

Sammanträdesdatum
2022-06-01

Beteckning
Dnr: 21RS4127

Förslagsställaren

Svar på medborgarförslag om rehabiliteringsplan för hälso- och sjukvårdens personal

En medborgare har lämnat in ett medborgarförslag om en rehabiliteringsplan för hälso- och sjukvårdens personal *genom till exempel förbättrade möjligheter till fysisk aktivitet samt samtalsstöd som hjälp för att hantera livets utmaningar.*

Att vara ute och röra på sig är bra för hälsan och för att må bra. Fysisk aktivitet i alla former påverkar kroppen positivt. En lagom dos fysisk aktivitet dämpar depression, ångest och upplevd stressnivå, enligt vetenskaplig evidens. För att underlätta för Region Örebro läns medarbetare att utöva fysiska och hälsofrämjande aktiviteter erbjuder Region Örebro län (Regionen) såväl ett friskvårdsbidrag på upp till 2 000 kronor per år, som möjlighet att träna utan kostnad i de träningslokaler som finns i Regionens regi och är tillgängliga för medarbetare. Det finns på så sätt goda möjligheter till fysisk aktivitet.

Återhämtning är en nyckelfaktor för att vi ska kunna må bra och prestera. För hälso- och sjukvårdens personal, som har varit med om en oerhört tuff period under pandemin, är det extra viktigt med återhämtning nu. Det räcker inte med makroåterhämtning i form av fyra veckors sommarsemester utan mikroåterhämtning under arbetsdagen behöver finnas. Att arbeta systematiskt för att hitta vad som orsakar stress på arbetet och bygga in återhämtning i arbetsdagen och ge utrymme för återhämtning mellan arbetsdagarna är en viktig del i arbetsmiljöarbetet. Samtalsstöd kan vara en hjälp, men att få reflektera en liten stund mellan olika arbetsuppgifter, antingen själv eller tillsammans med kollegor, har visat sig ha en mycket stark påverkan på upplevelsen av återhämtning under arbetsdagen. Genom ett systematiskt

arbetsmiljöarbete (SAM) på alla arbetsplatser, tillsammans med att organisera arbetet så att regelbunden återhämtning på olika sätt möjliggörs i arbetsvardagen kan ohälsa hos medarbetare förebyggas och på så sätt blir människor och verksamheter hållbara och robusta för att klara de påfrestningar en pandemi medfört.

Regionstyrelsen beslutar

att medborgarförslaget ska anses besvarat.

För Region Örebro län

Andreas Svahn (S)
Regionstyrelsens ordförande

Rickard Simonsson
Regiondirektör