

# ARBEJDSMILJØSAMTALE med mulighed for sundhedstjek



Den enkelte medarbejders sundhed har stor betydning for virksomhedens produktivitetsniveau. Derfor er der en stor gevinst i at hjælpe medarbejderne med at øge den generelle sundhed og at sikre, at de har gode og sikre forhold at arbejde under. En 360 graders arbejdsmiljø-samtale er en skræddersyet løsning med et bredt forebyggende fokus, der kan være medvirkende til at mindske nedslidning, sænke sygefraværet samt øge trivsel, arbejdsglæde og effektivitet.

Arbejdsmiljø samtalen giver den enkelte medarbejder mulighed for selv at sammensætte sin dialog alt efter behov og ønsker. Indholdet er fleksibelt og tager udgangspunkt i medarbejderens jobfunktion, kendte arbejdsmiljøbelastninger og udspecificerede helbredsoplysninger. Det kunne f.eks. være stress, smerter eller indeklima, som medarbejderen oplever udfordringer med i hverdagen, og som derfor er relevante at have fokus på.

Hvis medarbejderen selv ønsker det, inddrager vi elementer fra vores sundhedstjek, hvor vi foretager forskellige fysiologiske målinger efter eget valg. Det kunne f.eks. være en eller flere af disse:



**Udspecificeret kolesterol**  
total, HDL, LDL, triglycerid



**Blodsukker**



**Blodtryk**



**Puls**



**Kropskomposition**  
fedtprocent, BMI, visceral  
fedt, livvidde



**Kondital**  
steptest

Deltager flere end 20 personer i en arbejdsmiljø samtale, giver det stor værdi for rigtig mange virksomheder at få udarbejdet en samlet rapport. Rapporten giver et overordnet billede af, hvilke indsatser der er relevante at arbejde videre med i fællesskab for at forbedre medarbejdernes generelle arbejdsmiljø, sundhed og trivsel.

## VIL DU VIDE MERE?

Vi tilpasser forløbet, så det passer til den enkelte arbejdsplads, og rådgiver om sundhedsindsatser, der er i tråd med virksomhedens dagligdag.

### Kontakt os

Vil du høre mere om, hvad vi kan gøre for dig? Læs mere om vores kompetencer på [amcentret.dk](http://amcentret.dk), eller kontakt os på [sundhed@amcentret.dk](mailto:sundhed@amcentret.dk).

Rikke Boisen | 9340 2200  
Mette Skau | 9340 2201

ERGONOMI  
& SUNDHED