

# Riktlinje för hållbar hälsa

**För medarbetare inom Ragunda kommun**

## Innehåll

Riktlinje för hållbar hälsa.....	1
Inledning.....	3
Hållbar hälsa.....	4
Syfte:.....	4
Mål:.....	4
Friskvårdstimme eller friskvårdspeng.....	4
Skatteverkets regler.....	4
Friskvårdstimme.....	5
Friskvårdspeng .....	5
Summa .....	5
Utbetalning av friskvårdspeng .....	5
Ansvarsområden .....	6
Närmaste chef.....	6
Medarbetare.....	6
Personalavdelningen .....	6

Förslag till beslut

## Inledning

*"Friskvård innebär alla aktiva handlingar som bidrar till att främja hälsan genom att stärka och utveckla individens resurser"*

Steget till en hälsosam livsstil är olika stort då vi som individer har olika förutsättningar. Att genomföra en livsstilsförändring är en process som sker i olika steg och tar tid.

Friskvård är en resurs för att skapa marginaler i vardagen och öka möjligheterna att orka mer i yrkeslivet. Genom att erbjuda ett friskvårdsutbud för medarbetare inom Ragunda kommun skapar vi goda förutsättningar att uppmuntra dem som redan har goda levnadsvanor.

Vi ger också dem som behöver en livsstilsförändring möjlighet att introduceras i friskvårdsaktiviteter som på sikt kan leda till goda levnadsvanor. För att åstadkomma detta erbjuds kommunens anställda stöd genom friskvårdsbidrag, stöd till livsstilsförändringar, stöd till uppstart av en personalförening, olika gemensamma aktiviteter för en hållbar hälsa samt individuellt stöd från Företagshälsovården.

Aktiviteterna måste även betraktas som skattefria utifrån skattelagstiftningen och vara "motionsaktiviteter av enklare slag och av mindre värde".

## Hållbar hälsa

Som ett led i att Ragunda kommuns ska upplevas som en attraktiv arbetsgivare har ett koncept för Hållbar hälsa tagits fram.

### Syfte:

Syftet med hållbar hälsa i Ragunda kommun är att stärka hälsan, förebygga ohälsa och öka upplevelsen av välbefinnandet hos medarbetarna.

### Mål:

Att skapa möjlighet till friskvård och fysisk aktivitet för samtliga medarbetare.

### Friskvårdsförmåner som finns i kommunen:

- Friskvårdstimme eller friskvårdspeng
- Friskvårdsaktiviteter på arbetsplatsen via enhetschef, t ex pausrörelser, livsstilsföreläsning, avslappningsövning och stegtävling.
- Gemensamma friskvårdsaktiviteter inom kommunen vilka initieras, planeras och följs upp av Personalavdelningen.

### Friskvårdstimme eller friskvårdspeng

Eftersom kommunens alla verksamheter har olika förutsättningar för friskvård och planering samt att alla medarbetare har olika önskemål och individuella förutsättningar, erbjuds möjlighet för alla medarbetare att välja friskvårdsförmån. Detta sker genom en individuell överenskommelse tillsammans med närmaste chef i slutet av varje år där mål för friskvården sätts. Medarbetaren väljer friskvårdstimme eller friskvårdsbidrag inför varje kalenderår.

Friskvårdspengen alternativt friskvårdstimmen ska bidra till en regelbunden vana och omfatta aktiviteter i form av i enlighet med skattelagstiftningen för detta avseende.

Avräkningsperioden är varje kalenderår för peng och kan inte sparas för att tas ut vid nästkommande år. Avräkningsperiod för timma är per vecka, högst 40 timmar per år.

### Skatteverkets regler

#### Ur: Skatteverkets information till arbetsgivare:

*"Vissa aktiviteter omfattas inte, det gäller sporter som kräver dyrare anläggningar, redskap och kringutrustning som ex. segling.. Detsamma gäller vattenskidor samt alla fritidsaktiviteter som mer har karaktär av hobby och naturupplevelse som kanoting, paddling, surfing och forsränning exempelvis. Samma gäller med sporter som inte innebär motion i betydelsen fysisk träning exempelvis pistolskytte, agility och schack. Avancerade kurser som tex syftar till utbildning för att den anställda ska tävlingsdansa eller bli instruktör är också skattepliktiga. Samma gäller SPA även om detta ingår i ett gymkort, även dyrbara kläder eller tränings skor är skattepliktigt ... medlemsavgifter, entréavgifter till idrottsevenemang och personliga startavgifter i tävlingar eller motionslopp kan inte heller ses som en skattefri friskvårdsförmån "*

<https://www.skatteverket.se/privat/skatter/arbeteochinkomst/formaner/personalvardmotionochfriskvard.4.7459477810df5bccdd4800014540.html?q=friskv%C3%A5rd>

## Friskvårdstimme

En timmes friskvård per vecka inom ordinarie arbetstid, max 40 timmar per år, kan erbjudas till anställda under förutsättning att arbetet så tillåter. Alla medarbetare måste stämpla ut vid friskvårdstillfället och sedan registrera frånvaron som friskvård i Visma- självservice.

Detta kräver att det sker på ordinarie arbetstid dvs. inom ditt schema annars registreras inte friskvården.

Saldot och stämplingar kan följas upp av närmaste chef som underlag vid medarbetarsamtal eller vid behov.

## Friskvårdspeng

### Summa

Friskvårdspengen är 1500 kr/år.

Visstidsanställda med månadslön erhåller en summa som är proportionell till andelen i avtalet i förhållande till helår.

Timanställda tjänar in sin friskvårdspeng utifrån antalet arbetade dagar i förhållande till helår. Vid vikariatstjänstgöring räknas även lediga dagar mellan arbetspassen.

### Utbetalning av friskvårdspeng

För att få pengarna utbetalda måste medarbetaren själv fylla i en utanordning och bifoga:

- originalkvitto på träningsavgiften där även aktivitet framgår  
*eller*
- avtal tillsammans med kontoutdrag vid autogiro  
*eller*
- den fakturan som betalats tillsammans med kontoutdraget

Utanordningen finns på Intranätet alternativt via denna länk:

<http://intranet.ragunda.se/download/18.36a3c8aa15c52b25d306109f/1496645355205/Utanordning%20helsida.pdf>

Utanordningen ska konteras på följande sätt:

Enhet	Slag	Verksamhet	Ak
164	7472	92620	

Utfärdaren är närmaste chef och personalchefen är beslutsattestant.

När utanordningen är undertecknad ska den sändas till personalavdelningen för utbetalning på nästa lön.

## **Ansvarsområden**

### **Närmaste chef**

Ansvarar för att genom ett aktivt stöd skapa tillåtande klimat för friskvård i arbetsgruppen. Att hälsa och fysisk aktivitet uppmuntras och följs på individnivå genom individuell dialog från RUS-samtalen.

Chef ska även följa upp friskvårdstimmen och administrera friskvårdspeng. Ramen är 40 h/år för friskvårdstimme och max 1500 kr/år för friskvårdspeng.

Chef ska stödja medarbetaren i upprättande av utanordning samt attestera den som utfärdare.

Uttag av friskvårdsbidrag och friskvårdspeng redovisas vid årsbokslut.

### **Medarbetare**

Ansvarar för att ta vara på sin egen hälsa och att utifrån sina förutsättningar ta del av och använda friskvårdsförmåner. Medarbetarna har också ett ansvar att tillsammans med sina kollegor och enhetschef föra en dialog kring hälsofrågor och hur gruppen kan nyttja friskvårdsförmånerna. Medarbetarna är ansvariga att korrekta underlag för utbetalning av peng lämnas in sker enligt gällande rutiner och regler.

### **Personalavdelningen**

Finns som en resurs för medarbetare och enhetschefer i stödjandet av förebyggande och hälsofrämjande aktiviteter.

Personalavdelningen är även ett stöd till cheferna när medarbetare behöver särskilt stöd från externa resurser som tex. Företagshälsovård, ALNA, m.fl.