

kommunfullmäktige   
kommunstyrelsen   
övriga nämnder   
förvaltning

# Friskvårdspolicy

---

Fastställt av kommunfullmäktige 2019-11-21 § 242  
Kommunstyrelsen har i och med kommunfullmäktiges  
beslut 2019-11-21 § 242 övertagit beslutanderätten för policyn



## Friskvårdspolicy

- De anställdas hälsa, utveckling och arbetsglädje är nyckeln till en framgångsrik och effektiv kommunal verksamhet.
- Den anställde är ytterst ansvarig för sin egen hälsa och för utvecklingen av sina personliga resurser.
- Arbetsgivaren ska ge sitt aktiva stöd till de anställdas hälsa och friskvård. Friskvård är en viktig del i en aktiv personalpolitik. Friskvård stärker hälsan och förebygger därmed sjukfrånvaro. Gemensam friskvård stärker arbetsgemenskapen och förbättrar relationerna på arbetsplatsen. Jönköpings kommun, liksom det övriga svenska samhället, märker en ökning av sjukfrånvaron. Samtidigt som belastningsskador står för en stor del av sjukfrånvaron ökar sjukdomsorsaker som är relaterade till stress. Under de närmaste tio åren förutses en brist på arbetskraft och ett behov av att redan anställd personal ska förmå arbeta till uppnådd pensionsålder. En medveten satsning på friskvård medverkar till att göra kommunen till en attraktiv arbetsgivare. Jönköpings kommun och dess anställda har många gemensamma skäl att tillsammans utveckla en god arbetsmiljö. Friskvård och hälsa är en angelägenhet för hela organisationen och inte enbart en personlig fråga för medarbetaren. Att medverka till en god hälsa är ett ansvar för såväl arbetsgivare som alla enskilda medarbetare.
- Målsättningen med friskvårdsarbetet är att utveckla individens egna resurser att påverka sitt liv i positiv riktning.
- Friskvård är en medveten satsning som omfattar alla medarbetare, ett hälsofrämjande arbete som ger medarbetaren möjlighet att ta ett ökat ansvar för sin egen hälsa. Friskvård utgörs av åtgärder som stimulerar individer och grupper till egna, aktiva insatser i hälsofrämjande syfte. Målet är att uppnå och bevara fysiskt, psykiskt och socialt välbefinnande - att må bra - i arbetet och på fritiden.

Friskvårdsarbetet ska bidra till:

- god hälsa och ökad livskvalitet,
- ökad trivsel och vi-känsla på arbetsplatsen,
- ökad kreativitet, effektivitet och arbetsglädje samt
- minskad sjukfrånvaro, färre arbetsskador och mindre behov av rehabilitering.

Chefer och arbetsledare främjar hälsa hos medarbetarna genom att skapa förutsättningar för medarbetarna att själva aktivt ta ansvar för sin hälsa. Ett aktivt medarbetarskap innebär ansvar för att medverka i arbetet för hälsa på arbetsplatsen och en hälsosam utveckling av verksamheten.

- Det övergripande syftet med friskvårdsarbetet är:
- att genom kunskap och ökat hälsomedvetande skapa ett ökat ansvarstagande och engagemang för ett hälsofrämjande arbete och förhållningssätt samt
- att den upplevda hälsan och arbetstillfredsställelsen på kommunens arbetsplatser ska förbättras.

Ansvaret för det övergripande hälsoarbetet och friskvårdspolicyn har *Centrala personalavdelningen, Stadskontoret*. Det praktiska friskvårdsarbetet och det hälsofrämjande arbetet ska bedrivas som en integrerad del i förvaltningarnas verksamhet och arbetsmiljöarbete och bör vara synligt i verksamhetsplaner och budget. Skattemyndighetens regler beträffande ev. förmånsbeskattning måste beaktas. Friskvårdsarbetet ska anpassas efter *förvaltningarnas och arbetsplatsernas* olika förutsättningar och behov.

*Kommunhälsan* kan erbjuda förvaltningarna kompetens inom friskvårdsområdet baserad på en helhetssyn på de anställdas hälsa och arbetsmiljö.

## **Bilaga till friskvårdspolicy**

- Alla kvinnor och män som är tillsvidareanställda, vikarier, allmänt visstidsanställda och säsongsanställda med månadslön erbjuds ett fysisk träningstillfälle/vecka utanför arbetstid på de kommunala badanläggningarna (motionssim, styrketräning och gruppträning). Detta bekostas av arbetsgivaren.
- Varje arbetsplats genomför en halv friskvårdsdag per år för att främja goda levnadsvanor och hälsa. Innehållet läggs lämpligen upp av ansvarig chef och hälsoinspiratör, gärna i samarbete med kommunhälsan.
- Kommunhälsans friskvårdskonsulent utbildar hälsoinspiratörer. Eftersträvansvärt är att det finns en hälsoinspiratör på varje arbetsplats.
- Friskvård och hälsa ska finnas som stående punkt vid arbetsplatsträffar (enligt FAS 05).
- Stöd till tobaksavvänjning och andra hälsofrämjande åtgärder ska erbjudas anställda via Kommunhälsan.
- Riktade insatser som t.ex. ”kom-igång-träning” för kvinnor och män. Anordnas via Kommunhälsan i diskussion med berörda anställda och chefer.