



Það er jafnmikilvægt að starfsfólki líði vel í skólanum og að nemendum líði þar vel. Heilsuefling á vinnustöðum getur skilað góðum árangri í þeim efnum. Ef vel er staðið að heilsueflingu er hún líkleg til að skila ávinningi fyrir starfsfólk og skólann í heild. Með heilsueflingu starfsfólks stuðlar skólinn einnig að góðri ímynd og að litið sé á hann sem eftirsóknarverðan vinnustað.

Ávinningur starfsmanna getur m.a. verið færri slys og minni veikindi, bætt almenn heilsa, vellíðan og starfsánægja. Þetta getur síðan dregið úr fjarvistum, fækkað veikindadögum og minnkað starfsmannaveltu. Starfsgeta hvers og eins eflist við þetta og allt getur þetta stuðlað að lengri og ánægjulegri starfsævi.

Vinnuveitendur, sem hlúa að heilsu starfsfólks hafa ekki aðeins jákvæð áhrif á starfsfólk og starfsumhverfið í heild heldur geta áhrifin einnig náð til fjölskyldu starfsfólksins og samfélagsins í heild. Atvinnurekanda ber lögum samkvæmt að gera áætlun um heilsuvernd sem byggist á áhættumati. Í þeirri áætlun eiga að koma fram aðgerðir til að draga úr atvinnutengdum sjúkdómum og slysum auk þess að stuðla að andlegri, líkamlegri og félagslegri velferð og vellíðan starfsfólks.

Til að mæta áherslum um heilbrigði þurfa allir sem í skólum starfa að skoða störf sín með hliðsjón af heilbrigði og vinna í sameiningu að skýrum markmiðum sem styðja jákvæðan skólabrag, bættan námsárangur og vellíðan. Þar gegnir starfsfólk skóla miklu hlutverki sem fyrirmyndir.

Aðalnámskrá grunnskóla (2.1.5, 2011)

Viðmið

- Í stefnu skólans er hugað að heilsu, vellíðan og góðu umhverfi og aðstöðu starfsfólks.

Gátlisti

Í gátlistann á að skrá núverandi stöðu og forgangs röðun hvers atriðis. Skólinn getur nýtt sér þetta til þess að meta hvar hann sé staddur á viðkomandi sviði og þá í kjölfarið metið í hversu mikinn forgang þarf að setja ákveðin atriði. **Meta á forgang hvers atriðis miðað við þetta skólaár.** Þeir þættir sem ekki verða teknir fyrir á yfirstandandi skólaári eru ekki í forgangi og fá því 1 eða 3 í áætlun eftir því hvort þeir eru þegar komnir til framkvæmda eða ekki.

Núverandi staða:

1 = Að engu leyti komið til framkvæmda 2 = Að hluta til komið til framkvæmda 3 = Að fullu komið til framkvæmda

Áætlun á þessu ári:

1 = Verður ekki framkvæmt á þessu ári 2 = Verður framkvæmt á þessu ári 3 = Þegar komið til framkvæmda og verður viðhaldið

Starfsfólk	Núverandi staða			Áætlun á þessu ári		
	1	2	3	1	2	3
Áhættumat fer fram reglulega*.						
Gerð er áætlun um heilsuefningu, vinnuvernd og úrbætur sem byggja á áhættumati.						
Farið er eftir reglugerð um skólahúsnæði og aðbúnað starfsfólks.						
Starfsfólki gefst kostur á fræðslu um heilbrigða lífnaðarhætti, s.s. um hreyfingu, næringu og geðrækt.						
Skólinn hvetur starfsfólk til að ganga eða hjóla í og úr skóla.						
Skólinn hvetur starfsfólk til hreyfingar, t.d. með sveigjanleika, sturtuáðstöðu og æfingahópum.						
Starfsfólk skólans notar ekki tóbak á vinnutíma og er hvatt og veittur stuðningur til að hætta að nota tóbak.						
Skólinn hefur stefnu um áfengismál á vinnustað og vinnutíma.						
Boðið er upp á heilsusamlegan mat og starfsfólk hvatt til að neyta hollrar fæðu.						
Reglulega er boðið upp á fræðslu um einkenni og afleiðingar streitu og ráð til úrbóta.						
Samskipti eru jákvæð, boðleiðir skýrar og upplýsingaflæði gott meðal starfsfólks.						

Starfsfólk	Núverandi staða			Áætlun á þessu ári		
	1	2	3	1	2	3
Eineltisáætlun fyrir starfsfólk er til í skólanum og unnið er eftir henni.						
Reglulega er gerð er könnun á líðan starfsfólks og brugðist við ábendingum þeirra.						
Skólastjórnendur hafa starfsmannasamtal a.m.k. einu sinni á ári þar sem starfsfólki gefst m.a. tækifæri á að ræða líðan sína.						

Verkfærakistan – Starfsfólk

Á heimasíðu Heilsueflandi grunnskóla sem er að finna á www.landlaeknir.is er skrá yfir efni og verkefni sem skólinn getur nýtt sér. Reglulega er bætt við nýju efni og ábendingar eru vel þegnar.

Meðal efni á vegum Embættis landlæknis:

Heilsuefning á vinnustöðum

Ráðleggingar um hreyfingu

Ráðleggingar um mataræði og næringarefni

Annað efni:

Heilbrigði og velferð – grunnþáttur menntunar á öllum skólastigum. Ritröð mennta- og menningarmálaráðuneytisins og Námsgagnastofnunar um grunnþætti menntunar

Lífshlaupið

Hjólað í vinnuna

Reglugerð nr. 657/2009 um gerð og búnað grunnskólahúsnæðis og skólalóða

**Leiðbeiningar við gerð áhættumats – er að finna á heimasíðu Vinnueftirlitsins www.vinnueftirlit.is*

**Vinnuumhverfisvísar fyrir áhættumat grunnskóla – er að finna á heimasíðu Vinnueftirlitsins www.vinnueftirlit.is*

Vinnuverndarlögin nr. 46/1980 um aðbúnað, hollustuhætti og öryggi á vinnustöðum

Vinnuvernd á vinnustöðum nr. 920/2006