

HHR – Hjärt- och hjärnräddning

- För robusta chefer, medarbetare och medmänniskor



Teamet på YourMinds Sverige AB



Charlotte Kaupang
Certifierad HHR-instruktör
Grundare & VD



Johanna Soderling
Certifierad HHR-instruktör
Marknadschef



Åsa Kadowaki
Kvalitetssäkring
Leg. läkare, specialist i Psykiatri
Leg. KBT-psykoterapeut



Hans-Peter Eriksson
Senior rådgivare
Arbetsmiljökonsult

Utöver teamet på YourMinds: 30 utbildade och certifierade HHR-instruktörer

SITUATIONEN

Psykisk ohälsa är den
främsta orsaken till
sjukfrånvaro i Sverige

Det leder till stora
hälsoekonomiska förluster
och allvarliga konsekvenser
på individ-, företag- och
samhällsnivå.



DILEMMAT

”Känner du igen dig i att inte veta hur du ska bemöta och hantera en kollega som mår psykiskt dåligt...

...kanske i rädsla för att kliva över någons integritet, bli indragen i omöjlig problematik eller att det ska stjäla alltför mycket av din dyrbara arbetstid?

Du är inte ensam.”



VÅR LÖSNING

HHR – Hjärt- och hjärnräddning – erbjuder en **utbildning** för chefer och medarbetare i att **hantera psykisk ohälsa** på arbetsplatsen. Detta **stärker arbetsgivarvarumärket** och **ökar** medarbetarnas **nöjdhet, lojalitet** och **ambassadörskap**.



VÅR LÖSNING

Genom vår samtalsmetodik,
kvalitetssäkrad specialist inom
psykiatri, höjer vi kompetensen i aktivt
lyssnande och kommunikativa färdigheter.
Utbildningen **uppfyller lagstadgade
kunskapskrav** som verifieras genom
dokumentation, examination och certifiering.





Vetenskapsradion Nyheter

sverigesradio

Dålig arbetsmiljö anges ofta som orsak till stressrelaterade sjukskrivningar. Och många chefer känner sig osäkra på hur dom ska bemöta psykisk ohälsa hos medarbetare. Foto: Henrik Montgomery/TT



ARBETSMILJÖ



Företag presterar bättre när mellanchefer utbildas i psykisk ohälsa

2:04 min [Dela](#)

Publicerat tisdag 13 augusti kl 05.30

- o Företag som utbildar mellanchefer i psykisk ohälsa kan spara in mycket pengar genom minskad sjukfrånvaro av anställda, enligt en brittisk [studie](#) .
- o I Sverige sjukskrivs fler än någonsin på grund av stressrelaterade problem, enligt [Försäkringskassan](#) .
- o Och ofta anges dålig arbetsmiljö som orsaken.
- o Hör Christina Björklund, på Karolinska institutet, om hur företag som satsar på chefer kan gynnas långsiktigt.

Elsa Östlund
vets@sverigesradio.se

Medicin & hälsa

DET FORSKNINGEN SÄGER



sverigesradio

[Företag presterar bättre när mellanchefer utbildas i psykisk ohälsa - Vetenskapsradion Nyheter | Sveriges Radio](#)

FÖRETAGET

Initial kostnad vid sjukskrivning av en medarbetare är 420 000 kr.* Kostnaden inkluderar 20 procent minskad produktionskapacitet en månad innan sjukskrivning, 100 procent produktionsbortfall under 2 veckor när sjukskrivningen är ett faktum samt kostnader av rekrytering och onboarding av ersättare.

Vi utbildar **10 chefer** och **160 medarbetare** för kostnaden av **en (1) sjukskrivning**.



KOMMENTARER EFTER UTBILDNING!

”Vi märkte snabbt en vändande trend i korttidsfrånvaro.”

”Man behöver inte skämmas längre om man mår psykiskt dåligt. Man får konstruktiv hjälp med att komma vidare och klara av sitt jobb.”

”Efter HHR-utbildningen har jag blivit någon att räkna med. Jag är inte längre rädd för att göra fel.”

”Mina kollegor har blivit med öppensinnade.”

”Vi upplever större arbetsglädje och bättre teamarbete!”

”Det har blivit ett öppnare arbetsklimat.”



Vi brinner för ett varmare
samhälle och näringsliv
med friska medarbetare
och lönsamma företag!

Hjärt- och hjärnräddning
– för robusta chefer,
medarbetare och medmänniskor!

För mer information vänligen kontakta:

Charlotte Kaupang, VD och grundare

Tfn: 070-254 68 86

charlotte@yourminds.se

Johanna Soderling, marknadschef

Tfn. 070-787 53 05

johanna@yourminds.se

YourMinds Sverige AB

info@yourminds.se

Södra Långgatan 2

392 32Kalmar