

STYRDOKUMENT
RIKTLINJE
2016-12-08
DNR: 2016-000440

Antagen av kommunstyrelsen den 17 januari
2017 § 11.
Gäller från och med den 1 februari 2017 och
tillsvidare.

Riktlinjer för friskvård i Laholms kommun

Inledning.....	2
1. Syfte och mål.....	2
2. Ansvar	2
3. Friskvårdskort och friskvårdspeng	2
3.1 Friskvårdskort.....	3
3.2 Friskvårdspeng	3
4. Laholms Företagshälsovård.....	4
5. Uppföljning	4

Inledning

Friskvård är en del av helhetssynen på arbetsplatsen och hela dess arbetsmiljö.

Positiva personalåtgärder och aktiva friskvårdsinsatser ska genomföras för att förebygga ohälsa i arbetet och långtidssjukskrivningar.

Laholms kommun ska stödja initiativ och verksamheter som utvecklar kommunanställdas samhörighet.

Friskvårdsaktiviteter och utbildning om miljöfaktorerers inverkan på hälsa och välbefinnande ska göra medarbetarna mera medvetna om arbetsmiljöfrågornas betydelse.

1. Syfte och mål

Syftet med kommunens friskvårdspolicy är att få en friskare och mer motiverad personal vilket kommer både den anställde och arbetsgivaren till del.

Målet är att stödja personalen till aktiviteter och gemenskap på arbetsplatsen som på sikt leder till bättre hälsa och ökat välbefinnande.

2. Ansvar

Kommunstyrelsen och personalutskottet ansvarar för det övergripande hälsoarbetet och kommunens riktlinjer för friskvård samt att uppföljningar görs om vilka friskvårdsinsatser som genomförts för medarbetarna.

Chefer och arbetsledare ska ge sitt aktiva stöd till hälsa och friskvård, verka för att ett hälsofrämjande arbetssätt skapas på arbetsplatserna och uppmuntra medarbetarna till att delta i olika friskvårdsaktiviteter.

Varje medarbetare är ytterst ansvarig för sin egen hälsa och har att ta ansvar och visa engagemang för hälsa och miljö i det dagliga arbetet.

3. Friskvårdskort och friskvårdspeng

För att uppmuntra medarbetarna i Laholms kommun att genomföra eller delta i friskvårdsaktiviteter erbjuder kommunen alla anställda ett friskvårdskort eller en friskvårdspeng. Erbjudandet gäller samtliga anställda oavsett anställningsform som har fått en sammanhängande anställning med en varaktighet av minst sex månader eller en termin. Föräldralediga och sjukskrivna omfattas också av erbjudandet, dock inte övriga som är tjänstlediga av annan orsak. De med övrig tjänstledighet har dock rätt till erbjudandet när dessa avslutar sin tjänstledighet och återgår i tjänst.

Den enskilde medarbetaren betalar genom löneavdrag en egenavgift på 200 kronor för friskvårdskortet. I det fall den anställde avslutar sin anställning får friskvårdskortet behållas för gällande period.

3.1 Friskvårdskort

Friskvårdskortet utges i samarbete med Folkhälsocentrum tillsammans med ett flertal föreningar och innehåller följande basutbud:

Fritt inträde på Folkhälsocentrum
Gratis utlåning av stavar vid stavgång

Gympa med:

- Friskis & Svettis
- Vallberga GF
- Träningsgänget Våxtorps BOIS
- L:a Tjärby IK
- Mellby GF
- Hishults GF
- Korpen Laholm
- Träningsverket (gäller gympapassen. Rabatterat pris på övriga pass).

Till Friskvårdskortet får ett tillval göras i samråd med arbetsledningen. Tillvalen är:

- Friskvårdsgym inkl vibratorplatta
- TRX
- Aquagrupper (valfri grupp efter anmälan)
- Tempererade utebad

Ytterligare tillval kan göras och betalas då av den enskilde medarbetaren genom ett löneavdrag i samband med att nytt kort börjar gälla.

3.2 Friskvårdspeng

Som ett *alternativ* till friskvårdskortet finns möjlighet att istället välja en friskvårdspeng, mot uppvisande av kvitto, till ett värde av max 1 000 kr/år. Friskvårdspengen som kan avse årskort eller motsvarande, dock inte medlemsavgifter, kan vara ett alternativ för de som pendlar eller deltar i andra aktiviteter än de som ingår i friskvårdskortet.

Nuvarande skatteregler begränsar vilka aktiviteter som kan omfattas av en friskvårdspeng. Godkänd friskvård ”av enklare slag” kan t.ex. gälla gymnastik, styrketräning, bowling, racketsporter och de vanliga lagsporterna. Exempel på icke tillåtna aktiviteter är golf, segling, ridning och utförsåkning.

Kostnaderna för friskvårdskort och friskvårdspeng fördelas schablonmässigt på respektive verksamhet genom en central kostnadsfördelning.

4. Laholms Företagshälsovård

Företagshälsovården kan vara en resurs inom friskvårdsområdet genom att erbjuda enskilda individer hjälp och råd liksom aktiviteter för hela arbetsplatser.

Följande aktiviteter kan erbjudas:

- Viktminskning / kostinformation
- Rökavvänjning
- Kroppskännedom / avspänning
- Stresshantering
- Må bra-grupp
- Hälsoprofil och livsstilsbedömning
- Hjälp att ordna friskvårdsdagar med information om risk- och friskfaktorer i livsstilen samt praktiska övningar som t ex stavgång, avspänning samt instruktion och övning i nack- och ryggmassage

5. Uppföljning

Kommunstyrelsen och personalutskottet ansvarar för att uppföljningar görs om vilka friskvårdsinsatser som genomförts för medarbetarna.

Underlag för friskvårdspeng

Som ett alternativ till kommunens friskvårdskort finns möjlighet för anställda i Laholms kommun att välja en **friskvårdspeng**, mot uppvisande av kvitto, till ett värde av **max 1 000 kr/år**. Friskvårdspengen som kan avse årskort eller motsvarande, dock inte medlemsavgifter, kan vara ett alternativ för de som pendlar eller deltar i andra aktiviteter än de som ingår i friskvårdkortet.

Nuvarande skatteregler begränsar vilka aktiviteter som kan omfattas av en friskvårdspeng. Godkänd friskvård ”av enklare slag” kan t ex gälla gymnastik, styrketräning, bowling, racketsporter och de vanliga lagsporterna. Exempel på icke tillåtna aktiviteter är golf, segling, ridning och utförsåkning.

OBS! Friskvårdspengen gäller ej för medlemsavgifter enligt skattereglerna

Det är den anställdes ansvar att kontrollera om den valda aktiviteten är godkänd för utbetalning av friskvårdspengen. Vid tveksamheter kontakta Andy Marshall på Folkhälsocentrum, tel 153 07.

Jag har deltagit i följande motionsaktivitet:

.....

Kostnad:.....

Kvitto bifogas

Ersättningen utbetalas via lönen

Namn.....**Personnr**.....

Gatuadress.....

Postnr.....**Ort**.....

Arbetsställe.....

.....

Underskrift

.....

Underskrift berörd chef

.....

Namnförtydligande:

Underlaget skickas eller lämnas till:

Receptionen på FolkhälsoCentrum

Bättringsvägen 4

312 31 Laholm