

SUKKERSHERIFFEN

SUND BALANCE GI'R HØJ KADENCE

Glostrup Forsyning

ønskede en sundhedsindsats med fokus god energi & sund balance

Arbejds miljø- og samarbejdsudvalget er enige om, at missionen lykkedes med stor succes

Et samlet ASU evaluerede et fire ugers forløb for virksomhedens i alt 30 medarbejdere i marts 2018 og udtalte blandt andet:

- "det har givet en masse gode snakke blandt flok - og dermed øget vores opmærksomhed - det rykker"
- "flere har spist frokost i kantinen - makrel og sild, grøntsager og rugbrød har fået et ordentligt nøk op"
- "alle har været positive stemt - ingen har rynket på næsen, tværtimod har det været sjovt at være med"
- "vores fitnesslokale er blevet mere populært end nogensinde"
- "det har været godt at have en fælles "fjende" i Sukkersheriffen - det har virket som teambuilding"
- "hvidt brød til morgenmad er blevet skiftet ud med rugbrød, havregryn og tykmælk" (driftsafdelingen)

Virksomhedens samlede sundhedsprofil er over en bred kam forbedret:

- Medarbejderandelen med forhøjet kolesteroltal er blevet reduceret fra 71 til 38 procent
- 67 procent af medarbejderne tabte sig i forløbet
- Usunde kostvaner er især forbedret på området for fisk, fuldkorn, grøntsager og sukker
- 58 procent motionerede for lidt før - 43 procent af dem er kommet i højere omdrejninger

Afledt af sundhedsindsatsen besluttede ASU efterfølgende:

- at lukke "hullet i hegnet til Karen Wulf" som en af medarbejderne har adgang til, så strømmen af gratis kage herfra stoppes én gang for alle
- at leverandører informeres om, at GF ikke længere ønsker at modtage slik- og kagegaver
- at kage til møder erstattes med frisk frugt og grøntsager

Direktør Bo Nørbjerg og afdelingsleder Kristian Schou er enige om, at forløbet er noget, de med glæde fortæller om i deres netværk:

"Det signalerer jo, at vi er optaget af vores kollegers helbred. Man er lidt stolt af at have brugt ressourcer på noget, som så mange medarbejdere har taget godt imod og har fået noget ud af".

"Og så får I mange komplimenter for jeres humor", tilføjer Kristian. "Det hele har været rigtig godt".

Forløbet "Hvis din krop var en Ferrari"

indeholder en blanding af fælles og individuelle tilbud i arbejdstiden:

Opstartsmøde med samtlige medarbejdere

1. personlige sundhedstjek

Mellemmåltidsevent for alle på arbejdspladsen

2. personlige sundhedstjek

Fælles afslutningsmøde med samtlige medarbejdere