



## ITASPA

INTEGRERET TILGANG TIL ARBEJDSMILJØ, SUNDHED OG  
PRODUKTIVITET PÅ ARBEJDSPLADSEN

Jesper Kaas Høstergaard, Produktionsleder, [Jesras@dsb.dk](mailto:Jesras@dsb.dk)  
Mette Korshøj, Seniorforsker, Forskningsleder [melars@regionsjaelland.dk](mailto:melars@regionsjaelland.dk)



**Total Worker Health**



**WorkHealth Integrated Network**

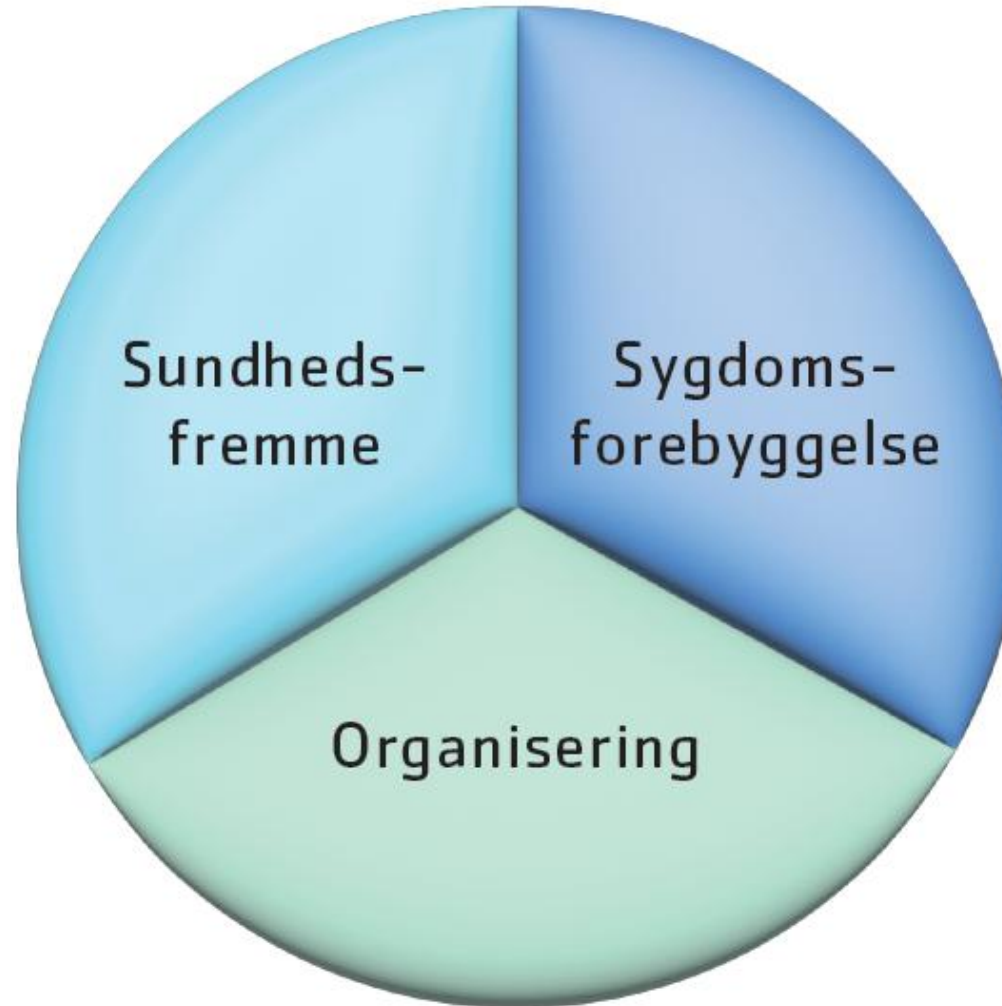


REGION SJÆLLAND  
HOLBÆK SYGEHUS



*- vi er til for dig*

# Integreret tilgang

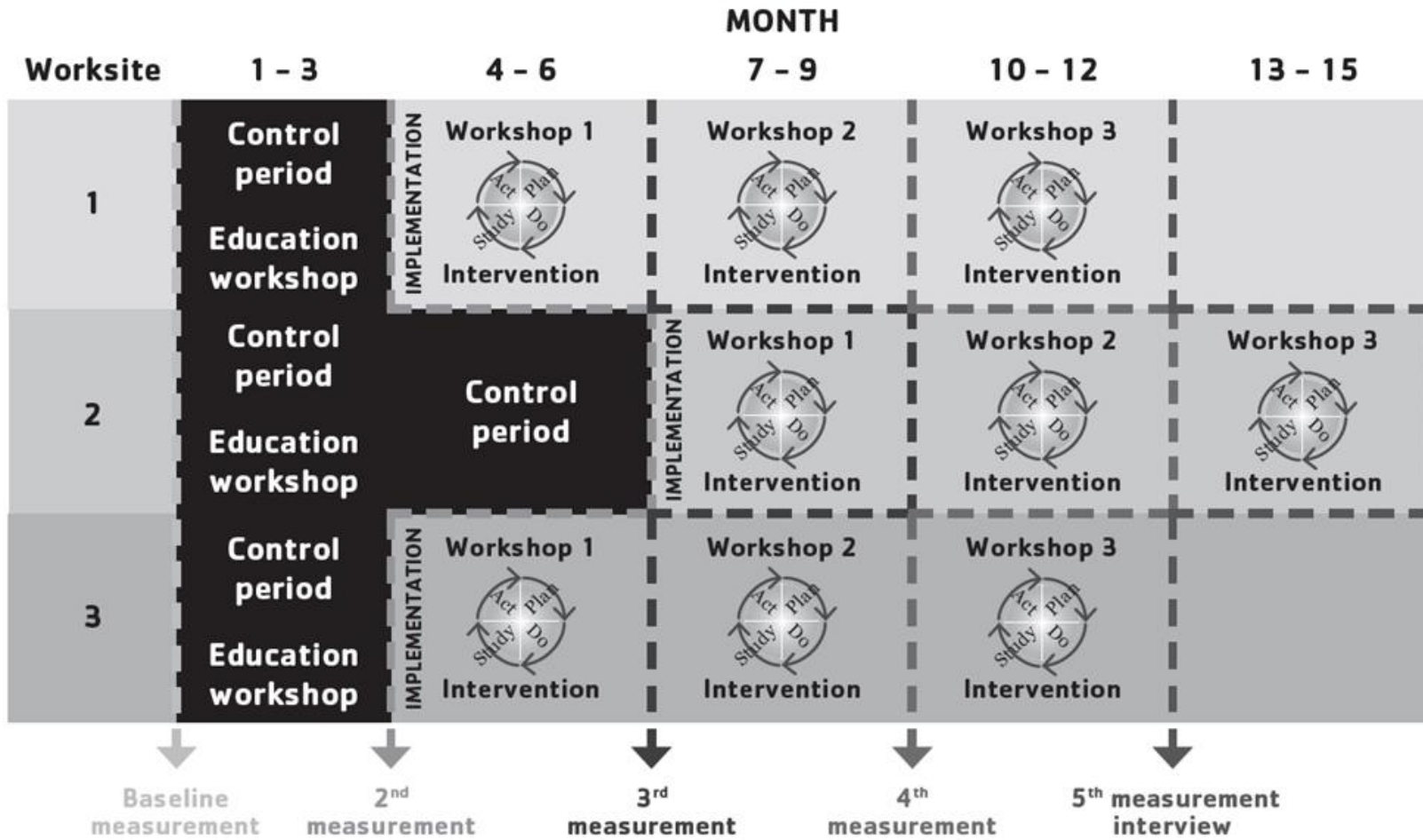


# Overordnet formål

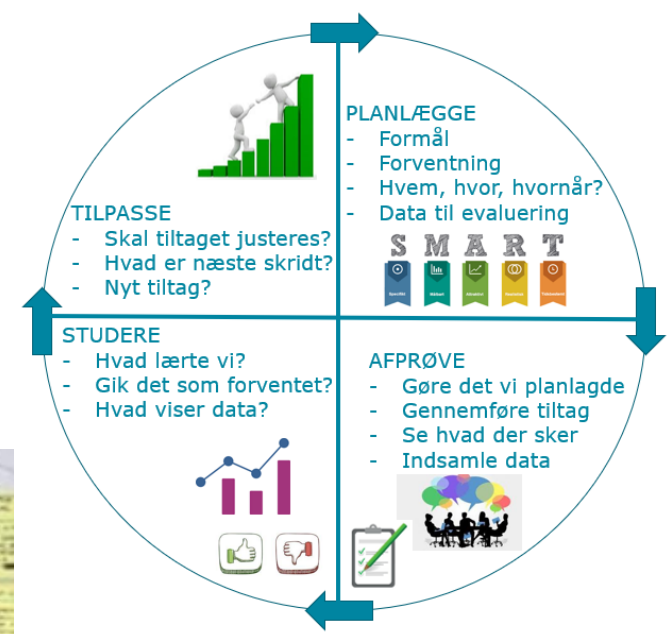
- Mindre ondt i muskler og led
- At øge trivsel, sikkerhed og sundhed på arbejdet
- Mindre sygefravær



# Design



# Udvikling af tiltag



# ITASPA og DSB i Praksis

- Eksisterende kultur i DSB
- Medarbejderbåret tiltag
- Udvælgelsen af nøglepersoner blandt medarbejder
  - Teamkoordinator
  - Tillidsrepræsentant
  - Arbejdsmiljørepræsentant
  - Opinionsledere / kulturbærer



# ITASPA og DSB i Praksis

Utraditionelle metoder og Humor

Sidder du med en god idé eller et godt tiltag så meld det videre til en af os i udvalget.



- Nyhedsbreve
  - Mail
  - Print ophængt
    - Kantine
    - Oase
    - **Toiletter**



# ITASPA og DSB i Praksis

## 1 Runde

- Tunge løft, skub, træk
- Vogn til trapper & løfteudstyr – (Motorboltevogn)

## 2 Runde

- Det gode kollegaskab
- HR Workshop
- Social kapital - Det Nationale Forskningscenter for Arbejdsmiljø (NFA)

## 3 Runde

- Sundhedstilbud i DSB
- En flyer med alle de eksisterende sundhedstilbud i DSB og en opdatering af vores træningsrum – Pris: 600.000 kr



# ITASPA og DSB i Praksis

- **Træning i fitness rum på Depotvej og i Telegade**
  - **Vi opdaterer rummet på Depotvej med træningsprogrammer med øvelser som alle kan være med på**
  - **Nye maskiner**
  - **Nyt lys**
  - **Ny maling**
  - **Opsættelse af skærme**
  - **Ny ventilation**



# Resultater – so far

Færre har muskelskeletbesvær

- Men, øget niveau og frekvens af smerte

Færre føler sig fuld af energi

- Forbigående fald i at føle sig trist

Stabilt højt niveau af sikkerhed

...arbejder videre med opgørelse på sundhed og sygefravær...



# Ikke dokumenterede effekter

- Øget fokus på ændring af arbejdsgange – Work smarter not harder
- Øget engagement i MTA- og APV-processer og løsninger
- Øget fokus på medarbejdernære løsninger
- Større brug af det nyrenoverede træningscenter
- Øget åbenhed over for nye projekter og større ejerskab til interne indsatser



# Tak for jeres opmærksomhed

Jesper Kaas Høstergaard, Produktionsleder, [Jesras@dsb.dk](mailto:Jesras@dsb.dk)  
Mette Korshøj, Seniorforsker, Forskningsleder [melars@regionsjaelland.dk](mailto:melars@regionsjaelland.dk)

