Työterveyslaitos

Euroopan unionin osarahoittama

TYÖHYVINVONNIN AARREARKUN TYÖKALU

Pitämättömien taukojen saldo

Työkalun tavoitteena on tunnistaa omat ja työyhteisön tauottamisen haasteet sekä löytää keinoja tehdä taukojen pitämisestä luonteva osa työpäivää.

INFO

Tarve
Jaksamisen tukeminen

Kenelle /kesto
Tiimille 20 minuuttia
Työyhteisölle 30–45 minuuttia
Johtoryhmälle 20 minuuttia

Hyödyt

- Tauoista ja palautumisesta kannetaan vastuuta yhdessä.
- Työpaikalla arvostetaan taukojen pitämistä.
- Palautuminen paranee.

Ohje työkalun käyttöön

1. Arvioikaa ensin omaa arkeanne:
    - Arvioikaa, kuinka monta taukoa sinulla jää tavallisen työviikon aikana pitämättä?
2. Pohtikaa sen jälkeen:
    - Milloin ja miksi tauot jäävät pitämättä?
    - Millaista taukokulttuuria ylläpidämme toimimalla näin?
    - Mitä voimme tehdä toisin, jotta taukojen pitäminen olisi luonteva osa työpäivää?
    - Miten varmistamme, että tauot toteutuvat myös kiireisinä aikoina?