

Så stärker du din arbetsgemenskap

1. Var intresserad.

Fråga hur din kollega mår idag.

2. Bjud med.

På lunch, kaffepaus, uppfriskande promenad.
Bjud med även kollegor du inte känner så väl.

3. Uttryck din uppskattning.

Berätta för andra vad du uppskattar eller gillar hos dem.

4. Be om och erbjud hjälp.

. Det är viktigt för oss alla att känna att vi kan hjälpa andra.
Be om och erbjud hjälp med låg tröskel.

5. Lagg märke till det goda.

Lagg märke till följderna av dina och andras små gärningar.

Nästan var tredje ungdom upplever ensamhet i arbetslivet.

Sök gratis samtalshjälp:

helsinkimissio.fi