

Sundhedsstyrelsens forebyggelsespakker

Relevante anbefalinger for HR og arbejdsmiljøområdet

Kommunerne har ansvaret for at skabe sunde rammer og etablere sundhedsfremme- og forebyggelsestilbud til borgerne. Sundhedsstyrelsens forebyggelsespakker er faglige anbefalinger, der bygger på den aktuelt bedste viden. Formålet med forebyggelsespakkerne er at understøtte en systematisk indsats af høj kvalitet i kommunerne – og dermed bidrage til at styrke folkesundheden.

Pakkerne berører hele kommunen og implementering af anbefalingerne forudsætter handling og samarbejde på tværs af forvaltningsområder. I forhold til HR- og arbejdsmiljøområdet har pakkerne en række anbefalinger til, hvordan kommunen som arbejdsplads kan skabe rammer og tilbud, der fremmer en sund livsstil hos medarbejderne.



Forebyggelsespakken på tobaksområdet anbefaler rammer og tilbud, der kan medvirke til at begrænse andelen af rygere.

- Etablere totalt røgfri miljøer indendørs i kommunale ejendomme
- Sikre røgfri miljøer inde og ude hvor børn og unge opholder sig
- Særlig indsats for at tilbyde medarbejdergrupper med høj ryge prævalens tilbud om rygestopkursus



Forebyggelsespakken om fysisk aktivitet skal understøtte, at borgere får gode muligheder for at være fysisk aktive gennem hele livet.

- Udarbejde strategier og etablere rammer der fremmer fysisk aktivitet på kommunale institutioner
- Informationsplatforme på kommunale arbejdspladser med viden om hvordan medarbejderne kan være fysisk aktive
- De kommunale arbejdspladser deltager i kampagner, der skal fremme fysisk aktivitet



Forebyggelsespakken om mental sundhed understøtter kommunernes arbejde med at fremme borgernes mentale sundhed – i dagligsprog borgernes trivsel – og at styrke forebyggelsen af psykiske problemer.

- Udarbejde lokale politikker for fremme af trivsel og reduktion af stress på kommunale arbejdspladser
- Politikker og procedure for at sikre skånsom tilbagevenden til arbejde efter længerevarende sygefravær

Begge anbefalinger henviser til materialer fra Videnscenter for arbejdsmiljø, Sund By netværket, med flere.



Forebyggelsespakken om alkohol understøtter kommunernes arbejde med at reducere alkoholforbruget blandt borgerne og forebygge, at unge begynder at drikke.

- Alkoholpolitikker på kommunens arbejdspladser med fokus på indtagelse af alkohol blandt medarbejdere og borgere, og hvordan man reagerer ved formodning om et alkoholproblem



Forebyggelsespakken om mad og måltider skal kvalificere kommunernes arbejde med at fremme sund mad og gode måltidsvaner for alle borger

- Handleplaner der sikrer nem adgang til at vælge sund mad, frisk drikkevand og sunde spisemiljøer på alle kommunens institutioner og arbejdspladser.



Forebyggelsespakken om solbeskyttelse handler om, hvordan kommunerne kan iværksætte indsatser, der kan medvirke til at forebygge kræft i huden.

- Politikker, der beskriver hvordan kommunens personale beskyttes mod solens skadelige UV stråling, med fokus på medarbejdergrupper, der opholder sig meget udendørs fx vej og park og pædagoger.



Pakken understøtter kommunens arbejde med at forebygge overvægt og skal ses i sammenhæng med pakkerne om mad og måltider, fysisk aktivitet og mental sundhed.

- Udarbejde handleplaner på kommunale arbejdspladser til at forebygge overvægt blandt medarbejdere og borgere, der benytter institutionen
- Forebyggelse af mobning og stigmatisering relateret til overvægt på kommunernes arbejdspladser



Forebyggelsespakken på hygiejneområdet handler om, hvordan hygiejnen kan forbedres i kommunale institutioner med henblik på at mindske udbredelsen af smitsomme sygdomme, som både er en belastning for den enkelt, men også rammer samfundet i form af sygefravær og tabt arbejdsevne

- Udarbejde handleplaner, der sikre en god hygiejne, på kommunes arbejdspladser
- Etablere fysiker rammer der fremmer en god hygiejne
- Rådgivning om god hygiejne på kommunale arbejdspladser, herunder korrekt håndvask og syge- og raskmelding



Pakken om indeklima skal understøtte kommunens indsats for at forbedre kvaliteten af indeklimaet i skolerne med fokus på god luftkvalitet og passende temperatur i undervisningslokalerne samt udarbejdelse af de lovpligtige undervisningsmiljøvurderinger.

Ud over de nævnte anbefalinger er der en række anbefalinger i pakkerne, der på sigt kan videreudvikle kommunens forebyggelsesindsats, men hvor der er behov for flere kommunale erfaringer.

- Røgfrihed i arbejdstiden for kommunalt ansatte
- Indrette kommunale arbejdspladser til gode muligheder for aktive arbejdsrutiner
- Vejledning om adfærdændring på kommunale arbejdspladser
- På kommunale arbejdspladser, hvor medarbejderne er i særlig risiko for at udvikle overvægt, har kommunen forebyggelsestilbud til medarbejder der ønsker at tabe sig
- Fleksible arbejdspladser der gør det muligt for forældre at passe syge børn hjemme

Følg med i Center for Forebyggelse i praksis aktiviteter på: <http://www.kl.dk/Aktuelle-temaer/Center-for-Forebyggelse-i-Praksis/>, hvor du også kan abonnere på vores nyhedsbrev.