

Hos CG Jensen A/S starter arbejdsdagen med morgengymnastik i skurvognen

Opvarmning er ikke kun noget, sportsudøvere har gavn af. Byggevirksomheden CG Jensen A/S har med stor succes introduceret morgengymnastik på både byggepladser og kontorer. Initiativet spredte sig som ringe i vandet, og det har sikret virksomheden en nominering til Arbejds miljøprisen 2020.

”En sportsudøver starter jo heller ikke op uden at have varmet op først.”

Det er mantraet hos Michael Larsen, adm. direktør i bygge- og anlægssfirmaet CG Jensen A/S, der de seneste fem år har kørt indsatsen ’CG Jensen A/S i bevægelse’. Derfor starter arbejdsdagen hos virksomheden med opvarmning og morgengymnastik – både ude i skurvognene på flere byggepladser og hos flere af funktionærerne på kontorerne.

”Vi vil gerne mindske risikoen for nedslidning og skader blandt vores medarbejdere. Derfor har vi sat fokus på motion på arbejdspladsen, og et af initiativerne har været morgengymnastik og opvarmning for vores medarbejdere,” siger Susanne Bruun, der er arbejdsmiljø-, miljø- og kvalitetschef hos CG Jensen A/S.

CG Jensen A/S er delvist medarbejderejet, og netop medarbejderinddragelse har været centralt i udrulningen af morgengymnastikken.

”Vi har haft det princip, at det ikke skal være noget, som er trukket ned over hovedet på medarbejderne. Og det er faktisk også medarbejdere og arbejdsmiljørepræsentanter, som har taget vores direktør på ordet, fået købt udstyr som elastikker, og så har opvarmningen spredt sig som ringe i vandet til flere byggepladser og også på kontorerne,” fortæller Susanne Bruun.

Gymnastik før projektledermøde

Opvarmningen med elastikker bruges nu også på formandsmøder og projektledermøder, hvor ledelsen selv er gået foran og har sat gang i bevægelsen inden møderne. Nye medarbejdere bliver også introduceret for øvelserne, ligesom en video skal udbrede det til stadig flere dele af virksomheden.

”De, som er begyndt på morgengymnastikken, gør det stadigvæk, fordi de kan mærke en stor forskel for deres krop, engagement og arbejdsglæde. De er mindre ømme i kroppen, men det betyder også noget for det psykiske arbejdsmiljø, fordi man starter dagen godt med grin og bevægelse,” siger Susanne Bruun.

Forankret i arbejdsmiljøorganisationen

Ifølge Cristina Lage, formand for Arbejds miljørådet, viser CG Jensen A/S’ initiativ, at man kan nå langt med små initiativer i hverdagen.

”At varme op til dagens arbejde med morgengymnastik i skurvognen er et super inspirerende initiativ, som viser, at små ting i hverdagen kan gøre en kæmpe forskel for arbejdsmiljøet,” siger hun og fremhæver opbakningen hos både medarbejdere og ledelse i CG Jensen A/S:

”Det stærke ved initiativet er, at det er forankret i arbejdsmiljøorganisationen og nyder stor opbakning både hos ledelsen og medarbejderne. Medarbejderne oplever, at morgengymnastikken mindsker ømheden i krop og led og styrker arbejdsglæden og det sociale fællesskab. Det er virkelig positivt.”

CG Jensen A/S er nomineret til Arbejds miljøprisen 2020 i kategorien Muskel- og skeletbesvær.

Om CG Jensen A/S:

CG Jensen A/S er et delvist medarbejderejet anlægs- og byggeentreprenørfirma med kontorer i Glostrup, Odense og Harlev. CG Jensen A/S har ca. 600 medarbejdere og en stor egenproduktion inden for områder og opgaver som jord, kloak, forsyning, gartneri, beton og stål. Det betyder, at CG Jensen A/S udfører jobbene med eget materiel og egne folk. CG Jensen A/S udfører også nybyggeri i hoved- og totalentrepriser indenfor alment og privat boligbyggeri, P-huse, erhvervsbyggeri og institutionsbyggeri såsom plejeboliger, skoler, børnehaver, idrætsfaciliteter og sundhedscentre.

- Nomineret til Arbejdsmiljøprisen 2020 i kategorien Muskel- og skeletbesvær
- Adresse: Fabriksparken 37, 2600 Glostrup
- Kontakt: Susanne Bruun, arbejdsmiljø-, miljø- og kvalitetschef // T: 27 25 65 26 // E: sb@cgjensen.dk

Nomineret til Arbejdsmiljøprisen 2020 i de fire kategorier:

Arbejdsulykker

- Lindpro A/S
- MT Højgaard A/S
- Sanistål A/S

Muskel- og skeletbesvær

- CG Jensen A/S
- Frederiksberg Gartner- og Vejservice, Frederiksberg Kommune
- Sundheds- og Omsorgsforvaltningen, Københavns Kommune

Psykisk arbejdsmiljø

- Borgerservice, Aarhus Kommune
- Medicinske Sygdomme M14, Sygehus Sønderjylland
- Randers Arrest, Kriminalforsorgen Midt- og Nordjylland

Unge og nyansattes arbejdsmiljø

- Bornholms Hospital
- Einar Kornerup A/S
- Fælles Akut Modtagelse, Sygehus Sønderjylland

Om Arbejdsmiljøprisen

Arbejdsmiljøprisen uddeles af Arbejdsmiljørådet til fire arbejdspladser, som gør noget særligt for arbejdsmiljøet, og som kan inspirere andre. De 12 nominerede arbejdspladser og de fire vindere udvælges af en dommerkomite, der består af repræsentanter fra DA, FH, KL, Lederne og Akademikerne og formand for Arbejdsmiljørådet Cristina Lage.

- Vinderne af Arbejdsmiljøprisen 2020 kåres tirsdag den 21. april i DGI-byen i København
- Information og tilmelding på www.arbejdsmiljøprisen.dk
- Kontakt: Amalie Ebler Blichfeld, Arbejdsmiljørådets sekretariat, T: 72 20 86 32 // E: aeb@amr.dk

Om Arbejdsmiljørådet

Arbejdsmiljørådet er det forum, hvor arbejdsgivere og arbejdstagere samarbejder om den fortsatte udvikling af et bedre arbejdsmiljø i Danmark. Arbejdsmiljørådet har bl.a. til opgave at rådgive beskæftigelsesministeren om tiltag på arbejdsmiljøområdet. Læs mere på www.amr.dk.