



# Nowe benefitów rozdanie

## Jak odpowiadać na potrzeby pracowników w trudnych czasach?

Małgorzata Ohme

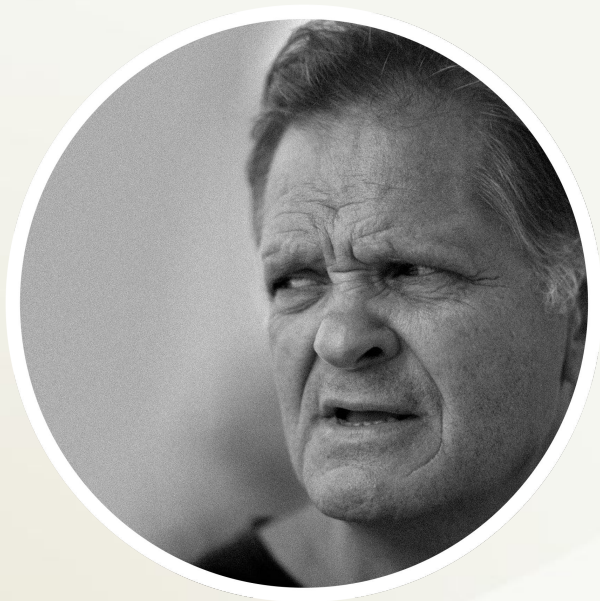
Co-founder & Chief Impact Officer Mindgram

[mindgram.com](https://mindgram.com)



## Małgorzata Ohme

- psycholożka i psychoterapeutka
- właścicielka portalu dla kobiet ohme.pl
- prowadząca DDTVN
- współzałożycielka i Chief Impact Officer Mindgram

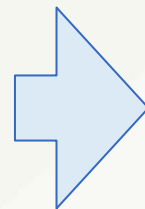
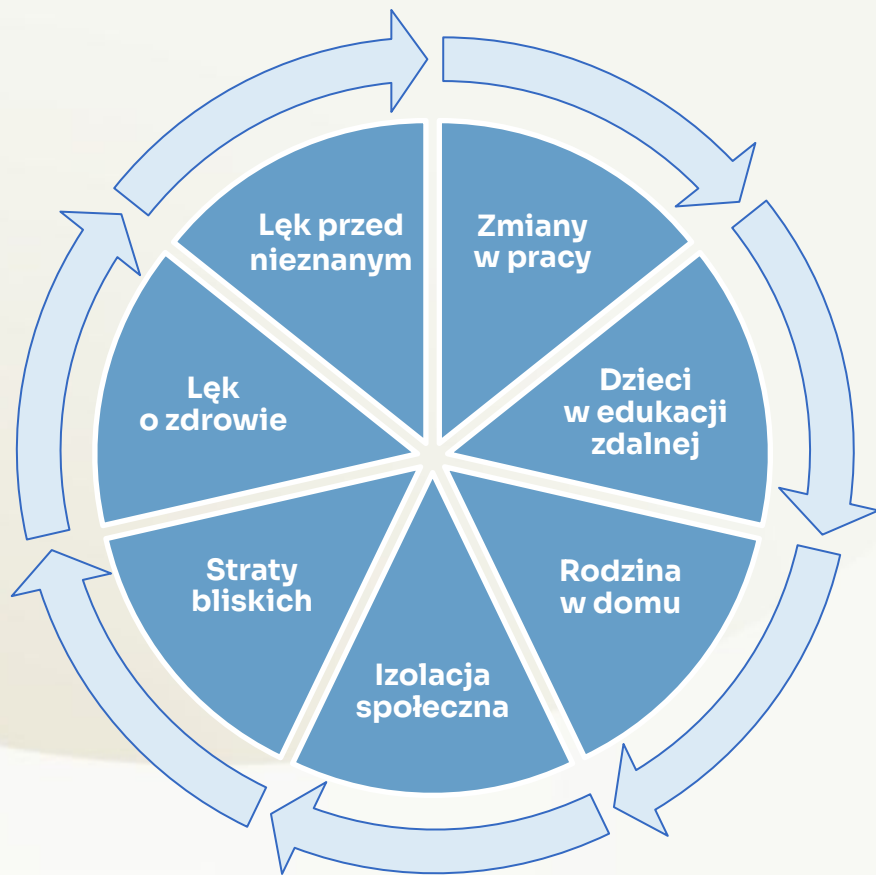


## Jarosław Mikołajewski

### TO BE OR NOT TO BE

Przejdź przez płot  
i zrób w tył zwrot,  
a natrafisz znów na płot.  
Jest dla kogoś to zabawa  
lub państwowej wagi sprawa,  
lecz dla innych to są łyzy  
i to be or not to be.  
Przejsć przez płot  
to jest to be  
a pozostać - to be not.

**Życie to ciągła zmiana, a jeśli nie lubi się zmian, to nie lubi się życia...**



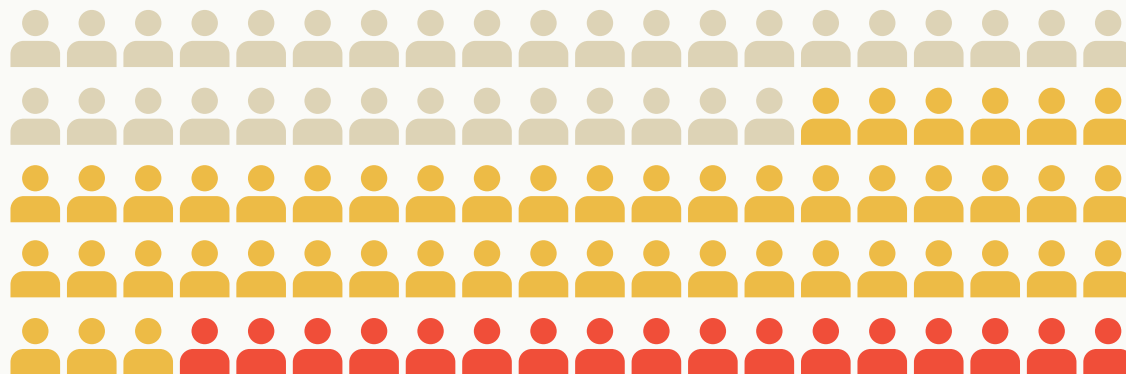
**3 lata!**

## 3 lata kryzysu i wyzwań dla pracowników oraz firm



# Skala problemów jest naprawdę duża

W Twoim zespole jest **100 pracowników...**



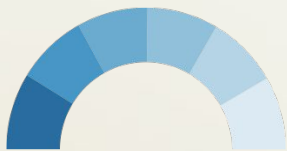
Aż **66** doświadczy **objawów wypalenia**,  
a **17** z nich **stanów lękowych** lub **depresji**

**Dlaczego to nie jest “prywatna sprawa”,  
a także coś, o czym powinny myśleć firmy?**

# Jak brak dobrostanu wpływa na pracowników i firmy?

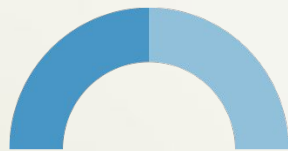


# Well-being pracowników jako nowy wskaźnik biznesowy



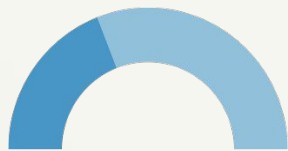
**6x**

mniej  
absencji



**50%**

mniejsza  
rotacja



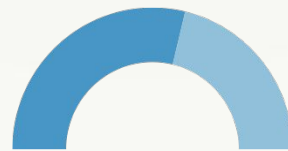
**31%**

wzrost  
produktywności



**9x**

wzrost  
lojalności



**60%**

wzrost atrakcyjności  
dla Pokolenia Z

**Deloitte.**

# Strategia well-beingowa jako odpowiedź na wyzwania



# Spersonalizowana opieka dla Twoich pracowników

Lepsze efekty przy niższych kosztach dla organizacji

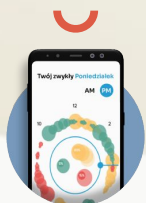


Ewa potrzebuje pomocy z...

silnym stresem związanym  
z powrotem do pracy

## Pomoc przedkliniczna

## Pomoc kliniczna



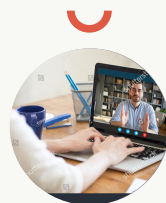
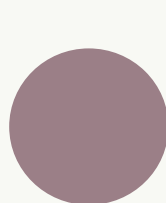
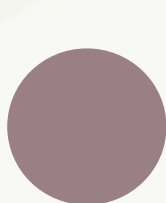
Monitoring  
well-beingu



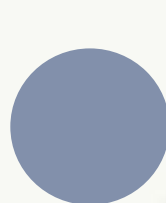
Trening  
uważności



Warsztaty  
grupowe



Wsparcie  
psychologa



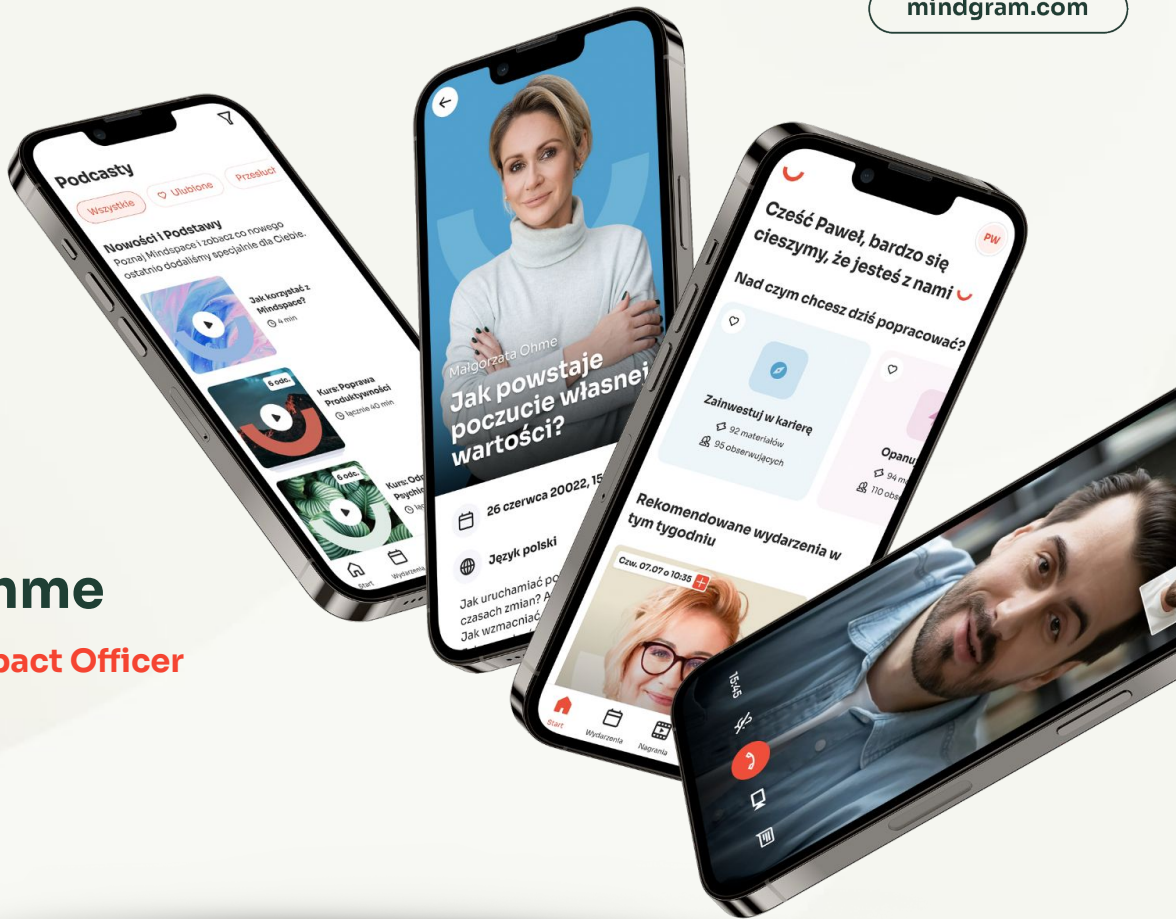
Konsultacje  
z psychoterapeutą

# “Czego życzę Polsce na nowe sto lat”

Jarosław Mikołajewski

[Link do video](#)





## Małgorzata Ohme

Co-founder & Chief Impact Officer

[gosia@mindgram.com](mailto:gosia@mindgram.com)