



**VALDEMARSVIKS  
KOMMUN**

### **Förtydligande gällande friskvårdstimmen**

Hösten 2001 beslutades i kommunstyrelsen att:  
Möjlighet till friskvårdsaktivitet upp till en (1) timma per vecka /heltidsanställd erbjuds samtliga grupp 1 anställda i Valdemarsviks kommun under förutsättning att detta kan organiseras på respektive arbetsplats utan men för verksamheten.

För att få en liten bättre bild av hur personalen utnyttjar timmen genomförde friskvårdsgruppen under våren 2004 en enkätundersökning.

Bland svaren framkom att många utnyttjar timmen och tycker att denna möjlighet är mycket värdefull. Det framkom dock att en del medarbetare tycker att oklarheter finns kring hur man får utnyttja timmen. Med utgångspunkt från detta görs här ett förtydligande.

- Friskvårdstimmen skall utnyttjas till någon form av fysisk aktivitet (massage är ok).
- Aktiviteten skall gärna ske tillsammans med arbetskamrater, men detta är inget tvång. Det är bättre att genomföra en aktivitet själv än inte alls.
- Verksamheten går alltid i första hand, vilket ibland kan försvåra möjligheten att använda timmen. Försök dock att tillsammans med arbetskamrater och chef planera verksamheten på ett sådant sätt att möjlighet att utnyttja friskvårdstimmen ges.
- Friskvårdstimmen kan delas upp i två halvtimmar om detta passar bättre för medarbetare och verksamhet.
- Friskvårdstimmen kan förläggas vid arbetsdagens början eller slut men får ej användas som arbetstidsförkortning.
- Du skall till närmsta chef tydligt förklara hur du använder din friskvårdstimme.
- Friskvårdstimme som ej utnyttjas kan ej sparas till senare tillfälle.

Sven Tholén  
Personalchef