



**KARLSBORG**

## Policy för friskvård och hälsa



Gäller för:	Samtliga förvaltningar
Diarienummer:	2023-593
Beslutande:	Kommunfullmäktige
Datum för beslut:	2024-09-16
Paragraf i protokoll:	Ange aktuell beslutsparagraf
Gäller från och med:	2024-03-01
Dokumentansvar:	HR-chef
Aktualitetsprövning:	Ska ske under första året av varje mandatperiod.

# Innehåll

INLEDNING.....	2
Syfte.....	2
Mål .....	2
Effektmål .....	2
MIN HÄLSA – VEMS ANSVAR?.....	3
HÄLSO- OCH FRISKVÅRDSAKTIVITETER.....	3
FÖRETAGSHÄLSOVÅRD.....	5
UPPFÖLJNING.....	5

# Inledning

Karlsborgs kommun strävar efter att vara en attraktiv arbetsgivare där medarbetarnas hälsa ses som en framgångsfaktor för en hållbar och trygg verksamhet. Hälsa är en del av medarbetarnas kompetens och är både en individuell och en strategisk fråga. Hälsoarbetet utgår ifrån en gemensam helhetsyn och ledningsförankring med ett långsiktigt perspektiv. Medarbetarnas hälsa ses som en resurs för organisationen.

Karlsborgs kommun har därför som utgångspunkt att vara en hälsofrämjande arbetsplats. Detta innebär att kommunen arbetar systematiskt med arbetsrelaterad ohälsa och rehabilitering, identifierar riskfaktorer samt sätter fokus och kraft på det som främjar hälsa och det friska i det dagliga arbetet, så kallade friskfaktorer.

# Syfte

Det hälsofrämjande arbetet i Karlsborgs kommun syftar till att skapa goda förutsättningar för ett hälsosamt, hållbart och produktivt arbetsliv. Det bidrar också till att Karlsborgs kommun är en attraktiv arbetsgivare där medarbetare trivs och utvecklas.

# Mål

Varje medarbetare ska kunna använda sina fysiska, psykiska och sociala resurser utifrån bästa förmåga och därmed bidra till verksamhetens kvalitet, effektivitet och produktivitet. Det sker genom att Karlsborgs kommun skapar förutsättningar för medarbetare att uppleva en hälsosam och hållbar arbetsmiljö. Vi strävar efter en ha en utvecklingsinriktad dialog som präglas av hälsofrämjande frågor, öppenhet och framtidstro.

Kommunen har som mål att:

- skapa förutsättningar för en hälsosam och hållbar arbetsmiljö
- identifiera friskfaktorer som stärker och främjar hälsa i hela organisationen
- skapa hälsofrämjande arbetsplatser med ett engagerat och aktivt ledarskap
- uppmuntra medarbetarinflytande för ökad trivsel och arbetsglädje

# Effektmål

- Ökad frisknärvaro
- Minskad sjukfrånvaro

- Ökat medarbetarengagemang

## Min hälsa – vems ansvar?

Varje medarbetare är ansvarig för sin egen hälsa, arbetsförmåga och sina personliga resurser. Ett aktivt medarbetarskap innebär att medarbetaren ansvarar för sin hälsa och medverkar i arbetet för att skapa en hälsosam utveckling av verksamheten.

Ytterst ansvarig för förvaltningens och verksamhetens hälsofrämjande arbete är förvaltningschefen på respektive förvaltning. Närmaste chef är ansvarig för att skapa goda förutsättningar för det hälsofrämjande arbetet på enheten och att arbetet bedrivs systematiskt och målinriktat. Detta görs tillsammans och i dialog med medarbetarna. Ett stöd i detta arbete är arbetsgruppens hälsoinspiratör.

Det hälsofrämjande arbetet ska ses som en naturlig del i verksamheten och lyftas, vid behov, i olika forum såsom samverkan, arbetsplatsträff och i mål- och uppdragsdialoger. Enhetschef/chef i ledningsgrupp ansvarar för att aktiviteter genomförs för att utveckla det hälsofrämjande arbetet. Kostnaden för dessa täcks inom respektive förvaltningsbudget.

För att nå så många medarbetare som möjligt är kommunens inriktning att från centralt håll även arbeta aktivt med att erbjuda hälsofrämjande utbildningar, friskvårdsinsatser och hälsoveckor på individ- och gruppnivå.

## Hälso- och friskvårdsaktiviteter

Hälsa är att må bra, att ha tillräckligt med resurser för att klara av vardagen både på arbetet och på fritiden. Som arbetsgivare vill Karlsborgs kommun skapa en hälsofrämjande arbetsmiljö som ger förutsättningar för att varje medarbetare ska kunna ta ansvar för sin hälsa. Friskvård är ett medel för att kunna uppnå detta och utifrån det erbjuder Karlsborgs kommun flera aktiviteter<sup>1</sup>,

På individnivå:

- **Friskvårdsbidrag** á 1 500 kr per år ELLER
  - **Friskvårdstimme** varje vecka baserad på medarbetarens sysselsättningsgrad
- samt
- Motionssim och vattengympa på Moliden
  - Massage

---

<sup>1</sup> Läs mer i och använd gärna kommunens APT-material för olika hälso- och friskvårdsaktiviteter för att informera på din enhet.

- PausIt
- LEVA-veckor

På gruppnivå:

- Trivselpeng
- Hälsoinspiratörer

## Företagshälsovård

Företagshälsovården har specialistkompetens och är en samarbetspart i de hälsofrämjande, förebyggande och rehabiliterande arbetsmiljöfrågorna. Företagshälsovården används med fördel som konsulterande part vid både förebyggande och rehabiliterande åtgärder. De har även möjlighet att erbjuda utbildningsinsatser.

## Uppföljning

HR-enheten ansvarar för att följa upp kommunens hälso- och friskvårdsarbete samt aktualitetsprövar policyn för friskvård och hälsa varje mandatperiod.