



Motion: En timmes friskvård på arbetstid för gravida anställda i Ystads kommun

Graviditeten är en period med avgörande och långtgående betydelse för såväl fostrets som den gravida personens hälsa. Därför bör kommunanställda gravida ges rätt att under arbetstid ägna en timme dagligen åt motion, vila eller annan hälsofrämjande aktivitet.

Graviditetskomplikationer är vanligare bland gravida med övervikt, högt blodtryck och stress samt sjukdomar som depression och typ-2-diabetes. Dessa riskfaktorer är i viss utsträckning förebyggbara genom motion, hälsosam mat och tid för återhämtning. Alla gravida får tydlig information om hur man bör ta hand om sin hälsa genom mödravården. Att motionera och laga hälsosam mat kräver tid, energi och en fysisk miljö som möjliggör detta. Däremot får gravida inte några förbättrade förutsättningar att upprätthålla en hälsosam livsstil innan föräldrapenningen kan tas ut 60 dagar innan beräknad förlossning.

Personer med högre inkomster kan ha råd att gå ned i arbetstid under graviditet för att orka med fritid och motion. Det är också så att personer med högre position i arbetslivet tenderar att ha mer kontroll över sitt arbete och därmed har de bättre förutsättningar att anpassa arbetstempo och arbetsmiljö. Detta har förtydligats av hemarbetet under pandemin, då ett tydligt klassmönster framträder; personer med högre social position kan i större utsträckning arbeta hemifrån. Det föreligger även strukturella skillnader i förutsättningar att leva hälsosamt och orka med den förändring som en graviditet innebär. Detta bidrar till de socioekonomiska skillnader i risker för dåliga graviditetsutfall som är väl kända. Personer med låg socioekonomisk position löper större risk för att drabbas av ytterligare negativa graviditetsutfall på gruppnivå. Ifall förutsättningarna att ta hand om sin hälsa skulle vara mer jämlika hade fler kunnat öka chansen för en frisk graviditet och förlossning. Uttalad trötthet är ett vanligt graviditetssymptom, vilket i sig inte behöver vara sjukligt, men som likväl innebär ett lidande, varför det finns humanitära skäl att ge gravida förutsättningar till extra återhämtning.

Den som är extra trött eller har ont har ofta försämrade arbetskapacitet. Att då avsätta en begränsad tid då den anställda har rätt att motionera eller vila, skulle sannolikt inte innebära produktivitetsminskning, utan endast leda till mer välmående anställda och färre sjukskrivningar. Trötthet och behov av återhämtning kan finnas oavsett ifall personerna tänker fullfölja graviditeten eller avbryta sin graviditet med abort. För att en friskvårdstimme skall ha önskad effekt är det viktigt att den ges i förtroende. Det innebär att de gravida informeras om syftet med friskvårdstimmen och vinsterna med att ägna denna åt hälsofrämjande aktiviteter, men att inga kontrollmekanismer införs som tvärtom skulle kunna förstärka pressen på den gravida.

Det är viktigt att poängtera att denna friskvårdstimme är helt frivillig. Personer som inte vill avslöja sin graviditet för sin arbetsgivare eller som inte anser sig ha behov av en friskvårdstimme kan avstå från att nyttja denna rättighet. Den gravida ska få rätt till friskvårdstimmen inom fem arbetsdagar efter uppvisande av journalkopia från mödravården som styrker graviditet. Arbetsgivare ska ha rätt att ansöka om dispens för enskilda arbetstagare vid anställningsformer som innebär särskilda hinder för uttagande av friskvårdstimme. Dispens beviljas ifall överordnad chef finner att särskilda hinder föreligger.

60 minuters friskvård gäller för gravida som arbetar 100%. För personer med lägre tjänstgöringsgrad erhålls 3 minuters friskvård för 5% tjänstgöringsgrad (25%= 15 minuter, 50%=30 minuter, 75%=45 minuter). Friskvårdstimmen ersätter inte sjukskrivning för graviditetsrelaterade diagnoser utan kan och bör kombineras med andra hälsofrämjande föreskrifter från sjukskrivande läkare, i aktuella fall.

Syftet med motionen är att förbättra hälsan för kommande generationer, att förbättra gravida personers livskvalitet samt minska socioekonomiska skillnader i graviditetsutfall.

Vänsterpartiet i Ystad yrkar att:

- Ystads kommun som pilotprojekt inför en frivillig rätt till daglig friskvårdstimme för alla gravida som är anställda eller vikarierar inom kommunen. Pilotprojektet ska till en början gälla i 24 månader. Kontinuerlig utvärdering ska ske.
- Gravida som är anställda eller vikarierar inom kommunen garanteras en timmes daglig friskvård under arbetstid. Arbetsgivaren och den gravida ska i första hand komma överens om när friskvårdstimmen förläggs. Arbetsgivaren har sista ordet vid oenighet.

Göran Brante

Annika Weitner