

Coworking Online

Ett medvetet och hållbart sätt att arbeta

Social tillhörighet

- Fikasnack med kollegor
- Inga organisatoriska gränser
- Brainstorming
- Lunchsällskap
- Nya vänner



Produktivitet

- Fokus och disciplin
- Göra rätt saker
- Tydliga och realistiska mål
- Lära av andra
- Professionella arbetsrutiner

Fysiskt välmående

- Promenader utomhus
- Mindre stillasittande
- Fysiska övningar
- Balans mellan arbete och privatliv
- Inget övertidsarbete



Psykiskt välbefinnande

- Sedd, hörd och litad på
- Få inspiration, skratt och ha kul
- Jämlikhet, rättvisa och respekt
- Känna sig inkluderad och uppskattad
- Nöjd med sin insats

Det hjärnan behöver för att må bra och prestera på topp

© www.coworkingonline.se