

Friskvårdspolicy



Syfte

SEKE 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 den allmänna inställningen i samhället att minska sjukfrånvaron och stressen bland anställda.

Arbetsplatsens betydelse för hälsa

Arbetsplatsen har stor betydelse för hälsan och är inte bara en personlig angelägenhet utan något som också angår arbetsgivaren. Bra hälsa på arbetsplatsen är därför ett mål för hela företaget 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 företagets förmåner. Att ordna föreläsningar och studiecirkel kan öka kunskapen och stärka motivationen om varför det är viktigt att ägna sig åt friskvård. Utbildade hälsocoacher finns att tillgå via ansluten Företagshälsovård.

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.

Ansvar

Chefer skall ge sitt aktiva stöd till friskvård samt uppmuntra personalen att utnyttja tillgängliga förmåner/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 skattefri. Begreppet kan innefatta alltifrån olika motionsaktiviteter till hälsoprofilbedömning, rygggymnastik, avspänningsövningar, mental träning, gymaktiviteter, rökavvänjning, viktminskningsprogram, kostrådgivning etc. Skatteverkets regler för detta finns på deras hemsida. Ledningen beslutar om vilka subventioneringar av friskvård som SEKE ska erbjuda. Subventionering av entré/start/medlemsavgifter för anställda är alltid skattepliktigt.