

Kuka jaksaa jatkaa töissä: toimenpiteitä Helsingissä

Helsinki

Työhyvinvoinnin edistäminen Helsingissä

- Helsingin kaupungin työhyvinvointiohjelmassa 2018-21 linjataan työhyvinvoinnin edistämisen painopisteet:

1. **Johdamme työkykyä ennakoivasti**
 2. **Ennakoimme ja hallitsemme työturvallisuusriskit**
 3. Otan vastuun omasta työhyvinvoinnistani
 4. Esimiehenä vahvistan taitojani ihmisten johtamisessa
 5. Yhdessä olemme enemmän – tavoitteenamme toimiva, monimuotoinen työyhteisö
 6. Huomioimme erityisesti työuran alussa ja organisaation muutoskohdissa olevat.
- Kunta10 –, Työterveys- ja Uudistumisen pulssi –kyselyissä seurataan henkilöstön ja työyhteisöjen työhyvinvoinnin tilaa ja tulosten perusteella tehdään kehittämistoimenpiteitä. Työpaikoilla tehdään säännöllisesti Vaarojen arviointityötä, jonka avulla vahvistetaan henkilöstön työhyvinvointia.

Työterveyshuollon sairaanhoitopalvelujen käyttö nuorilla työntekijöillä



Toimenpiteitä Helsingissä

- Nuorten työntekijöiden hanke meneillään (kaupunginkanslia)
- Haastattelut ja kysely Kaskossa, jossa selvitettiin työhön kiinnittymistä ja työelämäodotuksia (TTL). Sen pohjalta annettiin suosituksia. (Kasko)
- Tutkimushanke Onnistuneesti työuralle käynnistyi Työterveyslaitoksen kanssa (kaupunginkanslia)
- Työterveyshuollossa chat-palvelu helpottaa yhteydenpitoa (työterveys)
- Kaikenikäisille työkykyvalmennuksia teemoilla (elintavat, tules ja voimavarat) (kaupunginkanslia)
- Ryhmäpalveluina voimavara-, uni- ja stressinhallintaryhmiä (työterveys)
- Nuorten työuran alun tuki työterveydestä: coachausryhmiä (työterveys)
- Matalan kynnyksen mielenterveyspalvelut: psykiatrisen sairaanhoitajan tuki (työterveys).

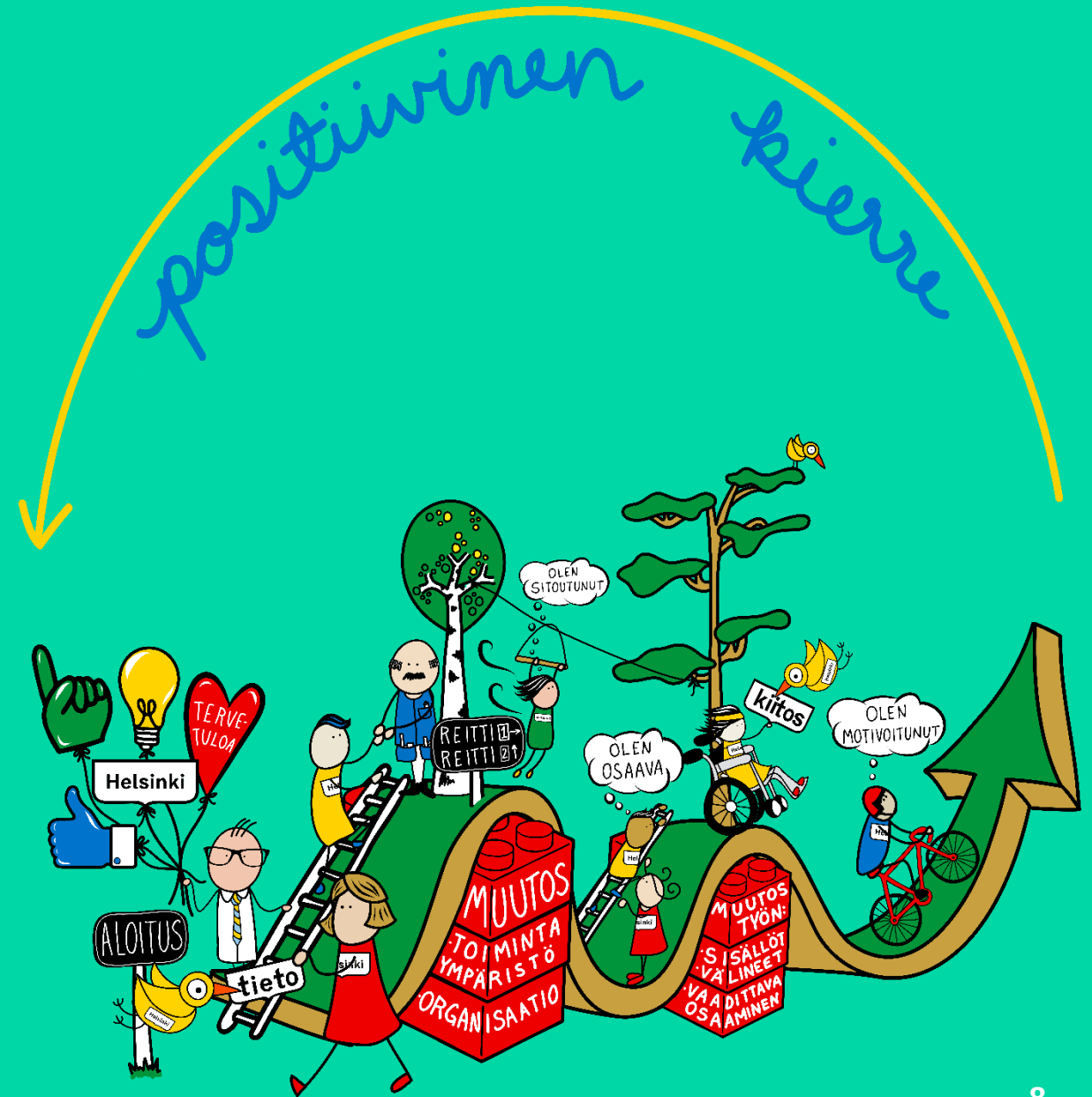
- Nuorten mielenterveyshaasteita tuetaan. Helsinki on mukana ns. Daqi-tutkimushankkeessa Helsingin yliopiston kanssa, johon on kytketty HUSin Mielenterveystalon nettiterapia ja sen vaikuttavuuden arviointi (työterveys).

Nuorten aikuisten työterveyspalvelujen käyttö ja mielenterveysperusteiset sairauspoissaolot

Toimenpiteitä Helsingissä

- Varhaisen tuen –keskustelut ja työterveysneuvottelut (esimies ja työterveys)
- Paluun tuki työpaikalla: Korvaava tai muokattu työ, osasairauspäiväraha
- Voimat haltuun –työkykyvalmennus (kaupunginkanslia, työterveys)
- Voimavara- ja stressinhallintaryhmät työterveydessä (työterveys)
- Matalan kynnyksen mielenterveyspalvelut, psykiatrisen sairaanhoitajan tuki kolme kertaa, akuutin asian tuki (työterveys)
- Psykiatrin vastaanotto työterveydessä (työterveys)
- Työterveyspsykologien palvelut (työterveys)
- Lyhytterapiapalvelut käynnistyvät ostopalveluna (2020 työterveys)
- Osallistutaan Työterveyslaitoksen Hyvän mielen työpaikka –hankkeeseen ja hyödynnetään valtakunnallisen hankkeen materiaaleja (kaupunginkanslia)
- Liikuntakoutsusta tarjotaan lisänä myös mielenterveyshaasteissa (Työterveys).

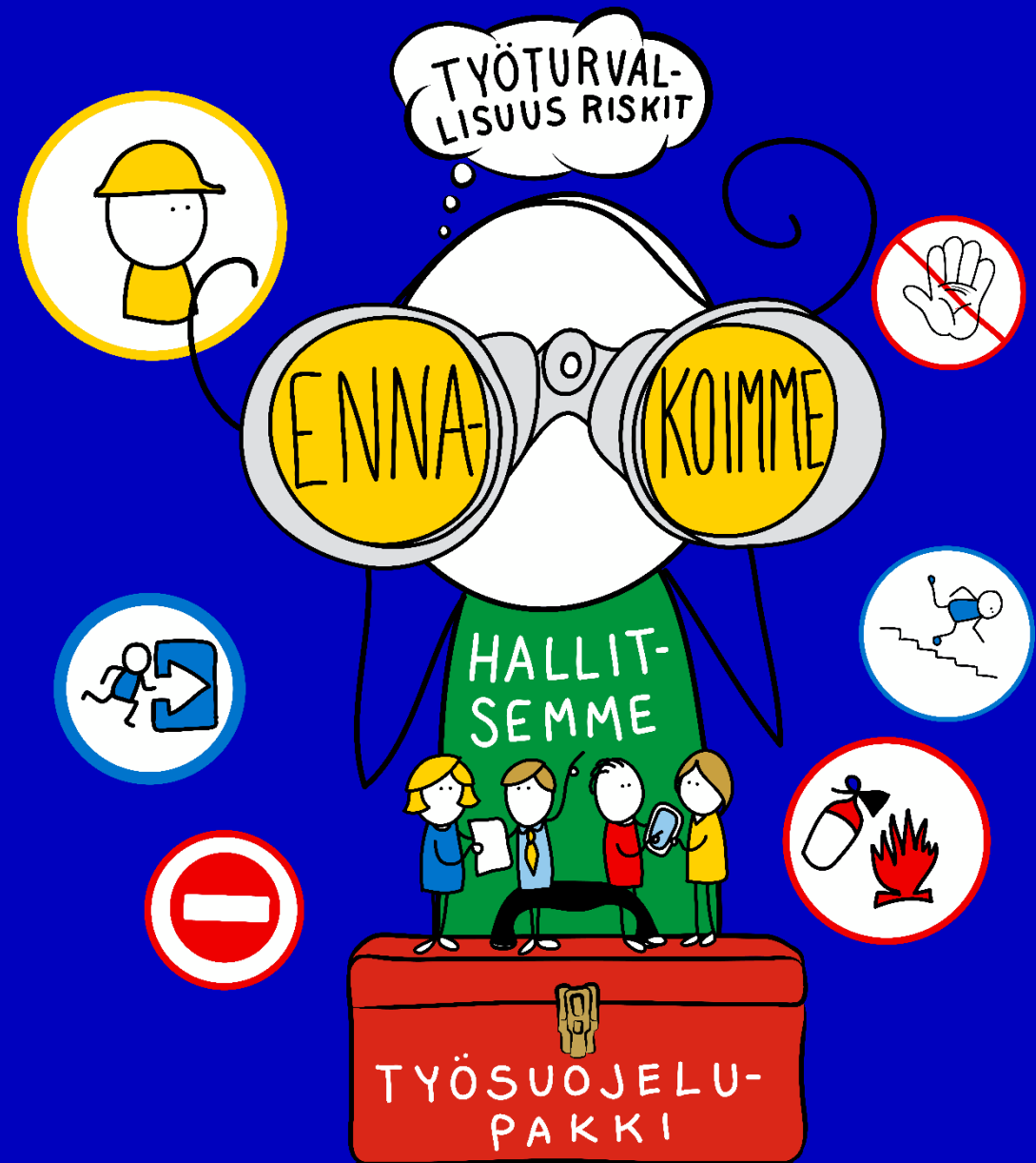
Nuorten työolot, toimintakyky ja elintavat



Toimenpiteitä Helsingissä

- Elintärkeät elintavat –työkykyvalmennus, uniryhmät (Työterveys)
- Liikuntacoachaus
- Lihavuuden hoitoa työterveydessä, tarvittaessa lähete Painonhallintataloon (HUS), syksyllä 2020 käynnistyy Vaikuttavaa painonhallintaa –hanke yhteistyössä työterveyden ja HUS:in kanssa.
- Terveysasemilla Terve Elämä –ryhmiä, ohjaus työterveydestä tarvittaessa
- Henkilöstöliikunta järjestänyt luentoja terveellisestä ravitsemuksesta.

Työn fyysinen kuormitus ja työkyvyttömyyseläkkeen ja ennenaikaisen kuoleman riski



Toimenpiteitä Helsingissä

- Työpaikkaselvityksissä otetaan huomioon työn erityispiirteet ja suositukset ergonomiseen työskentelyyn
- Työfysioterapeutin työ osana liikuntakoatsausta
- Tules nyt- työkykyvalmennus
- Työn tauottamiseen Ergopro –taukoliikuntaohjelman avulla
- Ergonomiaopastus fyysisesti raskaassa työssä.

Terveelliset elintavat, toimintakyky ja sairauspoissaolojen kustannukset



Toimenpiteitä Helsingissä

- Kunta10 –ja Työterveyskyselyssä seurataan tupakointia, päihteiden käyttöä, liikkumista, painoindeksiä sekä unen laatua ja mietitään toimenpiteet toimialoittain ja liikelaitoksittain.
- Kaupungilla meneillään laaja liikkumisohjelma, jossa henkilöstöön kohdentuvia toimenpiteitä (mm. kaupunkipyörät maksuttomiksi henkilöstölle)
- Ohjaaminen Painonhallintataloon ja terveystilaisuusvalmennukseen
- Yksilötuki tupakasta vierottumiseen työterveydessä
- Savuton Helsinki –ohjelma
- Sotessa tupakkaklinikka
- Päihteidenkäytön vähentäminen ja hoitoonohjaus työterveydessä
- Uniryhmät työterveydessä.

Ikääntyvien työntekijöiden työolot, toimintakyky ja työkyky



Toimenpiteitä Helsingissä

- Eri-ikäisten johtaminen on osa monimuotoisuutta. Monimuotoisuus heijastuu työpaikkojen menestymiseen (Henkilöstön tasa-arvosuunnitelma 2019-21) ja asia on esillä esimiesvalmennuksissa.
- Työkykyvalmennukset (elintavat, tules, voimavara)
- Kiila –kuntoutukset (Kela)
- Kevan ja kaupungin oma työkyvyn tuki (ammatillinen kuntoutus, oppisopimus, työkokeilu)
- Työn muokkaaminen ja osa-aikainen työ: osa-sairauspoissaolo, osakuntoutustuki, osittainen varhennettu eläke, osatyökyvyttömyyseläke.