

## Hälsoprogram för Ljungby kommun 2008- 2010

### ***Vision***

För att vara en attraktiv arbetsgivare arbetar Ljungby kommun utifrån perspektivet att medarbetarnas hälsa, utveckling och arbetsglädje är nyckeln till en framgångsrik och effektiv kommunal verksamhet. Hälsa är både en individuell och en organisatorisk fråga.

### ***Vad är hälsa?***

Hälsa är ett tillstånd av fysiskt, psykiskt, och socialt välbefinnande. God hälsa är även en upplevelse av att räkna till, fungera i sitt liv och att känna mening och sammanhang i tillvaron.

Ett framgångsrikt hälsoarbete som tar tillvara och utvecklar medarbetarnas resurser skapar engagemang och motivation. Delaktighet för våra medarbetare ger förutsättningar för trivsel och god hälsa.

### ***Hälsoarbete på arbetsplatsen***

Framgångsrikt hälsoarbete initieras på arbetsplatserna och ska bedrivas som en integrerad del av verksamheten. Genom att verka för ett hälsofrämjande arbetssätt skapas arbetsplatser och arbetsrelationer som bibehåller och utvecklar medarbetarens resurser. Hälsoarbetet skall anpassas efter verksamhetens och medarbetarnas behov och förutsättningar. Varje beslut i det dagliga arbetet ska tas med ett hälsoperspektiv. Hälsoarbetet ska vara en naturlig del av arbetsplatsträffarna, som är ett forum för dialog mellan medarbetare och chef för att gemensamt arbeta med utveckling, planering, och uppföljning.

### ***Hälsoprogrammets huvudområden***

Programmet är indelat i följande områden

- Friskvård
- Rehabilitering
- Alkohol, droger och tobak
- Företagshälsovård

## **Friskvård**

Med friskvård avses aktiviteter och åtgärder som stimulerar individer och grupper till egna, aktiva insatser i hälsofrämjande syfte. Friskvård är en angelägenhet för hela organisationen och inte enbart en personlig fråga för medarbetaren. Målet är att uppnå och utveckla fysiskt, psykiskt och socialt välbefinnande – att må bra – i arbetet och på fritiden.

Friskvård ska bedrivas som en integrerad del av verksamheten och ska anpassas efter arbetsplatsens behov och förutsättningar.

Friskvård innehåller många olika delar, exempelvis fysisk aktivitet, stress, kost, viktgrupper, rökavvänjning och avslappning. En mångfald av friskvårdsaktiviteter är ofta nyckeln till att fånga upp så många medarbetare som möjligt.

## **Rehabilitering**

I Ljungby kommun fokuserar vi på det friska. Genom förebyggande åtgärder och en aktiv anpassnings- och rehabiliteringsverksamhet kan sjukfrånvaro och arbetsskador minimeras. I den mån medarbetare behöver vara sjukskriven har arbetsgivaren ett ansvar för att medarbetaren återfår hela sin arbetsförmåga. I ansvaret ingår att utreda medarbetarens behov av rehabilitering och genomföra arbetslivsinriktade rehabiliteringsåtgärder som kan ske inom eller i anslutning till den egna verksamheten.

Ljungby kommun har valt ”jobblinjen” som alternativ till sjukfrånvaro. Det innebär att arbetsgivaren i samråd med berörd medarbetare vid sjukanmälan och under hela sjukfrånvaron ska bedöma om lämpliga arbetsuppgifter finns som medarbetaren kan utföra trots sjukdom. Medarbetaren förutses medverka i förhållandet till sin hälsa och arbetsförmåga.

## **Alkohol, droger och tobak**

Missbruk av alkohol, narkotika, läkemedel och andra ämnen är ett växande hälsoproblem. Ljungby kommun som arbetsgivare har ett absolut krav på drogfrihet under arbetstid, men är också beredd att stödja och rehabilitera medarbetare till drogfrihet. Eftersom en person som missbrukar inte bara skadar sig själv, utan också sin omgivning, är missbruk en arbetsmiljöfråga.

Rökning är en av de enskilt största ohälsoriskerna. Arbetsgivaren bistår de medarbetare som vill sluta röka med rökavvänjning individuellt eller i grupp. Därför röker vi inte på arbetstid i Ljungby Kommun.

### **Företagshälsovård**

Företagshälsovård är ett av flera viktiga instrument för att utveckla verksamhet, hälsa, arbetsmiljö och därigenom inte minst den enskilde medarbetaren. Syftet är att så långt som möjligt förebygga och undanröja hälsorisker i arbetet. Detta sker främst genom hälsoprofiler av medarbetare och tekniska/belastningsergonomiska riskbedömningar av arbetsplatser. Dessutom ingår bl. a hälsokontroller vissa yrkesgrupper, arbetsanpassning och arbetslivsinriktad rehabilitering samt psykologinsatser.

### **Ansvar**

#### *Medarbetarens ansvar*

Medarbetaren är ytterst ansvarig för sin egen livsstil samt för utvecklingen av sina personliga resurser. Ett aktivt medarbetarskap innebär även ansvar för att medverka i arbetet för ökad hälsa på arbetsplatsen och en hälsosam utveckling av verksamheten.

#### *Chefens ansvar*

Chefen ansvarar för hälsoarbetet på arbetsplatsen. Detta ansvar fullgörs genom ett aktivt ledarskap. Chefen ansvarar för att stödja och engagera sina medarbetare. Motivation, kunskap och uppmuntran är avgörande för ett långsiktigt hälsoarbete. Hälsoarbetet ska utvecklas och följas upp i utvecklingssamtalen.

#### *Arbetsgivarens ansvar*

Kommunfullmäktige har det politiska ansvaret för det övergripande arbetet med hälsofrågor i Ljungby kommun.

Nämnder och kommunala bolagsstyrelser ansvarar för att hälsoprogrammet implementeras i organisationen.

Förvaltningschefer och VD i kommunala bolag har ett ansvar för hälsoarbetet bedrivs enligt Ljungby kommuns hälsoprogram.

Personalutskottet har ansvaret att följa hälsoutvecklingen inom Ljungby kommun samt revidera hälsoprogrammet vid varje mandatperiod.

### **Om du vill veta mer...**

För varje huvudområde i hälsoprogrammet finns framtagna handlingsplaner med mer detaljerad information.