

Fræðslustjóri Sveitarfélagsins Hornafjarðar
Formaður fræðslu- og tómstundanefndar Sveitarfélagsins Hornafjarðar
Bæjarstjóri Sveitarfélagsins Hornafjarðar

18. júní 2019

Hreyfing starfsmanna á vinnutíma

Hér með óskar undirrituð fyrir hönd starfsmanna í Grunnskóla Hornafjarðar eftir áframhaldandi leyfi fyrir hreyfingu starfsmanna á vinnutíma. 1. febrúar síðastliðinn hófst tilraunaverkefni innan skólans sem fólst í að starfsmenn fengu tækifæri til að hreyfa sig á vinnutíma. Markmiðið með verkefninu var að bæta heilsu starfsmanna, minnka streitu, efla starfsandann og auka vinnugleði. Stjórnendur telja að hreyfing á vinnutíma hafi haft jákvæð áhrif á skólastarfið og ekki komið niður á starfsemi skólans. Niðurstöður starfsmannakönnunar 29. maí benda einnig til almennrar ánægju þátttakenda í verkefninu og því er óskað eftir áframhaldandi leyfi til verkefnisins (sjá meðfylgjandi niðurstöður).

Sem fyrir yrði beinn kostnaður fyrir sveitarfélagið enginn. Starfsmenn fengju leyfi til að hreyfa sig á vinnutíma en verkefnum yrði ekki fækkað eða störf tekin af fólki heldur lögð áhersla á vinnuhagræðingu, sveigjanleika, forgangsroðun og að þekkja tímaþjófa.

Skipulagið yrði í stórum dráttum eftirfarandi;

- 100% staða - 2 klukkutímar í viku tvisvar sinnum ein klukkustund. Klukkustund frá því þú ferð út og þar til þú ert aftur farin að vinna.
- 50-100 % staða - klukkutími á viku.
- Minna en 50% staða – 0.
- Hreyfingin verður að vera staðfest – merkt við í sundi, Sporthöllinni, hjá ritara o.s.frv. Það má fara út að ganga, hlaupa eða hjóla. Ekki í boði að gera æfingar einn heima. Mælt með að fólk hreyfi sig saman en það er ekki skilyrði.
- Þeir sem óska eftir því að taka þátt skrá sig á þar til gerðan lista.
- Starfsmaður finnur með stjórnanda tíma sem hentar.
- Ef skólinn þarf á starfsmanni að halda á þessum tíma vegna t.d. forfallakennslu, fundar eða annars slíks þá gengur vinnan fyrir.

Hreyfing hefur jákvæð áhrif bæði á andlega og líkamlega heilsu. Það er jákvætt fyrir stofnunina að vera með virka hvatningu til hreyfingar.

Með von um góðar viðtökur

Þórgunnur Torfadóttir
skólastjóri Grunnskóla Hornafjarðar