



Ninni Länsberg har 30 års erfarenhet av att möta människor i stress, sorg och kriser. OSA kräver ett aktivt jobb med frågorna, sprider kunskap och inspiration för att förebygga ohälsa och förhindra att folk kraschar och blir sjukskrivna.

Ninni har skrivit boken *Friskt jobbat*.



NYHET! DIGITAL STRESSHANTERINGSHJÄLP

I samarbete med Ninni Länsberg erbjuder vi digital stresshanteringshjälp både på organisations- och individnivå:

Organisationsnivå (förebyggande)

Våra kunder kan köpa Ninnis film "Peptalk", för att använda i arbetsmiljöarbetet för att uppfylla Arbetsmiljöföreskriften OSA 2015. "Peptalk" är 12 minuter och Ninni blandar uppmuntran, bekräftelse och stresshanteringsverktyg. Filmen kan med fördel användas på ett personalmöte. "Peptalk" kompletteras med samtalsunderlag så att arbetsledare kan leda ett samtal med medarbetarna om innehållet i filmen.

Individnivå (rehabilitering)

Vi kan också erbjuda en digital stresshanteringkurs för individer. Kursen innehåller 17 lektioner och varje lektion tar 30-60 minuter och består av text, film och ljudmaterial. Kursdeltagarna ges möjlighet att få tillgång till en interaktiv FB-grupp. Intyg utfärdas efter fullförd kurs. Möjlighet för arbetsgivaren att söka arbetsplatsinriktat rehabiliteringsstöd.

Kontakta Ninni Länsberg för att få ett förslag på upplägg och offert: hello@ninnilansberg.se

STRESS UPPSTÅR NÄR
VI HAR ETT PROBLEM
SOM VI INTE KAN LÖSA

