HumanBE – Dwie Godziny
dla rodziny/ dla Człowieka

CANAL+

KINOŚWIAT
A CANAL+ COMPANY

KULTURA ŁĄCZY POKOLENIA

XV edycja, rok 2026



Private - This document or email is for personal use only and must not be shared.

HumanBE
dwie godziny DLA RODZINY DLA CZŁOWIEKA

RAZEM PRZECIW SAMOTNOŚCI. GLOBALNY RUCH SPOŁECZNY NA RZECZ BLISKOŚCI I ZMIANY KULTURY PRACY I ŻYCIA

2godzinydlarodziny.pl 2h4family.com

ORGANIZATOR AKCJI

humanites
CZŁOWIEK I TECHNOLOGIA

humanites.pl

Private - This document or email is for personal use only and must not be shared.

Dlaczego wzięliśmy udział w kampanii?



W CANAL+ dbamy o to, aby nasi Pracownicy mieli przestrzeń na to, co naprawdę ważne - dlatego z radością po praz kolejny dołączyliśmy do inicjatywy **„2 godziny dla Rodziny”.**

Wierzymy, że chwile spędzone z bliskimi wzmacniają poczucie równowagi, dają energię i budują dobrostan, który później widać także w pracy.

Promujemy działania, które pozwalają zatrzymać się na moment, odłożyć codzienny pęd i po prostu być z tymi, którzy są dla nas najważniejsi.

To naturalna część naszej kultury - stawiamy człowieka w centrum i chcemy, by każdy czuł, że ma wsparcie w budowaniu swojego życia rodzinnego.

Private - This document or email is for personal use only and must not be shared.

#2h4family w CANAL+

Jest to 6-ta akcja w naszej firmie, która na stałe wpisała się w kulturę organizacji.

Razem tworzymy miejsce, w którym chce się być

To nasi Pracownicy są dla nas inspiracją do aktywnego uczestnictwa w wszelkich akcjach społecznych.

Co rok cieszy się dużym zainteresowaniem



Wierzymy, że troska o relacje - rodzinne i zawodowe - przekłada się na jakość współpracy i atmosferę w firmie.

Szczególną uwagę zwracamy na dobrą atmosferę w miejscu pracy, na co kampanie społeczne mają realny wpływ.

Wiemy, że wspólne uczestniczenie w kampaniach społecznych zwiększa zaangażowanie i lojalność Pracowników.

Takie inicjatywy przypominają nam, że dobrostan Pracowników zaczyna się od małych, codziennych gestów

Private - This document or email is for personal use only and must not be shared.

Nasze przygotowania do świętowania ☺



ŚWIĘTUJEMY DZIEŃ RODZINY

1081 44

GRZESZCZAK Aleksandra Canal Plus • 13.05.2026 08:45

Ważne | Pracownicze | WELLBEING

Z okazji Międzynarodowego Dnia Rodziny, który obchodzony jest 15 maja przygotowaliśmy dla Was specjalne inicjatywy, których szczególny najdziecie poniżej.

Kilka dni wcześniej podzieliliśmy się z naszymi Pracownikami wiadomością, że nasza Firma po raz kolejny bierze udział w akcji „2 godziny dla Rodziny”.

Chcieliśmy, aby jak najwięcej osób mogło w sposób komfortowy dla siebie wykorzystać ten czas na spędzenie go z Rodziną, dlatego wydłużyliśmy możliwość odebrania 2 godzin o kilka tygodni!

CANAL+

Private - This document or email is for personal use only and must not be shared.

Specjalny program dla naszych Pracowników

Postanowiliśmy pomóc w decyzji Pracownikom w jaki sposób mogą wykorzystać ten czas i stworzyliśmy w naszej Kafeterii specjalny program 2H DLA RODZINY

Doładowaliśmy wszystkim konta, aby mogli wykupić sobie bilety do kina, czy teatru lub na inną ulubioną rodzinną aktywność

Logo



Nazwa *

DWIE GODZINY DLA RODZINY

Opis działania programu *

Drodzy,

Zgodnie z ideą akcji chcemy Wam podarować dwie godziny wolnego w trakcie dnia pracy do wykorzystania na spędzenia czasu ze swoimi bliskimi.

Chcąc umilić Wam ten czas przekazujemy na Wasze konta kwotę 90 zł, 100 zł lub 110 zł (w zależności od Waszego przedziału dochodowego).

Pamiętajcie, że środki te pochodzą z ZFŚŚ co oznacza, że mogą być wykorzystywane w myśl regulaminu o ZFŚS.

Środki te należy wykorzystać do 30.06.2026.

Mamy ogromną nadzieję, że akcja "Dwie godziny dla rodziny" da Wam i Waszym najbliższym dużo radości! Trzymajcie się ciepło!

Wasz Dział P&C

Private - This document or email is for personal use only and must not be shared.



Inicjatywa DWIE GODZINY DLA RODZINY w CANAL+ to przestrzeń do dzielenia się inspiracjami….

Private - This document or email is for personal use only and must not be shared.

Podzielcie się pomysłami…

Zapytaliśmy naszych Pracowników jakie mają pomysły na spędzenie **tych dwóch dodatkowych wolnych godzin** ☺



[redacted]mir Canal Plus • 2 miesiące temu
Ja pewnie do lasu, na spacer.
W okolicach Krakowa jest wiele miejsc, gdzie można skutecznie uciec do miasta
Odpowiedz • Wyróżnij • Ukryj • Oznacz jako usunięty • Polecam! 6

[redacted] Canal Plus • 2 miesiące temu
U mnie wjedzie wycieczka rowerowa wzdłuż Wisły z przystankiem na lody:).
Odpowiedz • Wyróżnij • Ukryj • Oznacz jako usunięty • Polecam! 6

[redacted] Canal Plus • 2 miesiące temu
Ja z bliskimi wybiorę się chyba na spacer w Dolinie Prądnika. Gdyby była jeszcze kino/muzeum/teatr w Krk to fajnie byłoby skorzystać. Natura + Kultura:)
Odpowiedz • Wyróżnij • Ukryj • Oznacz jako usunięty • Polecam! 6



[redacted]I Dariusz Canal Plus • 2 miesiące temu
Ucieczka z miasta:)
Odpowiedz • Wyróżnij • Ukryj • Oznacz jako usunięty • Polecam! 1



[redacted]KI Maciej Canal Plus • 2 miesiące temu
Ja idę w warzywa. Będziemy sadzić pomidory!
Odpowiedz • Wyróżnij • Ukryj • Oznacz jako usunięty • Polecam! 3



[redacted]Damian Canal Plus • 2 miesiące temu
Wykorzystam sobie te dwie godziny na swój własny ślub 26 maja:(
Odpowiedz • Wyróżnij • Ukryj • Oznacz jako usunięty • Polecam! 5



[redacted]K Piotr Canal Plus • 2 miesiące temu
Pomysł raczej na więcej niż 2 godziny ale zdecydowanie wycieczka w góry i wspólne wędrówki:)
Odpowiedz • Wyróżnij • Ukryj • Oznacz jako usunięty • Polecam! 2



[redacted]KI Wojciech Canal Plus • 2 miesiące temu
Dzięki za możliwość wykorzystania tych dwóch godzin w dłuższym terminie!
Ja czekam w takim razie na tradycyjny trening z rodzicami w szkółce piłkarskiej Syna w czerwcu:)
Odpowiedz • Wyróżnij • Ukryj • Oznacz jako usunięty • Polecam! 2

Private - This document or email is for personal use only and must not be shared.



Inicjatywa DWIE GODZINY DLA RODZINY w CANAL+ to przestrzeń do wspólnego odwiedzenia teatru…

Private - This document or email is for personal use only and must not be shared.

Teatralne szaleństwo

Specjalnie dla Pracowników CANAL+ przygotowaliśmy specjalne ceny biletów w różnych teatrach w Warszawie i Krakowie.

Każdy nasz Pracownik mógł zabrać swoją rodzinę i spędzić czas w wyjątkowy sposób ☺

- PDF TEATR STARY.pdf
- JPG TEATR BARAKACH oferta C .jpg
- PDF TEATR BARAKAH maj.pdf
- PDF TEATR BARAKAH czerwiec.pdf
- PDF TEATR VARIETE.pdf
- PDF TEATR VARIETE opis.pdf
- PDF TEATR KTO.pdf







Private - This document or email is for personal use only and must not be shared.



Inicjatywa DWIE GODZINY DLA RODZINY w CANAL+ to przestrzeń do wspólnego tworzenia prac artystycznych z najmłodszymi…

Private - This document or email is for personal use only and must not be shared.

"KULTURA PRZEZ POKOLENIA" - zapraszamy dzieci do wspólnej zabawy!



ZAPROSZENIE NA WYJATKOWĄ WYSTAWĘ I NIE TYLKO

35

GRZESZCZAK Aleksandra Canal Plus • 09.06.2026 12:30

Ważne | Pracownicze

Serdecznie dziękujemy wszystkim, którzy zaangażowali się w inicjatywę "Dwie godziny dla Rodziny" i podzielili się z nami pięknymi rysunkami dzieci. Dzięki W

Uruchom samouczek

naprawdę wyjątkowa kolekcje prac, na podziwianie której zapraszamy W

Zaprosiliśmy dzieci do przygotowania rysunku pokazującego, jak rozumieją hasło „Kultura przez pokolenia".

A potem… wszystkie rysunki trafiły na **wyjątkowy wernisaż**, który zorganizowaliśmy w firmie, gdzie stworzyły kolorową, rodzinną galerię, którą każdy mógł mógł podziwiać. To była naprawdę piękna wystawa 😊

To nie koniec niespodzianek….żeby przedłużyć celebrację Dnia Rodziny przygotowaliśmy dla małą niespodziankę – na Wszystkich w **zamrażarce czekają lody** 😊

Private - This document or email is for personal use only and must not be shared.

Wernisaż Małych Artystów







Private - This document or email is for personal use only and must not be shared.



Inicjatywa DWIE GODZINY DLA RODZINY w CANAL+ to dbanie o zdrowie najbliższych…

Private - This document or email is for personal use only and must not be shared.

KONKURS: Jaki zdrowy nawyk jest Waszą rodzinna tradycją?

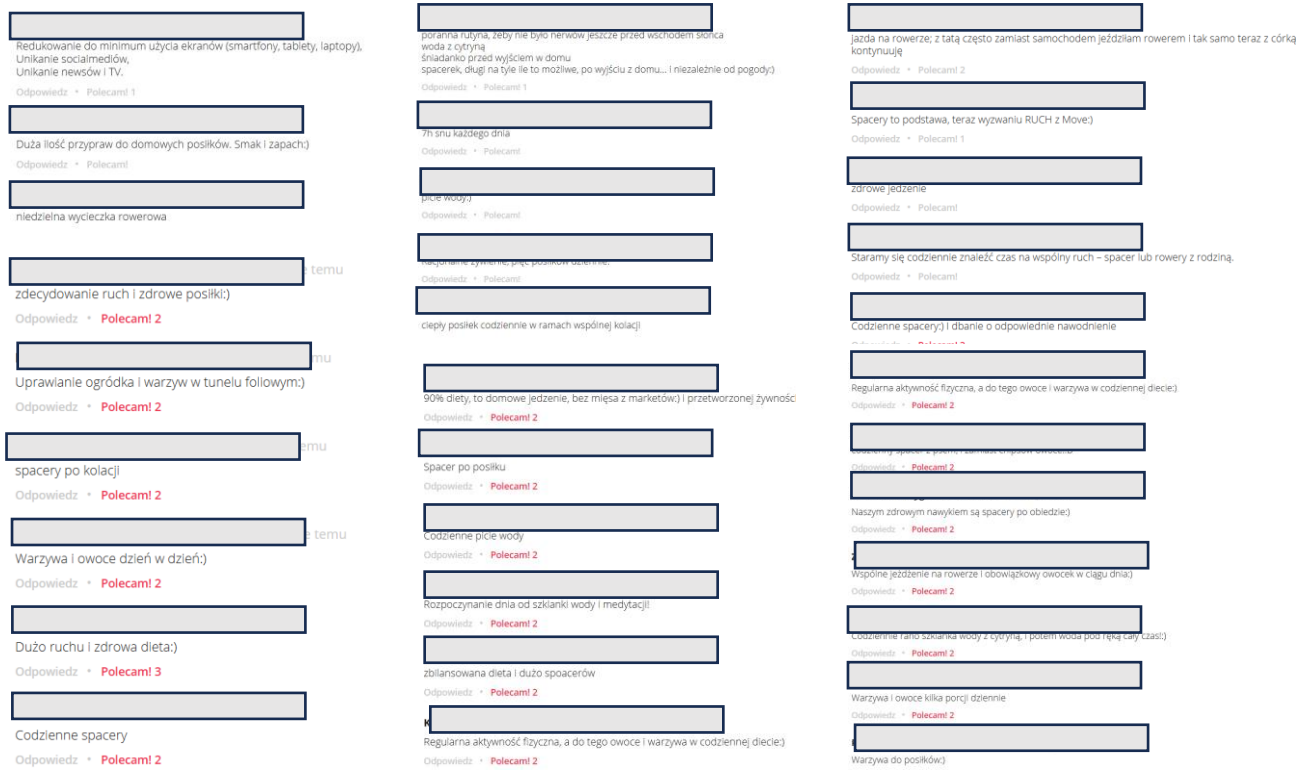


[KONKURS] JAKI ZDROWY NAWYK JEST WASZĄ TRADYCJĄ? 6

Pozostając w ciepłym, rodzinnym klimacie akcji "2 godziny dla Rodziny" i nawiązując do tego, co w tym roku szczególnie chcemy podkreślić - troski o zdrowie swoje i najbliższych - **przygotowaliśmy dla Was wyjątkowy konkurs.**

Czas i zdrowie dla Twoich najbliższych.

Nagrodami były vouchery na rodzinne **badania metaboliczne.**



Private - This document or email is for personal use only and must not be shared.



Inicjatywa DWIE GODZINY DLA RODZINY w CANAL+ to przestrzeń na wspólne uprawianie sportu…

Private - This document or email is for personal use only and must not be shared.

Wspólne inicjatywy przede wszystkim!

Wystartowaliśmy z nowym sportowym wyzwaniem!

Zachęciliśmy prawie 200 osób do ruchu przez cały miesiąc!

Wspólne uprawnienie sportu to jeden z najczęściej wymienianych sposób na spędzanie rodzinnego czasu.



Private - This document or email is for personal use only and must not be shared.



Inicjatywa DWIE GODZINY DLA RODZINY w CANAL+ to wspólna odpowiedzialność społeczna…

Private - This document or email is for personal use only and must not be shared.

Razem pomagamy…

Razem sprzątamy.



Razem robimy kanapki dla potrzebujących.



Razem badamy o czworonogi.



Private - This document or email is for personal use only and must not be shared.



Inicjatywa DWIE GODZINY DLA RODZINY w CANAL+ to troska również w trudniejszych momentach…

Private - This document or email is for personal use only and must not be shared.

Mental health w CANAL+

Każdy z naszych Pracowników ma możliwość bezpłatnego korzystania z platformy MINDGRAM.

W Mindgram może mieć stały dostęp do **psychologa i psychiatry a także uczęszczać na terapię.**

mindgram



Private - This document or email is for personal use only and must not be shared.



Inicjatywa DWIE GODZINY DLA RODZINY w CANAL+ to codzienna wspólna zabawa…

Private - This document or email is for personal use only and must not be shared.

Co możemy zrobić wspólnie?

W ramach aktywności sportowej – wybrać schody zamiast windy!



ŚWIĘTUJ Z NAMI DZIEŃ BEZ WINDY

15

W ramach zdrowych nawyków - zrobić razem lemoniadę!



JUTRO W CANAL+ ROBIMY DZIEŃ LEMONIADY!

17

Private - This document or email is for personal use only and must not be shared.



Inicjatywa DWIE GODZINY DLA RODZINY w CANAL+ to część naszej kultury organizacyjnej!

Private - This document or email is for personal use only and must not be shared.

Ważne sprawy w rękach ludzi...

Program Ambasadorów CSR to zaproszenie naszych Pracowników do wspólnego działania.

Chcemy, aby to właśnie oni mieli realny wpływ na to, jak wyglądają nasze działania z obszaru społecznej odpowiedzialności biznesu. To szansa, by współtworzyć inicjatywy, które mają znaczenie – zarówno dla nas jako organizacji, jak i dla otoczenia, w którym funkcjonujemy.

CANAL+ WE CARE

RÓŻNORODNOŚĆ ŚRODOWISKO RÓWNOŚĆ

Private - This document or email is for personal use only and must not be shared.

Globalny Ruch Społeczny, czyli szerzymy dobre idee.

CANAL+ POLSKA jest ambasadorem w CANAL+ GROUPE.

Z przyjemnością pochwaliliśmy się uczestnictwem w akcji #2h4family, co zainspirowało naszą francuską spółkę STUDIO CANAL do zakomunikowania jej również swoim Pracownikom.

Dodatkowo poleciliśmy akcję naszym partnerom biznesowym.



Private - This document or email is for personal use only and must not be shared.

ESG

Rozważamy raportowanie akcji #HumanBE #2h4family w raporcie ESG.



Private - This document or email is for personal use only and must not be shared.

Od 14 lat HumanBE przeciwdziała samotności i kryzysowi więzi!

HumanBE
dwie godziny DLA RODZINY DLA CZŁOWIEKA

Kampania „HumanBE - Dwie Godziny dla Rodziny/Człowieka” powstała w odpowiedzi na globalne trendy: kryzys więzi, spadek poczucia sensu, zjawisko samotności w dobie transformacji technologicznej - w świetle m.in. potrzeb rynku pracy - zaangażowanych zespołów i zdrowego społeczeństwa.

Do tego, stworzonego w Polsce przez Instytut Humanites, ruchu na rzecz bliskości, międzypokoleniowych mostów oraz zmiany kultury pracy i stylu życia, który zyskał międzynarodowy zasięg dołączyło już ponad **3000 firm, z ponad 50 krajów na całym świecie**.

Więcej na www.2godzinydlarodziny.pl oraz www.humanites.pl



HumanBE w dobie AI

Dziękujemy że dołączyliście ! ☺

#HumanBE #2h4family #4human

Private - This document is not permitted to be copied or transferred.