

SUNDHEDSPROFILEN

SUNDHEDSTJEK

Sundhedsfremme er en oplagt mulighed, som virksomheden kan gøre brug af, for at få analyseret medarbejdernes sundhedstilstand og synliggøre behovet for at fremme sundheden i virksomheden.

Før mødet med sundhedskonsulenten udleveres en sundhedsprofil, som udfyldes inden mødet. Under mødet tales der om medarbejderens situation lige nu og behovet for at skabe forandring.

Den personlige sundhedstilstand:

1. Motionsvaner
2. Kostvaner
3. Rygevaner
4. Alkoholvaner
5. Velbefindende
6. Medicinforbrug
7. Tilfredshedsskema
8. Motivation for ændringer

Helbredsmålinger:

1. Blodtryksmåling – for højt/lavt blodtryk
2. Blodsuktermåling – diabetes (sukkersyge)
3. Vægtmåling herunder BMI – overvægt/undervægt
4. Fedtprocent måling
5. Kolesterol – via blodprøve måles kolesterol

Konditest kan udføres efter nærmere aftale.

Samtale med sygeplejersken og rapportering:

Medarbejderen vælger hvilke emner ud fra sundhedsprofilen, der skal tales om, hvorefter der defineres mål ud fra beslutningsbalancen. Hermed får den enkelte og virksomheden et godt billede af behovet for og motivationen til forandringsprocesser.

Skriftlig tilbagemelding i generaliseret og anonymiseret form udarbejdes efterfølgende til HR-afdelingen eller ledelsen.

På baggrund af resultaterne kan et videre forløb omkring f.eks. stresshåndtering, massage, teambuilding, rygestop, kost og motion aftales.

Tid- og priseksempel:

Komplet sundhedsfremmende undersøgelse (ekskl. konditest) DKK 450,00 ekskl. moms. For tilpasning af programmet, møder, slutrapportering samt fremlæggelse betales DKK 7.500,-, hvortil lægges moms efter gældende regler.