

HELT HELSE I DIN BEDRIFT?



PRESENTERT AV
HELT HELSE



Agenda

Introduksjon 1

Utfordring 2

Løsning 3

Tjenester 4

Din invistering 5

Kontakt oss 6



Helt
Helse

August 2024

Vårt mål

Vi ønsker å gjøre en positiv helseforskjell i næringslivet

Vårt mål er å gjøre arbeidshverdagen til bedriften og de ansatte bedre i tråd med helsekunnskap for å opprettholde god effektivitet, bra arbeidsmiljø og kunne bidra med sykefravær på ett mer direkte og nær tilnærming. God relasjon til de som jobber med de ansatte er nødvendig for å kunne skape gode vaner.





Helt
Helse

August 2024

Hvem er vi?



Helt Helse er en helhetlig helseklinikk som er dedikert til å fremme forebyggende helse.

Vi samler på ekspertise på tvers av ulike fagområder. Vi tror at god helse kommer fra kunnskapsbaserte valg, som gjenspeiles i vår biopsykososiale tilnærming, hvor våre prinsipper hva, hvorfor og hvordan implementeres i stor grad.

Vi har spesialisert oss innen fysikalske tjenester, ernæring, søvnplager, økonomi, hjernehelse, livsstilsendring samt sosiale tjenester.

2024

Helt Helse ble
etablert

%

Vi ser på resultatet og ikke
bare sykefraværet



Helt
Helse

August 2024

Utfordringer

Statestikk Nav 2 kvartal 2024- Totalt sykefravær 7,1% tilsvarende 10,6mil tapte dagsverk

34,5%

Muskel/skjelettlidelser

25,2%

Psykiske lidelser

8,4%

Infeksjonssykdommer



Høyt sykefravær på grunn av muskel- og skjelettplager kan **påvirke kapasiteten og effektiviteten** i deres bedrift og svekke produktiviteten.

Psykiske utfordringer som stress og angst kan føre til fravær og redusert ytelse, noe som **forstyrrer arbeidsflyten og stabiliteten**.

Infeksjonssykdommer og ubalanse mellom jobb og privatliv kan øke fraværet, noe som **svekker ansattes arbeidsevne og motivasjon**.



Helse utfordringer

Diagnosene er klassifisert etter ICPC – kodeverket. I denne rapporten vises de 25 enkeltdiagnosene.

Tapte dagsverk - 2 kvartal 2024			
2. kvartal		2024	
		Alle tapte dagsverk	8 152 206
Hovedgruppe			
Allment og uspesifisert	A04	Slapphet/tretthet	408 067
Muskel-/skjelettlidelser	L01	Nakke symptomer/plager	88 880
Muskel-/skjelettlidelser	L02	Rygg symptomer/plager	200 033
Muskel-/skjelettlidelser	L03	Korsrygg symptomer/plager	130 783
Muskel-/skjelettlidelser	L08	Skulder symptomer/plager	182 643
Muskel-/skjelettlidelser	L15	Kne symptomer/plager	136 590
Muskel-/skjelettlidelser	L18	Utbredte muskelsmerter/fibromyalgi	112 502
Muskel-/skjelettlidelser	L84	Ryggsyndrom uten smerteutstråling	119 481
Muskel-/skjelettlidelser	L86	Ryggsyndrom med smerteutstråling	231 457
Muskel-/skjelettlidelser	L87	Bursitt/tendinit/synovitt IKA	140 324
Muskel-/skjelettlidelser	L92	Skulderyndrom	164 729
Muskel-/skjelettlidelser	L99	Muskel-skjelettsykdom IKA	105 486
Psykiske lidelser	P02	Psykisk ubalanse situasjonsbetinget	552 876
Psykiske lidelser	P03	Depresjonsfølelse	114 554
Psykiske lidelser	P29	Psykiske symptomer/plager IKA	535 708
Psykiske lidelser	P74	Angstlidelse	113 700
Psykiske lidelser	P76	Depressiv lidelse	509 435
Sykdom i fordøyelsesorganene	D01	Abdominalsmerte/krampe generell	53 326
Sykdom i fordøyelsesorganene	D73	Gastroenteritt antatt infeksøs	22 385
Sykdommer i luftveiene	R74	Akutt øvre luftveisinfeksjon	118 550
Sykdommer i luftveiene	R80	Influenza	22 233
Sykdommer i luftveiene	R83	Luftveisinfeksjon IKA	36 924
Sykdommer i luftveiene	R992	Påvist covid-19	15 524
Sykdommer i nervesystemet	N01	Hodepine	79 986
Sykdommer i nervesystemet	N89	Migrène	108 727

Sykefraværregisteret er hovedkilden til informasjon om legemeldt sykefravær. Sykefraværregisteret er basert på NAVs registreringer av Sykmeldingsattest 1A i sykepengerutinen. Disse registreringene omfatter alt legemeldt fravær. Sykefraværsdager: Sykefraværsdager. Antall avtalte dagsverk som er tapt i perioden multiplisert med sykeuføregard.





Helt
Helse

August 2024

Kostnader sykefravær

I følge SSB var det totale sykefraværet i Norge på 7,1% i 2.kvartal 2024

608 000kr

Median gjennomsnittslønn

2 412kr

Eksempel dagskostnader for
sykefravær med 230 arbeidsdager
i året og gjennomsnittslønn

16,3 dag

Forventet gjennomsnitt
antall sykedager per
ansatt



Ett eksempel på antall dager med direkte lønnskostnader per sykefraværs - og permisjonsordninger:

Lønn i arbeidsgiverperioden:

- Sykemelding: Opptil 16 kalenderdager per sykefraværsperiode med full lønnskostnad.
- Egenmelding: Opptil 12 dager per år (inntil 3 dager av gangen, opptil 4 ganger).

Lønn under permisjon:

- Omsorgsdager (sykt barn): 10-15 dager per år per ansatt med lønn.
- Permisjon ved dødsfall: 1-3 dager (varierer basert på bedriftens policy).
- Velferdspermisjoner: Antall dager kan variere, men dekker spesifikke tilfeller som bryllup, flytting osv.
- Permisjon for militærtjeneste og offentlige verv: Ingen fast lønnsplikt, men kan variere avhengig av avtaler.



Perspektiv

Balansen mellom effektivitet og kvalitet



Balansen mellom effektivitet og kvalitet på arbeidsplassen handler om å sikre at oppgaver utføres raskt uten at det går på bekostning av arbeidets kvalitet.

Fra et biopsykososialt perspektiv innebærer dette å **ivareta ansattes fysiske helse, mentalt velvære og sosiale støtte**. Denne helhetlige tilnærmingen skaper en arbeidsplass hvor ansatte kan prestere på sitt beste, uten at kvaliteten lider under presset for høy produktivitet.

Biopsykososialt perspektiv på arbeidseffektivitet

01

Biologiske faktorer

- **Fysisk helse:** En ansatts generelle fysiske tilstand påvirker produktiviteten. Kroniske sykdommer, smerter og generell helse spiller inn på arbeidsytelsen.
- **Energinivåer:** Søvnkvalitet, kosthold og fysisk aktivitet påvirker energinivåer og evnen til å jobbe effektivt.

02

Psykologiske faktorer

- **Mentalt velvære:** Stress, angst, og psykiske utfordringer påvirker konsentrasjon, beslutningsevne og motivasjon. God mental helse fremmer produktivitet.
- **Motivasjon og tilfredshet:** Ansattes holdning til arbeidet, deres følelse av mening og tilhørighet, og motivasjonsnivå kan øke eller redusere effektiviteten.
- **Selvregulering:** Evnen til å håndtere arbeidsbelastning, sette realistiske mål og opprettholde fokus er avgjørende for produktiviteten.

03

Sosiale faktorer

- **Arbeidsmiljø:** Samspillet mellom kolleger, støtte fra ledelse, og arbeidskultur påvirker trivsel og effektivitet.
- **Støttenettverk:** Familie, venner og eksterne sosiale forbindelser kan gi støtte som hjelper til å redusere stress og øke arbeidsevnen.
- **Kommunikasjon:** Åpen og effektiv kommunikasjon på arbeidsplassen fremmer bedre samarbeid og dermed høyere effektivitet.



Helt
Helse

August 2024

Løsning - Helt Helse



Et samarbeid med Helt Helse er en effektiv løsning for å håndtere utfordringer og drive forebyggende arbeid. Dette bidrar til en bedre arbeidshverdag for de ansatte og gir økonomiske fordeler for bedriften gjennom redusert sykefravær og økt produktivitet.

1

Reduksjon i sykefravær
og økt helse

2

Bedre ansattilfredshet

3

Økning i produktivitet
og arbeidsevne



Helt
Helse

August 2024

Hjelp bedrifter med å lykkes ved å gi dem innovative og effektive helseløsninger



Hos Helt Helse har vi et klart mål: Å forebygge helseplager og forbedre ansattes helse gjennom en helhetlig tilnærming som integrerer fysisk, mental og sosial helse. Vi tror på at sunne og tilfredse ansatte er nøkkelen til en vellykket bedrift. Vår tilnærming hjelper bedrifter med å oppnå dette gjennom innovative og effektive løsninger. Helt Helse sine tjenester bidrar med å forbedre ansattes helse og redusere sykefravær som gir økonomiske fordeler.



Løsning - Steg

Vi tror at god helse kommer fra kunnskapsbaserte valg, som gjenspeiles i vår biopsykososiale tilnærming, hvor våre prinsipper hva, hvorfor og hvordan implementeres i stor grad.

01

Fysikalsk behandler

Ukentlig behandling av en fysikalsk terapeut som gir manuell behandling

02

Kontorplasstilpassning

Vurdering av arbeidsstilling

03

Trening

Ukentlig gruppetrening med fokus på styrketrening, puls og bevegelse

04

Råd og veiledning

Veiledning rundt søvn, kosthold, hverdags prioriteringer, økonomi, sosionom tjenester, hjernehelse.

05

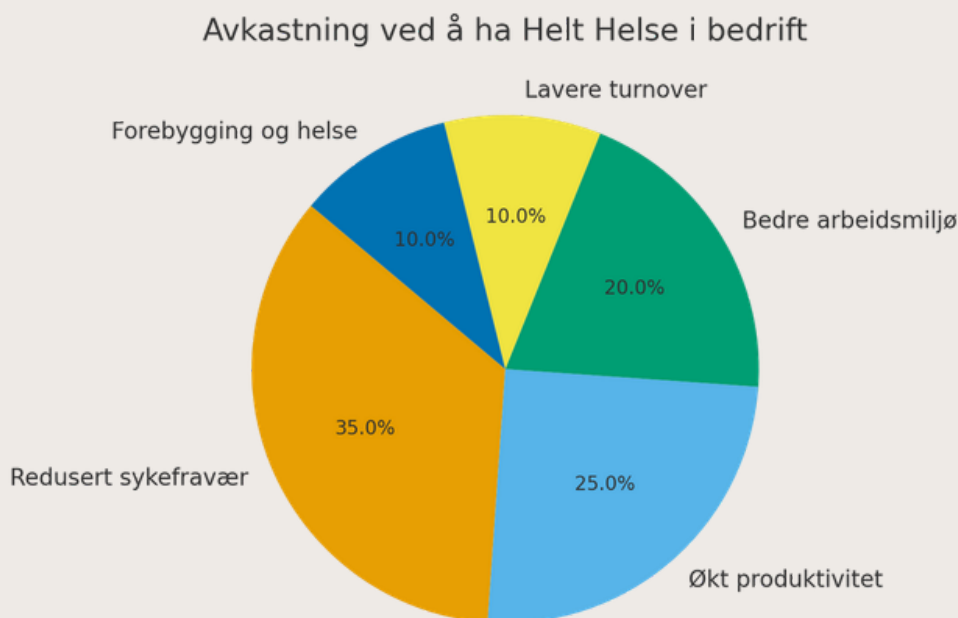
Foredrag

Biopsykososialt foredrag med mål om økt helsekunnskap.





Avkastning på investering (ROI)



Her ser du et diagram som illustrerer avkastningen av å ha Helt Helse i bedriften.

Størst gevinst kommer fra redusert sykefravær (35 %) og økt produktivitet (25 %), etterfulgt av bedre arbeidsmiljø (20 %), lavere turnover (10 %) og forebygging og helse (10 %) — faktorer som samlet gir sterk økonomisk og menneskelig verdi.

Tallgrunnlaget er hentet fra WHO og ILOs rapporter om arbeidshelse (2020–2023), NAV og SINTEFs analyser av sykefravær i Norge, samt internasjonale undersøkelser.



Helt
Helse

August 2024

Prøv våre tjenester

Oppdag fordelene med Helt Helse! Vi tilbyr nye kunder muligheten til å prøve våre helsetjenester. Enten det er fysikalsk behandling, ergonomisk tilpasning, gruppetimer eller annen rådgivning, kan din bedrift nå dra nytte av våre tjenester. Ta skrittet mot et sunnere arbeidsmiljø og mer tilfredse ansatte.





Helt
Helse

August 2024



Se vedleggene

Våre tjenester og priser

Integrering av Helt Helse på arbeidsplassen er en investering som kan gi betydelige fordeler både for ansatte og bedriften. Det forbedrer ansattes helse og trivsel, reduserer sykefravær og gir økonomiske fordeler gjennom skattemessige fradrag og økt produktivitet. Ved å følge retningslinjene for implementering og regnskapsføring, kan bedrifter sikre at de får mest mulig ut av disse tjenestene.





Helt
Helse

August 2024

Kontakt oss for en uforpliktet samtale?



Trine-Reneé
Klavenes



+47 906 78 221



trinerenee@helthelse.no



www.helthelse.no