

# Cocuura Amassadors Inspiration og vidensdeling – september 2024

Med ambassadører i forskellige virksomheder og brancher i hele landet, får vi løbende en masse gode forslag, idéer og god viden, som vi ønsker at dele med alle Ambassadors. Kun med jeres videndeling og feedback kan vi optimere og skabe endnu større værdi for jer, så fortsæt endelig med at dele jeres erfaringer og gode idéer med os.

## Synliggørelse af Cocuura Ambassadors

TCM Group er en af de nyeste medlemsvirksomheder, som kom med i Cocuura-familien inden sommerferien.

For at synliggøre deres Cocuura Ambassadors på tværs af afdelinger, har de på deres inforskærme informeret om de udvalgte ambassadører, så der ikke hersker tvivl om, hvem man kan henvende sig til, hvis der skulle opstå spørgsmål til Cocuura.



## Gør Cocuura mere synlig med inforskærme



Vores gode venner fra Autocentralen fik den gode og kreative idé, at gøre Cocuura mere synlig for deres mekanikere ude på værkstederne. En super god idé, og nu findes der inforskærme-videoer, som I frit kan hente og anvende, hvis I også har inforskærme på jeres arbejdsplads.

Formaterne findes i både powerpoint og som mp4 format.

Har I nogle specifikke ønsker til videoer eller emner som skal fremhæves, så send os en besked i feedback formularen på Ambassador-sitet, så vil vi gøre vores bedste for at jeres ønske bliver opfyldt.

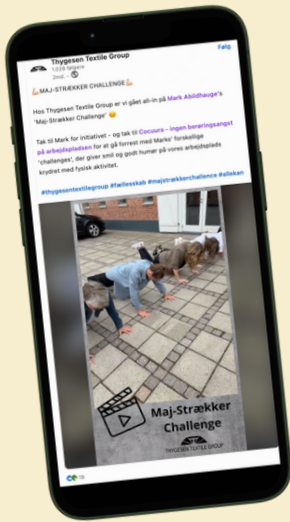
[Ambassador Site](#)

## Podcasts altid lige ved lommen

Endnu en gang er TCM-Group på banen - de kom med den fremragende idé, at gøre vores podcast-formater letter tilgængelig for folk der arbejder i produktionen. Det har derfor resulteret i, at vi har lavet nogle plakater som gør det let at scanne udvalgte talkshow episoder og læringsvideoer, som let kan høres, mens der arbejdes.

Plakaten ligger tilgængelig inde på ambassador-sitet.





## Funny Friday hos Thygesen Textile Group

Vores tekstil-venner fra Ikast, Thygesen Textile Grup, var som nogle af de første med på Mark Abildhages maj-strækker challenge.

“Lav 50 armstrækkere hver dag i løbet af maj. De kan tages på mange måder, alle steder – ALLE kan være med”

TTG har i samme ombæring indført “Funny Friday”, som har til formål at styrke fællesskabet, grine og lave noget aktivt sammen – alt sammen til formål at fremme fysisk aktivitet og godt samvær.

## Cocuura som fast punkt på agendaen

Vi hører fra flere og flere af vores medlemsvirksomheder, herunder bl.a. NOKAS og Fredericia Idrætscenter, at de finder god værdi i at tage Cocuura med på personale- og ledermøder, hvor de i fællesskab ser og drøfter en læringsvideo eller en talkshow case.

Da videoerne ikke er længere end 3-7 minutter, kan I fx. afsætte 15 minutter på jeres møder, se videoen sammen, reflektere og drøfte initiativer. På den måde skaber I et fælles sprog og en fælles forståelse. Se inspiration til dette på Ambassador sitet.



[Ambassador Site](#)

Forebyg og spot stress og mistrivsel med vores nye ekspert, psykolog Neela Maria Sris



Vidste du, at...

- der fra 2010 til 2021 er sket en stigning med 8,5% i antal personer med høj score på stressniveauet?
- for mange oplever, at man ikke får sagt fra, urealistiske mål og at arbejds- og privatliv ikke hænger sammen, bidrager mest til oplevelsen af stress?
- der hvert år er 61,9 mio. tabte arbejdstimer årligt?
- hver 9. stress koster danske virksomheder mindst 16,4 mia. kr årligt?

Få ny viden og inspiration til at forebygge og spotte stress og mistrivsel samt konkret hjælp, når du oplever symptomer.

<p><b>Til ledere:</b> Det skal du vide om at kunne spotte stress og mistrivsel</p> 	<p><b>Til kolleger:</b> Hvad kan du gøre på arbejdspladsen?</p> 	<p><b>Til medarbejdere:</b> Hvad kan du gøre for at spotte stress og mistrivsel?</p> 
--	---	--

(Bemærk: Du skal være logget ind på Cocuura for at se disse QR-koder)

Courage to care 

## Kom direkte ind til nye eksperter

De sidste måneder har vi introduceret ungdomsforsker, Søren Østergaard, og psykolog, Neela Maria Sris, som nye eksperter i Cocuura. Begge giver gode råd og læring om to meget relevante emner.

Vi har derfor gjort det nemt at synliggøre nye eksperter, deres fagområde, samt gjort det let at tilgå udvalgte læringvideoer via direkte QR-koder. I finder ligeledes disse posters, I kan hænge op, på Ambassador sitet.