Arla

Arla

Mit gode liv

Et partnerskab med fokus på kortuddannede mænds sundhed og trivsel

www.mitgodeliv.dk

Gode Liv

Partnerskabet

HJERTEFORENINGEN

rådgivende sociologer

Lungeforeningen

Weltklasse reklame + pr

DANSK FIRMAIDRÆTS FORBUND

Arla

- forskellige kompetencer, samme mål

MIT GODE LIV

Baggrund

Stigende social ulighed i sundhed

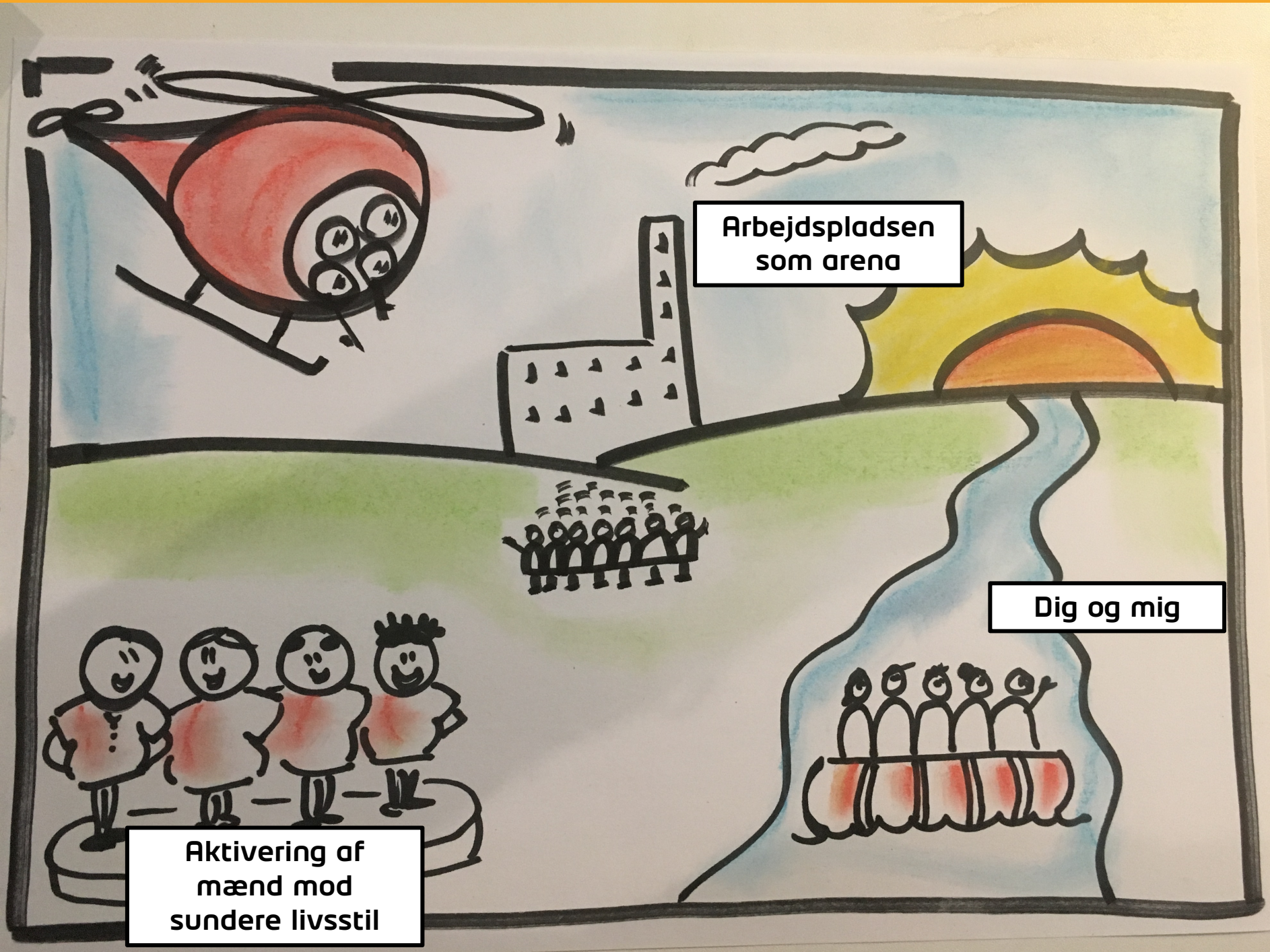
Kønsforskelle i sundhed og livsstil

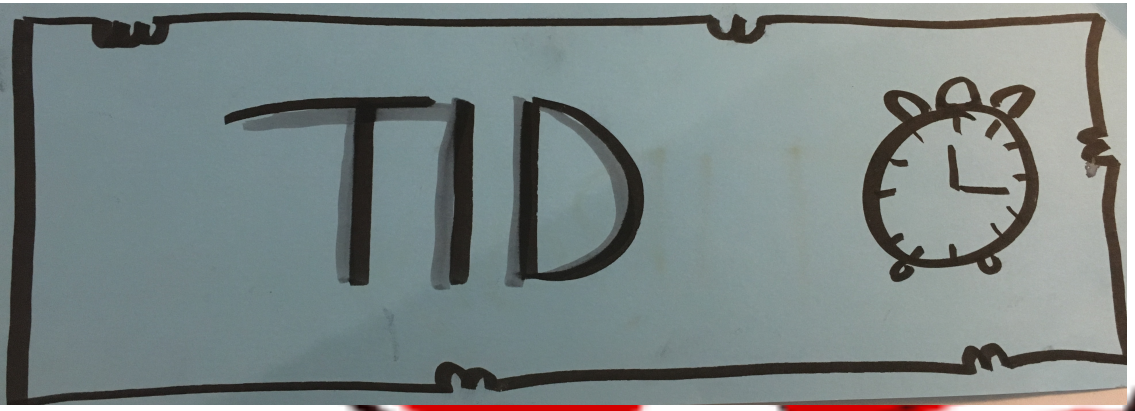
→Sundhedspotentiale ift.
kortuddannede mænd

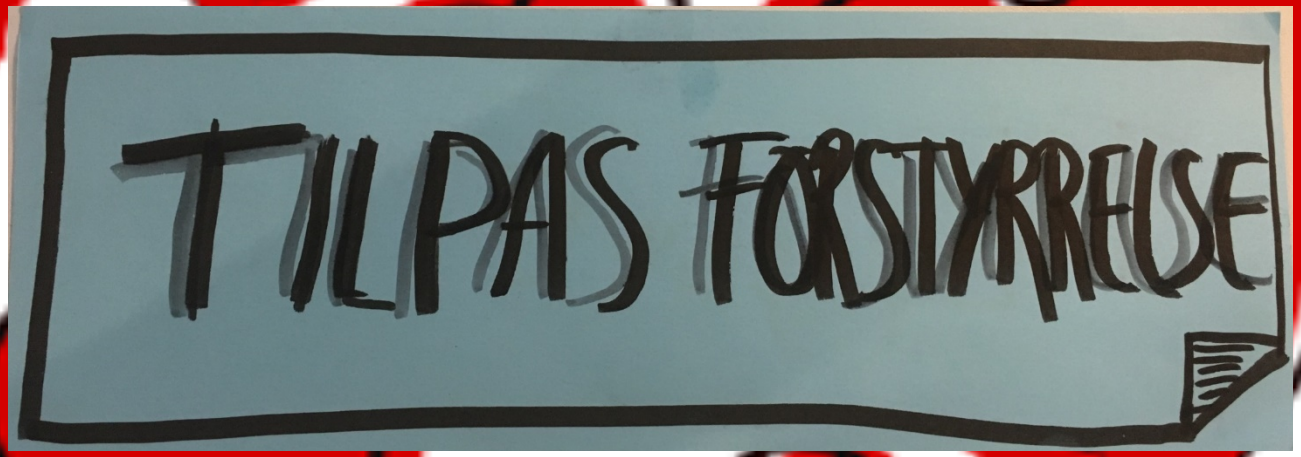
Arbejdspladsen som arena for sundhedsfremme

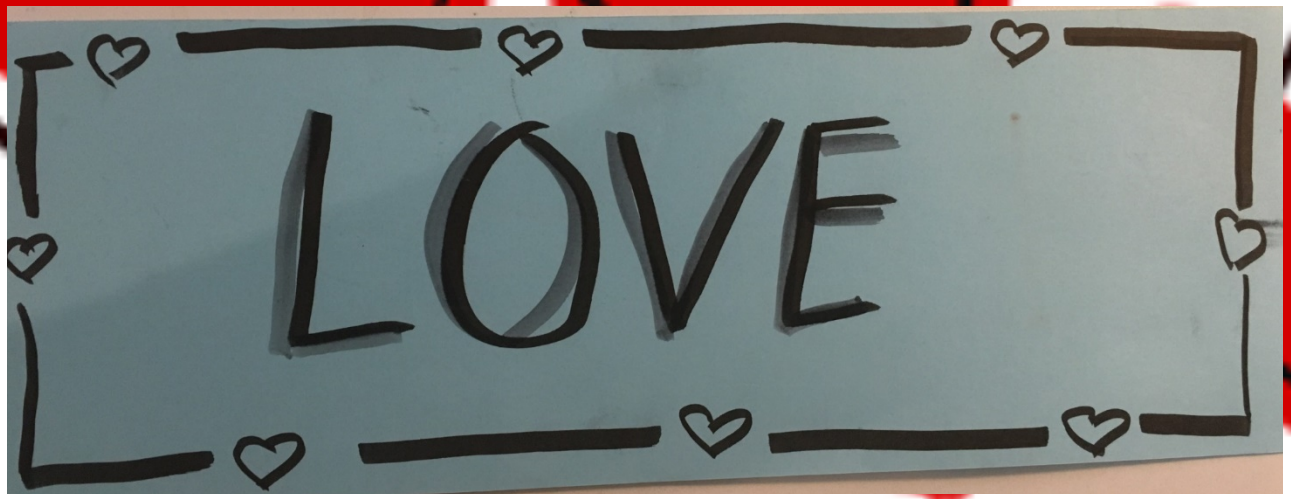
Elementer i 'Mit gode liv'

- Kulturanalyse i virksomheden
- Sundhedsledelse
- Uddannelse af 'godt liv'-ambassadører
- Kommunikation tilpasset målgruppen
- Sundhedstjek - afdækning af målgruppens sundhedsvaner
- Aktiviteter med fokus på sundhed og fællesskab
- Proces- og effektevaluering


Arbejdspladsen som arena
Dig og mig
Aktivering af mænd mod sundere livsstil


TID


TILPAS FORSTYRRELSE


LOVE

Aktiviteter
Løsning
Aktiviteter
Løsning
Aktiviteter
Løsning
DO
ACT
CHECK
PLAN
ACT

Løsning
Aktiviteter
Løsning
Aktiviteter
Løsning

NY KONTEKST

DANSK
FIRMAIDRÆTS
FORBUND

Ambitioner og rammer skal stemme overens
… og tag hensyn til arbejdspladskulturen!

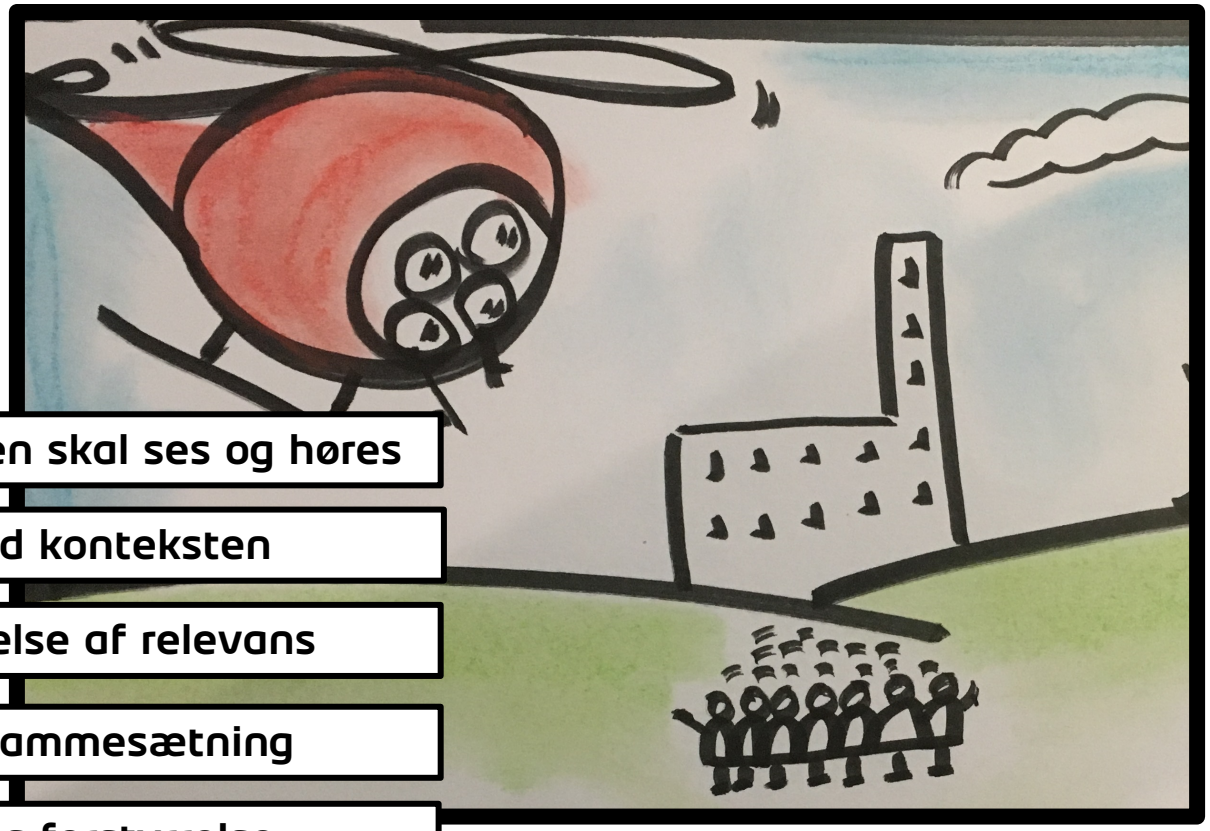
Arla

Arla

Hvad kunne græskarhovederne?

- Gave med hjem
- Familien
- Fællesskab
- Hygge og glæde
- Humor
- Præmier
- Konkurrence
- ...

Arbejdspladsen som arena



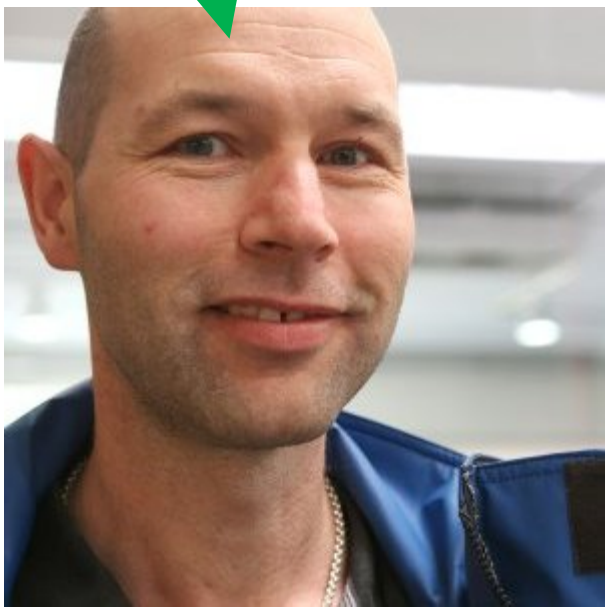
- Målgruppen skal ses og høres
- Kend konteksten
- Oplevelse af relevans
- Klar rammesætning
- Tilpas forstyrrelse
- Tid

DANSK FIRMAIDRÆTS FORBUND

8 succesfaktorer for motion på arbejde…

1. Engagerede ledere, der går forrest!
2. Ildsjæle/ambassadører
3. Klare mål og ambitioner (strategi)
4. Medarbejderinvolvering
5. Vedvarende fokus/motivation
6. Ressourcer (kontinuerlig investering)
7. Kulturændring (turde ændre tingene)
8. Humor, positivitet, ingen løftede pegefingre

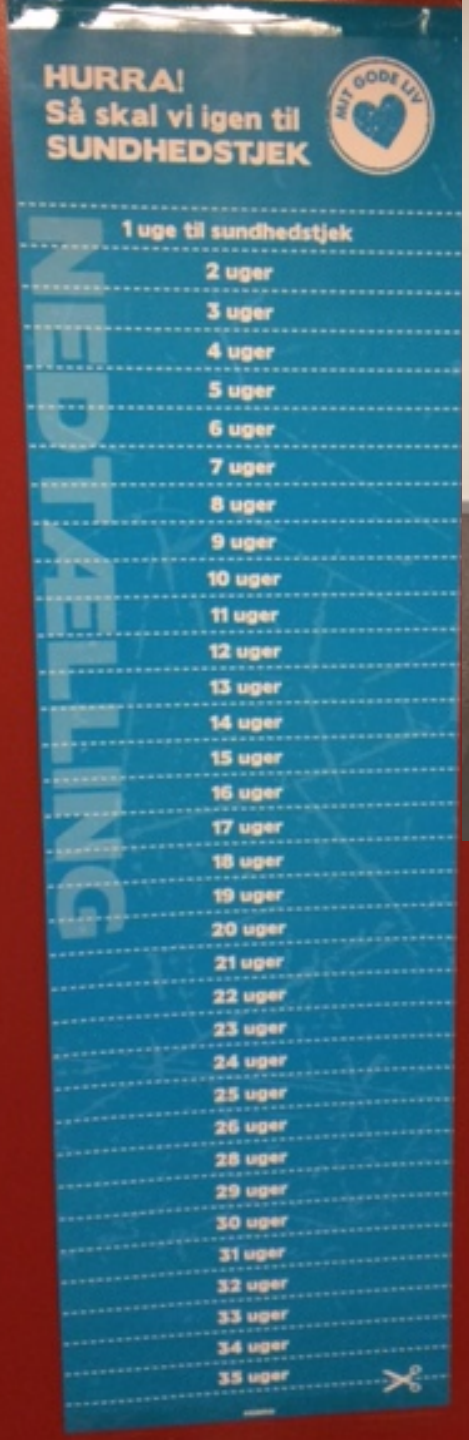
Jeg er med og støtter 100% op om sundhedsarbejdet



Aktivering af mænd til sundere livsstil

DANSK FIRMAIDRÆTS FORBUND

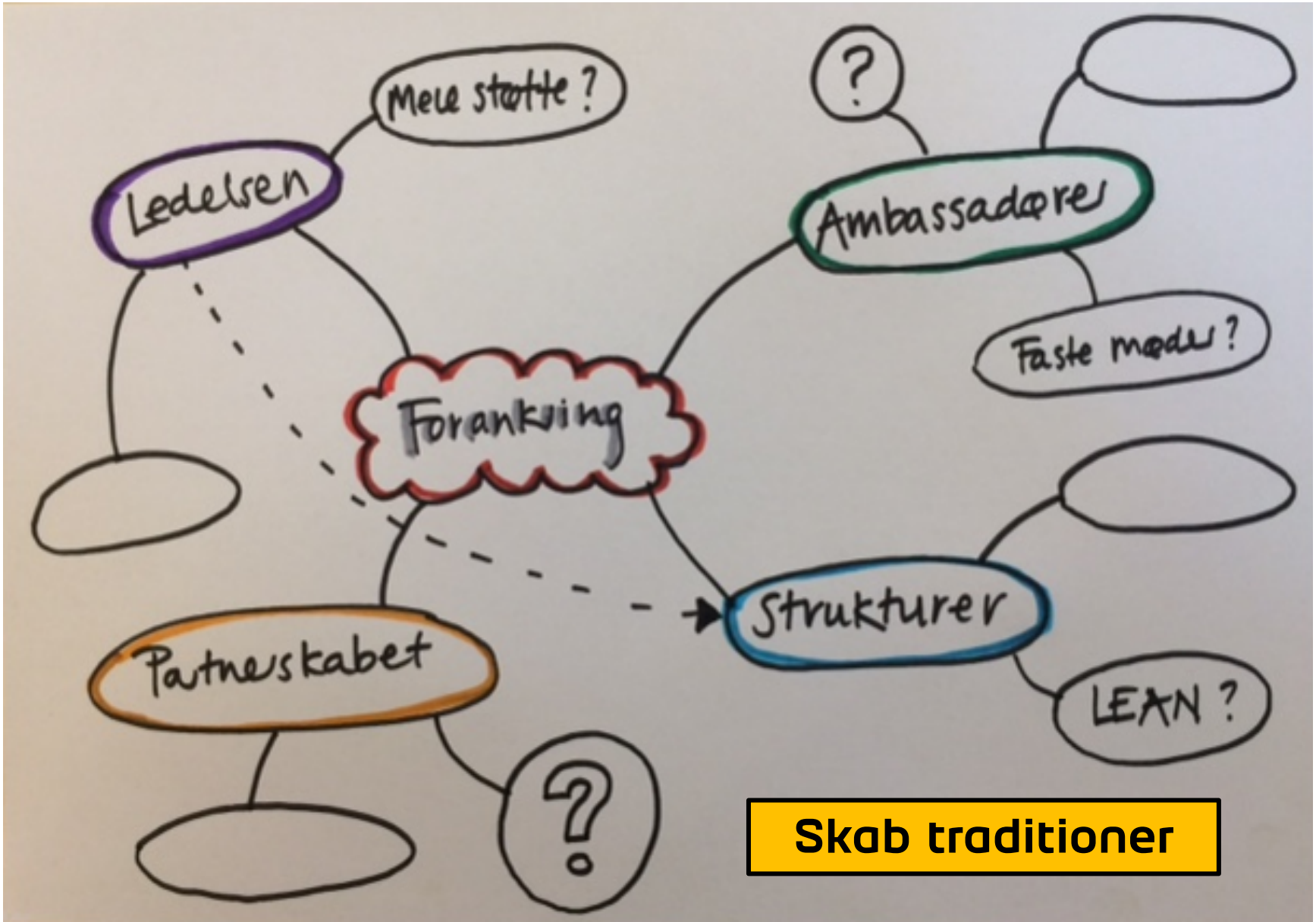
Forandring i øjenkontakten


HURRA!
Så skal vi igen til
SUNDHEDSTJEK
MIT GODE LIV
NEDTÆLLING
1 uge til sundhedstjek
2 uger
3 uger
4 uger
5 uger
6 uger
7 uger
8 uger
9 uger
10 uger
11 uger
12 uger
13 uger
14 uger
15 uger
16 uger
17 uger
18 uger
19 uger
20 uger
21 uger
22 uger
23 uger
24 uger
25 uger
26 uger
28 uger
29 uger
30 uger
31 uger
32 uger
33 uger
34 uger
35 uger

MIT GODE LIV
Nye-vaner-der-gør-mig-glad-hjulet

MIT GODE LIV
Spred god julekarma
ROS MINDST ÉN KOLLEGA
HVER DAG I DECEMBER

Tænk forankring fra start!



Skab traditioner

Koble sig på andres tiltag

DANSK FIRMAIDRÆTS FORBUND

TÆL SKRIDT

Rigtige Mænd er fede udfordringer, konkurrence, kammeratskab og et fælles mål at gå efter

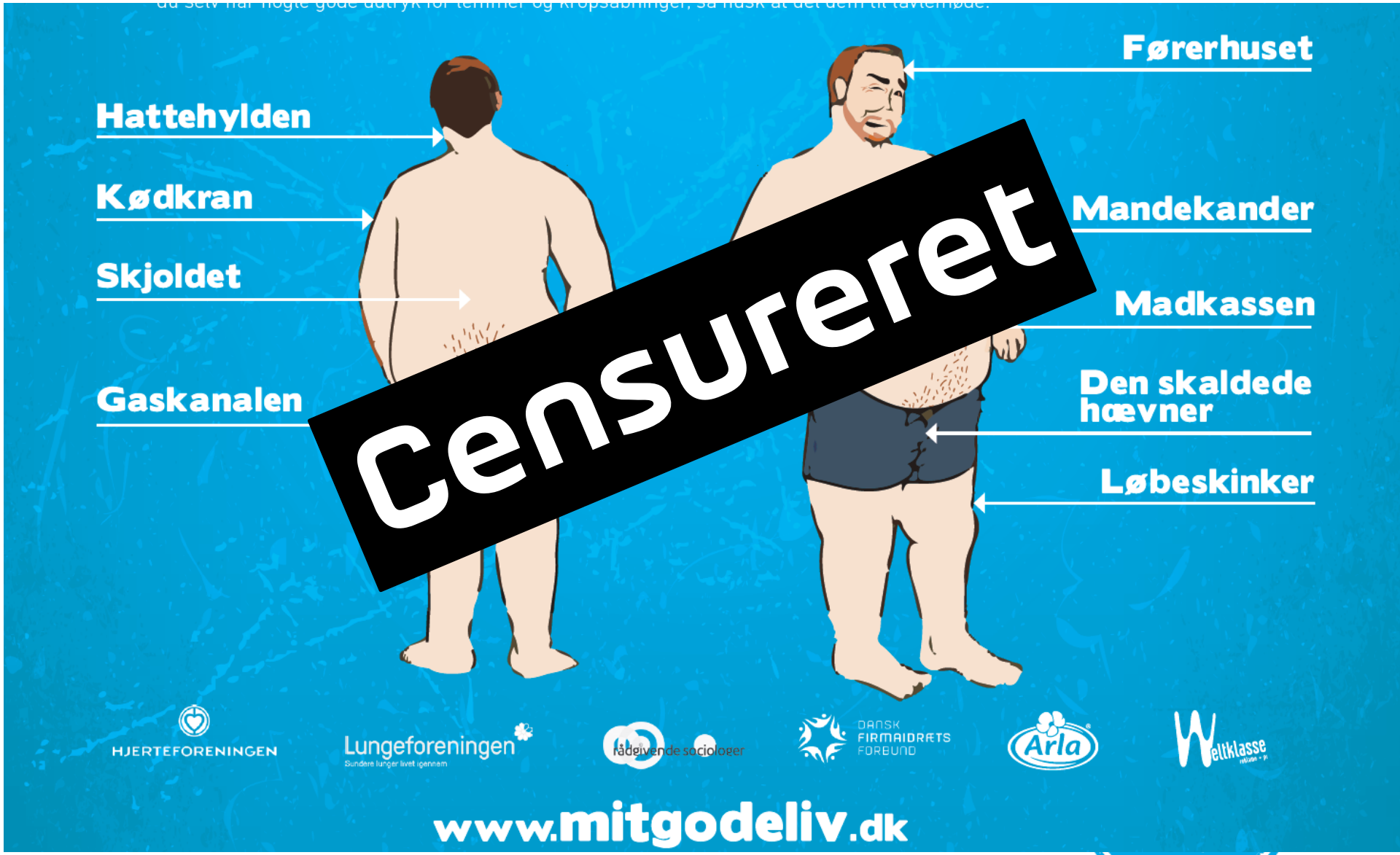
DR MakeitBee DANSK FIRMAIDRÆTS FORBUND SDU NORDEA FONDEN Vi støtter gode liv

5. juni 2018; Rigtige mænd løbet

DANSK FIRMAIDRÆTS FORBUND

Dig og mig

by WONDERHAGEN


Førerhuset
Hattehylden
Kødkran
Mandekander
Skjoldet
Madkassen
Gaskanalen
Den skaldede hævner
Løbeskinker
Censureret
HJERTEFORENINGEN
Lungeforeningen
Sundere lunger livet igennem
rådgivende sociologer
DANSK FIRMAIDRÆTS FORBUND
Arla
Weltklasse
www.mitgodeliv.dk

Forventningsafstemning

DANSK
FIRMAIDRÆTS
FORBUND

HVIS "PLAN A" IKKE VIRKER...

STAY COOL

ALFABETET HAR MERE END 25 BOGSTAVER!

Tak for opmærksomheden