



Saman om ein betre kommune

Sola kommune

Farsund, 18. april 2013



Hva er skjedd siden sist?

Hvor er vi?

Hvor vil vi?

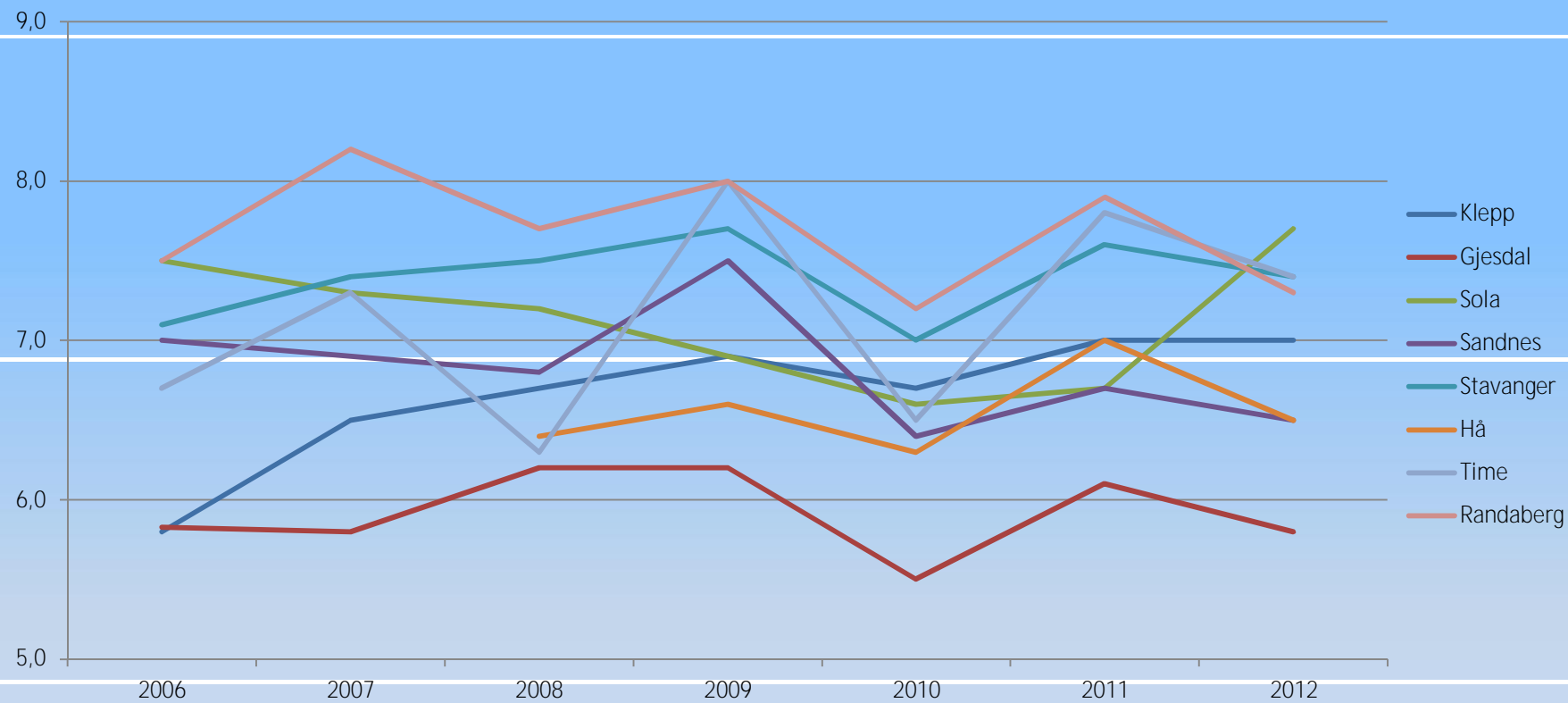


Sykefraværet Sola kommune

2011- 6,7 %

2012- 7,7 %

Sykefraværstall Sola sammenliknet med nabokommuner 2006 til og med 2012





Grep

- Dannet sentral prosjektgruppe
- Sterkere forankring
- Bred deltakelse fra ledelsen i en periode fremover for å sikre en sterk forankring i organisasjonen.
- Det er behov for en sterkere integrering og koordinering av prosjektarbeidet med kvalitetsarbeidet i organisasjonen for øvrig.
- Dannet nærværsforum i det systematiske sykefraværsarbeidet



- Kartlegging av nærværsfaktorer og sykefraværsfaktorer
- Valgt å ta ett skritt tilbake
- Står ved veivalg på nye satsninger. Spennende!
- Kompetanseheving på prosjektleder

Energitrimmen





Bidra til:

- friske og motiverte medarbeidere
- bedre arbeidsmiljø
- forebygge belastningslidelser, hjerte-karsykdom og tidlig utstøtning fra arbeidslivet.



Helseprofil

- Spørreskjemaet gir den enkelte mulighet til å sette fokus på egen livsstil. Med mosjon og andre endringer i livsstil kan du bedre fysisk form, helse og overskudd.



Livsstilsseminar

- Energitrim + teori fysisk aktivitet
- Ergonomi – tilpasses i forhold til tjenestested
- Kosthold
- Stressmestring og positiv psykologi

Mangel på fysisk aktivitet – vår største folkehelseutfordring

Copyright 2004 by Randy Glasbergen.
www.glasbergen.com



**"My doctor told me to keep in shape.
Well, this is my shape and I'm keeping it!"**

Resultater viser at kun 1 av 5 nordmenn er så fysisk aktive som helsemyndighetene mener de bør være for å oppnå helsegevinst.

Konsekvensen ved økende alder når daglig aktivitet forsvinner:

- Ved økende alder opplever mange reduksjon i:

- Muskelstyrke
- Kondisjon
- Balansen
- Smidighet
- Koordinasjon
- Immunforsvaret svekkes



- Ogdet skyldes ikke aldring som sådan men redusert fysisk aktivitet



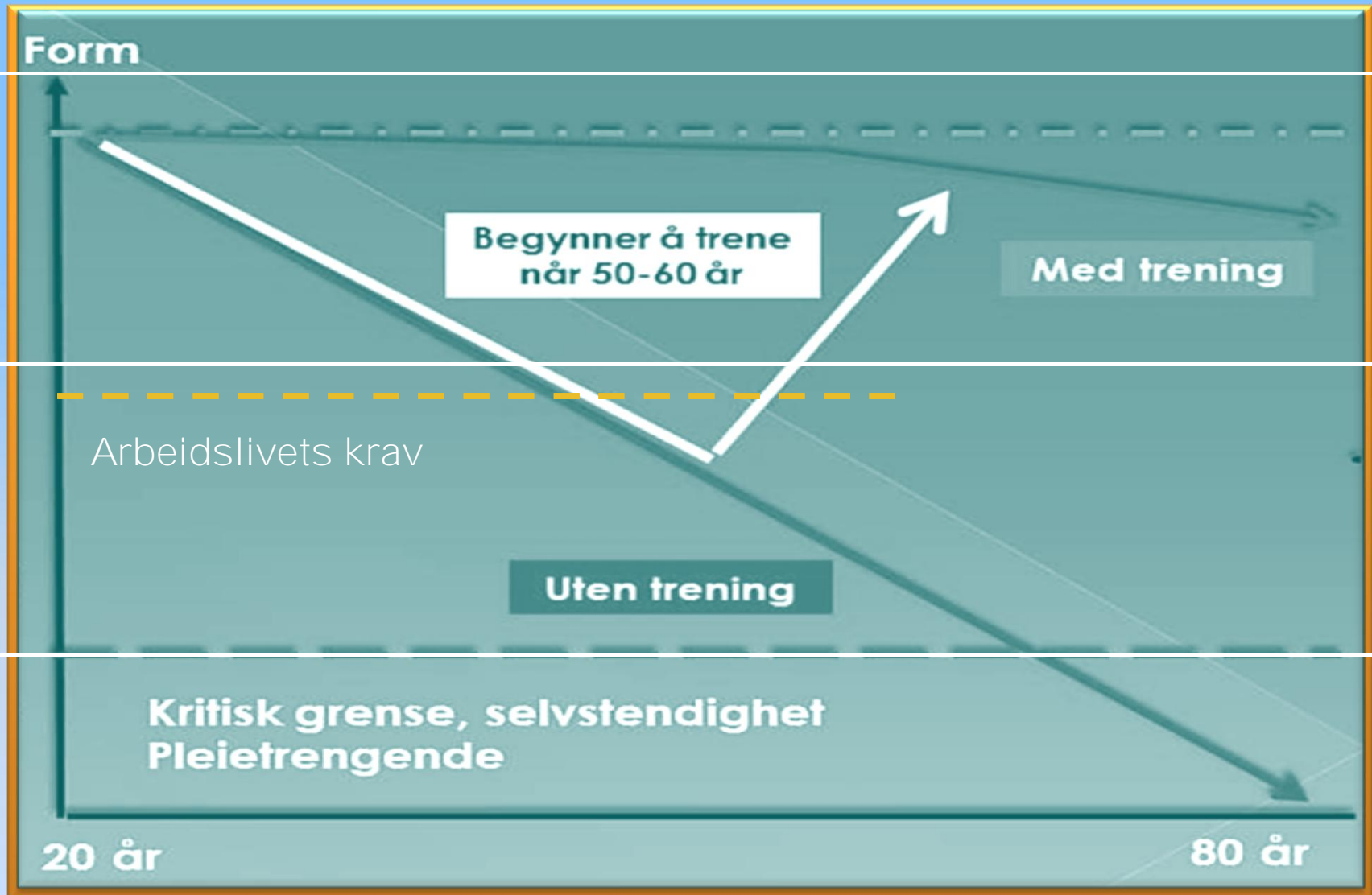
" God nyhet ":

- Fysisk aktivitet kan bremse denne utviklingen (og reversere den)
- Vi kan selv påvirke hvor raskt den såkalte "alderssvekkelsen" skal utvikle seg
- Gjennom livsstil og "tankens kraft" kan vi påvirke i hvilken grad vi har overskudd i forhold til hverdagens krav i den livsfase vi er i.



Fysisk aktivitet

- viktigste enkeltfaktor for helse og arbeidsevne





Mål	
Sykefravær	<ul style="list-style-type: none">▪ Virksomhetene skal redusere sykefraværet med 10 % i pilotperioden▪ Virksomheter med sykefravær på 4 % eller mindre, skal opprettholde sitt nivå
Helse	<ul style="list-style-type: none">▪ Positiv utvikling i helseprofil på følgende parametere: Opplevd helse<ol style="list-style-type: none">1. Øke andelen medarbeidere som opplever sin helse som god med 20 %Mosjon<ol style="list-style-type: none">2. Øke andelen medarbeidere som mosjonerer to eller flere ganger pr. uke med 20 %3. Redusere andelen medarbeidere som mosjonerer sjelden eller aldri med 20 %Belastningsplager<ol style="list-style-type: none">4. Redusere andelen medarbeidere med daglig belastningsplager med 20 %5. Øke andelen medarbeidere som sjelden eller aldri har slike plager med 20 %



Tiltak forflytning

- " Forflytningskunnskap og bruk av forflytningsteknikker med og uten tilpasset utstyr og hjelpemidler, er etikk i praksis. Det hjelper lite å snakke om etikk hvis ikke det synes i praktisk arbeid. Derfor har kjennskap til forflytningskunnskap og ferdigheter i forflytningsteknikker utviklet seg til å bli noe man forlanger at helsepersonell skal kunne – ikke en frivillig sak og et personlig anliggende, men et krav fra myndigheter og arbeidsgivere – og kolleger."

Resultatmål for tiltaket

- Utarbeide felles retningslinjer i forflytning
- Utarbeide felles "instruks" for forflytningsveiledere
- Kvalitetssikre opplæring av alle ansatte. Helhetlig opplæringssystem
- Forflytningsplan i Gericca
- Dokumentene legges inn i Kvalitetslosen juni 2013
- VEGEN VIDERE- lederinnvolvering



Lederdag i nærværets tegn

- Interne og eksterne krefter
- Mandal kommerJ



Langturnus

- Tiltak i miljøtjenesten
- Egen prosjektleder
- Under Saman om paraplyen



INNOVASJON

- Suksess =
- x Behov
- x Løsning
- x Pådriver
- x Team
- x Forankring

» *Stanford*



" Vanskeligheten ligger ikke i å få nye idéer, men i å unnsnippe de gamle, som forgrener seg til hver krok av sinnet "

John Mayard Keynes



SPENNDE ARBEID FORAN OSS





TROR PÅ:

- Bevisst organisasjon med tydelige mål
- Kreativt miljø
- Rådgivende lederskap
- Åpent arbeidsklima