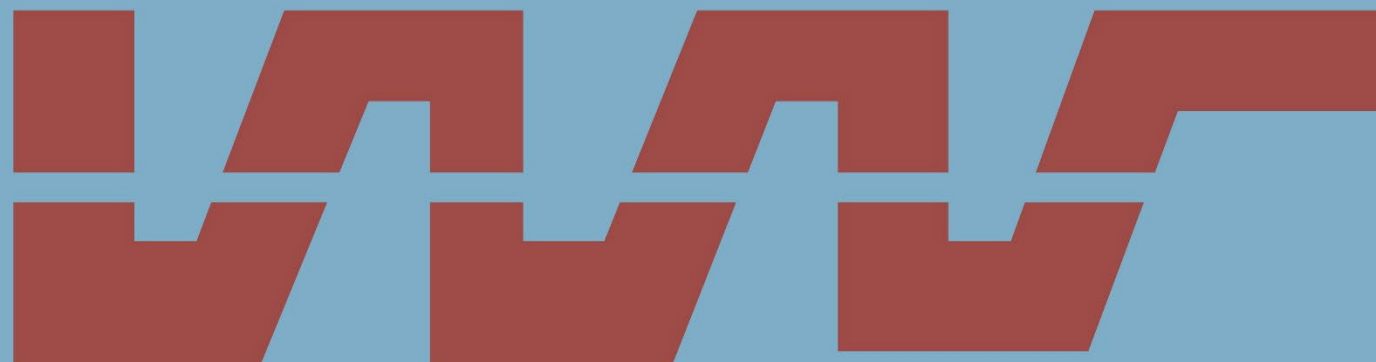




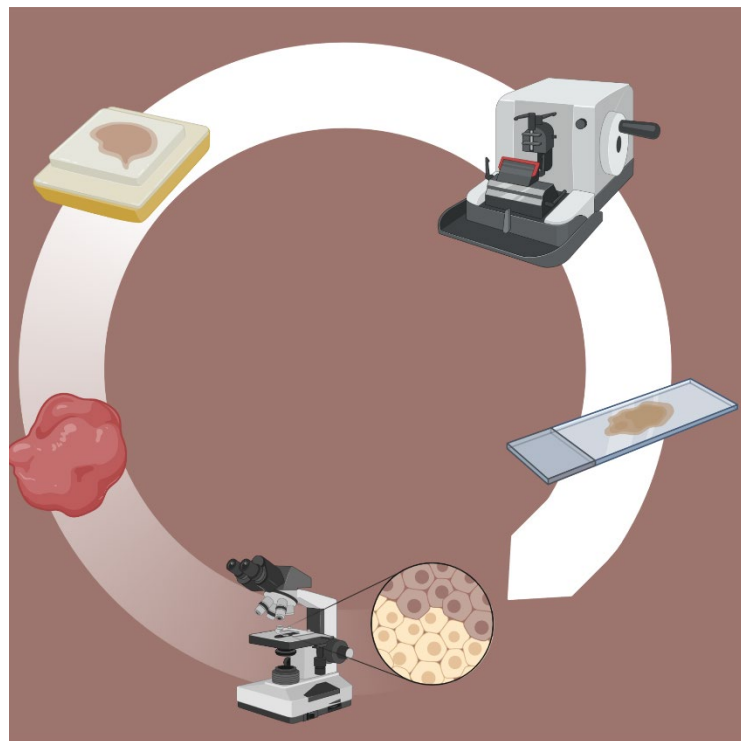
Trivselsinitiativer inkl. Trivsels Tænke Tank – 3T

Axlab Academy februar 2025

Afdeling for Patologi, Rigshospitalet
Overbioanalytiker Mette Koefoed Bertelsen



Afdeling for Patologi i 2024-tal



- Rekvisitioner ca. 100.000
- Materialer ca. 170.000
- Paraffinblokke ca. 300.000 heraf ca. 8.500 fryseblokke
- Objektglas ca. 870.000 heraf ca. 170.000 IHC
- Molekylære analyser ca. 7.800
- Publicerede artikler ca. 110, heraf ca. 5 fra laboratoriegruppen
- **225 tilknyttede medarbejdere**, heraf 115 bioanalytikere/laboranter, 60 læger og desuden 7 sekretærer, flere hospitalsmedhjælpere, molekylærbiologer, obduktionsteknikere, forskningsstab m.m.

Molekylærteam

Biopsiteam

Laboratorie- organisering

Resektatteam

IHC+-team

Cytologiteam

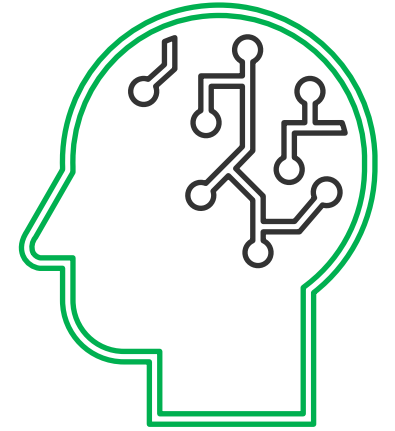
Hvordan opstod idéen til Trivsels Tænke Tanken?



Deltagelse i arbejdslystarenaer i december 2021 og februar 2022

- Inspiration fra trivselsarbejde i et fængselsmiljø
- Koble trivsel og arbejdsglæde sammen med vores ønske om fokus på rekruttering og tilknytning
- Sikre et forum til deling af de gode historier (som vi desværre fejrer for lidt)

Resultatet blev...



Trivsels Tænke Tank – 3T

Hvordan kom vi i gang?



- **Jonglerede med en masse idéer**
- **Konkretisering og udformning af et skrevet koncept**
 - Formål
 - Rammer
 - Relevante skemaer
- **Triomøde**

Trivsels Tænke Tank – 3T – helt konkret



**1 månedligt møde af 1,5 times varighed
(Efter første år er det konverteret til
kvartalsmøder)**

- 5 deltagere (1 medarbejder fra hvert af de 5 laboratorieteams) samt 1-2 ordstyrere (tillidsvalgte)

Hver deltager medbringer:

- En god historie som de deler med hinanden og som efterfølgende bliver hængt op på væggen.
- En trivselsidé som de ved drøftelse/forhandling "koger" ned til 2 prioriterede trivselsidéer.
 - **Forslagene** skal kunne løses uden store økonomiske investeringer, indenfor en tidshorisont på **maksimalt** få måneder og være **realistiske**.
- De 2 trivselsidéer præsenteres samme dag for ledelsen, der indenfor 2 dage melder retur om og hvordan idéerne kan implementeres.

1. Prioritet

Trivselsidé fra 3T møde

Rammer	Beskrivelse af 1. prioritet
Beskrivelse af Trivselsidéen	
Hvad vil forslaget styrke?	
Hvem og hvor mange får glæde af idéen?	
Kræver idéen fysisk plads, angives et forslag til placering	
Koster idéen penge, angives omtrentlig pris	
Vurderet implementeringstid for idéen	
Tovholder fra månedens 3T-gruppe	

Trivselsidéer – fra idé til handling

32 prioriterede idéer: 22 implementerede, 7 der er justeret inden implementering og 3 der er afvist

Massagestol

Snackautomat

Bedre
pausefaciliteter

Jobswap

Fleksibel
arbejdstids-
tilrettelæggelse

Fremlæggelse
af diagnostiske
cases

Vand-
dispenser

Trivsels Tænke Tank

SAMARBEJDE

Min kollega var så sød at komme og hjælpe mig med opgaver, uden at jeg var nødt til at bede om det.

POSITIVE HISTORIER

Kollegaer hjælper hinanden og står sammen i sværere tider. Venskab blandt kollegaer.
Fælles sociale events.

Hverdagens succeshistorier

IMØDEKOMMENDE KOLLEGAER

En stor del af trivslen skal gives til den tilgang man bliver mødt med af de fleste kollegaer. Et stort plus på trivselskontoen er, at efter fx et sygdomsforløb, blive mødt med imødekommenhed, smil og medforståelse fra kollegaer.
Det giver et stort løft til at komme godt videre.

TEAMETS JULEFROKOST

Teamets julefrokost var en succes fordi vi ved et sådan arrangement, kan være med til at styrke det sociale fællesskab og skabe sammenhold i vores team.

ARBEJDSOPGAVER

Flere arbejdsopgaver i teamet og flere specialfunktioner



Opfølgning og evaluering

Hver deltager udfylder et evalueringsark efter mødet:

- Processen under mødet, skala 1-10
- Bidrager strukturen til øget trivsel, skala 1-10
- Uddybende kommentarer



We needed this!!

Man bliver hørt!

Godt udgangspunkt for bedre trivsel og arbejdsglæde

Man snakker med andre på tværs af teams
Som man nødvendigvis ikke støder ind i hver dag

Godt med et forum hvor man kan lytte til hinandens idéer og historier

Lidt tidspresset – 2 timer ville være passende

Trivsels Tænke Tank – et koncept, der:

- Bidrager til at vidensdele og fejre de gode fortællinger fra hverdagen
- Systematisk indsamler og bringer nye trivselsidéer i spil
- Nudger til bottom up forandringer
- Bringer nye og erfarne kollegaer sammen på tværs af teams
- Styrker de tillidsvalgtes synlighed og roller
- Skaber et fundament for arbejdsglæde som er det vigtigste fundament for vores opgaver her på afdelingen
- Sikrer kort vej fra idé til handling
- Har resulteret i mange ansøgere til vores ledige stillinger

3T konceptet står foran en modernisering til version 2.0

Andre trivselsinitiativer

**Fokus på frisættelse,
fx at mange har ansvar for noget
i stedet for at få har ansvar for
meget**

Frisk luft i frokostpausen

**Nye tiltag for trivslen
i afdelingen**

**Frivillig
fællesmeditation**

**Mere bevægelse i arbejdstiden
– fokus på mikropausen**

Andre trivselsinitiativer

Fokus på relevansen af møder, herunder kadence samt 25/50 min. møder

2 minutters stilhed ved mødestart

Nye tiltag for ledertrivslen i afdelingen

Elevatormetoden

Mødefrie dage

Sammen skaber vi arbejdslyst

Tak for opmærksomheden 🌸