



Sundhedstjek

- tag temperaturen på sundheden

Medarbejderne er et vigtigt aktiv, og et faktum er, at stress, sygefravær og dårlig trivsel kan føre til store omkostninger for arbejdspladsen.

Avidenz kan tilbyde at give jeres medarbejdere et sundhedstjek. Den enkelte medarbejder vil gennem måling og samtale få et grundigt indblik i sin egen sundhedstilstand og rådgivning til at ændre vaner på de områder, hvor det eventuelt kunne være hensigtsmæssigt med en sundere livsstil.

Målinger og tests af medarbejderens fysiske tilstand vil bl.a. omfatte:

- Blodtryk
- Vægt
- Fedtprocent
- Væskemåling
- Kondital
- Blodsukker
- BMI
- Muskelmasse
- Kolesterol

Udover målingerne vil vi sammen med den enkelte medarbejder også gennemgå et spørgeskema, hvor undersøgelse af kost, tobaksrygning, forbrug af alkohol, motion og eventuelle tegn på stress vil blive undersøgt. Ud fra de målte værdier samt levevis har den efterfølgende samtale fokus på **at motivere medarbejderen til en livsstil, der forebygger livsstilsrelaterede sygdomme.**

Virksomheden får efterfølgende en samlet rapport, der overordnet beskriver sundhedstilstanden på virksomheden og anviser, hvor der bør sættes ind.



*En investering i sundheden vil over tid medføre en positiv påvirkning af medarbejdernes trivsel og dermed også **virksomhedens økonomi.***

LO har i sin rapport fra 2010 "Arbejds miljø set med virksomhedsøkonomiske briller" fundet, at for hver krone, der investeres i sundhedsfremme, kommer der mellem 2,50 kr. og 10,10 kr. tilbage i form af sparede omkostninger til fravær.

Sundhedstjekket varer ca. 1 time pr. medarbejder, og der vil ske opfølgning efter et ½ år. Alle oplysninger og målinger behandles naturligvis fortroligt.

KONTAKT:

Avidenz på tlf. 66 17 34 55 og få en aftale eller nærmere oplysninger af en af vore konsulenter på området.