

OFFICEFIT OG SLIP STOLEN

TO VINKLER - ÉN FÆLLES MISSION

Vi har længe haft øje på hinanden og observeret hinandens indsats i vores fælles mission: at bryde med den stillesiddende kultur og fysisk inaktivitet – særligt på kontorarbejdspladsen. Den stigende inaktivitet og udtalt siddetid har alvorlige konsekvenser for både helbred og trivsel. Stressniveauerne er stigende, sygefraværet følger med, og livsstilssygdommene vokser. Det påvirker trivslen markant og negativt.

Det paradoksale? Løsningerne er nemmere, end vi tror – men konsekvenserne af ikke at handle, er værre, end vi frygter. Det skal løses nu, og det haster!

Ved at kombinere Officefits forskningsbaserede bevægelseskoncept med Slip Stolens fokus på kulturforandring og mindset, skaber vi en samlet indsats, der både sikrer handling og varig adfærdsændring.

Kristian / Officefit

"Vi står med et bevægelseskoncept, som har udviklet sig gennem flere år og nu er klart til at blive implementeret bredt. Vores tilgang er forskningsmæssigt funderet, og resultaterne taler for sig selv: 73% af brugerne oplever forbedret trivsel, 84% mærker øget energi, og hele 70% ser en positiv indvirkning på deres arbejdsmæssige præstation. Derudover rapporterer 24% færre smerter, hvilket bidrager positivt til både produktiviteten og reduceret sygefravær."

Lone / Slip Stolen

"Fokus med Slip Stolen har altid været på mindset – hvad vi skal tro på, hvis vi vil reducere siddetid. Det handler om en kulturforandring, der forankres bredt i virksomheden. Først når flertallet er med, kan vi skabe reel værdi på både økonomisk og trivselsmæssig bundlinje. Budskabet om den skadelige effekt af siddetid skal derfor formidles på tværs af alle niveauer i organisationen."

Nu har vi forenet vores kompetencer og går sammen ud med både mindset, viden og konkrete værktøjer, som kan implementeres både i fællesskabet og hos den enkelte medarbejder. Målet er at reducere siddetiden og fremme både fysisk og mental trivsel – og samtidig sikre, at arbejdspladserne lever op til arbejdsmiljølovens tilgang at sikre arbejdsforhold, der er sikkerhedsmæssigt og sundhedsmæssigt fuldt forsvarlige på både kort og langt sigt.

Vores tilgang

Vi tilbyder en indsats, der kan forankres i virksomhedskulturen over tid:

Strategisk:

Vi klæder ledere på til at skabe en kultur, hvor bevægelse bliver en naturlig del af arbejdsdagen.

Taktisk:

Vi identificerer barrierer og hjælper medarbejdere med at øge bevægelsen i dagligdagen.

Operationelt:

Vi implementerer konkrete værktøjer, der skaber vanændring og sikrer, at initiativerne bliver en fast del af kulturen som en bæredygtig løsning.



Målet er at reducere siddetid og øge bevægelsen i løbet af arbejdsdagen. Som en positiv sideeffekt skaber det også mere energi og overskud til fysisk aktivitet efter arbejde.

Vi er 24/7-mennesker, og bevægelse skal være en naturlig del af alle vores vågne timer, hvis det skal have den ønskede effekt – både for krop og sind.

Er du interesseret i at høre mere om, hvordan vores tilgang og værktøjer kan give jeres virksomhed det afgørende skub mod en bevægelsesvenlig kultur? Kontakt os:

Officefit: Kristian Bjerg - tlf. 20571844 - kristian@officefit.dk

Slip Stolen: Lone Østergaard - tlf. 23460151 - lone@slipstolen.dk