

Sveriges hälsoportal

För friskare medarbetare och
lönsammare företag



Om Health Competence

Health Competence är ett svenskt innovationsföretag med en tydlig ambition att skapa kraftfulla åtgärder mot den ökade ohälsan i Sverige. Vi har utvecklat digitala stödverktyg och koncept för att alla företag ska kunna arbeta med effektiv friskvård på ett både lönsamt och hållbart sätt.

Vårt koncept är utvecklat i nära samspel med etablerade forskare och andra experter inom hälsorelaterade områden. Utvecklingen är dessutom ett resultat av näringslivets reella efterfrågan av hälsorelaterade produkter och tjänster.

Vi erbjuder allt från enskilda föreläsningar och övningar till hållbara friskvårdsprogram. Oavsett om ni behöver utbildning, aktivera teamet eller få hjälp med att skapa en långsiktig friskvårdslösning så är vi en trygg samarbetspartners till er utifrån ett helhetsperspektiv.



Hälsa

Att upprätthålla en god hälsa kräver vilja, motivation och underhåll. Vi arbetar med evidensbaserad kunskap om hur man får alla att vilja vara med och hur du blir en attraktivare arbetsgivare. Med vår unika helhetsbild av hälsa får du möjlighet att skapa hållbara resultat för just din arbetsplats.

Lönsamhet

Hälsosamma och friska medarbetare är framgångsfaktorn till goda prestationer. För oss är det viktigt att alla våra tjänster i slutändan genererar lönsamhet för ditt företag. All friskvård är inte hälsoekonomisk, men effektiv friskvård kan vara väldigt lönsam.

Evidens

Vårt team av experter har unika erfarenheter från både forskning och arbetsliv. Detta är en viktig del för att den samlade kunskapen du får av Health Competence ska vara opartisk och korrekt. Vi arbetar utifrån den samlade forskningen för att skapa motivation till hållbara hälsobeteenden.



Resultatet av den samlade forskningen och näringslivets reella behov

Vad?

Vi gör moderna hälsotjänster tillgängliga för alla oavsett storlek på företag och ekonomiska förutsättningar. Vi sprider evidensbaserad kunskap om hälsa, träning och hållbar livsstil, samt skapar unik tillgänglighet till ledande experter för allt inom hälsa.

Varför?

Ohälsan i Sverige belastar ekonomin för stat, kommun och företag med orimliga proportioner och många behöver stöd för att skapa social hållbarhet.

Hur?

I vår hälsoplattform får du tillgänglighet till effektiv evidensbaserad friskvård och helheten genom kunskap och motivation både på individ & organisationsnivå, samt de digitala stödverktyg som krävs.

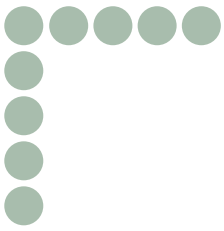


Landets främsta expertteam

Vi har samlat närmare 40 hälsoexperter med olika kompetenser för olika insatser. Hos oss finner du bl.a. forskare, kostexperter, träningsexperter, psykologer, wellnessexperter, läkare, fysioterapeuter, förändringsledare, ekonomer (hälsoekonomi) och hälsoinspiratörer.

På healthcompetence.se får ni extremt kostnadseffektiv tillgänglighet till alla i expertteamet och allt annat ni behöver för effektiv friskvård.





Exempel på grundläggande systematik



För att skapa motivation utgår vi ifrån **self-determination theory**: ett av världens mest kända ramverk inom psykologiforskning (kompetens – tillhörighet – autonomi).



Tänk att kunna samla allt ni behöver kring friskvård och hälsofrämjande insatser på ett och samma ställe.

Välkommen du också till Sveriges hälsoportal!

Häng med i
svängarna - följ oss
på [LinkedIn](#)



Häng med i
svängarna - följ oss
på **Instagram**



Häng med i
svängarna - följ oss
på **Facebook**

