



Sakområde: Arbetsmiljö

Dokumenttyp: Policy
Beslutsfattare: Rektor
Avdelning/kansli: Personalavdelningen
Handläggare: Monica Östman

Beslutsdatum: 2017-06-07
Träder i kraft: 2017-07-01
Giltighetstid: tillsvidare
Bör uppdateras före: 2020-12-31

Dokument som upphävs: SLU ID: SLU.2016.1.1.2-3200

Bilaga till: Beslut om friskvårdspolicy

Friskvårdspolicy vid SLU

En av hörnstenarna i universitetets personalpolicy handlar om ett hållbart nyttjande av kompetens vilket bland annat innebär att man genom rätt balans mellan arbete och fritid ska hålla hela arbetslivet ut. Friskvård är en förebyggande och hälsobringande åtgärd som hjälper människor att uppnå denna balans.

I SLU:s arbetsmiljöpolicy betonas ambitionen att skapa en arbetsmiljö som är säker och stimulerande för alla anställda och studenter. Detta skall bland annat ske genom att främja hälsa och välbefinnande. Friskvård är ett sätt att uppnå välbefinnande.

Friskvårdsbegreppet omfattar mer än frågor om motion, kost- och alkoholvanor, rökning mm. En god arbetsmiljö med stimulerande uppgifter, god kamratskap och arbetsledning har stor betydelse för hälsan liksom kulturell stimulans av olika slag. Var och en har ansvar för sin egen hälsa, för att man motionerar tillräckligt, äter rätt, röker och dricker måttligt osv. och arbetsgivaren har ett ansvar för arbetsmiljön i vid bemärkelse. Att stimulera de anställda till en sund och balanserad livsstil är ett uttryck för intresse och omtanke. Erfarenheten visar också att friskvårdssatsningar leder till bättre hälsa och att sjuktal och rehabiliteringsbehov minskar.

SLU vill verka för att samtliga anställda får möjlighet att genom olika åtgärder sköta sin hälsa och sitt välbefinnande.

Riktlinjer för friskvård vid SLU

Vid SLU har anställda:

1. Arbetstid

Arbetstiden för heltidsanställda vid SLU är lägre än vad som avtalats i de centrala statliga avtalen för att underlätta för medarbetare att ha balans mellan arbetstid och fritid¹. Se aktuellt avtal för mer information. Flera personalgrupper har även möjlighet till flexibel arbetstid – vilket även inkluderar möjligheten att ta längre lunchavbrott för att t.ex. kunna motionera under dagtid.

2. Friskvårdsbidrag

SLU bidrar med högst 2 000 kr/år för bekostande av någon aktivitet som följer Skatteverkets riktlinjer för skattefri motion.

Exempel är gymnastik, styrketräning, spinning, bowling, racketsporter, lagsporter och motionsdans.

Friskvårdsbidraget kan också användas till tai chi, qigong, kostrådgivning, information om stresshantering, profylaxkurser för gravida anställda och s.k. kontorsmassage.

Vid behov kan man även använda friskvårdsbidraget till kurs om nikotinavvänjning.

3. Fysisk Aktivitet på Recept, FaR

Anställda som får ett utskrivet FaR av företagshälsovården har rätt till en timmes schemalagd aktivitet per vecka på arbetstid. Den anställda ska komma överens med sin närmaste chef om lämplig tid.

4. Friskvårdsaktiviteter anordnade av SLU central

Aktiviteter som arrangeras av SLU såsom lunchyoga, friskvårdsföreläsningar av olika slag får företas på arbetstid om verksamheten tillåter och efter avstämning med närmaste chef.

Riktlinjerna gäller för samtliga anställda, oavsett anställningsform.

¹ Arbetstiden enligt SLU:s lokala avtal varierar mellan 33,40 timmar/vecka (schemalagd nattpersonal) till 39,10 timmar/vecka. Villkorsavtalet för statsanställda innebär 39 timmar och 45 minuter arbete per vecka.