

10 råd til arbejdsmiljøgruppen om at forebygge stress

– del dem på jeres arbejdsplads!



Vurdér arbejdspladsens aktuelle stressniveau.



Tjek balancen mellem krav og ressourcer.



Lav de nødvendige prioriteringer.



Bliv klog på kerneopgaven.



Udform en stresspolitik.



Integrér indsatsen i jeres øvrige arbejdsmiljøarbejde.



Sørg for, at alle reagerer på stresssignaler.



Hjælp hinanden med at hjælpe.



Vær særligt opmærksomme ved forandringer.



Hav ledelsens opbakning.