

Previa



Utbildningar *2017*

Hälsa, arbetsmiljö,
ledarskap och organisation

Vad skulle hända om alla chefer blev lite bättre...

- › Genom att på ett positivt sätt vägleda medarbetarna genom att förstärka beteenden som skapar resultat.
- › På att tillämpa ett systematiskt arbetsmiljöarbete som skapar en säker arbetsplats, hälsa och trivsel.
- › I att tidigt upptäcka och stödja medarbetare som inte mår bra – när minskad effektivitet och sjukfrånvaro fortfarande går att undvika.
- › Att med sitt ledarskap främja medarbetarnas engagemang och omsorg för den egna hälsan.
- › I att skapa en organisation som förebygger stressrelaterad ohälsa.

...eller om alla medarbetare blev lite bättre?

- › På att fokusera på rätt saker.
- › Med att använda en arbetsteknik som förebygger fysiska besvär.
- › I att hantera stress och återhämta sig mellan arbetspassen.
- › På att äta och motionera för att klara vardagens krav.

› Våra utbildningar

Previa erbjuder program, kurser och föreläsningar inom:

Bäst i våra
utvärderingar:
Genomsnittsbetyg
4,3 av 5

Skapa en positiv arbetsmiljö

› En positiv arbetsmiljö där medarbetarna trivs och mår bra skapar förutsättningar för en hållbar verksamhet. Previas utbildningar ger chefer, skyddsombud och stödfunktioner kunskaper att bedriva ett effektivt arbete där arbetsmiljö och hälsa integreras i verksamhetens utveckling. ■

2016
utbildades 10 000
chefer och
skyddsombud
inom arbetsmiljö

Utveckla ledarskapet

› Previas ledarskapskonsulter är specialister på mänskligt beteende och vad människor behöver för att utvecklas, må bra och använda sin kompetens på bästa sätt. Vi vet också vilken betydelse samspel och relationer på arbetsplatsen har. Kopplingen mellan ledarskap, medarbetarnas motivation och effektivitet i verksamheten är därför viktiga fundament för framgång. ■

Previa samlar
Sveriges största
styrka av OBM-
specialister

Effektivisera din organisation

› Vi är varandras arbetsmiljö! Att utveckla medarbetarnas förmåga att kommunicera och samverka mot gemensamma mål bidrar till effektiva och hälsofrämjande arbetsplatser. Våra organisationskonsulter utvecklar medarbetare och stödjer cheferna i arbetet. ■

Engagera dina medarbetare

› En förutsättning för att medarbetarna ska vilja och kunna vara engagerade och drivkraftiga i sitt arbete är att de mår bra och har en sund balans mellan arbete och fritid. Previas utbildningar ger chefer och processledare kunskaper att integrera hälsa i verksamhetsutvecklingen, samt ökar medarbetarnas förmåga att själva ta hand om och förbättra sin hälsa. ■

Sveriges bästa
e-utbildningar
inom ergonomi.
Finalist i Swedish
Learning awards
två gånger

Boka och läsa mer på previa.se/utbildning

› Öppna utbildningar 2017

Ledarskap

Previas ledarträningsprogram, 4 dgr 24 500 SEK
Programmet ger en ökad insikt i verksamhetens styrkor och utvecklingsbehov samt erbjuder konkreta verktyg som skapar tydlighet och engagemang i organisationen. Utbildningen ger möjlighet till förändrat ledarsätt och innehåller därför moment som integrerar ny kunskap med de faktiska utmaningar som ledaren möter i sitt arbete. ■

Arbetsmiljö, hälsa och rehabilitering

Arbetsmiljö – grundutbildning, 2 dgr 7 500 SEK
Rehabilitering och tidiga insatser, 4 tim 3 900 SEK
Organisatorisk och social arbetsmiljö, 1 dag 5 500 SEK
Arbete med härdplaster / allergiframkallande kemiska produkter, 4 tim 3 900 SEK

Hjärt- lungräddning

Hjärt- lungräddning (HLR) vuxna, 2 tim 1 350 SEK

Hälsoutveckling för medarbetare

ACT för medarbetare, 4 tillfällen à 3 tim 8 500 SEK
Acceptance and Commitment Training. ACT är ett träningsprogram för att hitta förhållningssätt till det som kommer mellan oss och det som är viktigt i livet. Programmet skapar förutsättningar att öka det psykologiska välbefinnandet och få en högre upplevd livskvalitet. ■

forts. Hälsoutveckling för medarbetare

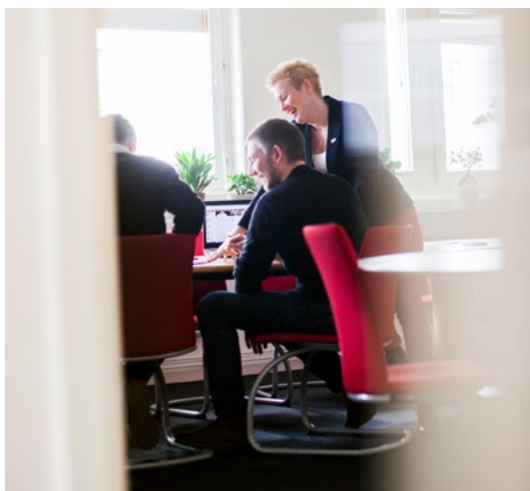
Stresshantering KBT, 9 tillfällen à 2 tim 13 500 SEK
Utbildningen ger ökad kunskap om stress, förståelse för vilka faktorer som bidrar till den egna stressen och vägledning i att genomföra de förändringar som krävs för att må bättre. Kursen är praktiskt inriktad och bygger på deltagarnas aktiva medverkan, bl.a. i form av hemuppgifter. I utbildningen ingår även ett seminarie för deltagarnas chefer. ■

Stresshantering (KONTAKTA OSS FÖR PRIS)
Våra psykologer och beteendevetare startar löpande utbildnings-/samtalsgrupper för personer med likartad stressrelaterad ohälsa. Programmets innehåll och omfattning anpassas efter deltagarnas behov. ■

MediYoga , 5 tillfällen à 75 min 5 900 SEK
Mindfulness, 8 tillfällen à 2½ timme 13 500 SEK
Mindfulness BAS, 5 tillfällen à 2 timmar 6 900 SEK

➤ Föreläsningar

Skapa engagemang för arbetsmiljöarbetet, inspirera till en sund livsstil, ge tips och idéer i ledarskapet. Det är exempel på vad Previas föreläsningar kan bidra till. Vanliga teman för föreläsningar är ergonomi, kost och motion, stress, ledarskapsteorier med mera. Innehållet anpassas efter syftet och målet med aktiviteten. Vi kan även erbjuda föreläsningarna i filmad version. ■



Alla priser är exkl. moms och avser pris per deltagare på våra öppna utbildningar. Kursmaterial ingår, för information om lunch och fika, läs mer inom respektive utbildning. Kostnader för kost och logi kan tillkomma. Företagsanpassade utbildningar offereras separat.

Boka och läsa mer på previa.se/utbildning

› E-learning

För att effektivisera genomförandet och öka graden av lärande kan lärarledda insatser kombineras med e-learning. Det skapar mer tid för praktiska övningar, dialog och kunskapsutbyte under de lärarledda aktiviteterna. Vi erbjuder e-learning inom ergonomi, arbetsmiljö och härdplast/allergiframkallande kemiska produkter. Utifrån kundens behov och önskemål kan vi ta fram e-learning inom olika områden och på alla nivåer i organisationen. Allt från enkla filmade föreläsningar till kvalificerade filmbaserade e-learningproduktioner. ■

› Utbildning – ett utvecklingsverktyg

Kompetensutveckling är ett av våra viktigaste verktyg. Previa erbjuder utbildningsinsatser som bidrar till att utveckla ledare, skapa en positiv arbetsmiljö och engagera era medarbetare.

Med specialister inom arbetsmiljö och hälsa kombinerat med Sveriges största samlade styrka av professionella organisationsutvecklare kan vi erbjuda utbildningar som planeras och utvärderas utifrån era verksamhetsmål.



Charlotta Ringmar,
utbildnings-
ansvarig på
Previa

Vi erbjuder såväl öppna som företagsanpassade utbildningar och e-/blended learning.

Våra utbildare arbetar både som kursledare och som konsulter vilket ger dem en gedigen praktisk erfarenhet om de utmaningar som olika branscher möter i sitt arbete. På så sätt blir utbildningarna mer verksamhetsnära med praktiska exempel.

Previa erbjuder utbildningar och föreläsningar över hela Sverige. ■

› Om Previa

Vi är Sveriges ledande företag inom företagshälsa och ser den mänskliga faktorn som den viktigaste resursen i dagens arbetsliv. Previa har över 1 000 specialister inom arbetsmiljö, ledarskap och hälsa och finns över hela landet. Vi anlitas av 7 500 arbetsgivare med 1 100 000 anställda och omsätter drygt 1 mdkr. Previa ingår i Falck Healthcare som är Skandinaviens största koncern inom hälsa i arbetslivet. Läs mer på previa.se ■