

Projekt: Arbejdsfastholdelse i Hjemmeplejen - Vallensbæk Kommune

Et samarbejdsprojekt mellem koordinationsudvalget & det Sociale Partnerskab mellem FOA og Arbejdsmarkedsafdelingen i kommunen.

Formålet med projektet var at forebygge og behandle arbejdsbetingede lidelser, som kunne skabe fravær og udstødning af medarbejderne. **Målgruppen** var 154 ansatte i Hjemmeplejen, hvor fravær var truende på grund af sygdom, nedslidning, arbejdsskader eller mistrivsel og/eller problemer med det psykiske arbejdsmiljø på arbejdspladsen. Projektet var både for medarbejdere, der var sygemeldte og medarbejdere der gik på arbejde, men var fraværstruet, hvorfor forbyggende indsatser fandtes relevant. Det kunne være problemer med ryg, knæ, skuldre, krævende psykiske arbejdsbetingelser, psykosociale symptomer og belastninger m.v. Alle faggrupper og medarbejderfunktioner indenfor målgruppen havde tilbud om at deltage i projektet. Det var frivilligt at deltage og **visitationen** blev foretaget af Hjemmeplejens ledere. **Tilbuddene om forebyggende og behandlende aktiviteter** lød på følgende: Rundbordssamtaler, hvor alle relevante parter deltog med det formål at finde løsninger. Motion, massage, zoneterapi, psykologbistand, intern supervision, rådgivning i forbindelse med arbejdsrelaterede sociale problemer samt tidlig dagpengeopfølgning, d.v.s. før 8 ugers sygemelding.

Nedenstående er en opgørelse over projektdeltagernes oplevelse af tilbuddet om zoneterapi udført hos **Vallensbæk Zoneterapi** v/Leila Eriksen. **20 medarbejdere fra Hjemmeplejen**, hvilket var 43 % af de aktive, valgte at få zoneterapi. Tilfredsheden blandt deltagerne ser således ud:

Tilfredshed med zoneterapi	%
Meget tilfreds	100
Tilfreds	0
Hverken tilfreds eller utilfreds	0
Utilfreds	0
Meget utilfreds	0
Total	100

Der er fuld tilfredshed med zoneterapien.

Zoneterapiens effekt på velbefindende	%
Zoneterapien giver et bedre velbefindende	100
Zoneterapien påvirker ikke velbefindende	0
Zoneterapien giver et dårligere velbefindende	0

Der er ingen tvivl blandt de, som har fået zoneterapi om, at zoneterapien giver et bedre velbefindende.

Zoneterapiens effekt på arbejdsevnen	%
Zoneterapien påvirker arbejdsevnen positivt	100
Zoneterapien påvirker ikke arbejdsevnen	0
Zoneterapien påvirker arbejdsevnen negativt	0

Der er heller ingen tvivl blandt de, som har fået zoneterapi om, at zoneterapien påvirker arbejdsevnen positivt.

Zoneterapiens effekt på fravær	%
Zoneterapien forebygger fravær	86
Zoneterapien har ikke påvirket mit fravær	14
Zoneterapien forøger mit fravær	0

Kilde: Rapport "Arbejdsfastholdelse i Hjemmeplejen, 2006"-Vallensbæk Kommune (se deltageres vurdering på s 2)
Yderligere oplysning: **Vallensbæk Zoneterapi** - telefon (+45) 43 64 81 39 www.leilaeriksen.dk

Bilag

Projekt: "Arbejdsfastholdelse i Hjemmeplejen" – Vallensbæk Kommune

Deltagernes vurdering af projektdeltagelsen

De, som har fået zoneterapi, har følgende vurdering af, hvad der specielt har været positivt ved zoneterapien (citater anført i kursiv):

- *Får løst op for spændinger i ryggen. Mindre forkølet ikke bihulebetændelse så ofte*
- *At det har hjulpet på min hovedpine, rygsmerter og en forstrækning (akut). Og at man bare kunne ringe, når man havde et problem, når man i forvejen gik der*
- *Mere velbefindende, symptomer er blevet mindre*
- *Jeg led ikke af spændingshovedpine efter behandlingerne og min ryg blev meget mere afslappet. Smerterne i armen blev reduceret*
- *Omsorg, velvære*
- *Den har været direkte årsag til at jeg ikke blev nødt til at sygemelde mig (langtids)*
- *Afslapning af overarmsmuskler. Dejlig atmosfære*
- *Fornyet energi - fokus på mig selv - arbejdsmetoder - mad – motion*
- *At man kunne mærke det hjælp, at der blev givet fantastisk massage*
- *Jeg har ikke haft tarmproblemer siden jeg påbegyndte zoneterapi*

Deltagerne i zoneterapi har vurderet at zoneterapien har været positivt i forhold til afspænding af muskler (ryg og arme samt hoved) og dermed færre smerter. Desuden har den hjulpet på tarmproblemer, givet mindre forkølelse og bihulebetændelse og mere energi.

Der er et enkelt forslag til forbedring, som ser således ud:

- Et lokale på arbejdspladsen

Note: Udover zoneterapi har projektet indeholdt tilbud til hjemmeplejens medarbejdere om motion på hold, massage, psykologsamtaler, sociale samtaler, rundbordssamtaler og supervision.

Kilde: Rapport "Arbejdsfastholdelse i Hjemmeplejen, 2006" - Vallensbæk Kommune.

Yderligere oplysning: **Vallensbæk Zoneterapi** - telefon (+45) 43 64 81 39 www.leilaeriksen.dk