

Bedre sundhed – større arbejdsglæde



Sygeplejerske Annette Larsen fra AG Sundhedsfremme er i gang med et sundhedstjek.

YIT's Servicecenter i Randers har gennem det sidste år arbejdet med at sætte et pilotprojekt på benene omkring "Sundhedstilstanden hos medarbejderne". Forarbejdet har været baseret på en afdækning af behov og muligheder og sidst i april kunne vi byde Annette Larsen fra AG Sundhedsfremme velkommen i YIT Servicecenter Randers.

Alle forundersøgelser og muligheder for sundhedsprojekter er afdækket i tæt samarbejde med vores QHSE-afdeling, idet arbejdsmiljø og sundhed går hånd i hånd. AG Sundhedsfremme rykkede ind og alle medarbejdere, som ønskede at deltage i projektet, blev gennemgået fra A til Z.

Og i skrivende stund er dagene kommet, hvor YIT i Randers er i fuld gang, med det helt store sundhedsprojekt. Alle medarbejdere i YIT i Randers har fået tilbuddet om at kunne deltage i sundhedsprojektet. Kun 2 ud af 23 medarbejder har takket nej til at deltage.

Efter undersøgelsen, blev resultaterne gennemgået med hver enkelt medarbejder. Efterfølgende er der også udarbejdet en handlingsplan for hver enkelt medarbejder, således at eventuelle konstaterede sundhedsproblemer eller indikationer bliver adresseret med aktiviteter og handlinger.

Vi ved alle, at uden opfølgning – ingen gevinst. Så der er også planlagt et opfølgningsmøde sidst i oktober, hvor der bliver gennemført tilsvarende test og fulgt op på handlingsplanen.

Hver enkelt medarbejder får en tilbagemelding på baggrund af, at AG Sundhedsfremme opsaml

data til senere sammenligning og effektmåling.

Coachforløbet skal give hver enkelt medarbejder mulighed for at finde nogle værktøjer til håndtering af hverdagens opgaver og problemer – igen baseret på hvert enkelt individs behov.

Ledelsen i YIT i Randers får ikke adgang til disse data, og grundet antallet af medarbejdere i YIT i Randers afgives der heller ingen generel tilbagemelding. Der er altså fuld anonymitet. Denne helbredsundersøgelse har dog givet anledning til intern snak mellem medarbejderne i større eller mindre grad. Nogle skal jo dyrke mere motion, andre skal forsøge at ændre kostvaner, men alle har fået individuelle råd, som vi håber bruges konstruktivt. Ønsket er, at vores medarbejdere får et bedre helbred, med mere arbejds- og livsglæde og mindre fravær til følge.

Vi afslutter ovenstående projekt i slutningen af oktober. Hvis vi da har skabt et større velvære og dermed større arbejdsglæde på vores arbejdsplads, har vi skabt en succes.

Dorte Gehrt Iversen
Danmark

Sundhedsprojektet består af 3 trin:

- Trin 1 – Spørgeskema
- Trin 2 – Sundhedstjek
- Trin 3 – Coaching

Sygeplejerske **Annette Larsen** fra AG Sundhedsfremme gennemfører de fysiske målinger og test under sundhedstjekket.

Undersøgelsen varer ca. 45 minutter og indeholder følgende elementer:

- Måling af lungekapacitet i form af Peak-flow
- Måling af differentieret kolesterol
- Måling af blodtryk og puls
- Beregning af Body Mass Index (BMI)
- Beregning af fedtprocent
- Gennemførelse af urintest for sukker, blod og infektion
- Konditest på motionscykel.