

Sund i et godt arbejdsliv

- Danmarksturné om integration af sundhedsfremme og arbejdsmiljø (ISA)



AM 2011

8. november 2011

Program

- Danmarksturné hos 28 arbejdspladser v/Evy Martinussen og Jeanette Sandberg Bossen
- Distrikt Ribe Syd v/Mona Buhl
- AXA Power v/Henrik Olsson
- Panel-debat



>> Sundhed handler om fysisk, psykisk og socialt velvære og om at have ressourcer til at leve et liv, man har lyst til

WHO

Processen

- Arbejdsgruppe: Arbejdsmiljørådet, Forebyggelsesfonden, Videncenter for arbejdsmiljø, IBAR og 3BAR
- 35 virksomheder inviteret – 28 sagde ja tak
- Danmarksturné på 4 uger – fra Sæby til Bornholm
- Interviews 1-1½ time
- Ledere, medarbejdere, AR-repræsentanter mv.
- Mange stemmer, skaber det bedste katalog



>> Sundhed på en arbejdsplads er vilkår, der skaber trivsel, udviklingsmuligheder og fysisk aktivitet

Vejle Kommune

Et katalog til inspiration

- Et inspirerende opslagsværk
- Illustrere integrerede aktiviteter (ISA)
- Geografisk, branche, type, aktiviteter
- Virksomhedernes stemme
- Let tilgængeligt og anvendeligt
- Findes: www.amr.dk/ISA



>> Vores forskning viser, at to minutters daglig træning med elastikker er nok til at mindske smerterne for folk med stille-siddende arbejde

Seniorforskere Lars L. Andersen

Integration af sundhedsfremme og arbejdsmiljø - ISA

- Sammentænkning af sundhedsfremme og arbejdsmiljø
- Handler ikke om KRAM
- Bruger sundhedsfremme til at ændre arbejdsmiljøet
- Ændrer arbejdsmiljøet for at styrke sundheden
- Understøtter et strategisk mål om fx bedre trivsel
- ISA er en af vejene til at opnå et godt arbejdsliv og et bedre helbred



>> Integration af sundhedsfremme og arbejdsmiljø betyder bl.a., at indsatsen tænkes sammen med arbejdets organisering, medarbejdernes hverdag og ledelsens prioritering

Hovedpointerne

Der findes ikke kun én rigtig måde, men mange

- **Samarbejde og dialog** er hjørnestenene i ISA-arbejdet
- Tænk indsatsen ind i de **systemer, rammer og fora**, der er i forvejen
- Igangsæt ikke projekter, men **indsatser**
- **Arbejdsmiljøorganisationen** (AMO) skal inddrages i beslutningsprocessen – brug APV'en og den årlige drøftelse
- Ledelsesopbakning er ikke nok – der skal **ledelsesengagement** til
- **Mellemlidelsen** bør involveres
- Inddragelse i den **strategiske** tænkning øger effekten
- Der er tale om en **forandringsproces** på lige fod med andre forandringer



>> Vi er sammen på arbejdspladsen i rigtig mange timer daglige, og det gør, at vi kan skabe sunde kulturer kollektivt

Arbejdstilsynet, Tilsynscenter Syd

Hovedpointerne (fortsat)

Der findes ikke kun én rigtig måde, men mange

- **Kulturen** spiller en vigtig rolle – Man skal have et godt psykisk arbejdsmiljø
- Afklar **rollerne** for alle og hav styr på **spillereglerne** fra starten
- En god **projektbeskrivelse** gør det ikke alene
- Opstilling af **mål** sikrer et kontinuert fokus
- **Mål** på noget relevant – hvorfor måle på noget der er evidens for
- Større deltagelse ved målrettede aktiviteter **på arbejdspladsen**



>> Der kommer ikke meget handling ud af alene at have de rigtige holdninger



Hovedpointerne (fortsat)

Der findes ikke kun én rigtig måde, men mange

- Et **bredt udbud** af aktiviteter giver høj deltagelse
- Brug **pengene** rigtigt – tænk forebyggelse
- Øvelser udarbejdet af **eksperter** har større forebyggende effekt
- Stil de rigtige krav til **konsulenterne**
- Sæt ekstra fokus, når **pengene forsvinder**
- Det er en **on-going proces** – sørg for at tænke i fornyelse



>> En del af det at gå på arbejde her handler om at dyrke motion, modtage danskundervisning osv.

Entreprenør Christiansen og Essenbæk

Fra idé til drift

- Tilpas og udvikl indsatsen til egen arbejdsplads
- Gør indsatsen og aktiviteterne synlige på arbejdspladsen
- Evaluér og tal om, hvordan I kan fastholde og forny indsatsen
- Indarbejd indsatsen i den daglige drift og de ledelsesmæssige beslutninger



>> Det er en god idé at tænke indsatsen ind i det, man laver i forvejen. Det forhindrer, at det kommer til at være noget, der er isoleret fra den daglige drift

Udbytte

- Bedre trivsel
- Mindre smerter
- Færre ulykker og arbejdsbetingede lidelser
- Mere energi
- Større arbejdsglæde
- Lavere sygefravær
- Lavere personaleomsætning
- Bedre produktivitet
- Bedre balance mellem familieliv og arbejdsliv
- Og meget, meget mere



>> Man skal sørge for, at medarbejderne kommer ud og får noget frisk luft og høre fuglene synge. Det giver trivsel og energi

AXA Power

Indhold i kataloget

- Del 1 – Hvad er ISA?
- Del 2 – Fra idé til drift
- Del 3 – Temaartikler, virksomhedsportrætter og små praktiske ideer
Fx: Sundhedsledelse, trivsel mv.

Udkommer 30. november 2011

www.amr.dk/ISA

