

Trivsel og psykisk helse

10.10.2024

Ansatte trives i bransjen



N B F



NHO



Litt praktisk

Agenda

- Trivselsundersøkelsen 2024
- Hvordan bruke rapporter fra Trivselsundersøkelsen i HMS-arbeidet. Marita Biesmans, HR-leder i Auto 8-8 Gruppen deler hvordan de har brukt rapportene i sitt HMS arbeid.
- Leif Eggen fra NAV, vil snakke om raushet og et hodebra arbeidsliv.
- Streif – kortfilm om mental helse

Bakgrunn for undersøkelsen

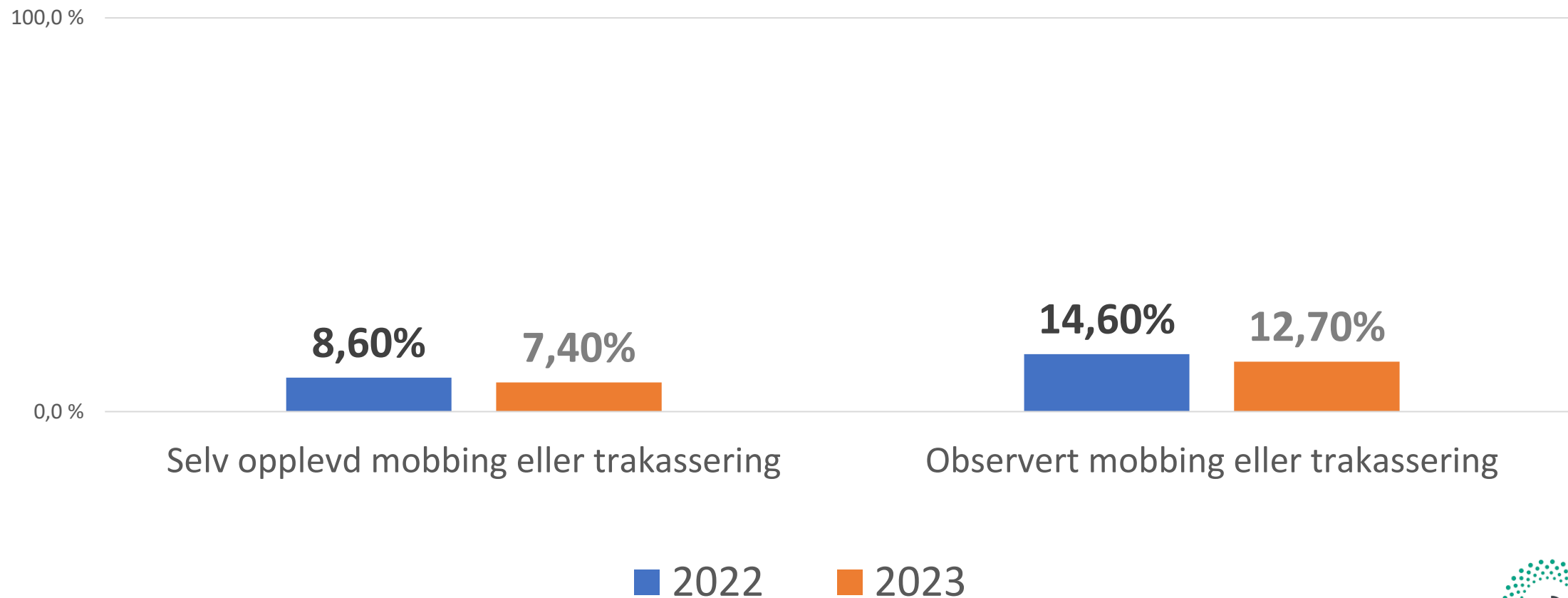
- Høy turnover
- Høye mobbetall
- Lav kvinneandel

Utsendelse 2024

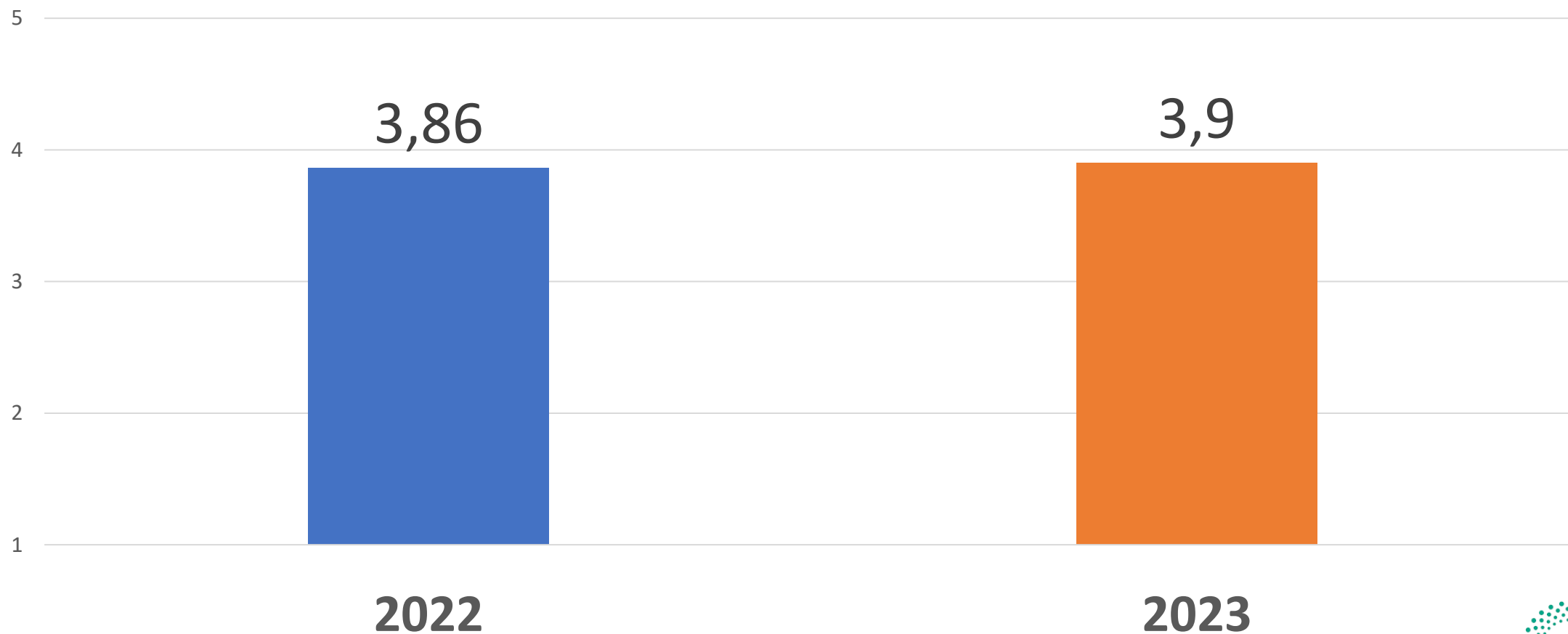
- Alle medlemmer er nå varslet om at undersøkelsen kommer 15. oktober og stenger 25. oktober.
- Informasjon e-post, nyhetsbrev, artikler i bransjedia og ny e-post med selve undersøkelsen.
- Vi trenger hjelp til å nå ut.
- Presentasjon av undersøkelsen 26. november på Bilbransjens dager.
- Medlemmer kan ta ut egne rapporter.



Det er en svak reduksjon av mobbing og trakassering



Svak positiv økning i tilstedeværelse av trivselsfaktorer (ekskludert nye temaer i 2023)





Maskot

NAV – en nyttig
samarbeidspartner

Bedriftsbesøk Bertel O.
Steen Logisitkk april 2024



Foto: Polestar

Mangfoldsmiddag i
Polestar Space 07.03.2024



Foto: NTB

Digitalt møte om
mangfoldsledelse 08.02.2024



Foto: NTB

Digitalt møte 23.11.2023:
Vi presenterer funnene fra
Trivselsundersøkelsen 2023



Foto: NTB

Digitalt møte 07.09.2023:
Målrettet rekruttering og
hvordan unngå diskriminering



Foto: Unsplash.com

11.05.2023: Møte hos
Møller Medvind om
inkludering og mangfold



Foto: Unsplash.com

Digitalt møte 13.04.2023:
Synliggjøre karrieremuligheter
og kompetanseprogram



Foto: NTB

09.02.2023: Digitalt møte
om rekruttering og lærlinger



Foto: NTB

08.12.2022: Her finner du opptak
fra digitalt møte om diskrimi-
nering, trakassering og mobbing



Trivselsundersøkelsen 2023 – Vårt arbeid med denne



Auto 8-8 konsern i vekst

- Ni tradisjonsrike bilselskap. Fra 01 november ti
- 5 bilforhandlere med tilhørende bilverksted
- 7 forskjellige lokasjoner, fra Førde i sør til Bodø i nord
- I tillegg til bilforhandlerene er Auto 8-8 en stor franchise-taker for Hertz bilutleie
- Samlet er vi i dag 230 ansatte



Visjon

Vi skal tilby lønnsomme og bærekraftige mobilitetsløsninger som gir kundene en enklere hverdag.



Misjon

Auto 8-8 tilbyr salg, utleie og vedlikehold av nye og brukte biler. Vi holder alltid det vi lover, og skal være bransjens mest attraktive arbeidsplass, foretrukket av kunder, leverandører og vårt lokalsamfunn.



Verdier:

✓ Vi er til å stole på

Vi holder det vi lover, og stiller opp for kunder, leverandører og ansatte.

✓ Vi utvikler oss

Vi bygger kompetanse og smarte løsninger for et konsern i vekst.

✓ Vi er driftige

Vi setter ambisiøse mål og jobber hardt for å nå dem.

✓ Vi tar ansvar

Vi investerer i morgendagen gjennom bærekraftige valg i dag.

✓ Vi løfter hverandre

Vi behandler hverandre med respekt, deler kunnskap, og hjelper hverandre til å lykkes.

Trivselsundersøkelsen 2023

- Informasjon om Trivselsundersøkelsen
- Deltakelse
- Gjennomgang av rapportene
 - For konsernleder
 - For daglig leder
 - For AMU/HMS-møter/plenum



Hva har vi lært?!

Hva tar vi med oss til høstens trivselsundersøkelse?

- Hvordan informerer
- Hvordan oppfordrer vi til deltakelse for å sikre at flere svarer
- Hvordan jobber vi videre med svarene vi får

The logo for Auto 8.8 is displayed within a white circle with a blue border. The word "Auto" is in a bold, blue, sans-serif font, followed by a stylized blue arrow pointing to the right. The number "8.8" is also in a bold, blue, sans-serif font, positioned to the right of the arrow.

Auto 8.8

Tiltak forts.

- Takknemlig for erfaringsdeling – hva har andre gjort
- Medarbeiderundersøkelser
- Pulsmålinger osv.
- Tiltak knyttet til verdensdagen for psykisk helse.

- Takk for oppmerksomheten 😊





En Hodebra arbeidsplass med raushet for forskjellighet

- Hvem er vi på en arbeidsplass
- Hodebra og psykisk helse
- ABC for god helse

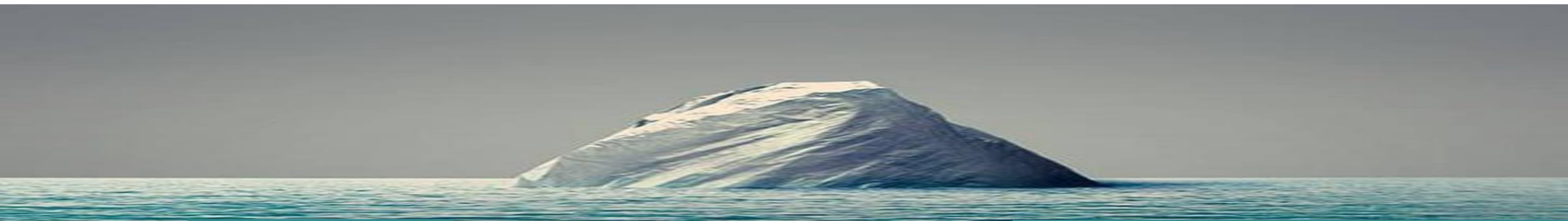
// Leif Eggen Mob: 97502209

leif.eggen@nav.no

NAV Arbeidslivssenter Trøndelag



I møte med en person ! Hva ser du?



Familie: Gj. 2 søskener, alle voksne

Utdanning:

Utdanning: 2 år i helsefag, 2 år i økonomi

Utdanning: 2 år i helsefag, 2 år i økonomi

Utdanning: 2 år i helsefag, 2 år i økonomi

Utdanning:

Utdanning: 2 år i helsefag, 2 år i økonomi

Utdanning: 2 år i helsefag, 2 år i økonomi

Utdanning: 2 år i helsefag, 2 år i økonomi

Utdanning: 2 år i helsefag, 2 år i økonomi

Utdanning: 2 år i helsefag, 2 år i økonomi

Utdanning: 2 år i helsefag, 2 år i økonomi

Utdanning: 2 år i helsefag, 2 år i økonomi

Utdanning: 2 år i helsefag, 2 år i økonomi

Utdanning: 2 år i helsefag, 2 år i økonomi

Hvem er du av disse og hva er bra for deg?



Brille

Sinnataggen

Lystig

Søvnig

Prosit

Blygen

Minsten

Definisjon på psykisk helse jmf Nasjonal strategiplan for psykisk helse



Håndtere seg selv !

Din evne til å mestre tanker, følelser og atferd,
– og til å tilpasse seg endringer og håndtere motgang

Mitt fremtidsbilde



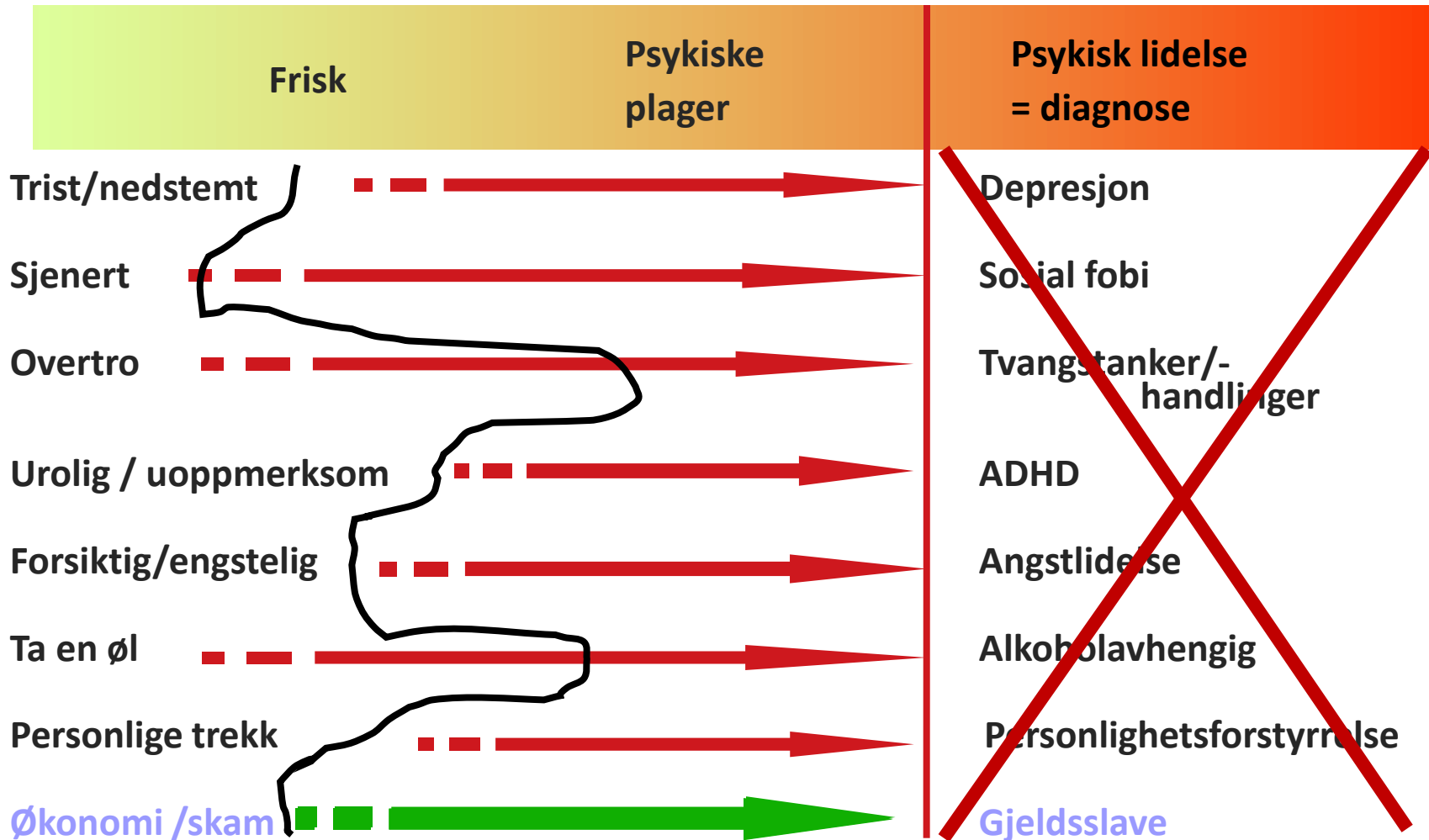
Mitt fremtidsbilde

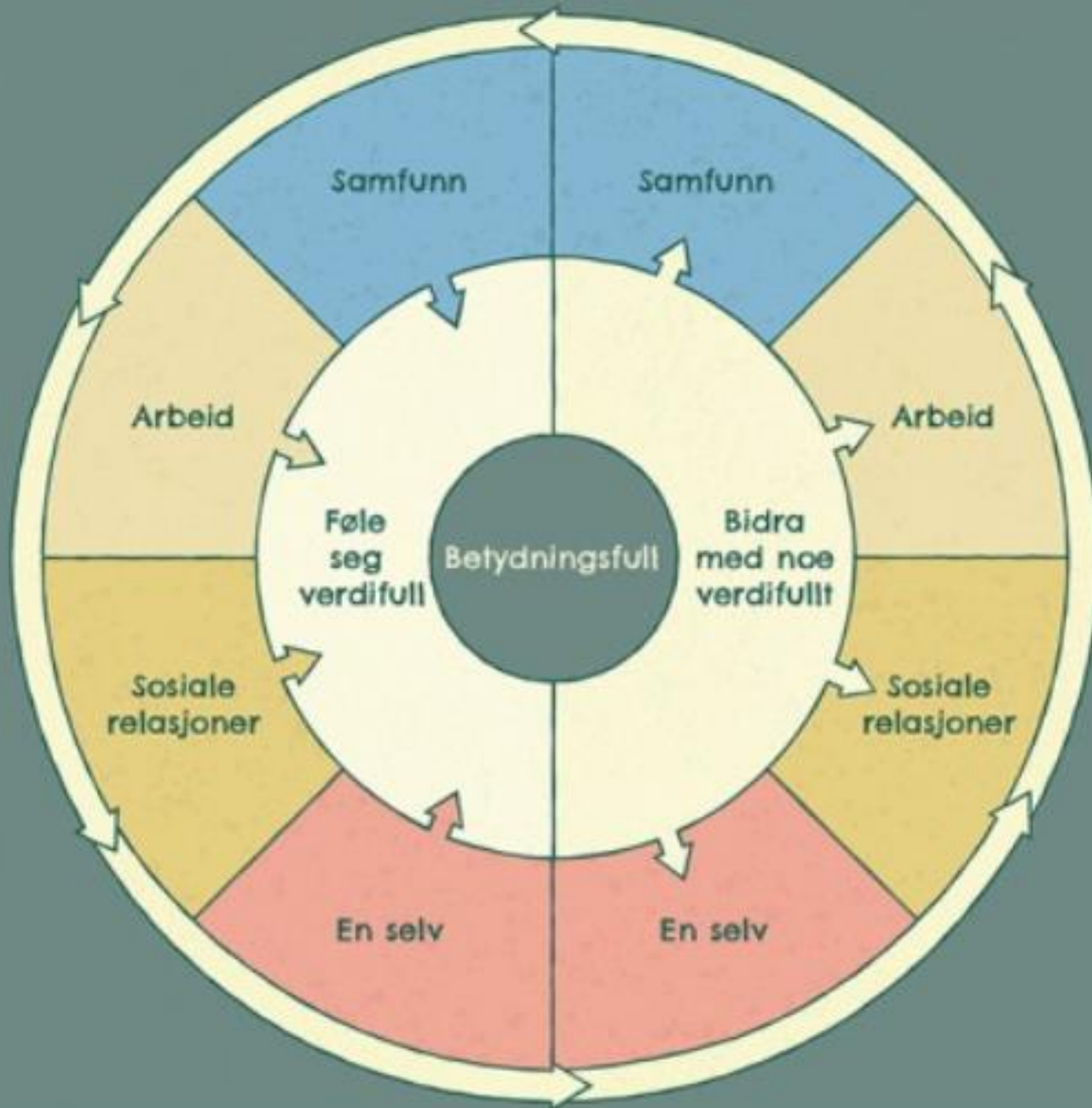


Virkeligheten



Hvem er frisk og hvem er syk





A

B

C



Gjør noe aktivt

Jobben er en positiv aktivitet i livet mitt.



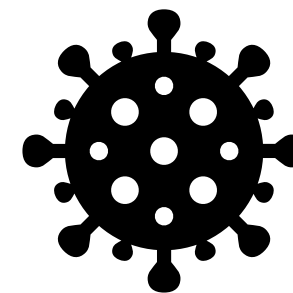
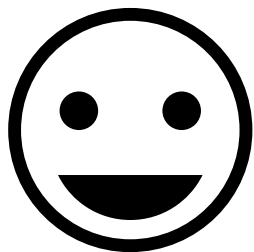
Gjør noe sammen

Jeg føler tilhørighet til arbeidsplassen, er sosialt integrert og inviterer andre inn i fellesskapet.



Gjør noe meningsfylt

Jeg føler at jeg bidrar med noe verdifullt på arbeidsplassen. Det betyr noe for andre at jeg er på jobb!



Når vi styrker vårt «sosiale immunforsvar» gjennom nettverk og sosial støtte

Blir vi lykkeligere og mestrer livet bedre

Tåler vi kriser og belastninger bedre

Blir vi sjeldnere syke og tåler sykdom bedre

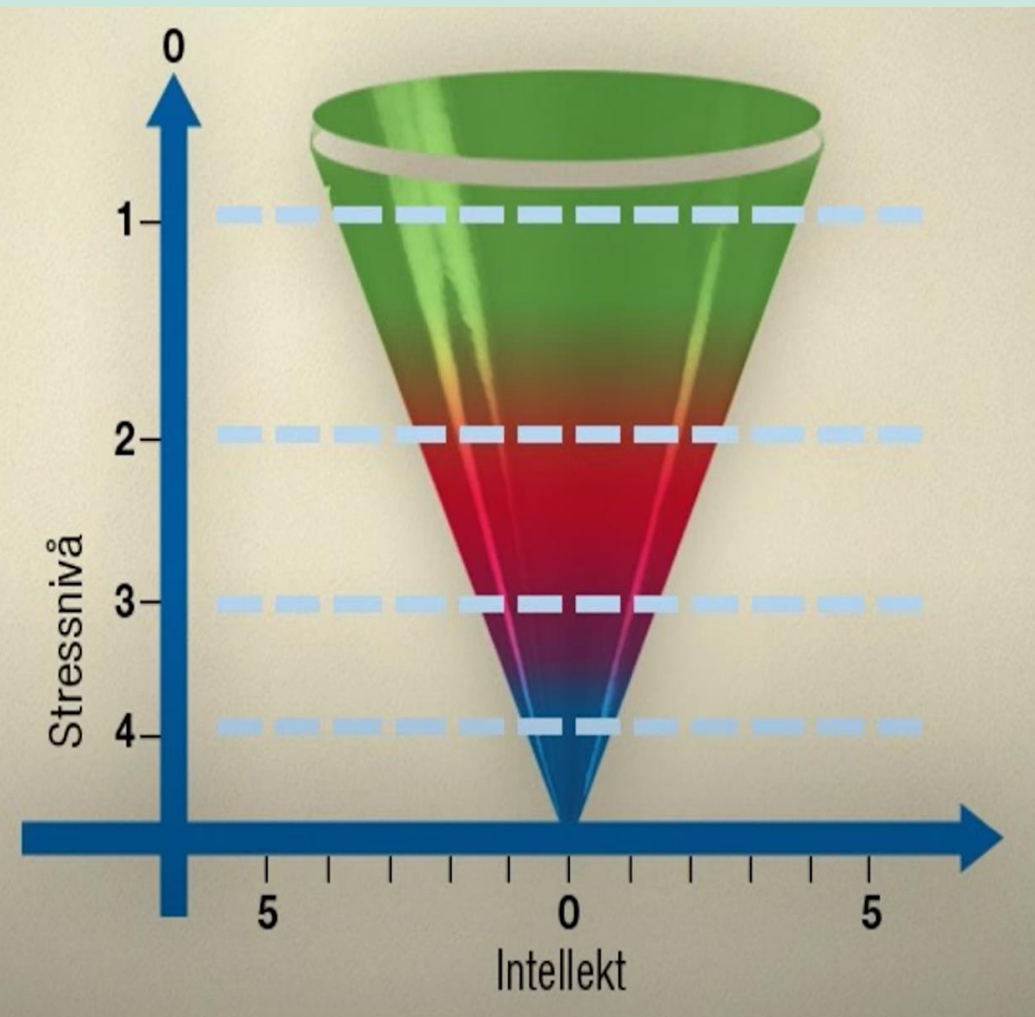
21 gode grunner til å ta i bruk ABC

1. ABC er forskningsbasert
2. ABC inkorporerer andre konseptuelle rammeverk
3. ABC-anbefalingene fungerer i alle kulturer
4. ABC-budskapet er enkelt
5. ABC er atferdsorientert
6. ABC-anbefalingene er åpne, ikke-preskriptive
7. ABCs sosiale franchising-tilnærming er kostnadseffektiv
8. Atferdsalternativene er brede
9. ABC gjør psykisk helse for alle-mantraet til en realitet
10. ABC-anbefalingene virker i alle aldersgrupper og alle sosiale lag
11. ABC kan markedsføres i hele samfunnet og i spesifikke settinger
12. ABC-rammeverket kan brukes av lekfolk og av profesjonelle
13. ABC kan målrettes mot hele populasjoner og spesifikke grupper
14. ABC-anbefalingene aksepteres umiddelbart som troverdige og relevante av målgrupper
15. ABC er politisk nøytralt
16. ABC fremmer både psykisk og fysisk helse
17. ABC bidrar til primær, sekundær og tertiær forebygging av psykiske lidelser
18. ABC selvmordsforebyggende
19. ABC fremmer samfunnsengasjement
20. ABC bygger kapital: intellektuell, sosial og åndelig
21. I tillegg til å kunne redusere helsekostnadene, får ABC ganske enkelt folk til å føle seg lykkeligere

Hjernen



Oppmerksomhet/
sanser





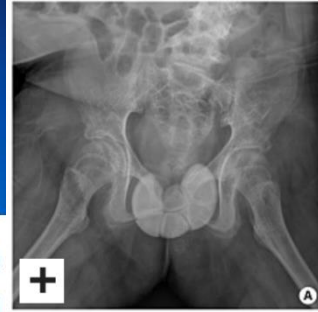
Åtte tegn på at partneren din har ADHD



Åtte tegn på at partneren er kontrollerende



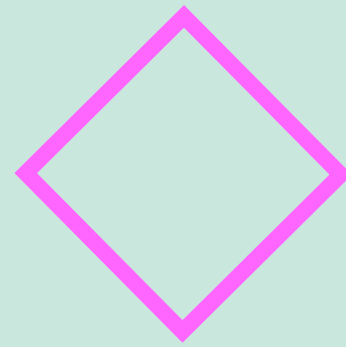
Hjertesykdom: Denne risikofaktoren er arvelig



Slår alarm om penis-syndrom



Metoden: Frisk fra sosial angst



Ukjent kvinnesykdom: Hver femte rammet

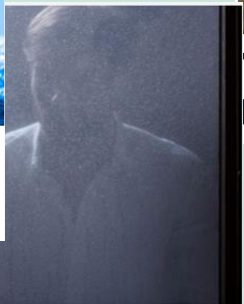
Kalde føtter og hender: Tegnene du bør være obs på
 VG+ Kalde føtter eller hender er vanligvis helt ufarlig, men det kan også være tegn på sykdom. En ting bør få varsellypene til å lyse, sier legen.



Fest-uvane kobles til alvorlig sykdom



Ni tegn på at forholdet er slutt innen ett år



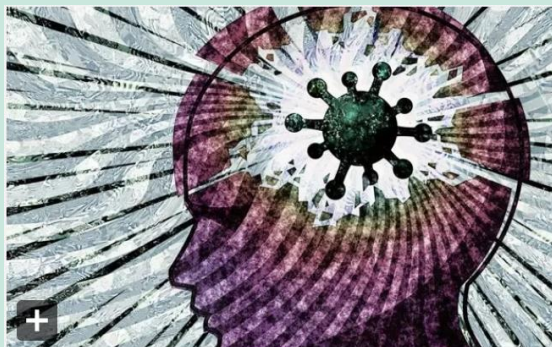
Gjenkjenn psykopaten: Spesielt syv trekk skiller seg ut



Tidlige tegn på kontrollerende partner



7 tegn i ansiktet som kan avsløre at du er syk



Ny forskning: Corona kan påvirke psyken i lang tid



De ukjente kols-symptomene

Avslør psykopaten med to spørsmål

To særtekk reper at sjefen din kan ha psykopatiske trekk. En professor i psykologi forteller også hva du bør passe på i møte med vedkommende - slik at du ikke blir skadelidende selv.



- Disse bør du ikke date

«Gi mæ sinnsro til å godta det æ ikke kan forandre,
mot til å forandre det æ kan,
og visdom til å sjå forskjellen»

Fritt oversatt etter teologen Reinhold Niebuhr



Hva kan dere ikke gjøre
noe med/vente med?

-
-
-
-
-
-
-

Hva kan dere gjøre noe
med nå?

-
-
-
-
-
-
-

Slutt

Kom i gang med ABC på
arbeidsplassen for god psykisk
helse og et godt arbeidsliv 😊

<https://www.abcforgodpsykiskhelse.no/>

[Informasjonsfilm: ABC på arbeidsplassen](#)

[Film: Telefonsamtalen](#)

[Film: Det skal så lite til](#)

9+

NBF har bidratt med støtte til kortfilmen Streif av Lorentz Celo. Filmen tar for seg tematikken selvmord og spesielt menns mentale helse. I hovedrollene spiller Kristoffer Joner, Preben Hodneland, Bjørn Sundquist, Sara Khorami og Savannah Schei.

Filmen fikk verdenspremiere på New York Shorts International Film Festival i fjor høst, norgespremiere på Tromsø Internasjonale Filmfestival i januar og er nå tilgjengelig på NRK TV helt til våren 2027. Streif skal også inn i Den Kulturelle Skolesekken til høsten.

STREIF





Bilbransjens dager

- The Qube, 26. og 27. november
- Over 600 påmeldte allerede
- Over 40 foredragsholdere
- Over 50 utstillere
- [Se programmet her >](#)

Velkommen!

Takk for i dag



Heidi Chr. Lund
HMS- og kvalitetssjef

✉ heidi.lund@nbf.no

☎ 92 65 24 64

HUSK TRIVSELSUNDERSØKELSEN 2024

