



Motion om införande av friskvårdstimme för anställda i Alingsås kommun

Stressrelaterad ohälsa har blivit en av vår tids stora folksjukdomar. Antalet sjukskrivningar på grund av utmattningssyndrom och andra stressrelaterade besvär ökar stadigt. Enligt siffror från Försäkringskassan har antalet pågående sjukdomsfall kopplad till stress ökat med 40 % sedan 2019 i Västra Götalands län. Av de nya sjukdomsfallen utgörs 75 % av kvinnor. De särskilt utsatta yrkeskategorierna är skola, vård/omsorg och socialtjänst. Dessa yrkesgrupper utgör en betydande del av Alingsås kommuns anställda och utför samhällskritiska arbetsuppgifter. För att motverka denna negativa trend och främja hälsa samt välbefinnande bland kommunens medarbetare behöver vi vidta åtgärder som förebygger ohälsa och stärker personalens välmående.

Forskning visar att regelbunden fysisk aktivitet minskar risken för stressrelaterade sjukdomar, förbättrar den psykiska hälsan och ökar arbetskapaciteten. I FYSS (Fysisk aktivitet i sjukdomsprevention och sjukdomsbehandling) står det tydligt: "Fysisk träning kan förebygga utvecklingen av trötthet/utmattning till följd av stress, och ett antal studier visar att regelbunden träning fungerar som buffert mot stress hos vissa individer." Genom att införa en friskvårdstimme per vecka, där anställda ges möjlighet att ägna sig åt fysisk aktivitet eller annan friskvård under arbetstid, kan Alingsås kommun ta ett aktivt steg mot en mer hållbar arbetsmiljö.

Kommunfullmäktige har det yttersta ansvaret för personalens arbetsmiljö i Alingsås kommun och är skyldiga att skapa hälsofrämjande arbetsplatser. Detta skulle vara en långsiktig investering i personalens hälsa och välbefinnande, vilket i sin tur skulle kunna minska sjukskrivningarna och bidra till en mer hållbar och attraktiv arbetsplats.

Med hänsyn till ovanstående yrkar vi att:

- Alingsås kommun utreder hur en friskvårdstimme per vecka för alla kommunanställda kan införas.

Pamela Nilsson Ludvigsson, Morgan Fredvi, Sebastian Aronson, Leif Hansson