

SUNDE MEDARBEJDERE SUND VIRKSOMHED

2017-01-S

SUND OG ROBUST ORGANISATION FREMME

- ✓ Glade og motiverede medarbejdere
- ✓ Ro og tryghed i organisationen
- ✓ Økonomisk gevinst og tidsbesparelse

Evia Consult finder, sammen med virksomheden, de optimale rammer for organisationens sundhedskultur.

Dette med fokus på medarbejderne, ambitioner og virksomhedens øvrige kultur.

Kontakt os for en uforpligtende snak.



Kontakt

Evia Consult

Eva Larsen

2062 4804

el@eviaconsult.dk

www.eviaconsult.dk

SUNDHEDSFREMME – EN GOD INVESTERING

En god kvalitet på råvarer og materialer til din virksomheds eller organisations produkter eller ydelser, er afgørende for et godt færdigprodukt. Medarbejderne er imidlertid ligeså uundværlige, da det er dem der har den nødvendige viden, samt er de udførende i procestrinene frem til det gode færdigprodukt.

For at medarbejdere kan yde sit bedste og bidrage med sit fulde potentiale, skal de ligeledes have stor opmærksomhed og pleje. Investeringen her har ofte fokus på den faglige del, hvilket også er en vigtig parameter, dog er trivsel og sundhed afgørende for, at fagligheden kan leveres fuldt ud.

Sp.: Hvad er trivsel ?

Sv.: Trivsel kan defineres som ”et menneskes udtryk for et velbefindende, der giver det enkelte menneske følelsen af overskud, gå-på-mod, handlekraft og glæde ved livet”. Arbejdslivet fylder en stor del af hverdagen hos de fleste, og har derfor stor indflydelse på de 4 forholds opnåelse.

Sp.: Hvad er sundhed ?

Sv.: Sundhed kan defineres som ”sundhed og kost er to nært forbundne begreber, da kosten er en afgørende faktor for sundhed. Sundhed har betydning for kroppens vitale funktioner”. Det er derfor væsentligt at være kvalitetsbevidst når vi udvælger mad- og drikkevarer, så vi får det bedst mulige udgangspunkt for en sund krop.

Basalt set er kosten vores byggesten til en sund krop, der dermed kan yde sit bedste og give mulighed for god energi og trivsel i hverdagen. Dette indgår også i begrebet robusthed, der både omfatter den fysiske del i form af en sund krop, og den mentale del, der handler om at være god til at håndtere dagens udfordringer i stort og småt. En sidegevinst er et bedret helbred, og dermed færre sygdomme.

Hvordan skal sundhedskulturen være i din virksomhed ?

Kultur er noget der skabes over tid, og etablering eller justering af rammerne er et af de første skridt, der kan tages. Dette kan både være ved tiltag på organisatorisk plan, og på individ niveau.

Løsning skræddersyes til jeres ønsker og ambitioner omkring fysisk og mental sundhed, og kunne bl.a. indeholde flg.:

- Øge viden og bevidsthed gennem foredrag, eller mødeinput.
- Fremme den enkeltes egen handling ved personlig coaching.
- Afholde kampagne, event, kursus, eller workshop.
- Sammensætte tilbud og ordninger for sundhedsfremme.

» Få overskud hos medarbejderne og på bundlinjen «
