

Sentraladministrasjonen

Driftsledere/etatsledere

Kvalsund, 17.02.2006

Løpenr.	Saknr.	Arkivkode	Vår ref.	Deres ref.
06/000794	05/00679	441//	ADM/RÅD/HZ	

TRIM FOR ANSATTE I KVALSUND KOMMUNE

Trim er en del av personalpolitikken i mange bedrifter her i landet. Bedre fysisk form skaper trivsel både hjemme og på jobben. Folk blir flinkere til å takle utfordringer og stressituasjoner og sykefraværet går ned. Vi ønsker å få ned sykefraværet i Kvalsund kommune. I 2005 ligger sykefraværet i Kvalsund kommune på 11,30 % og dette må vi gjøre noe med. Vi har stor tro på at trim kan redusere vårt høye sykefravær.

På bakgrunn av møte i Arbeidsmiljøutvalget 23.11.2005 inngår Kvalsund kommune en treningsavtale med de ansatte som innebærer at arbeidsgiver gir 30 min av arbeidstiden i uken til trim mot at ansatte bruker 30 min i uken av sin fritid til trim. Avtalen starter 01.03.2006. Dette tiltaket varer fram til 30.08.2006 og skal da evalueres.

Tiltaket innebærer at det må underskrives en treningsavtale mellom arbeidstaker og nærmeste leder. Du som leder har ansvaret for at denne avtalen blir underskrevet når en arbeidstaker kommer til deg og ønsker å benytte seg av dette tilbudet. **Tidspunktet for trim i arbeidstiden skal avtales med deg som leder og skal tilpasses arbeidsplassen.** Det er også laget et loggskjema som skal fylles ut. Loggskjema skal fylles ut av leder hver uke og samles opp til evaluering etter endt prøveperiode. Rådgiver innen personal og organisasjon skal ha kopi av alle loggskjemaene etter endt prøveperiode for å evaluere prøvetiltaket.

Det er et faktum at ikke alle arbeidsplassene (som eksempelvis i Kokelv og Neverfjord) like lett kan benytte seg av hallen og fysioterapeuten sitt tilbud om spinning og styrketrening, men vi håper at lederne er kreative og finner ”lokale” løsninger og opplegg på de respektive enhetene.

Når det gjelder type trim er det opp til lederne og de ansatte å finne ut hva som er ønskelig og hensiktsmessig.

Rådgiver og fysioterapeut har følgende forslag til trim:

- Gåturer (individuelle eller i grupper)
- Skiturer (individuelle eller i grupper)
- Arrangert trim på arbeidsplassene
- Arrangert aktivitet i hallen på torsdager kl. 15:00 til 16:00 (se egen skriv)
 - o Innebandy
 - o Fotball
 - o Basket
 - o Med mer etter ønske

- Spinning og variert styrketrening hos fysioterapeut på helsesenteret (se eget tilbudsskriv)

Du som leder må ta ansvaret for å videreføre denne informasjonen til dine ansatte samt motivere til benyttelse av tilbudet. Vi håper dette tiltaket fungerer og at de praktiske utfordringene rundt tiltaket blir håndterbare. Vi har full forståelse for at dette vil kreve litt tid og fleksibilitet hos deg som leder, men vi har full tiltro til at tiltaket kan fungere til beste for alle. Vi har gjort litt av jobben med å legge til rette for trim. Nå er det opp til deg som leder å ta tak i dette tilbudet og sette ord ut i handling!

Ta kontakt med Helga hvis dere har spørsmål eller hvis noe synes uklart.

Lykke til!

Med vennlig hilsen
Kvalsund kommune

Helga Zwarg O'Donoghue
rådgiver