



Friskvårdspolicy för Utbildningsförvaltningen

Syfte

Utbildningsförvaltningens skall vara en bra och attraktiv arbetsplats. Personalens hälsa och trivsel är ett viktigt inslag i detta. Regelbunden friskvård är ett sätt att behålla och utveckla en god hälsa d.v.s. ett fysiskt, psykiskt och socialt välbefinnande. Den friskvård som satsas på medarbetarna ansluter till stadens ambition att minska sjukfrånvaron och stressen bland stadens anställda.

Arbetsplatsens betydelse för hälsa

Arbetsplatsen har stor betydelse för hälsan och är inte bara är en personlig angelägenhet utan något som också angår arbetsgivaren. Bra hälsa på arbetsplatsen är därför ett mål för hela förvaltningen och utgör en viktig ledningsfråga. Att utöva någon form av fysisk aktivitet ökar prestationsförmågan och åstadkommer ett ökat välbefinnande

Det är därför viktigt att stödja och uppmuntra personalen att utnyttja friskvårdstimmen. Att ordna föreläsningar och studiecirkelar kan öka kunskapen och stärka motivationen om varför det är viktigt att ägna sig åt friskvård. Utbildade hälsocoacher finns att tillgå inom förvaltningen.

En bra utgångspunkt för planering och prioritering av friskvård kan vara den riskbedömning som är en del av det systematiska arbetsmiljöarbetet (AFS 2001:1).

Förebyggande

Friskvård utövas förebyggande för att hälsan skall påverkas positivt. Syftet är att minska risker för förslitningsskador, att lära sig hantera stress och att fysiskt och psykiskt förhålla sig till arbetet så att arbetsskador undviks. Enheter som ansluter sig till Korpens hälsodiplomering kan genom systematiskt arbete öka delaktigheten och engagemanget för friskvården.

Ansvar

Chefer skall ge sitt aktiva stöd till friskvård samt uppmuntra personalen att utnyttja tillgängliga aktiviteter.

Medarbetaren är alltid ansvarig för sin egen hälsa. Organiserad friskvård på arbetsplatsen kan vara det stöd som krävs för att komma igång med aktiviteter.

Friskvårdsaktiviteter

Friskvårdsaktiviteter ska riktas till all personal och vara av enklare slag för att vara skattefria. Begreppet kan innefatta alltifrån olika motionsaktiviteter till hälsoprofilbedömning, ryggymnastik, tai-chi, avspänningsövningar, mental träning, gymaktiviteter, rökavvänjning, viktminskningsprogram, kostrådgivning etc.

Skatteverkets regler för detta finns på deras hemsida.

Inom samverkanssystemet kan lokalt beslutas om vilka subventioneringar av friskvård som den egna arbetsplatsen ska erbjuda.

Subventionering av entré/start/medlemsavgifter för anställda är **alltid** skattepliktigt.

Årskort till stadens bad

För att stimulera till aktiv motion har avtal tecknats med Idrottsförvaltningen som innebär att all personal har möjlighet att till reducerat pris köpa ett tolv månaderskort som är giltigt på stadens badanläggningar och gym.

Friskvårdstimme

Alla anställda erbjuds möjlighet till en timmes friskvård per vecka inom ramen för den ordinarie arbetstiden. Detta innebär för undervisande personal den reglerade arbetstiden, för personal med flextid normalarbetstiden och för övriga den fasta tiden.

Friskvårdstimmen är avsedd att uppmuntra till och ge personalen en möjlighet att delta i aktiviteter under dagtid om verksamheten så tillåter.

Det är möjligt att lägga friskvårdstimmen i anslutning till arbetsdagens början eller slut. Vid utnyttjande av friskvårdstimmen används aktivitetskort, där individen fyller i vilka tider och aktiviteter som genomförts.

Aktivitetskortet finns på intranätet som en bilaga till friskvårdspolicyn.

Det är viktigt att betona att friskvårdstimmen inte är en arbetstidsförkortning.

Denna policy är behandlad av PA-utskottet 2008-04-02 och antagen av Förvaltningsgruppen 2008-04-08