

Oversigt hørings svar motion i arbejdstiden

- ACV
- Antvorskov Børnegård
- Børnegården
- Børnehaven Benediktevej
- Børnehaven Møllegården
- Børnehuset Marievang
- Børnehuset Smørblomsten
- Børnehuset Strandloppen
- Center for Arbejdsmarked og Integration – Administrationen og Ledelsessekretariatet
- Center for Arbejdsmarked og Integration – Job og Uddannelse
- Center for Arbejdsmarked og Integration – Integration og Netværk
- Center for Arbejdsmarked og Integration – Sygedagpenge og Fastholdelse
- Center for Børn og Unge
- Center for Handicap og Psykiatri
- Center for Kultur, Fritid og Borgerservice
- Center for Kultur, Fritid og Borgerservice – LokalMED Gørtlergade
- Center for Miljø, Plan og Teknik
- Center for Specialundervisning
- Center for Sundhed og Ældre – sekretariat
- Center for Sundhed og Ældre – Sundhedstilbud
- CPUS
- Dagtilbud Tårnborg
- Hjemmeplejen
- Kirkeskovskolen
- Madservice
- Nordbycenteret
- Rosenkilde vuggestue og børnehave
- Rusmiddelcenteret
- Slagelse Dagpleje
- Slagelse Sprogcenter
- Stab for Ledelse, Udvikling og HR
- Stab for Økonomi og Digitalisering
- Stillinge Skole
- Sundhedstjenesten
- Sygeplejen
- Tandplejen
- VASAC
- Vemmelev Skole

Hej

ACV's LokalMED har forholdt sig til punktet omkring Motion i arbejdstiden og har følgende tilbagemelding:

ACV's LokalMED hilser initiativet velkomment.

ACV's LokalMED ønsker fokus på bevægelse frem for motion, når en præmis samtidig er, at ordningen skal være udgiftsneutral.

Mange med borgerrettet praksis har i forvejen en arbejdsdag, hvor dette er implementeret gennem bevægelse/aktiviteter sammen med borgerne.

For øvrige funktioner med mindre borgerkontakt kan ekstra bevægelse fx gennemføres ved at afholde møder som walk and talk.

Fokus kan øges på "de små skridt"/adfærdsændringer i hverdagen.

ACV's LokalMED opfordrer de enkelte teams om at være opmærksomme på det.

Hej ang. jeres punkt Motion i arbejdstiden fra medudvalget i Antvorskov Børnegård.

Vi tænker det er dejligt at i tænker motion i arbejdstiden, men som vi ser det :

Hvis det er meningen at motionen skal foregå uden børn er det nødvendigt at der kommer noget økonomi med.

Hvis hensigten er at det skal være muligt at forlade arbejdspladsen ca. 1 time om ugen, vil det uden ekstra økonomi betyde at børnene bliver beskåret med ca.25 timer om ugen. Ja man kan håbe på et sundere personale, men som nuværende "normering" ses det ikke som realistisk at have 25 timer mindre om ugen.

Med venlig hilsen
Medudvalget i Antvorskov Børnegård



Hørings svar fra Børnegårdens LokalMED vedr. motion i arbejdstiden

Grundlæggende er Børnegårdens LokalMED positivt indstillet overfor tiltag med motion i arbejdstiden.

Det pædagogiske personale har ikke overflødig tid til arbejde uden samvær med børnene. Forældresamtaler, tværfaglige møder, diverse skriftlige handleplaner, skriftlig brobygning internt og eksternt, interne personalemøder, udfærdigelse af underretninger og statusudtalelser er i forvejen opgaver (tid) der går fra samværet. Arbejdstimerne er i forvejen strakt til det yderste i en i forvejen hektisk dag med mange børn, hvor tilstedeværelse af pædagogisk personale sammen med børnene prioriteres.

LokalMED har drøftet forskellige muligheder. LokalMED kommer i konflikt med at de tilgængelige personaletimer i forvejen er strakt til det yderste i en komprimeret arbejdsdag med mange børn pr. pædagogisk personale, hvor pædagogisk tilstedeværelse sammen med børnene har 1. prioritet.

Et forslag er at 10-15 minutters daglig motion sammen med børnene til middag på legepladsen (i alt 1 time/uge/medarbejder grundet forskellige mødetider).

Forslaget kommer dog i konflikt med frivillighedsdelen i oplægget, hvis vi indfører 10-15 minutters motion på legepladsen sammen med børnene, hvis der er personaler der ikke ønsker at deltage.

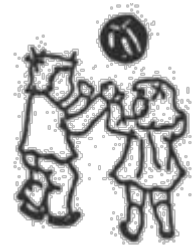
En del af den pædagogiske rolle er, at personalet er rollemodel i det pædagogiske samvær med børnene.

LokalMED er enige om, at det er vanskeligt at forene 1 times udgiftsneutral ugentlig motion med personalets arbejdstimer.

LokalMED er åben overfor andre modeller, som kan fremkomme via de samlede hørings svar.

Hilsen

Børnegårdens LokalMED



Høringsvar på "Motion i arbejdstiden".

Børnehaven Benediktevej

Benediktevej 1

4200 Slagelse

Børnehaven Benediktevej har på sit Lokal-med møde den 1. september 2020 drøftet "Motion i arbejdstiden"

Tlf.: 58 52 75 78

benediktevej@slagelse.dk

Personalet syntes som udgangspunkt at det er et godt initiativ som Økonomi udvalget har foretaget.

Vi har drøftet hvilke muligheder der kunne være for motion i arbejdstiden, Der var enighed om, at det kunne være til stor gavn hvis der var fokus på motion for skulder/nakke/ryg.

06-10-2020

Vores konklusion bliver desværre at det vil betyde at der skal tage ca. 15 timer ud af en arbejdsplan om ugen og at disse timer vil gå fra behandlingsarbejdet med børnene. Dette vil vi ikke kunne forsvare overfor børn og forældre.

Vi var også enige om at vi er en institution hvor medarbejderne er aktive sammen med børnene både ude og inde. Der bliver leget, løbet, cyklet og gået ture hver dag, men vi kan godt blive mere bevidste om at se aktiviteterne sammen med børnene ud fra et voksenperspektiv, så det bliver til gavn for alle.

Der var opbakning til deltagelse i centrale aktiviteter i kommunen i fritiden, især hvis det tilgodeser vores behov for skulder/nakke og ryg motion.

Marianne Jul Petersen
AMR

Aase Avlund
Daginstitutionsleder



Møllegården

Vuggestue & børnehave

Slagelse 29. september 2020

Møllegårdens MED-udvalg har følgende input til Motion i arbejdstiden:

Genereret har vi svært ved at se muligheden for motion i arbejdstiden.
Bliver vi dækket med vikartimer, når medarbejderne er til motion?

Vi har følgende input:

- Besøg af ergoterapeut, der kan observere vores arbejdsgange gennem en længere periode, for at kunne give vejledning til bedre arbejdsgange/arbejdsstillinger, der kan skåne vores fysik (ryg, lænd, skuldre og knæ)
- Massage (med egenbetaling) i arbejdstiden incl. vikardækning
- Få inspiration til øvelser/træning af ryg, baller, lår (core træning)

Med venlig hilsen

Mette Bjerregaard
Souschef i Møllegården

Til Slagelse kommune

Vi har på MED-møde drøftet mulighederne for motion i arbejdstiden.

- 1) Hvilke former for motion kunne være relevante?
 - Morgengymnastik, yoga, gåture og bevægelses lege sammen med børnene.
- 2) Hvordan kan vi motionere og samtidig løse vores opgaver?
 - Ved at sætte motion ind i den daglige struktur og inddrage børn og personale.
- 3) Hvordan passer det ind i hverdagen?
 - Motion og bevægelse er en vigtig del af hverdagen og en del af det pædagogiske arbejde, så det er en naturlig del af det daglige arbejde i en daginstitution.

Venlig hilsen

Linda Lolholm

Souschef



Center for Børn og Unge
Børnehuset Marievang
Torvegade 24, 2. sal, 4200 Slagelse



Direkte telefon : 58 52 66 14
Mobil telefon : 29 13 45 81

EAN : 5798007390198



Vi har afholdt personale møde med MED status mandag den 7 september.
Vi har drøftede motion i arbejdstiden .

Forslag til forskellig motionsformer:

Gå/løbe ture.

Styrkeøvelser

Yoga

Vi kunne i forbindelse med pause afholdelse kl. 12.00 se en mulighed for at få lagt en halv times motion ind.

Det er ikke muligt at gøre i fællesskab , der kunne laves en turnus ordning .

Vi har ikke de fysiske rum til at lave styrkeøvelser og yoga . Det ville være svært at lave det i fællesskab.

Intentionerne er gode.

Med venlig hilsen

Jeannette Steinfeldt Andersen.

Børnehuset Smørblomsten

Svar fra StrandLoppens medudvalg:

- Vi synes det er en meget god ide at få motion legalt ind i arbejdstiden – vi har flere forskellige forslag ideer som kan tænkes ind på de enkelte virksomheder.
- Daglig fælles " morgen gymnastik" med eller uden børnene/ borgere
- Kursus/ foredrag for personale om mere ergonomi / sundhed på arbejdspladsen / løft m.m. efter arbejdstiden (evt. på tværs af virksomheder)
- Motionsrum/ multirum indrettet evt. i samarbejde med skolen, som kan bruges af alle medarbejdere i og uden for arbejdstiden (vigtigt at det kan bruges i fællesskab med kollegaer og i være lokalt)
- Bevægelse skal tænkes ind i hverdagen – godt med ideer fra alle – som kan bruges til inspiration

Vi ønsker at Hovedudvalget skal indfører det i Slagelse Kommune

På vegne af Medudvalget

Venlig hilsen

Lone Stenbæk Larsen

Fælles leder



Center for Børn og Familie
Børnehuset StrandLoppen
Birkemosevej 15, 4220 Korsør



Direkte telefon : 58 35 10 15

Mobil telefon : 30 26 49 65

EAN : 5798007364410

TEAM DANMARK
ELITEKOMMUNE

Hej med jer.

Vi har i Administrationen og Ledelsessekretariatet på Jobcenteret netop haft et p-møde, hvor vi har drøftet Motion i arbejdstiden. Vi er blevet enige om en "gåklub" hvor vi går en tur i byen.

Venlig hilsen

Mette Bjergø Meng

Administrativ koordinator



Center for Arbejdsmarked og Integration
Administration for Center for Arbejdsmarked og Integration
Kalundborgvej 59A, 4200 Slagelse



Direkte telefon : 58 57 32 77

[Slagelse Kommunes behandling af persondata](#)



Hej alle.

LokalMED i Integration og Netværk har forholdt sig til opfordringen fra Økonomiudvalget på LokalMED-mødet den 10. marts 2020 (jf. deluddrag af referatet):

5. Arbejdsmiljøarbejdet (O/D/B)	
Sagens indhold:	Orientering og drøftelser og/eller beslutning i forhold til informationerne fra: 1) Personalemøderne 2) SektorMED 3) Koordinationsgruppen 4) Økonomiudvalget – Motion i arbejdstiden Af referatet fra Økonomiudvalgets møde den 17. februar 2020 (punkt 21) fremgår det, at Økonomiudvalget har besluttet, at et forslag om indførelse af motion i arbejdstiden oversendes til drøftelse i SektorMED og i LokalMED med henblik på, at konkrete forslag m.v. forelægges Økonomiudvalget senest i august 2020, jf. https://polweb.nethotel.dk/Produkt/PolWeb/default.asp?p=slagelse&page=document&docId=173536&itemId=173619 .
Bemærkninger:	1) Personalemøderne 2) SektorMED 3) Koordinationsgruppen 4) LokalMED drøftede konkrete forslag til motion i arbejdstiden og foreslår, at der på de enkelte lokaliteter udpeges en tovholder, hvorefter der findes og klargøres egnede lokaler til henholdsvis Fit 'n' Dance og træning med elastik. Ved få mødedeltagere er Walk 'n' Talk (uanset vejret) et godt alternativ til et stillesiddende møde.
Beslutning inkl. ansvarlig:	1) xxx 2) xxx 3) xxx 4) Lisbeth orienterer SektorMED med henblik på videreformidling til Økonomiudvalget.

Opsummerende er det LokalMED i Integration og Netværks input og forslag, at

- **Der på de enkelte lokaliteter udpeges en tovholder, hvorefter der findes og klargøres egnede lokaler til henholdsvis Fit 'n' Dance og træning med elastik.**
- **Ved få mødedeltagere er Walk 'n' Talk (uanset vejret) et godt alternativ til et stillesiddende møde.**

Fortsat god dag.

Mange hilsener
Lisbeth

Motion i arbejdstiden – Job og uddannelse (CAI)

L-MED har drøftet muligheden for motion i arbejdstiden og har følgende bemærkninger til forslaget:

L-MED ser positivt på muligheden og mener det kan ske samtidig med at vi løser vores opgaver.

Vi foreslår en kombination af fælles aktiviteter og tilbud samt individuel mulighed for at bruge en sådan ordning.

Fælles aktiviteter kan organiseres sammen med andre afdelinger i centeret såvel som i jobhuset.

Eksempel på fælles motion: motion på gangen, elastikøvelser, hold etc.

Eksempler på individuel motion: gåture – evt. med kollega for sparring og faglig refleksion.

L MED job og uddannelse 28/9-2020

Hej med jer,

I **Sygedagpenge – Fastholdelse** er vi kommet frem til følgende forslag:

- Dagligt gåhold (f.eks. efter frokostpausen, hvor der trækkes lod om, hvem man skal gå med). På den måde får man mulighed for at snakke på kryds og tværs. Desuden får vi inden længe en del nye kollegaer, hvorfor vi ser dette som en mulighed for at byde dem ordentligt velkommen i afdelingen
- Gåbånd eller cykel foran skærmen (f.eks. hvor to kontor á fire medarbejdere deles om enten et gåbånd eller et løbebånd). På den måde kan vi motionere samtidig med at vi arbejder



Før eller efter arbejdsdagen:

- Løbehold (f.eks. hvor man løber to-tre gange om ugen på et fast tidspunkt før eller efter arbejdstid). Dette kræver, at bade faciliteterne i kælderen på Kalundborgvej forbedres
- Træningsrum i kælderen med mulighed for bad efterfølgende

Vi håber, at I vil tage vores forslag op til overvejelse ☺

Venlig hilsen

Emilie Sofie Brinck
Beskæftigelsesmedarbejder

Slagelse den 28. september 2020.

SektorMED for Børn og Unge har drøftet oplægget ”Motion i arbejdstiden” i sektormøde den 24. september 2020.

SektorMED kom med følgende anbefalinger:

- SektorMED anerkender, at det generelt er en god ide at dyrke mere motion, og at behovet også kan være, at der gives mulighed for at dyrke motion i arbejdstiden.
- SektorMED tilkendegiver, at der er meget forskellige behov for at dyrke motion på de mange arbejdspladser, som Slagelse Kommune omfatter. Derfor anbefaler SektorMED, at materialet sendes ud til drøftelse på de enkelte arbejdspladser så de lokale perspektiver inddrages i den videre proces.
- SektorMED anbefaler, at der skabes rum til videndeling – fx digitalt – således at gode ideer kan bredes ud til inspiration i hele organisationen.

Venlig hilsen

SektorMED for Børn og Unge

Motion i arbejdstiden

Bemærkninger fra LokalMED Center for Handicap og Psykiatri - Myndighed

- Hvilke former for motion kunne være relevante?

LokalMED ser yoga og lignende tiltag styrke medarbejdernes fysik, men også deres mentale helbred. Derudover bemærker LokalMED, at Walk n' talk er et værktøj, som også kan give noget bevægelse/motion i hverdagen.

- Hvordan kan vi motionere og samtidig løse vores opgaver?

LokalMED ser walk n' talk som et fint motion- og mødeværktøj, hvor man undervejs sagtens kan drøfte arbejdsopgaver.

- Hvordan passer det ind i hverdagen?

For LokalMED handler det om prioritering. Det er en hektisk og travl hverdag, hvor motion/bevægelse gerne skulle være et belejligt indspark, og ikke en byrde. Derfor handler det for LokalMED om, at hvis sådanne ting implementeres, så skal det prioriteres hele vejen rundt.

- Kan motion foregå i fællesskabet omkring arbejdspladsen eller også omfatte muligheden for, at medarbejdere individuelt eller i grupper kan dyrke motion uden for arbejdspladsen som en del af arbejdstiden.

LokalMED er positivt stemt for, hvis der kan findes ordninger for motion på og udenfor arbejdspladsen. Det skal dog indarbejdes og planlægges, så medarbejderne ikke føler det som et pres eller stressfaktor i forhold til det arbejde, som de skal nå at udføre.



Motion i Arbejdstiden

SektorMED drøftede på møde den 16. september 2020 Motion i arbejdstiden.

Centret har i forvejen fokus på motion, og har allerede indført forskellige tilbud til medarbejderne, som kan benyttes i arbejdstiden, f.eks. fysioterapeutisk elastiktræning, e-motion for kontorarbejdspladser, walk and talk og andre korte ture udenfor.

SektorMED drøftede hvilke muligheder der i øvrigt kunne understøtte motion i arbejdstiden, og kom frem til følgende forslag, som videresendes som centrets bidrag til forslag:

1. Walk and talk møder udbredes, hvor det er muligt
2. En årlig fribillet til svømmehallerne til alle ansatte (dog uden for arbejdstiden, idet erfaringerne fra sommerens fribilletter til skolebørn har vist, at fribilletterne er udgiftsneutrale for fritidsområdet, idet andre familiemedlemmer betaler entre)
3. Et tilbud til andre virksomheder og centre om, at Fritidsafdelingen kan bidrage med gode råd til motion, og et inspirationskatalog
4. Det anbefales, at motion i arbejdstiden tilrettelægges lokalt og afvikles i løbet af dagen, i stedet for ydertimerne af arbejdsdagen, for at undgå risikoen for, at arbejdstiden afkortes.

På SektorMED Kultur, Fritid og Borgerservices vegne

Vini Lindhardt
Formand

og

Ilse Tvilling
Næstformand

HovedMED

21. september 2020

Motion i Arbejdstiden

LokalMED Gørtlergade drøftede på møde den 16. september 2020 Motion i arbejdstiden, og kom frem til følgende

- Udvidelse af sortiment (evt. maskiner) i lokalt motionsrum.
- Udsendelse af link til diverse motion på arbejdspladsen.
- Opfordring til walk and talk i løbet af dagen, således at kroppen kan blive strakt igennem.

Motionen må ikke lægges i ydertimerne af arbejdsdagen, for at undgå risikoen for, at arbejdstiden afkortes.

På LokalMED Kultur, Fritid og Borgerservice – Gørtlergades vegne

Helle Guldager
Formand

og

Mette Skovslund
Næstformand

LokalMED Miljø Plan og Teknik (Dahlsvej og Plan) har på møde den 1. oktober 2020 drøftet muligheden for motion i arbejdstiden.

LokalMED er positivt stemt for initiativet.

Allerede igangværende aktiviteter:

På Dahlsvej har vi forvejen et motionsrum med diverse træningsmaskiner. På Dahlsvej er der også mulighed for at deltage på hold i elastiktræning, med instruktion fra en medarbejder fra Nordic Netcare.

Ønsker til nye initiativer:

AMR har haft kontakt med en konsulent fra Office Fit, som tilbyder forskellige løsninger (motionscykler, gåbånd m.m.) som kan benyttes i kombination med arbejdet. Der var enighed om, at det er en god ide at arbejde videre med.

Desuden er LokalMED interesseret i at indhente erfaringer fra øvrige afdelinger i Slagelse Kommune, som har brugt livsstils-appen "LIVA", for at afdække om der er gode erfaringer der kan trækkes på.

LokalMED ser muligheder i, at fysiske møder i højere grad planlægges afholdt i fysisk form (gå-møder – stå-møder m.m.). Det samme gælder for pauser, som måske kan udnyttes i mere fysisk form, i den udstrækning at det kan integreres.

Generelt:

LokalMED opfordrer til at gode idéer fra øvrige LokalMED og SektorMED samles et centralt sted via InSlag, så man internt i Slagelse Kommune kan lade sig inspirere af hinandens gode idéer.

Flemming Kortsen (formand) og Heidi Åkessen (næstformand) – den 2. oktober 2020

Slagelse den 25. september 2020

Hørings svar: Motion i arbejdstiden

På CSU-Slagelse er der opmærksomhed på vigtigheden af motion og bevægelse for medarbejdere og de personer som får indsatser på centret. Vi har derfor fokus på:

- Gode arbejdsstationer hvor der er muligheden for bevægelse via motionsgivende udstyr som fx kontorcykel, Bobath-bold, hæve/sænkebord.
- At der er mulighed for at benytte arbejdspladsens motionsrum og gymnastiksal i fritiden, både hverdage og weekend samt i pauser i løbet af arbejdsdagen.
- At motion tænkes ind i indsatsen, når dette er muligt og giver mening sammen med elever/personer. Tilgængelighed af udstyr som understøtter denne mulighed.
- At møder kan foregå som "walk and talk".
- At fremme fælles deltagelse for medarbejdere i kampagner som fx tæl-skridt, motionsløb/gåløb (DHL eller lign.) Centret yder tilskud til deltagergebyr.

Hørings svar fra Lokal MED, CSU-Slagelse

Tilbage melding på drøftelser vedr. motion i arbejdstiden

Fra LokalMED i Sekretariatet, CSÆ

Det er positivt at Økonomiudvalget ønsker at fremme sundhed og motion på arbejdspladsen samt at deltagelsen skal være frivillig og at der er mulighed for, at tilpasse initiativet lokalt til både arbejdspladsens og medarbejdernes forhold.

LokalMED vil gerne understrege, at det er vigtigt at de konkrete rammer for motion i arbejdstiden kan aftales lokalt. I vores afdeling vil nogle medarbejdere f.eks. have mulighed for at løbe eller gå en tur sammen i selve arbejdstiden, da de er selvtilrettelæggende, mens andre medarbejdere ikke vil have denne mulighed, da deres arbejde kræver tilstedeværelse på arbejdspladsen fx pga. telefontider og borgerhenvendelser. Lokalt vil vi derfor få brug for, at kunne tilrettelægge en times motion om ugen, ud fra de arbejdsmæssige rammer som hver enkelt medarbejder har.

I lokalMED er der kommet følgende forslag til motion i arbejdstiden:

- Gåture sammen midt på dagen
- Løbeture sammen f.eks. om morgenen inden man møder ind
- Walk-and-talk møder
- Én times paddle sammen om ugen (i en ydertime)
- Én times floorball sammen om ugen (i en ydertime)

Hos os ønsker vi, at motion i arbejdstiden skal kunne styrke fællesskabet blandt kollegaer og bidrage til øget arbejdsglæde.

I LokalMED Sundhedstilbud, har der den 28.09.20 været en drøftelse af oplægget om motion i arbejdstiden.

Herunder opsummering af vores drøftelse til den videre proces.

LokalMED ser positivt på et initiativ om motion i arbejdstiden. Det er et emne, der flere gange har været berørt og som vi også i mindre grad har lidt erfaringer med.

Vores indledende tanker går på, hvilket formål vi skal ramme med motion i arbejdstiden. Dette da der bare i vores lille organisation, er mange holdninger og forventninger til, hvad motion i arbejdstiden indebærer.

Handler det om at øge den enkeltes fysiske kapacitet eller går det på at styrke sammenholdet – eller går det hånd i hånd.

Hos os er der mange, der oplever at hvis det skal være motion, så skal de have en oplevelse af, at kunne lave noget, hvor de efterfølgende har en oplevelse af, at de har givet den en "skalle"/har svedt/presset deres muskler.

Andre tænker at motion er alle mulige former for fysisk aktivitet. At det også er, at holde et møde som walk and talk, eller selv få mulighed for at bryde dagen op med en lille gåtur, og andre igen oplever at de får motion når de har forskellige aktiviteter med borgerne.

LokalMED har drøftet, at overordnet har Sundhedstilbud nok bedre rammer for fysisk aktivitet/motion i arbejdsdagen, end mange andre arbejdspladser. Vores kerneopgave består langt hen af vejen i, at gøre noget sammen med borgerne, og det er ofte fysiske aktiviteter/træning/motion vi udfører sammen med eller instruerer borgerne i at udføre.

Vi kan godt i vores arbejdsdag:

- Indlægge fysiske møder som walk and talk,
- Vi kan godt være meddeltagende på holdaktiviteter.
- Vi kan også, i de naturlige pauser der kan opstå, indlægge mindre gåture.
- Vi kan godt skippe morgenkaffen og lave gymnastik sammen

Alle disse uden(måske den sidste i mindre grad, da nogen skal koordinere og planlægge aktiviteten), at det har en omkostning og påvirkning for den borgerrettede tid.

I LokalMED har vi drøftet, at motion i arbejdstiden skal være energigivende for arbejdsdagen og ikke en erstatning for den motion der laves i privat regi.

Vi har i virksomheden lidt erfaringer med at gennemføre ovenstående aktiviteter og generelt stor erfaring med at få vores borgere til at bevæge sig.

Vi har i kortere perioder været gode til at anvende de ovenstående punkter, som ansatte og i vores dagligdag. Hver gang vi er gået i gang, har det været sjovt og med massere af energi og tro på opgaven. Men selv os med alt den erfaring i at motivere andre, må indrømme, at vi ikke har været langtidsholdbare med vores indsatser.

Det vi ser som den største udfordring er, at der kontinuerligt er nogen der skal holde ild i aktiviteten og også gerne inspirere til nyt. Den menneskelige natur er doven, men også meget pligtopfyldende på vores arbejdsopgaver. Så får at trække os væk fra arbejdsopgaver, så kræver det at nogen går i front ift. at italesætte indsatsen, minde om, og også gerne komme med nye input. Det er det sidste der gør, at hvis vi skal tro på en langvarig effekt og indsats omkring motion i arbejdstiden, så skal den drives af nogen, der har dedikeret tid til opgaven – hvilket vi så tænker ikke helt går i tråd med at det skal være udgiftsneutralt.

Det udgiftsneutralt bliver særligt en udfordring, hvis vi skal opfylde ideen om, at motion i arbejdstiden handler om det som nogen efterspørger – at arbejde med den fysiske kapacitet. Her kræver det tid direkte afsat til motionen – og ikke mindst, hvis det skal være i fællesskab, at nogen forestår træningen.

Der har i flere andre kommuner været gennemført projekter med motion i arbejdstiden. Projekter der har vist gode resultater på flere parametre, både for den enkelte og for arbejdspladsen. Vi ser dog, at alle disse indsatser har en koordineret indsats, hvor nogen har afsat tid til opgaven. Vi opfordrer derfor til, at den del tænkes ind i en evt. fremadrettet løsning på motion i arbejdstiden.

1. oktober 2020

Høringssvar på forslag til motion i arbejdstiden

CenterMED (LokalMED) i CPUS har på møde d. 24. august drøftet Økonomiudvalgets forslag til motion i arbejdstiden og afgiver på baggrund heraf vores høringssvar her.

CenterMED er samlet om, at forslaget er rigtig godt, da det – udover det sundhedsfremmende perspektiv, der ligger implicit i forslaget – kan bidrage til at styrke trivlsen, arbejdsglæden og arbejdsfællesskabet vores arbejdspladser og herigennem indvirke positivt på arbejdsmiljøet.

Vi støtter op om, at ordningen skal være frivillig, da det er væsentligt, at sådanne tiltag er så indre motiveret som muligt. Det vil også kunne afspejles i effekten af tiltaget. Trods forståelse for hensigten, mener vi, at formuleringen i høringsforslaget om, at motionsordningen ”giver den enkelte medarbejder en rettighed” med fordel kan genovervejes, da den sender et signal om det modsatte af frivillighed. Vi tænker nærmere, at motionsordningen kan give den enkelte medarbejder/ansatte en ”mulighed”.

Vi er optaget af, at motionsaktiviteterne – så vidt muligt – bør foregå sammen med de borgere, vi støtter, da det både sikrer, at vi i mindre grad tager aktiv tid væk fra kerneopgaveløsningen og kan skabe rammer for, at relationerne mellem fagprofessionelle og borgere styrkes på andre måder. Det at bevæge sig sammen og gøre noget som et fælles tredje har betydning, bl.a. fordi det også sætter magtforholdet imellem os lidt i baggrunden. Vi har i forvejen adskillige motionsaktiviteter sammen med borgere, og selvom de også har et socialfagligt og -pædagogisk perspektiv, er det medvirkende til, at relationerne styrkes samtidig med, at både ansatte og borgere får motioneret. I dette lys kan det også med fordel tydeligere defineres, hvad motion på arbejdspladsen kan omhandle.

Ordningen vil kalde på lokalt tilpassede retningslinjer, da der er store kontekstuelle forskelle på, hvordan det er muligt at udmønte forslaget, f.eks. ift. forskellene på dag- og døgntilbud.

Vi ser frem til den fortsatte proces 😊

Med venlig hilsen

CenterMED-udvalget i CPUS

Hej.

Vi har drøftet oplægget i vores Med-Udvalg.

Ideen er god, vi kan ikke se hvordan det kan føres ud i livet i vores institutioner.

Vi drøftede fælles gå og cykeltur efter arbejde, men det medarbejdernes eget valg.

Medudvalget for Dagtilbud Tårnbor

Drøftelses konklusioner fra LokalMED i Hjemmeplejen 01.10.20:

Hjemmeplejen har i det små forsøgt sig med tiltag med motion i arbejdstiden. Tiltagene har været elastisk træning forestået af Nordic healthCare. Medarbejderne har godt ville deltage, men det har betydet tid, der ikke har været planlagt til borgerne.

LokalMED har en forestilling om, at kollegaerne godt vil deltage i motion planlagt i arbejdstiden, hvis det skal lykkes, så er der behov for at nogen udefra arrangerer træningen.

Et opmærksomhedspunkt kan være at medarbejderne i hjemmeplejen er ude og køre og være aktive ude hos borgerne. Mange medarbejdere har forskellig forestilling om, hvad motion i arbejdstiden er. Der skal mange forskellige tiltag til for at tilgodese alle behov, og så en tydeliggørelse centralt fra, hvad formålet med initiativet motion i arbejdstiden skal understøtte.

LokalMED hjemmeplejen har svært ved at se, at vi i det generelle billede vil kunne lave motion i arbejdstiden, som udgiftsneutral aktivitet.

Hjemmeplejen tiltaget som en positiv ting og vi vil godt arbejde konstruktivt videre med en indsats. Det er dog mest realistisk at ordningen får succes, hvis den ikke skal være udgiftsneutral.

Snakken i LokalMED har bidraget til at vi også ser muligheder for, at medarbejderne i deres fritid kan styrke motionen hos dem selv og kollegaer, ved at tage initiativ til sociale motionsaktiviteter.



En samlet institution

Rude den 28. september 2020

Hørings svar vedrørende motion i arbejdstiden

MED-udvalget ved den samlede institution Kirkeskoven har valgt at drøftet oplægget på personalemøde på skolen tirsdag den 15. september og på personalemødet for vuggestue, børnehave og SFO tirsdag den 22. september og har følgende kommentarer.

- Frivillighedsprincippet omkring motion for den enkelte er vigtig. Den enkelte ønsker langt hen ad vejen at tilrettelægge sin egen motion.
- Da vores arbejdstid hovedsageligt er tilrettelagt sammen med børn/elever og med forskudt arbejdstid, finder vi det svært, at finde tid hvor vi sammen kan dyrke motion. Vi vil gerne pointere, at begge personalegrupper bevæger sig meget i løbet af hverdagen.
- Vi vil gerne stille forslag om, at kommunernes ergoterapeut/idrætskonsulent kunne deltage i et/flere personalemøder, være rådgivende omkring hensigtsmæssige arbejdsstillinger og forslag til øvelser, man med fordel kan lave individuelt i forbindelse med sin arbejdsdag.
- Vi vil gerne stille forslag om, at Slagelse Kommunes personaleforening kunne skaffe gode tilbud til fysiologisk massage/fitnesscenter/motionscenter/klippekort til svømmehal – også uden for Slagelse by.

På vegne af MED-udvalget

Anette Petersen
Skoleleder

Input til Økonomiudvalget i forhold til "Motion på arbejdspladsen" fra Madservice

Vi har i Madservice drøftet forslaget om Motion på arbejdspladsen, og er nået frem til følgende. Forslaget er et godt initiativ for at fremme sundhed og arbejdsglæde på arbejdspladsen og hos medarbejderne. Muligheden for at dyrke motion og indføre det i arbejdstiden, svarende til en ugentlig arbejdstime, ses værende som noget af en udfordring i forhold til styring og tid i produktionen.

Vi har drøftet nedenstående punkterne og har følgende input:

- Hvilke former motion kunne være relevante? **Det kunne være brugbart og super skønt, at kunne gå eller løbe ½- 1 time om ugen sammen med kollegaer ude i naturen, men dette er ikke realistisk i forhold til produktionen. Øvelser for nakke, arme og ryg kunne være relevant.**
- Hvordan kan vi motionere og samtidig løse vores opgaver? **1. gang ugentlig i ½ time kunne en fysioterapeut fra kommune komme og lave øvelser sammen med os i et stor rum. En anden mulig kunne være, at vi i 10 min. om dagen selv lave øvelser med elastikker for arme, nakke og ryg.**
- Kan motionen forgå i fællesskab ? **De nævnte øvelser ville kunne udføres i fællesskab.**

Venlig hilsen

Katja Krane Nymann

Virksomhedsleder af Madservice Skovvang & Madservice Hashøj



Center for Sundhed og Ældre
Madservice Skovvang
Grønningen 1, 4200 Slagelse



Direkte telefon : 58 57 34 72
Mobiltelefon : 40 75 74 74

EAN : 5798007389499

[Slagelse Kommunes behandling af persondata](#)





Nordbycentret

Kierulffsvej 2
4200 Slagelse

Tlf.: 2045 5610

Tlf: 3078 5820

www.slagelse.dk

www.nordbycentret.dk

6. oktober 2020

Sagsid.:

EAN-nr.:

Kontaktperson:

LOKAL-MED drøftelse af forslag Motion i arbejdstiden

Et spændende forslag, som også kan give psykisk velvære og overskud. Lokal-MED er generelt positivt indstillede. Der er lokale muligheder for at kunne indarbejde motion i arbejdstiden for forskellige dele af vores arbejdsplads. Vi oplever dog en diskrepans mellem motion som en pædagogisk aktivitet med brugere eller noget alene for "min sundhed". Der er forskel på medarbejdernes mulighed for at kunne deltage ift. tidsanvendelse, idet det i den ene personalegruppe også er et spørgsmål om, hvilken type tid, der skal anvendes til formålet (forberedelsestid, børnetid-konfrontationstimer, mødetid), hvilket giver forskellige vilkår. Endvidere kan vi se udfordringer i det i forhold til den nuværende COVID-19-situation ift. at holde fysisk afstand.

Venlig hilsen

Maria Ringsmose
Forkvinde LokalMED Nordbycentret

Hermed bemærkninger fra LokalMED i Rosenkilde Vuggestue og Børnehave.

Udvalget har drøftet oplægget og er kommet frem til følgende:

Det er ikke muligt at lægge motion ind i dagligdagen uden at det påvirker driften.

Alle timer her er børnetimer og det vil ikke være forsvarligt/hensigtsmæssigt at skulle undvære 1 time ugentligt pr. medarbejder.

Vi er aktive sammen med børnene og tager dagligt mange skridt.

På vegne af LokalMED.

Venlig hilsen

Annette Fog Larsen

Virksomhedsleder



Center for Børn og Unge
Rosenkildevejens børnehave og vuggestue
Rosenkildevej 90, 4200 Slagelse



Direkte telefon : 58 52 54 06
Mobil telefon : 50 43 69 15

EAN : 5798007390365





Hørings svar vedr. motion i arbejdstiden

1. oktober 2020

Rusmiddelcenterets LokalMED har drøftet Økonomiudvalgets høringsforslag, og vi har følgende kommentarer til forslaget:

Vi sætter stor pris på forslaget om muligheden for én times motion ugentligt i arbejdstiden, da vi ser det som et kærkomment initiativ og tilbud, som kan bidrage til at styrke trivsel og sammenhold på arbejdspladsen, til gavn for arbejdsmiljø og -glæde.

Vi mener, det er væsentligt, som der også er lagt op til, at ordningen indeholder et frivillighedsprincip, hvilket er vigtigt for rigtig mange af de ansatte. Vi sætter ligeledes pris på den fleksibilitet i organiseringen af aktiviteterne, som forslaget lægger op til, givet at SektorMED og LokalMED tænkes at udmønte ordningen i praksis, så den passer til det enkelte område og de enkelte virksomheder.

Vi anerkender ligeledes, at organiseringen skal tage hensyn til den daglige drift, så kerneopgaveløsningen kan løses – og styrkes – med denne ordning.

Mere konkret har vi drøftet, at de motionsaktiviteter, der vælges, tilrettelægges og tilbydes også bør støtte op om arbejdsfællesskabet i centeret, og gerne på tværs af afdelinger med hensigt om også herigennem at styrke den organisatoriske sammenhængskraft.

Vi støtter således helhjertet op om forslaget.

Med venlig hilsen

LokalMED i Rusmiddelcenteret



Den 14.09.2020

Input til evt. at indføre Motion i arbejdstiden i Slagelse Kommune.

Herunder er Slagelse Dagplejes LokalMEDs forslag til indførelse af motion i arbejdstiden.

Daglejen kan have svært ved at lægge motion ind i medarbejdernes arbejdstid, samtidigt med det skal være omkostningsneutralt.

Daglejen forslår, at Nordic Netcare etablerer en online tjeneste, hvor de fremviser ideer og træningspas som alle medarbejdere i Slagelse kommune kan benytte.

Tjenesten skal indeholde små videosekvenser, der viser hvordan øvelserne skal udføres. Videosekvenserne lægges på Inslag, så alle medarbejdere har adgang til den. Eventuelt kan der udarbejdes en APP, der kan downloades.

Slagelse Dagplejes
LokalMED.

Hermed input Slagelse Sprogcenters LokalMED til drøftelsen om Motion i arbejdstiden.

På Slagelse Sprogcenter har LokalMED drøftet oplægget om motion i arbejdstiden. Vi ser positivt for muligheden for at der på frivillig basis kan dyrkes motion på arbejdspladsen i arbejdstiden. For eksempel ser vi det som en oplagt mulighed at inddrage motion som elementer i undervisningen. Helt konkret kunne der i højere grad indtænkes følgende aktiviteter, hvor motion vil foregå sammen med sprogcentrets kursister:

1. **Undervisningsaktiviteter med bevægelse, som understøtter læring** f.eks. aktiviteter med tal- og gulvbogstaver.

2. **Powerbreaks**, som er små, korte øvelser, hvor pulsen kommer op f.eks. gennem fitnessaktiviteter uden læringsmål.

3. **Brainbreaks**, som er korte øvelser, som kredser om krydskoordination f.eks. sproglege, hvor der anvendes kast med risposer. Kursisterne udfordres kognitivt med at koordinere forskellige bevægelser.

4. **Language learning in the wild**, hvor sprogundervisningen foregår udenfor klasselokalet. Lokalsamfundet inddrages med henblik på at fremme bevægelse og læring som biblioteket, arbejdspladser, virksomheder, uddannelsesinstitutioner, sportsklubber og foreninger m.fl..

Motion kan altså indgå som en del af undervisningen og derfor udføres samtidig med at arbejdsopgaverne løses. I andre funktioner end undervisning vil motion fx kunne foregå som små powerbreaks.

På vegne af Slagelse Sprogcenters LokalMED 1.10.2020

Venlig hilsen

Line Christiane Cramer

Forstander, Slagelse Sprogcenter, Center for Arbejdsmarked og Integration

Tlf: 58 57 55 35 | Mobiltelefon: 20 32 90 42 | EAN: 5798007389970

Høringssvar - motion i arbejdstiden - SektorMED Stab for LUH

SektorMED anerkender, at motion i arbejdstiden kan være til gavn for medarbejderne og har følgende kommentarer:

Motion er forskelligt for alle. SektorMED anbefaler en fleksibel ordning, så der er flere alternative motionsformer at vælge imellem.

Muligheden for motion i arbejdstiden bør også være en anledning til, at man kan samles på tværs med andre kollegaer, end dem man ses med til hverdag. Dette kan give ordningen en øget værdi ift. netværksdannelse og relationer, der er gavnlige i opgaveløsningen. Vi vurderer også, at en ekstra social dimension kan være medvirkende til at øge arbejdsglæden.

SektorMED lægger også vægt på, at det ikke nødvendigvis behøver at være 1 sammenhængende time med motion, men kan fordeles på flere tidspunkter i løbet af ugen. Dette bør så vidt muligt være op til den enkelte at bedømme, ud fra hensyntagen til den specifikke opgaveløsning.

Stab for LUH har for øjeblikket en halv times elastiktræning ugentligt og har gode erfaringer med dette ift. at komme eventuelle skulder- og nakkeproblemer forbundet med stillesiddende arbejde i forkøbet.

Et bekymringspunkt er dog, hvordan det påvirker medarbejdere, der er ansat uden højeste arbejdstid. Det er vigtigt, at ordningen ikke medfører, at fordi man motioner en time, så skal man arbejde en time mere, fordi man ikke når sine opgaver.

*SektorMED Stab for Ledelse, Udvikling og HR
23. september 2020.*

Input til forslag om "Motion i arbejdstiden" - SektorMED i SØD

SektorMED i SØD har drøftet forslag om at indføre Motion i arbejdstiden, og har følgende bemærkninger til forslaget.

Overordnet set er der stor opbakning til forslaget. Det er positivt, at man ønsker at fremme sundhed og motion på arbejdspladsen. Det er tilsvarende positivt, at der lægges op til en fleksibel løsning, som kan tilpasses de lokale forhold.

Der anbefales en løsning, hvor medarbejderen selv kan tilrettelægge de 60 minutters ugentlig motion fleksibelt i forhold til kollegaer og arbejdsopgaver. Det foreslås, at der lægges op til at man fx kan tilmelde sig forskellige fælles aktiviteter, fx fælles løbeture, yoga, aerobic eller øvrig holdtræning mv. som enten kan koordineres og planlægges lokalt i centret eller fx udbydes af Personaleforeningen for hele organisationen. Fx kan det undersøges om det er muligt at låne haller eller gymnastiksale i ydertimerne til forskellige holdaktiviteter. Tilsvarende kunne det også være muligt blot at anvende tiden til en gåtur (alene eller fælles) i løbet af arbejdsdagen efter behov.

Der foreslås endvidere etablering af et fælles aktivitetsrum, som også kunne indeholde bordfodbold mv.

Formålet med motion i arbejdstiden skal ikke blot være at give medarbejderne tilskyndelse til at få rørt sig mere, men skal også være at fremme fællesskabet på arbejdspladsen. Det anbefales derfor, at det bliver et krav, at de 60 minutters motion afholdes i tilknytning til arbejdspladsen, og ikke bare kan anvendes fx til at tage alene i det lokale fitnesscenter eller holde en time tidligere fri for at løbe en tur derhjemme.

Det skal være op til den enkelte medarbejder, om man ønsker at benytte tilbuddet om motion i arbejdstiden og til hvilke motionsformer og hvornår i løbet af ugen. Men det bør understreges, at hensynet til arbejdsopgaver, telefontider, møder og bemanning af åbningstider mv. går forud for motionsplanlægningen. Så det er medarbejdernes ansvar at koordinere det indbyrdes, så det ikke går ud over service og opgaver.

Hvis alle centrets medarbejdere vælger at benytte tilbuddet om en times motion i arbejdstiden, så summer det op til mange arbejdstimer, der flyttes fra opgaveløsningen. Men omvendt kan det potentielt have flere positive effekter på alt fra arbejdsglæde, sygefravær og fastholdelse mv., som helt eller delvis opvejer de investerede motionstimer.

Venlig hilsen

SektorMED - SØD

Kære

Stillinge Skoles Medarbejderudvalg har drøftet henvendelsen i forbindelse med "Motion i arbejdstiden". Det er opfattelsen at det er et godt tilbud, men det er svært at få det implementeret i praksis, da der ikke følger tid eller en reduktion i arbejdsopgaven med.

Venlig hilsen

Martin Villiam Meier

Skoleleder, Stillinge Skole, Center for Børn og Unge

Tlf: 58 57 24 20 | Mobiltelefon: 22 83 05 46

02-10-2020

Lokal MED i Sundhedstjenesten har drøftet motion i arbejdstiden.

I start eller forlængelse af gruppemøder
Gå tilbud, Walk and talk samtidig med trivselsvurderinger.
Elastiktræning,
Rundbold,
Løb,
Stil din bil, cykel i hjemmebesøg
Skrivebordsøvelser, som selvtilrettelægges
Er der stemning for større motionsarrangementer?

1-2 tovholdere som motions ansvarlige f.eks. ½ år af gangen.

Formand

Bodil Bahnsen

Næstformand

Helle Bagge

LokalMED Sygeplejen finder det svært at tage en time om ugen ud hos alle medarbejdere til selvvalgt motion eller motion i fællesskab. Det at medarbejderne trækkes ud af driften påvirker sygeplejens økonomi ift demografiregulering og budgetberegninger.

Sygeplejerskernes arbejdstid er som det er nu booket op med borgerrelaterede opgaver, og sygeplejerskerne oplever ikke at der er tid der ikke anvendes til nødvendige opgaver.

LokalMED finder at medarbejderne gerne vil motionere i arbejdstiden, men rammerne med, at det skal være udgiftsneutralt giver motion i arbejdstiden svære vilkår. Hvis det skal være muligt, så skal den økonomiske model for sygeplejen bygges anderledes op.

Under de vilkår vi har nu kan vi måske arbejde med motion ind i vores opgaver ved:

Vi kunne i højere grad anvende cykler når vi skal ud til borgerne og sikre vi har den transportmulighed, og at ruterne planlægges derefter.

Vi kunne have ekstra opmærksomhed på bevægelse ved at anvende skridtmålere og deltage i tæl skridt.

Ved møder lave noget fælles fysisk, måske motiveret fra app eller lignende.

Hvis vi ordningen ikke skal være udgiftsneutral, så ser sygeplejen mange muligheder for motion i arbejdstiden.

Hvis ordningen på den ene eller anden måde besluttet, så ser vi frem til at arbejde med det lokalt.

Høringssvar "Motion i arbejdstiden"

Tandplejen synes godt om muligheden for motion i arbejdstiden, det er godt at have fokus på sundheden på arbejdspladsen.

I Tandplejen har vi især fokus på vores, til tider mindre gode arbejdsstillinger. Vi har igennem flere år, benyttet os af den Kommunale ordning med NordicNetcare.

1 x 30 minutter om ugen kommer en fysioterapeut på klinikkerne og laver øvelser, som hjælper os med at arbejde med de muskelgrupper, som vi i vores fag kan have problemer med. Ordningen er frivillig, men det er de fleste, der benytter sig af den.

1 x 30 minutter om måneden får vi massage af massører, som kommer på klinikkerne. Ordningen er frivillig og med egenbetaling.

Med venlig hilsen
Tandplejens LokalMed



Tilbage melding vedr. motion i arbejdstiden.

Industrivej 7
4200 Slagelse

Tlf.: 58 56 81 00

Mail: vasac@slagelse.dk
www.vasac.dk
www.slagelse.dk

25. September 2020

LokalMED har på mødet den 17. september drøftet de forskellige tilbage meldinger fra afdelingerne i VASAC vedr. motion i arbejdstiden.

LokalMED anerkender, at man politisk ønsker at fremme sundhed og motion på arbejdspladsen, og at der er opmærksomhed på, at der kan være forskel på arbejdspladsernes mulighed for at lægge motion ind i dagligdagen.

Generelt er tilbage meldingerne fra afdelingerne i VASAC, at det kan være svært at planlægge med motion i arbejdstiden, uden det bliver forstyrrende for driften.

I enkelte gruppe hvor det giver mening, vil det være muligt, at motion kan planlægges sammen med borgerne i arbejdstiden.

LokalMED foreslår at der bliver forhandlet nogle gode firmaaftaler via personaleforeningen på plads til massage/fitness/velvære m.m, som alle ansatte i Slagelse Kommune kan gøre brug af i fritiden.

På vegne af LokalMED

TR Lotte Hansen og Centerleder Mette Winther



Hermed hørings svar fra Vemmelev Skoles Medudvalg

Inputs: Overordnet er det en god ide, men der uomtvisteligt et tidsmæssigt og økonomisk perspektiv. Det er for Vemmelev Skole svært at forestille sig, at det kan være udgiftsneutralt. Det er i forvejen svært for lærerne at få tiden til at række. Hvis man har overarbejde, kan det så skyldes, at man har brugt 1 time på motion i arbejdstiden? Hvis det ikke foregår på skolen, så skal det være tillidsbaseret, at man går hjem og motionerer. Det kan have positiv indflydelse på sygefraværet.

Kan være et godt input i forhold til social kapital på arbejdspladsen.

Det er vigtigt at det er frivilligt.

Med venlig hilsen

Emil Krapper
Skoleleder
Vemmelev Skole
Slagelse Kommune