

Vis hensyn og øg trivslen

Levereregler på rådhuset

Med fokus på støj og forstyrrelser

Vis hensyn til hinanden og øg trivslen

”vi er alle forskellige”

Tæt på hinanden
Tæt på naturen
Vision2031



Vis hensyn og øg trivslen

Hygge og sociale arrangementer

- Fælles morgenmad, eftermiddagskaffe og andre sammenkomster afholdes i kantinen
- Morgenmad og eftermiddagskage kan spises ved skrivebordet, hvis det foregår samtidig med arbejdet og ikke forstyrrer andre
- Husk at, de der ikke går til pause som regel bliver på pladsen, fordi de har brug for at arbejde
- Hygge og sociale arrangementer holdes i kantinen – også fredag eftermiddag efter kl. 14



Vis hensyn og øg trivslen

Faglig dialog

- Møder holdes i rådhusets mødefaciliteter eller i kantinen.
- Overvej, om den faglige snak/ sparring mellem få kan tages med dæmpede stemmer hen over bordet.
- Er I flere end to er det en god ide at gå ud af lokalet.
- Vis hensyn, når I følges gennem lokalerne og undlad at tale sammen – det kan forstyrre dem, I går forbi



Vis hensyn og øg trivslen

Kontakt til kollega – Skype

- På Skype kan du tjekke, om den kollega, du skal tale med, er ledig og har tid til at tale med dig nu. På den måde undgår du at forstyrre både den kollega du skal tale med og kollegaer omkring vedkommende.
- Tjek status før du kontakter
- Skriv chat til kollega - og aftal, hvor og hvornår I mødes



Vis hensyn og øg trivslen

Telefon

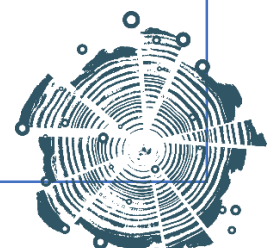
- Hav din telefon og mobil på lydløs.
- Sid ned, når du taler i telefon
- Gå ikke rundt i kontorlandskabet, når du taler i telefon
- Vær opmærksom på dit stemmeleje – Det er i orden at bede kollega dæmpe stemmen



Vis hensyn og øg trivslen

Online møder og webinarer

- Hvor du deltager i online-møder og webinarer afhænger af, hvor meget du selv skal sige undervejs:
- Skal du blot lytte – kan du sidde på din plads
- Skal du tale i mødet – overvej, hvor meget du skal sige. Alt efter din andel i mødet kan du overveje, om du kan blive siddende på din plads eller som du skal sætte dig i kanten
- Er I flere, der skal deltage i det samme online møde, og skal sige noget i mødet – overvej, om I skal sætte jer sammen i kanten eller booke et mødelokale



Hvad kan du selv overveje?

- Småsnak – hvor meget, hvor længe og hvor højt.
- Står du op ved skrivebordet, når du arbejder? Det forstyrrer mindre, hvis du sætter dig ned, når du taler i telefon eller med kollegaer
- Mailen – hvis den forstyrrer:
 - Får du en rude ind fra siden ved hver ny mail? – slå den fra
 - Lav en afprøvning – luk outlook ned og åbn den et par gange om dagen

Har du behov for at "lukke af" til omgivelserne er her forslag til nogle muligheder du kan overveje:

- Anvende head-set. Head-set med noise-canselling kan bestilles hos ITF.
- Brug stillearbejdspladser
- Planlæg en hjemmearbejdsdag

