

# SFF Event: Jobba smart och må bra i ett digitaliserat arbetsliv

**Datum:**

2021-05-21

**Tid:**

Eventet pågår kl. 08.30-10.00. En webblänk e-mejlas ut cirka 1-2 dagar innan eventet.

**Anmälan:**

Senast den 19 maj 2021

**Plats:**

Online (direktsänds)

**Pris:**

Kostnadsfritt för personliga medlemmar och anställda hos föreningens företagsmedlemmar.

Ej medlem: 500 kr

[Anmälan via www.forsakringsforeningen.se](http://www.forsakringsforeningen.se)

Upplever du tidsbrist och att du, trots hårt slit, alldeles för ofta känner dig missnöjd med din egen jobbprestation? Du är inte ensam. Digitalisering, gränslösa arbetsförhållanden och flexibla arbetssätt ställer enormt höga krav på dig som individ. Krav på att själv kunna sätta gränser och leda dig själv.

Under denna föreläsning hjälper prestations- och motivationskonsulten Anna Zetterberg oss att reda ut vad som krävs för att vi ska kunna optimera fördelarna av flexibla arbetssätt och distansarbete. Denna föreläsning hjälper er att arbeta smartare, effektivare och mer hållbart.

## Ur innehållet

- Grundläggande hjärnkunskap för att skapa förståelse för komplexiteten och utmaningarna vi står mitt uppe i.
- Råd om hur vi kan lägga upp vårt arbete på ett smart sätt så att vi skapar och behåller fokus och motivation och får jobbet gjort så att vi kan känna oss nöjda när vi sätter punkt för dagen.
- Hur vi som olika individer kan tänka för att vi under gränslösa arbetsförhållanden inte bara presterar utan också mår bra och håller länge.

## Om föreläsaren



Anna Zetterberg

*Prestations- och motivationskonsult, Motive*

Annas expertis är att hon sätter in dagens arbetsmiljöutmaningar i ett neurobiologiskt sammanhang vilket uppskattas mycket av hennes klienter. Hennes första bok "Mer än hjärna! Jobba smart och må bra" kom 2015 och släpptes 2018 i en uppdaterad pocketupplaga. 2019 släpptes den andra boken "Stressa hjärna – gör stressen till en positiv kraft". Läs

mer om Anna på [www.motive.se](http://www.motive.se)

## Om SFF Event

SFF Event är mötesplatsen för dig i försäkringsbranschen. Genom våra frukost- och kvällsföreläsningar får du inspiration, kompetensutveckling och framför allt en mötesplats där du träffar branschkollegor från olika företag för erfarenhetsutbyte och nätverkande. SFF Event är kostnadsfritt för personliga medlemmar och anställda på Svenska Försäkringsföreningens medlemsföretag. Välkommen!