

BUSINESS HEALTH

– Din sundhedspartner



– Fordi medarbejderne er den vigtigste ressource



BUSINESS HEALTH ARBEJDER UD FRA EN FIRE-TRINS MODEL, DER SIKKER SAMMENHÆNG I VORES SUNDHEDSKONCEPT

INTRODUKTION

Sundhed introduceres til virksomheden gennem formidling til ledelsen. Herefter motiveres medarbejderne gennem personaleevents, foredrag og formidling af information.

ANALYSE

Fysisk, psykisk og social trivsel afdækkes gennem samtaler, tests og spørgeskemabesvarelser fra hver enkelt medarbejder. Oplysninger behandles naturligvis fortroligt i forhold til den enkelte medarbejder, men de gennemførte undersøgelser giver god indsigt i, hvor "skoen trykker" i virksomheden som helhed. På basis af analyserne udarbejdes handlingsplaner både for de enkelte medarbejdere og for virksomheden.

SUNDHEDSPOLITIK

"Sundhedsfremme på arbejdspladsen er den kombinerede effekt af arbejdsgiver, arbeidstagers og samfundets samlede indsats for at forbedre sundhed og velbefindende hos den arbejdende befolkning. Dette kan opnås ved en kombination af forbedret arbejdsorganisering og arbejdsmiljø, forbedret støtte til arbeidstagers personlige udvikling og fremme af arbeidstagers aktive medvirken". (Luxembourg-deklarationen 1997).



HANDLING

Sundhedsforløbet føres ud i livet med en række initiativer som for eksempel:

- Indførelse af sundheds-, motions- og rygepolitikker
- Motion – som pusterumsøvelser, i motionscentre eller som holdtræning
- Igangsættelse af sundhedskampagner (fx cykle-, løbe- eller skridtkampagner)
- Kostomlægning og/- eller vægttabshold
- Rygeafvænning
- Arbejdspladsindretning
- Massage, fysioterapi eller zoneterapi på virksomheden

EFFEKT

Vi følger løbende op på aktiviteterne for at sikre kvaliteten og effekten. På den måde tilpasses indsatsen efter de aktuelle behov. Faktorer der skal måles på aftales med virksomheden inden igangsætningen af handlingsfasen.



Business Health har høj ekspertise indenfor flere former for virksomhedsanalyser, der alle holder sig indenfor vores kernekompetencer

- sundhed
- arbejdsmiljø

SUNDHEDSPROFIL

Virksomhedens sundhed analyseres på baggrund af sundhedstjek på virksomheden. Sundhedstjek er et tilbud til den enkelte medarbejder. Sundhedstjekket kortlægger den enkelte medarbejders sundhedsprofil, hvor der fx måles BMI, fedtprocent, blodtryk, kolesteroltal, blodsukker, kondital eller hvilke mål der for virksomheden er mest relevant. Sundhedstjekket er i sig selv meget motiverende for den enkelte medarbejder og medfører altid øget fokus på egen sundhed. Herved får medarbejderen indblik i de områder, de kan arbejde med at forbedre, og hjælp til at sætte personlige mål, så de kan arbejde målrettet med at forbedre deres sundhed. Det kan f.eks. være et ønske om at tabe sig, dyrke mere motion, få bedre kondition eller spise sundere. Ud fra de samlede sundhedstjek udarbejdes en rapport, der angiver virksomhedens sundhedstilstand.



EKSEMPLER PÅ SUNDHEDSPROFILER:

SUNDHEDSPROFIL I

- Del 1 Sundhedsmålinger der kortlægger BMI, fedtprocent, hoftetaljeratio, blodtryk, blodsukker, kuliltemåling, kolesteroltal og kondital.
 - Del 2 Spørgeskema der belyser livsstilsfaktorer, herunder vurdering af eget helbred, motions-, kost-, alkohol- og rygevaner.
 - Del 3 Spørgeskema der belyser medarbejderens arbejdsmiljø og stressniveau.
 - Del 4 Konsulent samtale (ca. 20 min) med fokus på medarbejderens livsstil. Der gives et nuanceret billede af medarbejderens sundhed. På baggrund af resultaterne fra del 1-3 opstilles en personlig handleplan til opnåelse af medarbejderens målsætning.
 - Del 5 Samlet afrapportering: Opsamling og konklusion på sundhedsprofilerne samlet for medarbejderne på arbejdspladsen = Arbejdspladsens samlede sundhedsprofil. Handleplan for virksomheden belyser hvilke sundhedsområder arbejdspladsen bør sætte ind overfor, og der opstilles konkrete handlingsforslag til sundhedsfremmende tiltag for arbejdspladsen.
- Pris Vedrørende priser - kontakt Business Health for yderligere information.



SUNDHEDSPROFIL 2

- Del 1 Sundhedsmålinger der kortlægger BMI, fedtprocent, blodtryk, blodsukker, kolesteroltal og kondital.
 - Del 2 Spørgeskema der belyser livsstilsfaktorer, herunder vurdering af eget helbred, motions-, kost-, alkohol- og rygevaner.
 - Del 3 Kort individuel vejledning (ca 5-10 min) på baggrund af resultaterne.
 - Del 4 Samlet afrapportering: Opsamling og konklusion på sundhedsprofilerne samlet for medarbejderne på arbejdspladsen = Arbejdspladsens samlede sundhedsprofil.
Handleplanen belyser hvilke sundhedsområder virksomheden bør sætte ind overfor.
- Pris Vedrørende priser - kontakt Business Health for yderligere information.





ARBEJDSMILJØ

Mange mennesker bruger en stor del af deres liv på arbejdspladsen og det er derfor vigtigt, at de fysiske forhold på arbejdspladsen er optimale for at minimere risiko og udvikling af arbejdsrelaterede gener og belastninger. Computerarbejde belaster muskler i nakke, skuldre, underarme og hænder, og stillesiddende arbejde over lange perioder øger risiko for rygbesvær. Ligeledes viser undersøgelser, at forekomsten af bevægeapparats besvær hos kontoransatte, kan reduceres ved hjælp af fysisk aktivitet og sundhedsfremmende tiltag på arbejdspladsen ("Bevægeapparatsbesvær og brug af informationsteknologi" Arbejdsmiljøinstituttet 2002).

Virksomhedens arbejdsmiljø analyseres på baggrund af de enkelte medarbejders

- arbejdspladsindretninger, herunder støjgener
- arbejdsstillinger
- arbejdsopgaver
- inventar

Analysen sker vha. interviews med medarbejderne, spørgeskemaundersøgelser og observationer af medarbejdernes arbejdsdag. Alle undersøgelser foretages af specialiserede ergo- eller fysioterapeuter.

De eventuelle ergonomiske problemstillinger kortlægges på afdelingsniveau og udmønter sig i en rapport, der angiver de enkelte afdelingers ergonomiske problemer. Samtidig giver Business Health bud på, hvor forbedringer bør sættes ind og hvordan.

Vedrørende priser - kontakt Business Health for yderligere information.

”

HVORFOR INVESTERE I SUNDHEDSFREMME PÅ ARBEJDSPLADSEN?

Sundhedsfremmende miljøer er den bund, der kan gøre det sunde valg til det lette valg. En sundheds- og sygefraværsanalyse fra Dansk Handel og Service viser, at virksomheder der etablerede sundhedstiltag på virksomheden, rapporterede øget trivsel og produktivitet hos medarbejderne og en reduktion i medarbejderomsætningen og sygefravær. Ved at holde fokus på sundhed og gøre sundhed til en fælles sag på arbejdspladsen, er det nemmere for den enkelte medarbejder at komme i gang og fastholde en sund livsstil.

”

BUSINESS HEALTH | – Din sundhedspartner

Lilleringvej 6 | 8462 Harlev J | Tlf. 25 54 45 11 / 25 54 45 12

E-mail: info@businesshealth.dk | www.businesshealth.dk