



Motion till Vårdförbundet avdelning Gävleborgs årsmöte 2025

4. Återuppväck friskvårdstimmen från de döda

Motionsskrivare: Fredrik Bohman och Ewa Grönvall

Bakgrund:

För ett antal år sedan avskaffade Region Gävleborg den så kallade friskvårdstimmen. En förmån där vi fick gå och träna en timme i veckan på arbetstid. Detta var en av många medarbetare uppskattad förmån som uppmanade till ökad fysiska aktivitet.

Motion och träning främjar både fysiskt och psykiskt välmående, leder till bättre hälsa och ökad produktivitet.

När friskvårdstimmen avskaffades var det många som drog ner på sin fysiska aktivitet eftersom de fick det svårare att få ihop sitt livspussel. Ett återinförande av friskvårdstimmen skulle åter stärka och motivera medarbetarna till att öka sin fysiska aktivitet.

Därför yrkar vi:

- Att vårdförbundet Gävleborg ska verka för att friskvårdstimmen ska återinföras inom Region Gävleborg.

Styrelsen utlåtande

Tack för er motion och engagemang för medarbetares hälsa och välmående. Friskvård är en viktig del i att skapa en hållbar arbetsmiljö och vi uppskattar att frågan lyfts.

Region Gävleborg erbjuder idag ett av landets högsta friskvårdsbidrag, vilket ger medarbetarna goda möjligheter att själva välja den form av friskvård som passar deras behov och livssituation. Bidraget är flexibelt och kan användas för en mängd olika aktiviteter, vilket ger större individuell frihet än en schemalagd friskvårdstimme.

Med hänsyn till detta, samt de organisatoriska och ekonomiska aspekterna av att återinföra friskvårdstimmen, föreslår styrelsen att motionen avslås.

Styrelsens förslag till beslut:

1. Att årsmötet avslår motionens att-sats