



HR-DAGEN2026

Solna

Välkommen till

HR-DAGEN

Quality Hotel | Fredag 27 mars
Strawberry Arena | Klockan 09.00

**Kostnadsfritt
deltagande!**

inklusive lunch



Välkomna till **HR-Dagen!**



NÄR:
Fredag 27 mars



TID:
09.00 - 14.30



VAR:
Quality Hotel
Strawberry Arena,
Råsta Strandväg 1,
Solna

HR-Dagen2026

mötesplatsen för HR-chefer,
personalchefer och VD på en
plats nära dig!

**Fredag 27 mars är det dags för HR-Dagen på
Quality Hotel Strawberry Arena i Solna.**

Vi hälsar er varmt välkomna till en heldag där ni
får möjlighet att träffa en rad intressanta utställare
samt lyssna till ett flertal inspirerande föredrag.

Allt sker i en härlig miljö med god mat och utmärkt
service. På plats hålls en mäsas med utställande
företag som alla vänder sig till er som arbetar med
personalansvar på företag i regionen. Under dagen
kan ni lyssna till föredrag som förhoppningsvis ger
er nya tankar att ta med hem till er arbetsplats.

Dagen, inklusive måltider, är helt kostnadsfri för er
som anmäler er som besökare. HR-Dagen inleds
med er ankomst kl 09.00, då även mässan öppnar.
Detta är ett unikt tillfälle för er som arbetar med
personal att tillbringa en både rolig och lärorik dag
tillsammans med kollegor och leverantörer till
branschen. **Varmt Välkomna!**

Kostnadsfritt!

**När ni anmäler er som besökare på HR-Dagen
ingår inträde i mässan, föreläsningar,
förmiddagsfika och lunch.**

Anmälan är enkel och kostnadsfri, men antalet
platser är begränsat. Anmäl dig och dina kollegor
redan idag!

Uppge namn, befattning, företag och e-post, samt
eventuella matallergier för samtliga deltagare.



0510-220 95



anmalan@hr-dagen.events



www.hr-dagen.events

Läs mer & se programmet:
www.hr-dagen.events/solna

Frågor? Kontakta oss på 0510-220 95



Dagens program

Programmet är preliminärt och kan komma att ändras.

- 09.00 Mässan öppnar**
Kaffe/te och smörgås serveras i mässlokalen
- 09.45 Förmiddagens föreläsningar startar**
Se detaljerat schema på sida 4-5
- 12.00 Lunch**
Mässan stänger
- 12.45 Mässan öppnar igen**
Kaffe/te serveras i mässlokalen
- 13.15 Eftermiddagens föreläsningar startar**
Se detaljerat schema på sida 4-5
- 14.15 Avslutning i mässan**
Utlottning/dragning av fina vinster
- 14.30 Mässan stänger**

Tävlingar!
Under dagen lottas fina priser ut



Föreläsningar

i salen "Camp Nou"

Programmet är preliminärt och kan komma att ändras

09.45 - 10.10 **SPP**

Oron för pensionen växer! Så kan du som HR få tryggare anställda och starkare employer brand

Allt fler unga oroar sig för pensionen och många saknar tillit till systemet. SPP:s nya Novus-undersökning avslöjar en tydlig trend: svenskarnas oro ökar på bred front och många upplever att de har otillräckligt sparande. SPPs pensionsexpert presenterar insikter från den nya undersökningen och visar hur du som HR-chef kan ta en nyckelroll i att skapa trygghet och stärka arbetsgivarvarumärket.

10.30 - 10.55 **Flex HRM**

Framtidens HR-tech - så bygger du ett hållbart systemlandskap

Moderna gränssnitt och smart AI förändrar HR och lön i rekordfart. Men vad händer när lösningarna staplas på varandra, utan att data och processer hänger ihop? Varmt välkommen till ett föredrag om hur framtidens HR och lön byggs med en kombination av innovativ teknik och en hållbar struktur.

11.25 - 11.50 **MedHelp Care**

Det är dags att minska sjuktalen

Sjukfrånvaron ökar i många verksamheter. I vårt föredrag visar vi hur HR kan skapa överblick, struktur och ett gemensamt arbetssätt som gör tidiga insatser möjliga. Resultatet: kort frånvaro fångas upp i tid, rehab blir enklare och sjuktalen kan minska.

13.15 - 13.40 **Talogy**

Emotionell intelligens (EI) - den osynliga motorn bakom effektivt ledarskap

Hur påverkar EI prestation, psykologisk trygghet och organisationskultur? Vi utforskar ett praktiskt ramverk för att mäta och utveckla EI - för alltifrån urval till utveckling av ledare och team.

Föreläsare: Olivia Wideroth Leg. Psykolog och konsult på Talogy och specialiserad på ledarskapsbedömning, teamutveckling och coaching.

13.50 - 14.15 **Computer Sweden Recruitment**

Gränsen mellan vad AI gör och vad människor gör ritas om. Det påverkar vilka roller som utlyses, vilken kompetens som efterfrågas och hur kandidater bedöms. Med färsk siffror och röster från verksamma rekryterare kartlägger vi åtta trender som formar tech-rekrytering 2026.

Föreläsningar

i salen "San Siro"

Programmet är preliminärt och kan komma att ändras

09.45 - 10.10 **Kristina Bähr/Exist Nu**

Stadigt ledarskap

Om nycklar till att utveckla ledare till ett stadigt ledarskap med resiliens och integritet i syfte att klara framtidens komplexitet och omställning. Hur rädsla vid ratten lamslår ledarskap och försvårar beslutsfattande. Smakprov på boken Stadigt med utgivning mars 2026.

10.30 - 10.55 **MER Arkitekter**

MER Arkitekter berättar tillsammans med Maria Sonali om hur arbetsplatsen, och processen med att utforma den, kan användas som ett strategiskt verktyg i samspel med utvecklingen av företagskultur och affär.

Med konkreta exempel från det gemensamma projektet för Stim pratar vi om vikten av en levande arbetsplats och vad som krävs för att nå dit.

Föreläsare: Nicole Morel, vd MER Arkitekter

Maria Sonali, Make Space Sense

11.25 - 11.50 **Humandata**

Personalhandboken som svarar - AI assistent i Copilot

Se hur du gör personalhandboken till en AI assistent i Copilot. Ställ vanliga HR frågor och få korrekta svar enligt er policy - direkt i Teams och SharePoint. Jag visar hur du kommer igång - med bara några få klick.

13.15 - 13.40 **Skandia**

Miljarder skäl att arbeta förebyggande med hälsa på arbetsplatsen

För första gången någonsin har Sveriges sjuknota passerat 100 miljarder kronor. Sjukskrivningar, psykisk ohälsa och arbetsrelaterad stress skapar stora samhällsekonomiska bördor. Förebyggande arbete är inte bara omtanke - det är en strategisk investering i hållbarhet.

13.50 - 14.15 **Dentme**

Vårt föredrag presenterar Dentme - varför bolaget startades, våra mål och vår vision. Vi går igenom vad Dentme Business är och hur modellen fungerar. En tandläkare delar kunskap om tandvård i Sverige, svarar på vanliga frågor samt ger tips för bättre munhälsa.

Utställare på mässan

AKVARIELEASING

www.akvarieleasing.se

Vi hyr ut och sköter om akvarier för företag och offentliga miljöer.



BRM EUROPE

www.brmeurope.se

BRM är sedan 1998 experter inom kris-hantering - vi stöttar våra kunder med expertstöd, krisapp och digitala övningar.



COMPUTER SWEDEN RECRUITMENT

career.computerswedenrecruitment.se

Specialister på rekrytering inom IT/tech.



DENTME

www.dentme.com

En inkluderande tandvårdsförmån - för organisationer som sätter hälsan först.



ECOCHANGE

www.ecochange.se

Ecochange är Sveriges tryggaste leverantör av förmånscyklar med över 20 års erfarenhet av personalförmåner.



FLEX HRM

www.flexhrm.com

Flex HRM erbjuder ett komplett och sömlöst personalsystem - enkelt och smidigt på en enda plattform.



FREYS HOTELS

www.freyshotels.com

Freys Hotel och Corner Hotel – personliga möten i hjärtat av Stockholm.



HUMANDATA

www.humandata.se

Vi på Humandata skapar smarta Microsoft 365 lösningar som sparar tid och stärker er verksamhet.



INSIGHT VISION

www.insightvision.se

Från vision till verklighet genom systemtänk och effektiva flöden.



JOBMEAL

www.jobmeal.se

JOBmeal är en ledande leverantör av kaffe- och vattenlösningar för arbetsplatser i Sverige och Finland.



KRISTINA BÄHR / EXIST NU

www.kristinabahr.se

Chefshandledare och ledarstöd, specialist på utmanande HR-situationer. Läkare, författare, föreläsare.



KÄRSÖGÅRDEN

www.karsogarden.se

Kärsögården - en mötesplats för konferens och utbildning; i naturen fast ett stenkast från staden!



LEASE A BIKE

www.leaseabike.se

Er lokala förmånscykel. Leasa cykel från 300+ anslutna återförsäljare. Paketerat med service och helförsäkring.



MALMSTOLEN

www.malmstolen.se

Malmstolen skapar ergonomiska sittlösningar för en hälsosam och hållbar arbetsdag.



MEDHELP CARE

www.medhelp.se

Vi hjälper över 500 företag att tidigt fånga upp ohälsa och minska sjukfrånvaron.

MedHelp

MER ARKITEKTER

www.mer.se

MER Arkitekter skapar hållbara och inspirerande rum där människor och idéer trivs.

MER / 

MOVESTIC

www.movestic.se

Movestic – Tjänstepension, försäkringar och pensionsrådgivning.

 **movestic**

SKANDIA

www.skandia.se/foretag

Skandia är pensionsbolaget som vill skapa trygghet genom högre pensioner, ett friskt arbetsliv och hållbart sparande.

skandia:

SPP

www.spp.se

Pension är mer än siffror – det handlar om människor och drömmar. Vi hittar lösningar utifrån era behov.

 **spp**

SÖDERBERG & PARTNERS

www.soderbergpartners.se

Söderberg & Partners är en av Sveriges ledande rådgivare och förmedlare av försäkringar och finansiella produkter.

 Söderberg & Partners | Wealth Management

TALOGY

www.talogy.com/sv

Talogy är ett Talent Management konsultbolag med verktyg och tjänster för urval och utveckling av specialister och ledare.

 **TALOGY**

**Fler utställare
kan tillkomma!**

Referenser

från besökare på våra mässor



- **Staffan Olsson, Ängelholms flygplats**

"Tredje året i rad jag besöker HR-Dagen tillsammans med vår HR-ansvarige. Det bästa med denna dag är inspirerande föreläsningar med olika ämnen och bra utbud bland utställarna. Ett bra sätt att hålla sig uppdaterad, knyta kontakter inom olika branscher och passa på att ställa djupare frågor till experter. Det blir ett fjärde besök 2026."



- **Jessica Johansson, Tonys Budbil**

"Jag har deltagit på HR-Dagen i flera år. Jag uppskattar upplägget, mässan är lagom stor med lagom långa föreläsningar där man får tips och inspiration. Mycket uppskattat är också att få träffa andra inom samma yrkeskategori och möjligheten att utbyta erfarenheter och skapa kontakter."



- **Sara Kristiansson, Kronfågel**

"Jag upplevde dagen som väldigt trevlig. Lagom långa föreläsningar med olika fokusområden att välja mellan. Fint upplägg av dagen och jag hade önskat att det var två heldagar i stället för en."



- **Sofie Lantz, Anticimex**

"Jag tycker att HR-dagen hade en bra agenda med aktuella ämnen som var intressant för mig i min roll som HR samt för branschen i stort. Jag uppskattade att formatet inte var för stort och tyckte att lunchen och lokalen höll hög standard."

Följ oss gärna på våra sociala medier:



Anmäl er redan idag!

Begränsat antal platser


Sista anmälningdag: **måndag 23 mars**


| Mars | | | | | | |
|-----------|----|----|----|----|----|----|
| M | T | O | T | F | L | S |
| 23 | 24 | 25 | 26 | 27 | 28 | 1 |
| 2 | 3 | 4 | 5 | 6 | 7 | 8 |
| 9 | 10 | 11 | 12 | 13 | 14 | 15 |
| 16 | 17 | 18 | 19 | 20 | 21 | 22 |
| 23 | 24 | 25 | 26 | 27 | 28 | 29 |
| 30 | 31 | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 |


Anmäl dig och dina kollegor:

Uppge följande vid anmälan för samtliga deltagande:

- Namn
- Befattning
- Vilket företag ni representerar
- Telefon
- Mail
- Eventuell matallergi

 0510-220 95

 anmalan@hr-dagen.events

 www.hr-dagen.events

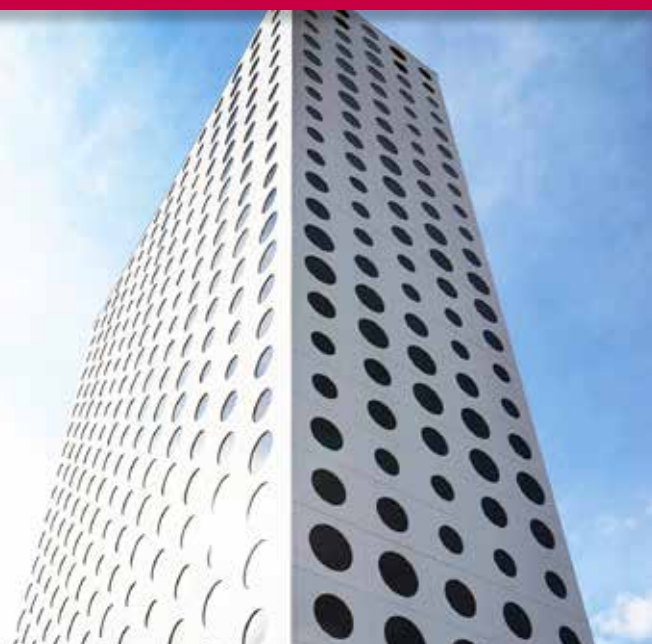
Kostnadsfritt!

När ni anmäler er som besökare på HR-Dagen ingår inträde i mässan, föreläsningar, förmiddagsfika och lunch.

Välkomna till:

Quality Hotel Strawberry Arena
Råsta Strandväg 1, Solna

Fredag 27 mars
Klockan 09.00



Arrangör: Marknadsrespons AB, Fabriksgatan 4, 531 60 Lidköping • 0510-220 95 • www.marknadsrespons.se

Hur kommer det sig att just ni fått detta utskick?

Läs mer om vårt register och vårt arbete med din integritet på www.marknadsrespons.se/gdpr