



Inbjudan

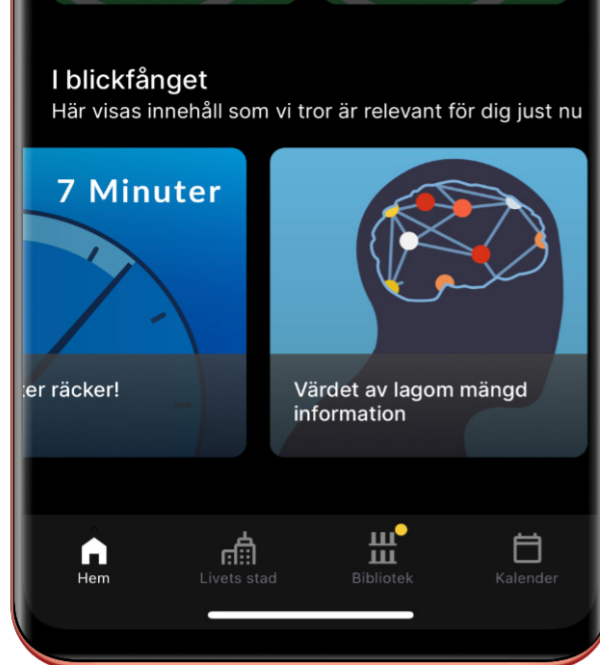
Vill du vara med och prova "The Enzo Way", en metodik för personlig utveckling?

I arbetet med Framtidens habilitering och rehabilitering är Nära och Nära Vård är det nog inte en underdrift att säga att vi är inne i en kulturförflyttning. För att förändringsarbetet ska bli lyckosamt krävs involvering av såväl medarbetare som patienter.

I arbetet ovan är bl a eHealth Arena involverat som är regionens satsning på att öka användandet av digitala lösningar inom vård och omsorg. Arbetet har sitt fokus på att bidra till en ökad näringslivstillväxt och en effektivare vård och omsorg. I den kontexten har projektet kommit i kontakt med bolaget Enzo Group. Metodik

VILL DU PROVA ÄR UPPLÄGGET ÄR FÖLJANDE:

1. Presentation av metodik och verktyg samt hur det ska utvärderas
2. Om du vill vara med och testa efter att ha fått det presenterat för dig så startar vi igång och kör en testperiod fram till midsommar
3. Metodiken innebär att du behöver lägga ner några minuter i början av varje och slutet av varje dag. Målsättningen är att skapa nytta både privat och på jobbet – det hänger ihop!



"The Enzo Way" är en metodik där man, i små steg, coachar sig själv till framgång. En framgång som kommer av ett ändrat beteende.

Den erfarenhetsbaserade tjänsten är ett enkelt och pragmatiskt "verktyg" för att mitt i vardagens verklighet framgångsrikt leda sig själv mot det man vill ha mer av i sitt liv och också ta bort mer av det man vill ha mindre av i sitt liv - Till och bortifrån!

Konceptet arbetar preventivt med hälsa och bidrar till hur du kan utvecklas både som individ och i team på din arbetsplats.

Du kan välja att vara med på en introduktionsträff digitalt via Teams antigen;

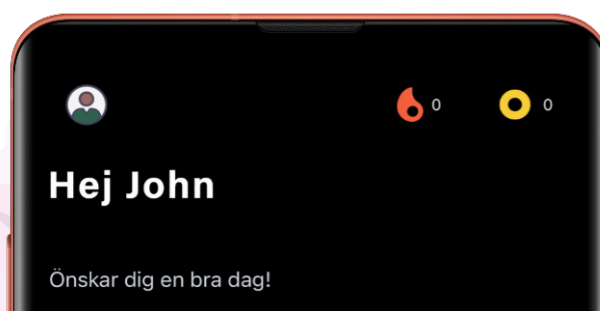
| | | |
|--------|------|------------------|
| Fredag | 8/4 | kl 14.30 - 15.30 |
| Måndag | 11/4 | kl 15.00 - 16.00 |
| Onsdag | 13/4 | kl 11.00 - 12.00 |

Du anmäler dig till den tid som passar dig på info@ehealtharena.se

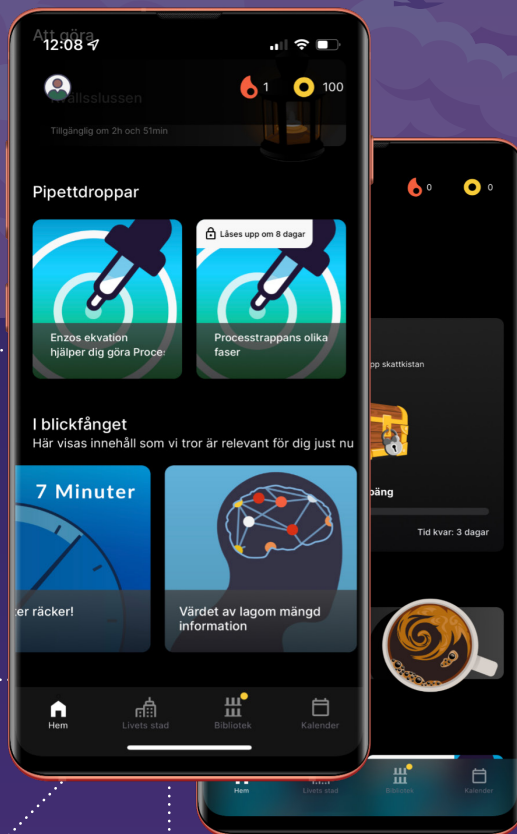
Om du har några frågor, kontakta:

Fia Mårdfelt fia.mardfelt@ehealtharena.se alt mobil 072-466 73 94

Kristina Dahlberg på kristina.dahlberg@kfkf.se alt mobil 070-660 69 62.



The Enzo Way i korthet.



Bygger upp användaren genom eget ansvar. Skapar kontroll och kontakt med egna behov genom att skilja på önskningar, behov, tankar och känslor.

Med begreppen "till" och "bortifrån" hjälps användaren att hitta rätt riktning för viktiga frågor i sociala relationer både privat och på arbetsplatsen.

Enkel och pragmatisk metod som endast tar några minuter i anspråk per dag.

Appen stöttar, påminner, ger motivation och belönar i takt med att användaren fyller på med egna reflektioner.

Ger användaren en realistisk känsla av att kraften kommer från henne själv. Bygger självkänsla och självförtroende.

Genom att använda The Enzo Ways reflektionsverktyg, startar en process som gör användaren medvetet närvarande och blir hjälpt att ta medvetna beslut.

Utvecklar sunda relationer genom att stödja användaren i hur denna ska hantera omgivningens önskningar i relation till egna behov.