

# Guide till effektivare friskvård på ditt företag

Hälsa och friskvård är idag mycket kommersialiserat. All friskvård är inte hälsoekonomisk, men effektiv friskvård med evidensbaserad grund kan vara väldigt lönsam. Dessutom ger det goda förutsättningar för social hållbarhet och employer branding.

## En framgångsrik friskvårdspolicy bör innehålla svar på samtliga frågor

- Har vi en samsyn i ledningsgruppen och med HR om varför vi ska göra en friskvårdssatsning?
- Har vi ekonomiska argument för den budget vi avsätter för friskvården?
- Har vi tillgång till nödvändig kunskap för att få de resultat vi förväntar oss?
- Hur får vi hälsa att bli en naturlig del i företagskulturen?
- Har vi strategi och kunskap för att stimulera de som inte redan är fysiskt aktiva idag?
- Har vi enkel tillgång till grundläggande expertkunskap som krävs?
- Har vi enkel tillgång till mätverktyg så att vi kan mäta resultat av de hälsoinsatser vi gör?
- Hur gör vi vår friskvårdssatsning inspirerande, rolig och intressant?

## Vill du ha hjälp att arbeta med framgångsrik friskvård?

En friskvårdssatsning behöver vara varken tidsmässigt eller ekonomiskt krävande. Inte om ni har tillgång till adekvat kunskap, kompetens och rätt digitala stödverktyg.

I dag finns Sveriges hälsoportal tillgängligt för alla företag och organisationer oavsett storlek och ekonomiska förutsättningar. Sveriges hälsoportal har utvecklats i nära samspel med både forskning och näringsliv. Här finns allt man behöver under ett och samma tak. Hos oss får du alltid en timmes kostnadsfri rådgivning!