INSELGRUPPE

Saluta!Mentale
Wie geht es dir?

Für neue Perspektiven

Sei kreativ

Kreaktivität hilft,
neue Lösungsansätze
zu finden, Möglichkeiten
zu erweitern und
Herausforderungen
zu meistern.

Für neue Perspektiven

Schöpferische Tätigkeiten schaffen einen Ausgleich zu vielen Alltagsbelastungen, wirken entspannend und helfen, Stress abzubauen. Um kreatives Denken in Gang zu setzen, braucht es geistige Freiräume, Zeit und den Mut, Bestehendes neu zu betrachten. Wer im Arbeitsalltag eigene Ideen einbringt und zur Verbesserung von Arbeitsabläufen und Dienstleistungen anregt, kann mitgestalten und leistet einen wertvollen kreativen Beitrag zum Unternehmenserfolg.

Impulse für Mitarbeitende:

- Nehme ich mir genügend Zeit und Freiräume, um kreativ zu sein?
- In welchen Bereichen meiner Aufgaben und der Zusammenarbeit mit anderen habe ich Gestaltungsspielraum? Wage ich es, Gewohntes zu hinterfragen und auch mal Unkonventionelles einzubringen?

Impulse für Führungskräfte:

- Wie gehe ich mit unerwarteten Situationen um, die neue Lösungen erfordern?
- Wie oft hole ich die Lösungsvorschläge der Mitarbeitenden ab? Wie bearbeite ich sie weiter?
- Kann ich mich von festen Vorstellungen lösen und neue Wege beschreiten?

Erfahren Sie mehr
Hintergründe und Tipps auf der Website:
www.inselgruppe.ch/salutamentale

Entdecken Sie weitere Angebote des Gesundheitsmanagements auf «xung»

Kostenloser Download im App Store (iOS) und Google Play Store (Android)

10 Schritte für psychische Gesundheit

- Entdecke Neues
- Halte Kontakt
- Sprich darüber
- Entspanne dich bewusst
- Beteilige dich
- Hol dir Hilfe
- Steh zu dir
- Bleib aktiv
- Sei kreativ
- Bleib dran

xung

INSELGRUPPE

Direktion Personal
gesundheitsmanagement@insel.ch
www.inselgruppe.ch/salutamentale

Saluta!Mentale
Wie geht es dir?

Eine Kampagne des Gesundheitsmanagements für psychische Gesundheit

Ihre mentale Gesundheit ist wichtig.
Die Kampagne unterstützt Sie regelmässig mit Informationen und konkret umsetzbaren Impulsen.

0242821-kfg/mm