

Sundhed i arbejdslivet



ModernMind
Indsigt · Handling · Forandring

Skab sundhed – det betaler sig

Vi hjælper jer med at skabe en sund virksomhed på baggrund af Forebyggelseskommissionens og Sundhedsstyrelsens anbefalinger samt den nyeste viden indenfor sundhed i arbejdslivet. Der er ikke mange, der formår at omsætte sundhedsteoriene og –fakta til handling. Det gør vi.

Vores indsatsområder:

- Sundhedworkshops
- Individuelle sundhedsprofiler
- Sundhedstjek af hele organisationen
- Sundhedspolitikker
- Tiltag overfor KRAM

Sundhedworkshops

Formålet med vores sundhedworkshop er at støtte jer i at udviklingen af sammenhængen mellem arbejde og sundhed samt jeres forhold til kost, rygning, alkohol og motion. I denne forbindelse vil vi afklare jeres virksomheds sundhedsbegreb og tage fat i den nyeste viden indenfor sundhed.

En nærmere forståelse af sammenhængen mellem arbejde og sundhed vil give en positiv påvirkning, som er til gavn for alle i virksomheden.

Individuelle sundhedsprofiler

ModernMinds fysioterapeuter og sygeplejersker tester og vejleder jeres medarbejdere mod en sundere livsstil. Vi skræddersyr sundhedsprofilerne til den enkelte arbejdsplads og branches udfordringer:

Sundhedsprofilen varer 45-60 minutter, og indeholder en række udvalgte målinger:

- Kolesterol
- Blodsukker
- Blodtryk
- Fedtprocent
- BMI
- Vægt
- Taljemål
- Snak om livsstil
- Personlig handlingsplan

Efter testen har medarbejderen og testlederen en fortrolig dialog, hvor resultaterne gennemgås. Der er fokus på gode råd til forbedringer, samtidig med at der defineres motiverende handleplaner/målsætninger. Medarbejderen modtager efterfølgende en personlig rapport, som beskriver forløbet og resultaterne.

Tiltag overfor KRAM

Vi hjælper jer med at sætte fokuseret ind overfor kost, rygning, alkohol og motion.

Sundhedstjek af hele organisationen

Gennem en "sundheds-spørgeskemaundersøgelse" vurderer vi den samlede sundhedstilstand for jeres organisation og medarbejderne. Med baggrund i den kan I systematisere jeres koordinere indsats overfor sundhed i virksomheden.

Sundhedspolitikker

Vi hjælper jer med at udforme en sundhedspolitik, der bidrager til at fremme de ansattes sundhed og trivsel. Har I har flere sundhedsfremmeordninger, vil en sundhedspolitik skabe større sammenhæng mellem dem.

Sted og pris

ModernMind udformer individuelle tilbud

ModernMind

Indsigt · Handling · Forandring

www.modernmind.dk

Kontakt@modernmind.dk

Sølvgade 38C, Pakhuset

1307 København K

+ 45 – 42 70 16 16

