

Projektplan för minskad sjukfrånvaro i samverkan med företagshälsovård.

Bakgrund:

Som ett led i arbetet med att minska stadsdelsförvaltningens sjukfrånvaro kommer ett projekt att genomföras i syfte att förhindra att korttidsfrånvaro blir långtidssjukfrånvaro. Projektets målgrupp är medarbetare som har hög korttidsfrånvaro – mer än 6 tillfällen inom en tolv månadersperiod- och riskerar längre tids sjukskrivning. Orsakerna till denna sjukfrånvaro varierar från individ till individ och projektet riktar sig till anställda inom yrkeskategorierna vårdbiträden, undersköterskor och personliga assistenter. Yrkesgrupper som har hög sjukfrånvaro.

Målet med projektet är att minska antalet korttidssjukskrivningar hos målgruppen och att förhindra längre sjukskrivningar. Syftet är att få medarbetare att må bra i sitt arbete och känna att arbetslivet är ett realistiskt alternativ till sjukfrånvaro.

Tillvägagångssätt och arbetsmetoder

Projektet är upplagt i två delar, en individuell och en gruppaktivitet. Dessa delar samverkar och ska genom ett kognitivt arbetssätt leda till kunskaper och insikter om den egna situationen och vara en konstruktiv hjälp i att finna lösningar för varje enskild individ.

Grunden är individuell livsstilscoachning genom företagshälsovården som innebär ett kartläggande samtal med en egen coach för att lägga grunden i det vidare arbetet. Därefter deltar varje anställd i fyra halvdagars gruppaktiviteter med olika teman som grund t.ex. sömn, motion, kost och livsstil i stort. Dessa halvdagar leds av en psykolog med OBM kompetens dvs. kognitiv beteendeterapi i grupp.

Vid de olika tillfällena deltar även specialist inom området t ex dietist, sjukgymnast . Vid dessa halvdagskurser ingår också hemarbetsuppgifter som ett viktigt instrument i förändringsarbetet. Mellan gruppaktiviteterna coachas deltagaren av ”sin” coach och efter avslutade kurstillfällen har man ett avslutande djupsamtal. Därefter görs uppföljning vid två tillfällen. Projekttiden är ca 1 år.

Projektet startar med ett samtal med ”sin” coach och därefter genomförs gruppaktiviteter med ca 1 månads mellanrum. Däremellan hemuppgift och coachning samt ett avslutande djupsamtal. Två uppföljningssamtal efter tre månader respektive sex månader.

Kostnader:

Köp av tjänster från Previa företagshälsovård:

- företagssköterska som coach då denna har störst allroundkompetens
- psykolog med OBM kompetens(kognitiv beteendeterapi i grupp) som ansvarig vid gruppaktiviteterna
- dietist, sjukgymnast som specialist vid behov
- Vikarier på enheterna och overhead

Totalt: 1,5 mnkr