

Projekt Sundhedsfremme

– Sæt mål for den sunde arbejdsplads

Trin 3: Projektet realiseres i organisationen

Hvordan realiserer vi vores planer?
Hvem er ansvarlig for aktiviteterne?
Hvem skal deltage?
Hvad er målene for aktiviteterne?

Det er nyttigt at inddele de planlagte aktiviteter i mindre processer, der skal realiseres efter en fastlagt tidsplan. Både interne og eksterne aktører kan være ansvarlige for dele af programmet.

Sundhedsfremme på arbejdspladsen bør være en integreret del af de daglige rutiner på arbejdspladsen. Processen skal inddrage alle, og alle skal have mulighed for at bidrage til den.

Trin 4: Uddannelse af sundhedsformidleren

Sundhedsformidleren har som mål, at virksomheden kan være med til at fremtidssikre sine medarbejders sundhedstilstand. Det kan f.eks. ske ved, at sundhedsformidleren er en overbygning på tillidsrepræsentant- eller sikkerheds-

organisation. Sundhedsformidleren bliver en nøgleperson i virksomheden og er det organisatoriske bindeled med følgende kompetencer:

- Skal tage initiativer inden for KRAMS.
- Skal kunne motivere medarbejdere til at arbejde med egen sundhedsfremme.
- Skal kunne stå for den konstruktive dialog.
- Skal kunne fungere som mødeleder og styre processer.
- Skal have fornøden indsigt i arbejdsmiljø og sundhed.
- Skal kunne skabe engagement og sætte dagsordener, samt udvikle afdelingens formelle og uformelle kultur inden for KRAMS områderne.

Trin 5: Opfølgning og evaluering

Der er behov for løbende vurdering og nyorientering af alle aktiviteter.

Hvordan følger vi op på og evaluerer processen?
Har vi nået de ønskede mål?
Hvordan sikrer vi kontinuerlige fremskridt?

Projekt Sundhedsfremme

– Sæt mål for den sunde arbejdsplads

An apple a day...



KompetenceCenter for

Servicefagene

- en del af AMU  Nordjylland

Økonomi:

Der udbetales løntabsgodtgørelse op til max dagpenge som p.t. udgør kr. 725,00 pr. dag efter gældende regler. Hvis du får løn under uddannelsen, refunderes godtgørelsen til din arbejdsgiver. Der kan søges om befordringstilskud og gratis indkvartering efter gældende regler. Der er lovbestemt deltagerbetaling mellem kr. 110 - 170 pr. dag.

Kontakt:

Virksomhedskonsulent

Inger Knudsen

inger@amunordjylland.dk

Telefon 96 33 22 11

Direkte: 96 33 23 28

eller

Proceskonsulent

Torben E. Andersen

tea@amunordjylland.dk

Telefon: 96 33 22 11

Direkte: 96 33 23 64

Projekt Sundhedsfremme

– Sæt mål for den sunde arbejdsplads

Projekt Sundhedsfremme

AMU Nordjylland har sammen med Dansk Firmaidrætsforbund udviklet et koncept om sundhedsfremme på arbejdspladsen. Projektet går ud på at sætte fokus på medarbejdernes sundhedsfremme inden for KRAMS, som står for Kost, Rygning, Alkohol, Motion og Stress.

Sundhedsfremmende aktiviteter består både af fysiske, psykiske og sociale elementer. Det kan f.eks. være sundhedstjek, sundhedscafé, sundhedstræning, aktivitetsdage, motionsforløb, motionsrum, sund kost og hvordan man udgår stress.

De fleste virksomheder har efterhånden en ryge- og alkoholpolitik, og flere og flere virksomheder har motion og sund mad på dagsordenen.

Den sundhedsfremmende trend rummer budskabet om "fælles ånd" på virksomheden, hvilket i meget høj grad kan medvirke til bedre helbred og trivsel for den enkelte medarbejder. Fordelene hermed er, at det bliver gjort i fællesskab.

For at få fokus på Projekt Sundhedsfremme i virksomheden har vi udviklet en Sundhedsformidleruddannelse, som handler om, at få sat sundhed på dagsordenen på en mere systematisk måde i virksomheden. Sundhedsformidleruddannelsen er ikke et mål i sig selv, det er et middel til at fremme virksomhedens sundhedsstrategi.

Projektet gennemføres sammen med AMU Nordjylland på den måde, at man først uddanner nogle udvalgte medarbejdere som sundhedsformidlere. Efterfølgende gennemfører man så et sundhedsprojekt, som under visse omstændigheder kan gennemføres som et AMU projekt i virksomheden.

Økonomi

Det er vigtigt, at der udarbejdes et budget for et forløb i virksomheden. Hvor mange medarbejdere skal deltage i projektet og hvor mange kursusdage afsættes til projektet?



Projekt Sundhedsfremme

– Sæt mål for den sunde arbejdsplads

Da ingen projekter er ens, kan vi ikke forudsige en pris, før vi kender forløbet i virksomheden, men så er vi også klar til at give et tilbud fra AMU Nordjylland og Dansk Firmaidrætsforbund.

Strategiseminar og nyhedsbrev

For at sikre projektet optimal gennemslagskraft, anbefaler vi, at der afholdes et strategiseminar eller informationsmøde med chefgruppen, afdelingsledere/mellemledere og med tillidsrepræsentanter og andre relevante interessenter.

Vi anbefaler, at der udsendes et nyhedsbrev fra chefgruppen til alle medarbejdere om projektet. Det kan eventuelt suppleres med et møde, hvor vi fra AMU Nordjylland og Dansk Firmaidrætsforbund deltager med information m.m.

Gennemførelse

Trin 1: Forberedelser

Vi har besluttet, at indføre sundhedsfremmeaktiviteter på vores arbejdsplads, som beskrevet i "Projekt Sundhedsfremme".

Hvordan sikrer vi et godt samarbejde om projektet?

Hvordan informerer vi medarbejderne om aktiviteterne i "Projekt Sundhedsfremme"?

Hvordan skaber vi medarbejdernes accept og opbakning til Projekt Sundhedsfremme?

Trin 2: Mål og delmål

Hvordan opstiller vi målene for aktiviteterne?

Hvad fungerer godt på vores arbejdsplads, og hvad kan vi forbedre?

Målene for aktiviteterne dokumenteres i en udviklingsplan, der beskriver processen for sundhedsfremme på arbejdspladsen. Planen beskriver både formål, mål, ansvarlige aktører, tidsplan og opfølgning og evaluering af programmet.

Diskussioner om personlig udvikling mellem arbejdsledere og medarbejdere og undersøgelser af organisationsklimaet kan anvendes til at analysere funktionen på gruppeniveau.

Der er udviklet et spørgeskema til selvevaluering, som kan anvendes til denne opgave.