidde, gå, ligge eller hoppe under møder: Tag dine møder gående eller stående. Find det setup, der virker for dig.

2

Tag en pause

Det er okay at... Gå en tur, lege med ungerne - eller sætte et møde op med en kollega "bare for at sige hej".

3

Pas på dig selv

Det er okay at... Stoppe op, tage fri eller orlov, hvis børnene er hjemme og kræver dig.

Manja Lykke Brichmann
Brand Marketing, Nordics,
Google Denmark

4

Vær ærlig og sig fra

Det er okay at... Sige at du ikke er okay. Corona er hård ved os alle sammen, og vi er ikke superhelte. Det er helt okay at sige, at du ikke er okay.

