

HumanBE
dwie godziny DLA RODZINY DLA CZŁOWIEKA

DOBRE PRAKTYKI

małych, średnich i dużych
przedsiębiorstw

na podstawie zgłoszeń od firm do „Konkursu na realizację akcji #2h4family”



Twoja Firma chce się włączyć w akcję?

Nie macie pomysłów?

Nie wiecie, jak
świętować?

**W tym materiale znajdziecie
inspiracje!**






#wellbeing #EmployerBranding

2godzinydlarodziny.pl | 2h4family.com | #2h4family #human



AGENDA

-  **STARTER PACK str. 3**
- nasze gotowe rozwiązania, którymi się z Wami dzielimy
-  **ZAINSPIRUJ SIĘ str. 9**
konkursy
upominki
-  **BARDZIEJ KOMPLEKSOWE POMYSŁY str. 19**
imprezy firmowe
wydarzenia online
pro publico bono
wzmacnianie relacji

-  **ORYGINALNIE I HOLISTYCZNIE str. 29**
-  **DWIE GODZINY WOLNEGO W TWOJEJ ORGANIZACJI str. 40**
-  **HARMONOGRAM str. 41**
-  **WPŁYW SPOŁECZNY, IDEA, ZOSTAŃ AMBASADOREM str. 42**
-  **KONTAKT str. 47**

Wielka społeczna
zmiana kultury pracy
i stylu życia

HumanBE
dwie godziny DLA RODZINY DLA CZŁOWIEKA

59 KRAJÓW
= 1/3 PAŃSTW NA ŚWIECIE

TYSIĄCE
FIRM Z CAŁEGO ŚWIATA W AKCJI

MILIONY
PRACOWNIKÓW

13 EDYCJI

TOP10
BENEFITÓW WG. OPINII
PRACOWNIKÓW



STARTER PACK



Skorzystaj z naszych
gotowych rozwiązań!

JAK PRZYGOTOWAĆ AKCJĘ W FIRMIE?

KROK 1

Powiadom Zarząd, działy:
HR, CSR

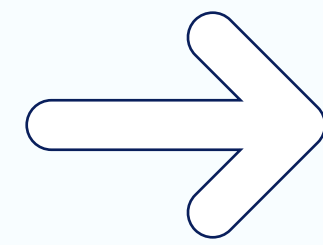
ZAREJESTRUJ FIRMĘ

na stronie:

2godzinydlarodziny.pl

Uzyskaj zgodę Zarządu na **skrócenie dnia pracy**
w okolicach 15 maja o symboliczne 2 godziny*.

*skrócenie czasu nie jest obowiązkowe, ale ponad
95% firm biorących udział w akcji to robi. Zapytaj
nas jak to robią inne wielkie firmy produkcyjne lub
usługowe.



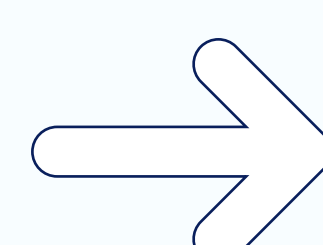
KROK 2

Materiały, które od nas
dostaniesz wykorzystaj:

DO KOMUNIKACJI Z PRACOWNIKAMI



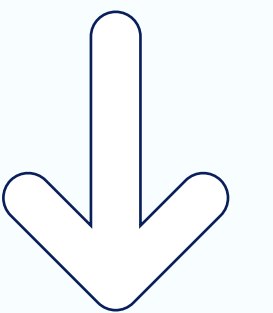
Powiadomcie o akcji zagraniczne
oddziały i Partnerów!



KROK 3

Zaproś pracowników do akcji,
zainspiruj ich, aby w czasie wolnym
i z zespołem z pracy spędzili czas
MIĘDZYPOKOLENIOWO!

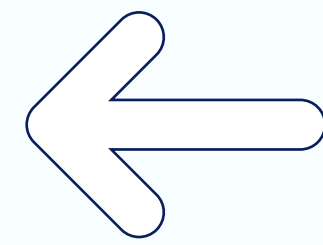
KAMPANIA MA CO ROKU INNY MOTYW PRZEWODNI



POCHWALCIE SIĘ

Jak świętowaliście Human
BE /2h4family w roku 2024!

ZAPRASZAMY DO KONKURSU NA REALIZACJĘ AKCJI

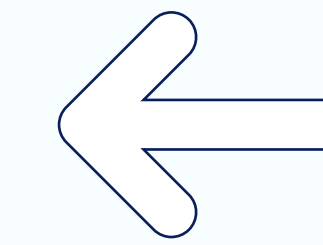


Wyjątkowe nagrody!

DODATKOWO

Zachęć Twój zespół

DO UDZIAŁU W KONKURSIE NA MOTTO #2025!



KROK 4

Świętujcie w okolicach

15 MAJA

Twórzcie rytuały bliskości, by
być bliżej człowiek – człowiek
w domu i w pracy



WIELKIE MARZENIA ŁĄCZĄ POKOLENIA



TEGOROCZNE MOTTO

Co roku zapraszamy Was do budowania bliskości wokół innego motywu przewodniego!



A Wy wokół niego stworzycie komunikację akcji i pomysły!

Tegoroczna edycja kampanii #2h4family #2h4human może być doskonałą okazją, żeby się dowiedzieć, **jakie marzenia mają Twoi Pracownicy i Pracownice!**



TIPS & TRICKS

czyli najprostsze pomysły na zaangażowanie w akcję



skróćcie osobom zatrudnionym czas pracy o 2 godziny!

Chociaż w jednym dniu w roku np. 15 maja, w Międzynarodowy Dzień Rodzin, lub w innym, wybranym przez Was terminie.

*skrócenie czasu nie jest obowiązkowe, ale ponad 95% firm biorących udział w akcji to robi. Zapytaj nas jak to robią inne wielkie firmy produkcyjne lub usługowe



pochwalcie się udziałem w akcji w Waszych social mediach! #2h4family #EmployerBranding #wellbeing #2h4human Zachęćcie do udziału wszystkie oddziały firmy, partnerów biznesowych, klientów...



zaproponujcie Prezesce, Dyrektorowi Zarządzającemu lub innej *very important person* Waszej Firmy przekazanie miłych słów zatrudnionym. Może to być po prostu mail do wszystkich Pracowników i Pracownic, zachęcający je do zadbania o ważne relacje.



zastanówcie się, czy w kolejnej edycji nie macie ochoty spróbować CZEGOŚ WIĘCEJ!

SKORZYSTAJCIE Z GOTOWYCH OPCJI:



Dostarczamy gotowe materiały i dzielimy się inspiracjami: otrzymujecie pełen pakiet tekstów, grafik i prezentacji, abyście mogli z nich skorzystać tworząc komunikację z Pracowni_ami



Co roku zapraszamy do akcji znane osoby: ludzi nauki, kultury, sztuki, sportu... W tym roku opowiedzą nam o swoich marzeniach! Prześlijcie przygotowane przez nas nagrania swoim pracowni_om



Organizujemy konkursy tematyczne z cennymi nagrodami! Dajcie wygrać Waszym pracowni_kom i zaproście do udziału swój Zespół!



„Relacje międzyludzkie tworzą nasze życie i nie ma niczego, poza tym. Świata nie ma bez tych relacji! - Andrzej Seweryn



Co roku nagradzamy ekipy z firm, które włożyły najwięcej serca w akcję oraz pracowników, którzy wymyślili motto na kolejny rok!

PODARUJCIE WASZEMU ZESPOŁOWI, PARTNEROM I KLIENTOM NASZE KARTY ASK ME

KARTY ASK ME TO POKOLENIOWA GRA INTEGRACYJNA. Pytania uczą ciekawości, współpracy, słuchania. Gra kształtuje postawy empatyczne i sprzyjają integracji międzypokoleniowej tak w pracy, jak i w domu.



ZAINSPIRUJ SIĘ



... czyli zobacz jak robili to inni



Korzystając z naszych doświadczeń i materiałów, dodaj coś od siebie!

KONKURSY Z NAGRODAMI



konkurs dla dzieci: Moja Mama | Mój Tata
pracuje w Cerradzie

Dzieci miały za zadanie przygotować, w dowolnej formie (rysunek, piosenka, wiersz...), jak wyobrażają sobie pracę swoich rodziców.



KONKURS CERRAD

MOJĄ MAMA | PRACUJE
MÓJ TATA | W CERRADZIE

Czyli jak
Twoje
dziecko
wyobraża
sobie Twoją
pracę

KONKURS ARTYSTYCZNY
DLA DZIECI PRACOWNIKÓW

czekamy na:
• piosenkę
• wiersz
• krótki filmik
• prace plastyczne

28 kwietnia 2023
15 maja 2023

DO WYGRANIA SUPER NAGRODY
Szczegóły konkursu w regulaminie.

inspiracje pochodzą od firmy:



CERRAD

KONKURSY Z NAGRODAMI



konkurs: Przygotuj **rodzinną pocztówkę** wokół hasła tegorocznej edycji

15 MAJA – MIĘDZYNARODOWY DZIEŃ RODZIN **Q F G**
QUALITY FOOD GROUP

dwie godziny
DLA RODZINY

humanites

TEMAT PRZEWODNI VIII EDYCJI:
MAŁE I DUŻE RODZINNE PODRÓŻE

ZGŁOŚ SWOJĄ RODZINNĄ POCZTÓWKĘ
związaną z tematem przewodnim akcji! "Małe i duże Rodzinne podróże"

Każdy Pracownik, który zgłosi do konkursu swoją pocztówkę otrzyma
„2 godziny dla Rodziny”

3 najciekawsze pocztówki
zostaną dodatkowo nagrodzone!

Wśród nagród między innymi: Bilet do Energylandii, Magicznych Ogrodów i inne!



inspiracje pochodzą od firmy:



KONKURSY Z NAGRODAMI



konkurs: **Przygotuj potrawę powiązaną z jakimś tytułem filmowym, wyślij jej zdjęcie i przygotuj opis**



„Inspiracją do zrobienia zdjęcia związanego z gotowaniem, które nawiązywałoby do tematyki filmowej był dla nas film „Śniadanie u Tiffaniego”, a może bardziej konkretnie to sam tytuł tego dzieła. Wszystkie produkty zostały przygotowane samodzielnie, zwłaszcza croissants wyszły pysznie. Do zabawy zachęciłam córkę, która zajęła się również scenografią, rekwizytami i wykonaniem zdjęcia.”



„Przesyłam zdjęcie przygotowanej przez ze mnie japońskiej zupy Ramen. Do jej ugotowania zainspirował mnie film pt. „Ramen. Smak wspomnień”, w którym historia młodego kucharza z Japonii, stanowi nierozłączną całość z przygotowywanymi przez niego potrawami, a główną z nich jest właśnie orientalna zupa Ramen, krzepiąca ciało i duszę:-)”

„Przygotowany przeze mnie posilek (deser) nawiązuje do filmu „Niebo w gębie”. Dlaczego właśnie ten film? Bohaterka filmu, szefowa kuchni gotuje dla samego prezydenta Francji, a jej niezwykle potrawy, trafiają nie tylko do podniebienia, ale i do serca prezydenta. Tak też jest właśnie z moim deserem. Mocno zapada w pamięć. Krucha beza, a w środku słodkie lekkie nadzienie śmietanowe, przełamane soczystymi sezonowymi owocami. Uwielbiam rozpieszczać moją rodzinę, dlatego od czasu do czasu serwuję im coś pysznego. Mąż ostatnio sam nawet powiedział, że ten deser to niebo w gębie:-)”



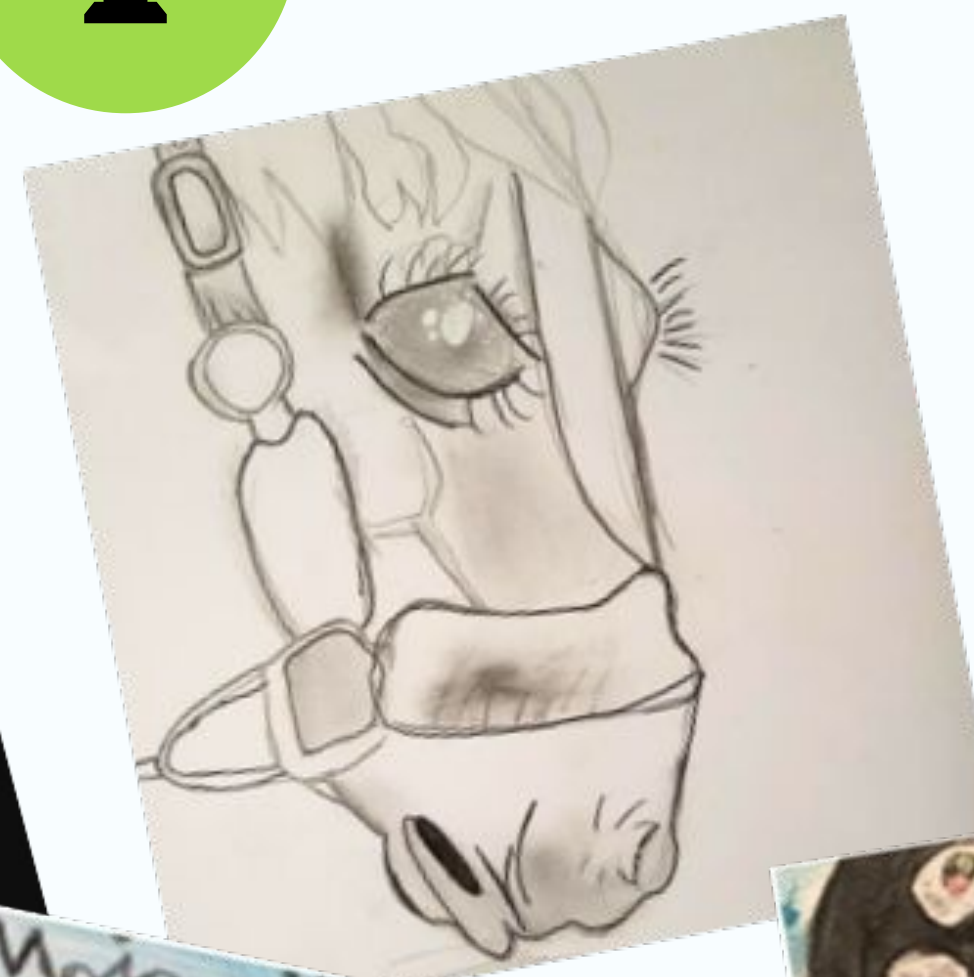
inspiracje pochodzą od firmy:



KONKURSY Z NAGRODAMI



konkurs: **Mój pupil w moich oczach**



inspiracje pochodzą od firmy:



KONKURSY Z NAGRODAMI



konkurs fotograficzny: “Z pasjami przez pokolenia”

- ✓ Firma zorganizowała Konkurs fotograficzny inspirowany motywem “Z pasjami przez pokolenia” dla swoich pracowników. Autorzy 10 najwyższej ocenionych przez pracowników zdjęć otrzymali atrakcyjne nagrody finansowe oraz **dodatkowym dniem wolnym** dla zdobywcy 1 miejsca.

PODSUMOWANIE KONKURSU FOTOGRAFICZNEGO „Z PASJAMI PRZEZ POKOLENIA”

ZESPÓŁ 2H DLA RODZINY
MONIKA, KRYSIA, ALICJA, MARTA, MAREK, ALICJA, KASIA, ELA

W maju br. w ramach wspólnego świętowania Międzynarodowego Dnia Rodziny odbył się konkurs fotograficzny organizowany przez Biuro Kapitału Ludzkiego pod hasłem „Z pasjami przez pokolenia.” skierowany do wszystkich pracowników spółki. Jego głównym celem było pokazanie pasji, które dzielimy z najbliższymi z różnych pokoleń. Liczba nadesłanych prac i oddanych głosów świadczy o tym, że konkurs cieszył się dużym zainteresowaniem.

PODSUMOWANIE KONKURSU FOTOGRAFICZNEGO „Z PASJAMI PRZEZ POKOLENIA”

W maju br. w ramach wspólnego świętowania Międzynarodowego Dnia Rodziny odbył się konkurs fotograficzny organizowany przez Biuro Kapitału Ludzkiego pod hasłem „Z pasjami przez pokolenia.” skierowany do wszystkich pracowników spółki. Jego głównym celem było pokazanie pasji, które dzielimy z najbliższymi z różnych pokoleń. Liczba nadesłanych prac i oddanych głosów świadczy o tym, że konkurs cieszył się dużym zainteresowaniem.

I miejsce
Jacek Czajka,
Mistrz i mistrzyni Szarych, 125 punktów

II miejsce
Julia Wasiak,
Szarych i Szarych, 125 punktów

III miejsce
Mateusz Kowalczyk,
Szarych i Szarych, 125 punktów

LICZBA OCENIANYCH FOTOGRAFII: 133

LICZBA GŁOSUJĄCYCH PRACOWNIKÓW: 2 875

LICZBA POLUBIEŃ FOTOGRAFII: 13 376

inspiracja pochodzi od firmy:



KONKURSY Z NAGRODAMI



Trzy różne konkursy dla różnych grup wiekowych

UJĘCIE I MŁODSZE DZIECI W AKCJI



→ Praca plastyczna (przesłana formularzem)
"Mój ulubiony bohater z filmu/bajki"
[DZIECI DO 5 ROKU ŻYCIA]

UJĘCIE II STARSZE DZIECI NA PLANE



→ Praca plastyczna lub tekstowa (przesłana formularzem)
"Mój ulubiony bohater z filmów rodzinnych"
[DZIECI POWYŻE] 5 LAT]

UJĘCIE III DOROŚLI NA SCENIE

→ Zgłoszenia filmów jakie najchętniej oglądają, jakie mogą polecić do obejrzenia w gronie rodzinnym: (ankiety)

3 KATEGORIE: MUST WATCH, POLECAM, WYRÓZNIAM
[FIRMOWY RANKING]

inspiracje pochodzą od firmy:



KONKURSY Z NAGRODAMI



inne pomysły na konkursy:

- ✓ Udokumentuj rodzinne pasje: konkurs foto
- ✓ Odpowiedz na pytanie z kart ASK ME
- ✓ Zrecenzuj swój ulubiony film do oglądania z rodziną
- ✓ Pobij rekord kilometrów pokonanych rowerem
- ✓ Zrób zdjęcie w czasie spędzania rodzinnych chwil

inspiracje pochodzą od firm:



UPOMINKI | NAGRODY



prezentujcie **COŚ WARTOŚCIOWEGO** zatrudnionym!

Sugerujemy, żeby nagrody miały charakter zachęcający do pogłębiania relacji z innymi ludźmi.

Co by to mogło być?



gra ASK ME, przeznaczona do zabawy w gronie bliskich osób – można się dzięki niej dowiedzieć więcej na ich temat :)



upominek tematyczny. Kiedy hasło edycji brzmiało „pokoleniowy klub filmowy”, pracownice i pracownicy otrzymywali np. karty podarunkowe na wspólne „rodzinne seanse kinowe” na platformach streamingowych.



bilety lub vouchery na rodzinne atrakcje, np. do **Energylandii, Aquaparku, Escape Roomu...**



upominek sportowy: rower, rolki, karnet na siłownię lub basen i in.



gadżety firmowe: kubki, długopisy, notesy, koszulki...

inspiracje pochodzą od firm biorących udział w akcji

TWOJE POMYSŁY NA KONKURSY:

Pamiętaj, tegoroczne hasło brzmi: **WIELKIE MARZENIA ŁĄCZĄ POKOLENIA**

BARDZIEJ KOMPLEKSOWE POMYSŁY



... czyli jeszcze więcej
inspiracji dla Was



Wydarzenia rodzinno-firmowe:
pikniki, gry, spotkania, warsztaty,
akcje charytatywne

IMPREZY FIRMOWE



DZIEŃ OTWARTY DLA RODZIN W BIURZE

**dla pracowników
i ich najbliższych**



inspiracje pochodzą od firmy:



emagine

IMPREZY FIRMOWE



RODZINNA GRA TERENOWA

dla pracowników
i ich najbliższych



inspiracje pochodzą od firmy:



IMPREZY FIRMOWE



PIKNIK

dla pracowników
i ich najbliższych



inspiracje pochodzą od firmy:



IMPREZY FIRMOWE



SPOTKANIE ZE ZNANYMI SPORTOWCAMI

dla pracowników
i ich najbliższych



inspiracje pochodzą od firmy:



WYDARZENIA ONLINE | Z EKSPERT_K_AMI



dla pracowników i ich najbliższych

- ✓ warsztat „Kręć kinowe filmy własnym telefonem”
- ✓ webinar o relacjach dorosłych z dziećmi (dostępny dla osób z zewnątrz)
- ✓ webinar dla rodziców z **Edukatorką Pozytywnej Dyscypliny i Porozumienia bez Przemocy**
- ✓ szkolenie nt. rozwoju dzieci

- ✓ zajęcia **sportowe** „Nie trać formy, ćwicz z domu!” (w okresie pandemii)
- ✓ warsztaty **kulinarne**
- ✓ warsztaty **jogi śmiechu**
- ✓ czytanie bajek dzieciom

inspiracje pochodzą od firm:

A|M|S



intrum



PRO PUBLICO BONO



Niech Wasza Firma spełni dobry uczynek!

- ✓ Robisz piknik (lub inną imprezę)? **Wesprzyj lokalnych przedsiębiorców!**
- ✓ **Zorganizuj zbiórkę** potrzebnych przedmiotów dla schroniska dla zwierząt
- ✓ Przygotowujesz materiały nt. akcji? **Zadbaj o ich inkluzywny wydźwięk!**

Alfabet

Ukraiński i polski alfabet mocno się od siebie różnią. Mimo to można się ich nauczyć. Na początek spróbujcie obrysować poszczególne litery po śladach. To nie takie trudne, prawda?

Аа	Аа	Іі	Іі	Тт	Тт
Бб	Бб	Її	Її	Уу	Уу
Вв	Вв	Йй	Йй	Фф	Фф
Гг	Гг	Кк	Кк	Хх	Хх
Ґґ	Ґґ	Лл	Лл	Цц	Цц
Дд	Дд	Мм	Мм	Чч	Чч
Ее	Ее	Нн	Нн	Шш	Шш
Єє	Єє	Оо	Оо	Щщ	Щщ
Жж	Жж	Пп	Пп	Ьь	Ьь
Зз	Зз	Рр	Рр	Юю	Юю
Ии	Ии	Сс	Сс	Яя	Яя



inspiracje pochodzą od firm:



intrum

signify

PRO PUBLICO BONO



Zróbcie Coś Spektakularnie Dobrego!

Jedna z firm przygotowała szeroko zakrojone działania dobroczynne

Objęły m.in.:

- ✓ wzmocnienie księgozbioru **lokalnej biblioteki**
- ✓ remont **sali logopedycznej w przedszkolu**
- ✓ spotkania z kulturą dla **uczniów szkół podstawowych**



inspiracja pochodzi od firmy:



PRO PUBLICO BONO



Zróbcie Coś Spektakularnie Dobrego!

Jedna z firm uczestniczących w akcji zajęła się kwestią **rodzicielstwa zastępczego**.

Organizuje m.in.:

- ✓ **porady psychologiczne**
- ✓ **akcje charytatywne**
- ✓ **szkolenia doskonalące kompetencje rodzicielskie**




inspiracja pochodzi od firmy:



WZMACNIANIE RELACJI



Zmotywuj zatrudnione osoby do zadbania o relacje wewnątrz i na zewnątrz firmy

-  Przypomnij pracownikom i pracownikom o ważnym święcie (np. Dniu Matki) i zaprojektuj dla nich **e-kartki z życzeniami**
-  Zachęć zatrudnione osoby do **spędzenia czasu z rodziną**. Zorganizuj **konkurs**, w którym to udokumentują!
-  Postaw w firmie **skrzynkę na komplementy**



inspiracje pochodzą od firm:



NAJBARDZIEJ ORYGINALNE REALIZACJE



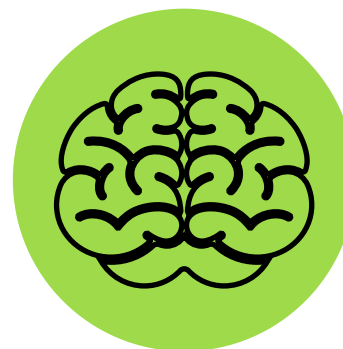
pełna moc kreatywności



ORYGINALNIE I HOLISTYCZNIE

Human**BE**
dwie godziny DLA RODZINY DLA CZŁOWIEKA

ORYGINALNIE!



B2R/LAW[®]
JANKOWSKI STROIŃSKI ZIĘBA

- ✓ Firma przygotowała dla pracowników specjalny przewodnik, zawierający pomysły, jak spędzić #2h4family



Bieżące zestawienie repertuaru kin w 3 miastach

Przepisy z Kwestii Smaku i możliwość rezerwacji stolika w restauracji

Wiele innych pozycji.



ORYGINALNIE!



- ✓ Firma przygotowała specjalną witrynę w celu komunikowania się z pracownikami w sprawie #2h4family

The screenshot shows a SharePoint page for '2 godziny dla Rodziny'. The page has a green header with the 'POLSKA SPÓŁKA GAZOWNICTWA' logo. The main content area features a large banner for the '2 godziny dla Rodziny' competition, titled 'Z PASJAMI PRZEZ POKOLENIA'. The banner includes the text 'XII FINAŁ GLOBALNEGO BUCROB SPÓŁCZYNIEGO NA RZECZ BLISKOŚCI 15 MAJA 2023' and 'WITAJ 2023'. Below the banner, there is a section titled 'OGŁOSZENIE ZWYCIĘZCÓW KONKURSU FOTOGRAFICZNEGO' dated 01.06.2023, which thanks participants and announces the winners. A sidebar on the left contains links for 'Strona główna', 'List do pracowników', 'Regulamin konkursu', and 'Konkurs fotograficzny'. A sidebar on the right contains 'Narzędzia blogu' with options like 'Utwórz wpis', 'Zarządzaj wpisami', 'Zarządzaj komentarzami', 'Zarządzaj kategoriami', and 'Uruchom aplikację do tworzenia blogów'.

ORYGINALNIE!

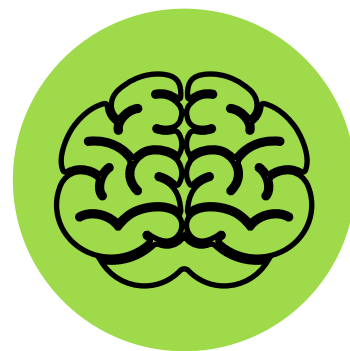


intrum

- ✓ Firma przygotowała specjalną akcję na Dzień Mamy, w ramach której pracowniczki firmy opowiedziały o swoich doświadczeniach związanych z macierzyństwem



ORYGINALNIE!



- ✓ Firma zorganizowała kampanię włączającą w akcję swoje czytelniczki i czytelników

mojeGotowanie.pl

przepisy na wspólne gotowanie



pomysły na wspólne wycieczki krajoznawcze

ELLE

właściwa komunikacja w związku



Właściwa komunikacja może ocalić związek. Jak rozmawiać?

29.04.2022 - Paula Sznack



Megan Fox w amyslowej przeswitującej sukience z siateczką. Jeden szczegół znów upodobał ją do Pameli

Kuchnia francuska od wieków inspirowała szefów kuchni i miłośników jedzenia na całym świecie. Francuskie specjały to wątek chętnie podejmowanym również przez twórców filmów. Jakie tytuły warto obejrzeć i dlaczego? O tym w cyklu "Kulturalnie kulinarnie".



Zwiedzanie Polski to ich rodzinna pasja. Zdradzają swoje ulubione miejsca w kraju



ORYGINALNIE!



- ✓ 15 maja pracownicy muzeum mogli pójść do domu 2 godziny wcześniej, żeby spędzić czas z rodziną.
- ✓ Instytucja jednak się nie zamknęła w tym czasie! **W rolę przewodniczek i przewodników po muzeum wcielili się kierownicy i kierowniczk**i, które dzielnie oprowadzały zwiedzających :)
- ✓ Pomysł wart naśladowania – żeby kadra zarządzająca cały czas miała kontakt z rzeczywistością swoich podwładnych.

Muzeum Narodowe w Krakowie
14 maja · 🌐

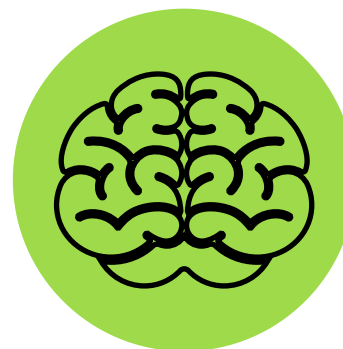
Muzeum Narodowe w Krakowie bierze udział w obchodach Międzynarodowego Dnia Rodziny i organizowanej przez Fundacja Humanites akcji „Dwie Godziny dla Rodziny”.

Z tej okazji mamy dla Was małe ogłoszenie od dr hab. Łukasza Gawła - Z-cy Dyrektora ds. Strategii, Rozwoju i Komunikacji 😊

... Zobacz więcej

2godzinydlarodziny.pl

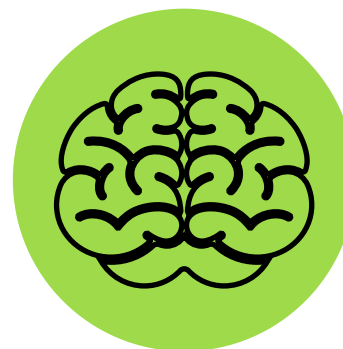
ORYGINALNIE!



- ✓ Firma wydała **grę planszową „Odkryj z nami Pomorze”**, która przybliża informacje o regionie.
- ✓ Otrzymały ją wszyscy pracownicy.



ORYGINALNIE!



- ✓ Firma przeprowadziła bardzo rozbudowaną kampanię wokół akcji #2h4family.
- ✓ Jednym z jej elementów była broszura „Miedziaki i przyjaciele” zawierająca **komiks, zabawy dla dzieci** oraz materiały do **integracji społeczności ukraińskiej**.



„Dwie Godziny dla Rodziny Miedziaków”



HOLISTYCZNIE



A|M|S

kilkumiesięczna akcja 53 spółki w 55 krajach!

- ✓ maj i czerwiec – wydarzenia organizowane przez grupę **Family Friendly Poland**
- ✓ połowa maja – koniec czerwca – zatrudnione osoby korzystały z #2h4family. Za udokumentowanie tego czasu pracownicy byli nagradzani firmowymi gadżetami
- ✓ 15 maja – **webinar dla rodziców** z Edukatorką Pozytywnej Dyscypliny i Porozumienia bez Przemocy Justyną Brzozak
- ✓ z okazji **Dnia Matki i Ojca** firma przekazała pracownikom elektroniczne kartki dla rodziny
- ✓ czerwiec – **seria warsztatów kulinarnych** online dla dzieci
- ✓ z okazji **Dnia Dziecka** – „polecajka” dla pracownic i pracowników dotycząca spędzania czasu z dziećmi



HOLISTYCZNIE



kilkumiesięczna akcja

- ✓ 15 maja – **obchody Międzynarodowego Dnia Rodzin**: Rodzinne Strefy Relacji i Animacji ze Strefą Rodzica (warsztaty doskonalące kompetencje wychowawcze), Strefa Dziecięcych Animacji, Strefa Sceny (występy i konkursy), Strefa Kultury) prezentacja ukraińskiego rękodzieła), Strefa Pupila (z weterynarzem i behawiorystą)
- ✓ 4-25 maja – **konferencja dla rodziców** „Zachowania ryzykowne dzieci i młodzieży w epoce ponowoczesności”
- ✓ 29 maja – Strefa Integracji Rodzin – **zajęcia, warsztaty, animacje, konkurs**
- ✓ **promocja adopcji zwierząt** z Azylu dla bezdomnych psów w Głogowie
- ✓ maj i czerwiec – **konkursy** „Rodzinnie Razem” i „Rodzinnie z naMIEDZI”, broszura „Miedziaki i przyjaciele”



HOLISTYCZNIE



5-dniowa akcja **RODZINNA MEGA MOC** w okresie pandemii

- ✓ 11 maja odbyły się **zajęcia jogi online** „Nie trać formy, ćwicz z domu!”
- ✓ 12 maja wystartował **konkurs** fotograficzny „Wspólne gotowanie”
- ✓ 13 maja odbyły się **warsztaty online z zakresu nagrywania, reżyserowania i montowania amatorskich filmów** „Kręć kinowe filmy własnym telefonem”
- ✓ 14 maja odbył się wykład online w ramach Uniwersytetu Otwartego Grupy Tauron „**Odporny, mocny i pełen energii – zadbaj o siebie**”
- ✓ 15 maja wystartował rodzinny **konkurs filmowy** „**Nakręć to!**”



„...Super pomysł z tegoroczną akcją! Ja jestem zachwycona..”

Małgosia



Rodzinna MegaMoc

Trzymajmy się razem!

DWIE GODZINY WOLNEGO W WASZEJ ORGANIZACJI

Jak większe i mniejsze firmy radzą sobie z daniem dwóch wolnych godzin?



większe firmy produkcyjne ofiarowują pracownikom wolne godziny w **elastyczny sposób**: zatrudnione osoby mogą „pobrać” te „Dwie Godziny” dowolnym innym dniu, w ciągu np. trzech miesięcy po ustaleniach z menadżerem



wiele firm wybiera **inne dni na celebrowanie** tych przysłowiowych 2 godzin. Są to na przykład: początek roku szkolnego, 1 września albo Dzień Dziecka



popularnością cieszy się **możliwość wyjścia z pracy o dwie godziny wcześniej w dniu przed długim weekendem**: majowym lub czerwcowym; zazwyczaj wtedy pracownicy planują rodzinne wyjazdy



część pracodawców **zaczyna ostrożnie**: **najpierw decyduje się podarować pracownikom jedną godzinę** - w ten sposób sprawdzają **jak ta zmiana wpłynie na funkcjonowanie firmy**; na podstawie informacji od firm wiemy, że po takim eksperymencie bardzo często w kolejnym roku organizacje te zwiększają liczbę wolnych godzin

HARMONOGRAM



STARTUJEMY!

start komunikacji

**coroczne NOWE
MOTTO AKCJI!**

idea, założenia

MOTTO 2024:

**Wielkie marzenia
łączą pokolenia**



URUCHAMIAMY REJESTRACJĘ

Firmy rejestrują się

komunikacja
w mediach, social
mediach



UDOSTEPNIAMY FIRMOM:

gotowe materiały
do komunikacji
z pracownikami

pomysły i inspiracje
na wartościowe
spędzenie czasu
razem

karty ASK ME

**konsultujemy,
wspieramy firmy**
w przygotowaniu akcji



REALIZACJA AKCJI

**konkurs dla
pracowników!**
na motyw przewodni
kolejnej akcji

**intensywna
komunikacja o akcji:**
w mediach, social
mediach



PODSUMOWANIE

konkurs dla firm
na **najciekawszą
realizację akcji!**

styczeń

luty

marzec, kwiecień

maj

czerwiec, lipiec

WPLÝW SPOŁECZNY

Pracodawca

- Integracja życia zawodowego i prywatnego
- Wspieranie ról społecznych pracowników
- Dwie godziny dodatkowego wolnego czasu dla pracowników
- Integracja, pogłębianie relacji w zespołach
- Wyzwalanie nowej energii
- Lojalność i zaangażowanie

Pracownicy i ich rodziny

- Tworzenie trwałych więzi rodzinnych opartych na szacunku i zaufaniu
- Jakościowy czas spędzony z bliskimi
- Międzypokoleniowe relacje
- Poznawanie siebie nawzajem w nowych kontekstach
- Dojrzałość emocjonalna

Społeczeństwo

- Przeciwdziałanie kryzysowi więzi i rosnącej samotności
- Zwrócenie uwagi na społeczną i gospodarczą rolę rodziny
- Pozytywny wpływ na zdrowie psychiczne i emocjonalne społeczeństwa
- Rozwój kapitału społecznego
- Jednoczenie społeczeństwa wokół najważniejszych wartości

WIELKA SPOŁECZNA ZMIANA KULTURY PRACY I STYLU ŻYCIA



Wszyscy ludzie na całym świecie potrzebują relacji z najbliższymi: miłości, akceptacji, bezpieczeństwa, szacunku i zaufania.

Dzisiejsze życie w ciągłym pośpiechu i chęć pogodzenia wszystkich obowiązków nie sprzyja budowaniu rodzinnych więzi i zacieśnianiu relacji.

#HumanEconomy #wellbeing
#EmployerBranding

ZBLIŻAMY LUDZI W DOMU I W PRACY!

ZMIENIAMY KULTURĘ PRACY I ŻYCIA

Celem akcji jest integracja, zbliżenie ludzi w rodzinach, w najbliższym społecznym otoczeniu, środowisku pracy.



Te symboliczne „2 godziny” służą:

- ✓ budowaniu więzi
- ✓ spędzeniu wspólnego, **jakościowego czasu**, najlepiej międzypokoleniowo
- ✓ **intencjonalnemu budowaniu relacji**,
- ✓ okazją na rozmowę,
- ✓ wspólnemu wspomnianiu,
- ✓ poznawaniu się,
- ✓ refleksji nad jakością naszych relacji z najbliższymi w myśl motta, że mamy jedno życie w różnych rolach.

W kontaktach z bliskimi nie chodzi o liczbę spędzonych godzin, lecz o to, co w tym czasie robimy i kim w tym czasie jesteśmy.



HumanBE
dwie godziny DLA RODZINY DLA CZŁOWIEKA

#2H4FAMILY TO AKCJA (TAKŻE) DLA MŁODYCH!



Każdy z nas ma rodzinę. Jeśli nie dzieci, to rodziców, dziadków, rodzeństwo, ...Zaproś babcię na kawę, zadzwoń do dawno niewidzianej cioci! Zapytaj dziadka o marzenie z dzieciństwa.



Jeśli nie ich, to umów się z bliskimi osobami, które sami i same sobie wybraliście na przybraną rodzinę!



Wśród ponad 2 milionów osób na całym świecie, beneficjentów akcji, znajdziecie najróżniejszych ludzi – starszych i młodszych, rodziców i bezdzietnych.



Nasza akcja jest dla „rodziny”, ale także dla „człowieka”. Na pewno każde z Was jest w stanie podać tysiąc świetnych sposobów wykorzystania dodatkowych dwóch wolnych godzin. Spanie też się liczy!



W #2h4family chodzi o to, aby skłonić biznes do bycia liderem naszego społeczeństwa na bardziej solidarne, wspierające i ludzkie.

Twórzcie tę zmianę z nami!

ZOSTAŃ AMBASADOREM!

spodobała Ci się nasza akcja?

- ✓ Zachęć partnerów, kontrahentów, zagraniczne oddziały firmy, aby dołączyli do kampanii!
W ten sposób staniesz się Ambasadorem #2h4family!
- ✓ Dostarczymy Ci:
 - prezentacji z informacją o akcji dla nowych firm i organizacji
 - prezentacji w języku angielskim dla zagranicznych oddziałów

ZAPRASZAMY DO WSPÓŁPRACY

Prezes Instytutu Humanites

Zofia Dzik

zofia.dzik@humanites.pl

+48 504 144 784

Dyrektorka Komunikacji i PR

Katarzyna Lorenz

katarzyna.lorenz@humanites.pl

+48 505 017 957

HumanBE
dwie godziny DLA RODZINY DLA CZŁOWIEKA



humanites.pl

2godzinydlarodziny.pl

aplo.pl

ethicstech.eu

mamrodzine.pl

Copyright © 2024 All Rights Reserved Instytut Humanites