

SundVej

Et brugerdrevet innovationsprojekt med det formål at fremme sundhed og sikkerhed gennem innovative kost- og motionskoncepter målrettet lastbilschauffører.

Udviklingen af koncepterne er sket i samspil med en brugergruppe bestående af hele værdikæden, herunder Danish Crown, Tulip, BC Catering, Shell, DHL, vognmænd og chauffører. Samt en række øvrige samarbejdspartnere: TSU Transportsektorens Uddannelsesfond (3F og ATL), Vejdirektoratet, Hjerteforeningen, WorkZ, Copenhagen Living Lab, Zoulmade, Active Institute, Hotel- og Restaurantskolen og DesignPeople.

PrimusMotor er projektleder og tovholder på projektet.

Projektet er delvist finansieret af Erhvervs- og Byggestyrelsen og medfinansieret af TSU. Det samlede projektbudget er på 3,8 mio. kr.

Kontaktoplysninger

www.sundvej.com

Projektleder Malene Stub Selmer

M mss@primus-motor.com

T 4075 1374

PRIMUSMOTOR

Rugaardsvej 5

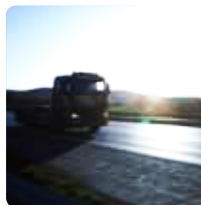
8680 Ry

T 8230 7000

www.primus-motor.com

SUND
VEJ

KON CEP TET



»Jeg er begyndt at tygge tyggegummi i stedet for at spise en pose lakridskonfekt. For når posen er åbnet, så sidder man jo og tænker på slikket hele tiden, og så spiser man til den er tom – det er en form for kedsomhed, det tror jeg sgu.«

Lastbilchauffør Flemming Madsen, Knud Jensen & Sønner

KOST



Build-a-Meal

SundVejs kostkoncept »Build-a-Meal« indebærer et sundt, praktisk og ernæringsrigtigt måltid til lastbilschauffører og andre langs landevejen. Det består af et hovedmåltid og to mellemmåltider, der tilsammen dækker ernæringsbehovet ved stillesiddende arbejde.

Fordele

Stabilt blodsukker – mellemmåltiderne er inkluderet i konceptet og kan være med til at sikre, at måltiderne bliver jævnt fordelt på en arbejdsdag.

Ingen kalorietælling – konceptet er tilpasset ernæringsbehovet ved stillesiddende arbejde.

Fleksibilitet – emballagen sikrer, at maden kan medbringes, køles ned, opvarmes i mikrobølgeovn og spises i førerhuset eller på tankstationen.

Individualitet – hoved- og mellemmåltider kan sammensættes, som man ønsker.

Tilgængelighed – konceptet udbydes på rasteplasser og andre trafikale knudepunkter.

Tradition og fornyelse – traditionelle retter udvalgt af chaufførerne – tilsat »grønt«, så kostrådene overholdes.

MOTION



Fit-to-Drive

Motionskonceptet »Fit-to-Drive« indebærer et sundhedstjek, løbende coaching og fleksibelt motionsudstyr, der gør det muligt at dyrke motion i løbet af en arbejdsdag. Pulsur og skridttæller indgår ligeledes, så chaufføren har mulighed for at måle sine aktiviteter og præstationer i forbindelse med de daglige arbejdsrutiner og eventuelle motionspauser.

Fordele

Øjenåbner – sundhedstjekket danner baggrund for en personlig sundhedsprofil, der tydeliggør et evt. behov for mere motion.

Motivation – den løbende kontakt og opbakning fra en coach både fremmer og fastholder chaufførens motivation.

Individualitet – i samarbejde med coachen tilrettelægges den motion, der passer bedst til den enkelte.

Fleksibilitet – motionsudstyret kan medbringes i førerhuset og bruges i løbet af dagen.

Aktivetsmonitorering – pulsmåler og skridttæller indgår i konceptet og sætter tal på chaufførens præstation.