



HR-DAGEN2026

Uppsala

Välkommen till
HR-DAGEN

Uppsala Konsert | Fredag 10 april
& Kongress | Klockan 09.00

**Kostnadsfritt
deltagande!**
inklusive lunch





Välkomna till **HR-Dagen!**



NÄR:
Fredag 10 april



TID:
09.00 - 14.30



VAR:
Uppsala Konsert &
Kongress,
Vaksala torg 1, Uppsala

HR-Dagen2026

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

Fredag 10 april är det dags för HR-Dagen på Uppsala Konsert & Kongress.

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 mässa 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/uppsala

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
- 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
- 14.15** **Avslutning i mässan**
Utlottning/dragning av fina vinster
- 14.30** **Mässan stänger**

Tävlingar!
Under dagen lottas
fina priser ut



Föreläsningar

i salen "K3/K4"

Programmet är preliminärt och kan komma att ändras

09.45 - 10.10 **Aspia**

EU:s lönetransparensdirektiv är på väg att förändra hur vi arbetar med löner och lönesättning. Vad innebär de nya reglerna - och vilka praktiska förändringar krävs?

Eva Wagner, Senior Manager HR Advisory på Aspia

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 **Emboost**

Att brinna utan att bli utbränd

Prestationspress, otydliga förväntningar och känslan av att aldrig räcka till är vardag för medarbetare i många branscher. Hur kan vi fortsätta brinna för vårt jobb och leverera på hög nivå, utan att bränna ut oss? Ett föredrag om tre beteendeskiften som gör vårt sätt att jobba mer hållbart.

13.15 - 13.40 **SEB**

Psykisk ohälsa ökar stadigt och har blivit vår tids folksjukdom. Vad krävs för att vi ska lyckas vända denna trend? Den här föreläsningen utforskar hur du som arbetsgivare kan främja medarbetarnas välmående i en värld av ständig förändring. Och vad behöver individen själv tänka på för att långsiktigt hålla i en krävande vardag?

Föreläsare Helena Hoffborn, Hälsostrateg SEB

13.50 - 14.15 **Jobbet.se - rekryteringspartner**

Kom och lyssna på Sofie Skaräng, grundare och VD till Jobbet.se, företaget som ständigt utmanar och utvecklar rekryteringsbranschen. Hur ser morgondagens modell för rekrytering ut och varför behöver vi tänka nytt? Medverkar gör även Sara Jansson VD Prohelia företagshälsa.

Utställare på mässan

AA - ANONYMA ALKOHOLISTER

www.aa.se/samarbete

Vi har en unik erfarenhet av alkoholproblem som vi erbjuder fritt för att tillsammans rädda liv.



ASPIA

www.aspia.se

Våra redovisningskonsulter, lönespecialister och rådgivare hjälper dig med redovisning, lönehantering, HR-frågor, affärsrådgivning och oberoende skatterådgivning.



AVANZA PENSION

www.avanza.se/pension/foretag/tjanstepension

En smart och smidig tjänstepension där pengarna får bäst chans att växa – utan onödiga avgifter.



BLODOMLOPPET UPPSALA

blodomloppet.se / GeBlod.nu / uiffriidrott.se

Blodomloppet i Uppsala arrangeras av GeBlod och Upsala IF.



EMBOOST

www.emboost.se

Vi hjälper medarbetare och chefer att skapa hållbara beteenden i arbetsvardagen.



FLEX HRM

www.flexhrm.com

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



GEBLOD UPPSALA

www.geblod.nu

Rädda liv på arbetstid – ge blod och bidra till livsviktig vård.

GeBlod.

JOBDET.SE - REKRYTERINGSPARTNER

www.jobbet.se

Jobbet.se är ett av Sveriges mest erfarna rekryteringsföretag, en partner och HR-chefernas bästa vän!

Jobbet.se
Rekryteringspartner

LEASE A BIKE

www.leaseabike.se

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

**lease
a bike**

MEDHELP CARE

www.medhelp.se

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

MedHelp

RUNÖ FOLKHÖGSKOLA & UTVECKLINGSCENTRUM

www.runoutbildning.se

Arbetsmiljökunskap som blir handling.

RUNÖ
RUNÖ FOLKHÖGSKOLA &
UTVECKLINGSCENTRUM

SEB

www.seb.se

SEB är en ledande nordeuropeisk finansiell koncern där innovation och entreprenörskap är en del av vårt DNA.

SEB

TÄNDSTÅLET

www.tandstalet.se

Vi hjälper ledningsgrupper att skapa rörelse framåt och en hållbar företagskultur.

Tändstålet

**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:



HR-Dagen

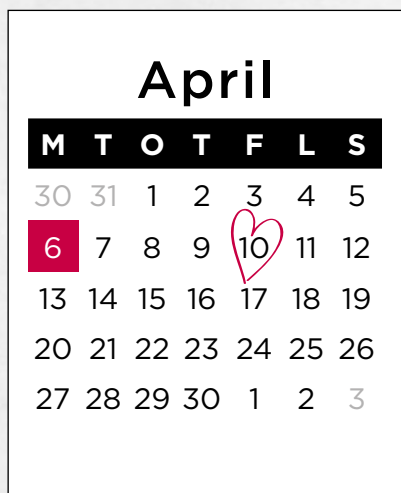


@hr_dagen

Anmäl er redan idag!

Begränsat antal platser

Sista anmälningdag: **måndag 6 april**



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:

Uppsala Konsert & Kongress

Vaksala torg 1, Uppsala

Fredag 10 april

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