

# EFFEKT AF SUNDHEDSARBEJDET

## LÆG SUNDHEDSTILBUDDENE I ARBEJDESTIDEN – OG FÅ STØRST MULIG EFFEKT

Mange flere benytter sig af sundhedstilbud som motionshold og sundhedstjek, hvis de ligger i arbejdstiden. Op til 3 gange flere deltager i tilbuddene, når de ligger i arbejdstiden, end hvis de ligger efter fyraften.

### 1.

#### EFFEKTIVITET

##### Sygefravær

- Inaktive har op til 4 årlige sygefraværsdage mere end aktive
- Motion i arbejdstiden kan nedsætte korttidssygefraværet med op til 29%

##### Produktivitet

- Sundhedsindsatsen kan give en årlig gevinst (ROI) på mellem 2,50 kr. og 5 kr. for hver investeret krone, baseret på fald i sygefravær samt øget produktivitet, kvalitet, arbejdsmoral, tværfagligt samarbejde m.m.
- Axa power: selvom der i arbejdstiden er afsat en halv time dagligt til motion, er produktiviteten øget: "7,5 timer med fuldt overskud er bedre end 8 timer med et par sløje timer"
- Efter motion kommer hjernen "op i tempo". Arbejdsevne, problemløsning, arbejdshukommelse, opmærksomhed og samarbejde forbedres.

### 2.

#### ARBEJDSGLÆDE

##### Tilfredshed med arbejdet

- 83% af danske erhvervsledere mener, at sundhedsindsatsen har positiv effekt på medarbejdertilfredshed
- En række danske studier dokumenterer, at sundhedsindsatser fører til øget medarbejdertilfredshed

##### Rekruttering/fastholdelse og image

- 53% af danske erhvervsledere mener, at sundhedsindsatsen har positiv effekt på rekruttering
- 58% af danske erhvervsledere mener, at sundhedsindsatsen har positiv effekt på virksomhedens image

### 3.

#### HOLDÅND

##### Relation til kollegaer

- 66% mener, at motion via arbejdspladsen styrker relationerne til kollegaerne, og 58% mener, at arbejdspladser burde tilbyde deres medarbejdere gratis motion
- Relationen til kollegaer er den vigtigste faktor i forhold til at fastholde medarbejdere. 67% svarer, at gode kolleger er årsagen til, at de er blevet mange år på samme arbejdsplads

##### Relation mellem ledere og medarbejdere

- Et dansk studie viser, at forholdet mellem medarbejdere og ledelse kan forbedres gennem en sundhedsfremmeindsats. Samtidigt har færre medarbejdere ønske om at skifte job.

For henvisning til kilder kontakt Dansk Firmaidrætsforbund.



DANSK  
FIRMAIDRÆTS  
FORBUND