

Heilsustefna Tónlistarskóla Eyjafjarðar

Tónlistarskóli Eyjafjarðar hóf þátttöku í verkefninu Heiluseflandi vinnustaður haustið 2023.

Heilsueflandi vinnustaður hefur það að markmiði að stuðla að góðri heilsu og vellíðan starfsfólks og er sameiginlegt verkefni vinnuveitenda, starfsfólks og samfélagsins alls. Heilsueflandi vinnustaður er samstarfsverkefni embættis landlæknis, VIRK og Vinnueftirlitsins.

Aukin þekking á heilsueflingu = Góð líkamleg heilsa / Góð andleg heilsa

Aukin meðvitund og þekking á góðri næringu og hreyfingu = Færri veikindadagar

Þegar talað eru um heilbrigði og velferð þá fléttast saman andleg-, líkamleg- og félagsleg vellíðan sem ræðst af samspili einstaklingsins, aðstæðna hans og umhverfis og leggur Tónlistarskólinn áherslu á heilbrigði og velferð starfsfólks síns.

Í heilsueflingarstarfi er markvisst unnið með áhrifaþætti heilbrigðis. Heilsuefling er ferli sem gerir fólki kleift að hafa aukin áhrif á heilsu sína og bæta hana. Mikilvægt er að hlúa að andlegri heilsu starfsfólks Tónlistarskóla Eyjafjarðar ásamt því að auka meðvitund hvers og eins um ábyrgð þess á góðum starfsanda í öllum skólanum. Starfsfólk er hvatt til heilbrigðra lífnaðarháttanna m.a. hreyfingar, bætts svefns, góðrar næringar, meðvitundar um skilvirka streitustjórnun og jákvætt hugarfar.

Með sérstakri heilbrigðisstefnu eykst meðvitund og þekking á forvörnum og almennri heilsuefningu og leggjum við áherslu á eftirfarandi þætti.

Farið er eftir reglugerð um vinnuhúsnæði og aðbúnað starfsfólks og stuðla að því að hollusthættir og allur aðbúnaður starfsfólks séu öruggir og eins og best verður á kosið.

Starfsfólki gefst kostur á fræðslu um heilbrigða lífnaðarhætti, s.s. um hreyfingu, næringu og geðrækt. Símenntunaráætlun Tónlistarskóla Eyjafjarðar tekur til víðtækrar heilsuefningar starfsfólks.

Samskipti eru jákvæð, boðleiðir skýrar og upplýsingaflæði gott meðal starfsfólks.

Áætlun vegna ofbeldis, áreitni og eineltis fyrir starfsfólk er til í skólanum og unnið er eftir henni.

Skólastjóri hefur starfsmannasamtöl á hverju skólaári í marsmánuði þar sem starfsfólki gefst m.a. tækifæri á að ræða líðan sína.

Þátttaka í verkefninu Heilsueflandi vinnustaður, stýrihópur kennara og stjórnenda sér um innleiðingu og eftirfylgni verkefnisins.

*Tónlistarskóli Eyjafjarðar
september 2023*