

Heilsustefna Áss styrktarfélags 2008 - 2015.

Stefna félagsins er að heilbrigði á sál og líkama sé haft að leiðarljósi í allri vinnu hjá félaginu og skilningur á að heilsan sé ein aðalforsenda þess að geta tekið virkan þátt í samfélaginu. Að ástundun heilbrigðs lífsstíls og lífshátta sé sjálfsgöður og eðlilegur þáttur í starfseminni “Góð heilsa er gulli betri”.

Heilsustefna Áss styrktarfélags á m.a.:

- Að efla vitund fólks um mikilvægi góðrar heilsu líkamlega og andlega.
- Að leggja áherslu á að bjóða upp á fjölbreytta hreyfingu við allra hæfi jafnt innan dyra sem utan, allt árið.
- Að efla vitund fólks um mikilvægi holls mataræðis.
- Að efla sjálfsmynd, sjálfsvitund og virðingu.
- Að leggja áherslu á að allir séu virkir þátttakendur í samfélaginu.
- Að leggja áherslu á allt almennt hreinlæti.
- Að stuðla að því að fólk hafi aðgang að almennri lækniþjónustu.
- Að stuðla að því að fólk hafi aðgang að sundi, sjúkra- og iðjupjálfun eftir því sem þörf krefur.
- Að ein vika á ári verði tileinkuð heilsumálum hjá Ási þar sem m.a. verði boðið upp á ýmsa viðburði tengda andlegri og líkamlegri líðan.
- Að leggja áherslu á vinnuvernd með góðu vinnuumhverfi, nauðsynlegum hjálpartækjum og leiðbeiningum með starfsstillingum.
- Að stuðla að því að aðbúnaður og hollustuhættir á vinnustað verði eins og best verði á kosið.

Markmiðið er að gera heilbrigðan lífsstíl sýnilegan í jákvæðum viðhorfum og sjálfsmynd einstaklinga sem starfa hjá félaginu eða njóta þjónustu þess. Félagið vill leitast við að hafa allan aðbúnað sem bestan og stuðla að hollustu á líkama og sál á vinnustöðum sínum, fyrir alla þá sem þar koma, til lengri eða skemmri tíma.

Af hverju stefna í heilsumálum?

Á síðustu árum hefur áherslan í þjóðfélaginu aukist varðandi heilsufarsmál, bæði hvað varðar líkama og sál. Það hefur sýnt sig að heilsuvernd er mikilvægur þáttur í starfsemi fyrirtækja fyrir líðan og virkni starfsmanna. Ástundun heilbrigðs lífsstíls og lífshátta leiðir til aukinna lífsgæða og vellíðunar, bætir heilsu og þrek, bæði andlega og líkamlega. Heilsuvernd er forvarnarstarf sem bætir afköst, vinnuumhverfi, starfsánægju og almenna líðan. Heilsuvernd og góð heilsa er mikilvæg, fyrir þá sem búa við fötlun í einhverri mynd og skiptir öllu til aukinna möguleika þeirra, á virkri þátttöku í samfélaginu.

Tímalengd og endurskoðun.

Tímalengd og endurskoðun er nauðsynleg til að takast á við breytingar í hinu almenna umhverfi, er gætu falist í nýrri þekkingu, nýjum áherslum eða hverju öðru sem leiðir til endurskoðunar á því sem áður er ákveðið. Stefnan er sett fram til 6 ára.

Tímalengd og endurskoðun.

Þessi stefna er sett fram til sjö ára. Mikilvægt er að stefnan fylgi þróun mála í samfélaginu. Endurskoða ber stefnuna minnst einu sinni á þriggja ára fresti, en oftar ef þörf er á.

Samþykkt.

Með samþykkt þessarar stefnu, einsetur stjórn Áss styrktarfélags sér að vinna að framgangi hennar með öllum þeim úrræðum, sem fær þykja hverju sinni.
Samþykkt í stjórn 3. september 2008

Framkvæmdaáætlun

Stofnaður verður vinnuhópur um heilsumál fyrir árslok 2007. Framkvæmdastjóri og starfsmannastjóri skipa í hópinn. Eitt fyrsta verkefni vinnuhópsins verður að fá tengil á hverri starfseiningu styrktarfélagsins til samstarfs. Rýnihópur leggur til að þessir tenglar verði forstöðumenn staðanna eða þeir aðilar sem þeir skipa í sinn stað. Vinnuhópurinn sér um fræðslu til tengla um framkvæmd stefnunnar. Tenglar miðla þeim upplýsingum til samstarfsmanna sinna.

Til að heilsustefnan nái fram að ganga, þarf einnig að vera almenn fræðsla um heilsumál til starfsfólks styrktarfélagsins.

Vinnuhópurinn gefur út skýrar vinnureglur og ítarlegar leiðbeiningar um heilsumál. Hópurinn er virkur í að minna á heilsustefnuna, sér til dæmis um að aðgengi að upplýsingum sé gott, s.s. bæklingar varðandi heilsumál.

Gefinn verði út bæklingur á auðlesnu máli um heilsumál þar sem eru til dæmis tillögur að matseðlum.

Hópurinn skipuleggur heilsuáttak hjá félaginu sem nær yfir ákveðið tímabil. Þar verður boðið upp á fitu- og blóðþrýstingsmælingar, regluleg hreyfing skipulögð og áhersla lögð á neyslu ávaxta, grænmetis og vatns.

Markmið vinnuhópsins er að gera þjónustupega og starfsfólk meðvitað um mikilvægi heilsumála.

Í frekari vinnu við að hrinda í framkvæmd heilsustefnu innan rekstarareininga Áss styrktarfélags, er nauðsynlegt að gera sér grein fyrir þáttum SVÓT greiningar.

Hverju við getum byggt á og hverju þarf að gæta að. Starfshópurinn er vann að upphaflegri útfærslu heilsustefnunnar sér þetta svona:

Styrkleikar:

- Gott starfsfólk sem er fljótt að tileinka sér nýjungar.
- Góður stuðningur til að takast á við ný verkefni.
- Þekking og reynsla.

Veikleikar:

- Óöryggi vegna þekkingarskorts.
- Aukið álag hjá starfsmönnum.

Ógnanir:

- Tímaskortur.
- Viðhorf til heilsumála.
- Kostnaður.

Tækifæri:

- Að hafa jákvæð áhrif á umhverfi sitt.
- Takast á við nýjungar.
- Vekja vitund fólks um mikilvægi góðrar heilsu.