

13.12.2017

TARJOUS TYÖTERVEYSHUOLLON OSUUDESTA TYÖKYKYVALMENNUSTEN TOTEUTUKSESSA 2018

Tarjous on tehty vuoden 2017 tarjouksen pohjalta.

Työterveys Helsinki on toteuttanut vuodesta 2014 alkaen Voimat haltuun ja Tules nyt sekä vuodesta 2016 alkaen Elintärkeät elämäntavat -työkykyvalmennusten jatkotuen kuntoutuslaitosjakson jälkeen. Jatkotukeen kuuluvat ryhmä- ja yksilötapaamiset, kehonkoostumusmittaukset sekä alku- ja loppukyselyt (tarkempi erittely liitteessä 1).

Työkykyvalmennukset ovat tarkoitettu työntekijöille, joiden työ- tai toimintakyky on heikkenemässä ja jotka ovat motivoituneita ja pystyvät sitä omatoimisesti parantamaan. Tavoitteena on saada elintapamuutokset osaksi osallistujien arkea sekä saavuttaa pysyviä työkykyhyötyjä.

Työterveyshuolto valitsee valmennuksiin osallistujat ja lähettää hyväksytyille sähköisen kyselyn ennen valmennusten käynnistymistä. Valmennus käynnistyy viiden vuorokauden mittaisella aloitusjaksolla kuntoutuslaitoksessa. Tämän jälkeen valmennukset jatkuvat työterveyshuollossa vuoden ajan. Valmennuksilla vahvistetaan työntekijän valitsemaa kuntoutuspolkua seuraamalla ja tukemalla häntä asetetuissa tavoitteissa. Osallistujan tuki nivotaan kiinteäksi osaksi työterveyshuollon peruspalveluita ja asiakkaan työterveyssuunnitelmaa.

Vuoden kuluttua valmennuksen käynnistymisestä osallistujille lähetetään seurantakysely, jolla arvioidaan valmennuspakettien tuloksellisuutta ja hyötyjä verrattuna lähtötilanteeseen.

1. Palvelun sisältö

Työterveys Helsinki tarjoaa palvelun kokonaiskoordinoinnin, tuottamisvastuun sekä tulosten analysoinnin ja raportoinnin.

Työterveys ottaa Tules nyt, Voimat haltuun ja Elintärkeät elämäntavat valmennuksiin lähteneisiin työntekijöihin yhteyttä ja sopii seurantakäynneistä.

Tules nyt, Voimat haltuun -valmennuksiin kuuluvat ryhmätapaamiset 1, 6, 9 ja 12 kuukauden kohdalla, sekä yksilötapaamiset/työpaikkakäynnit ja yhteydenpito esimieheen tarvittaessa. Elintärkeät elämäntavat kursseihin kuuluvat yksilötapaaminen 1-3 vk:n ja vuoden kuluttua kuntoutuslaitosjakson jälkeen sekä ryhmätapaamiset 3, 6, ja 9 kuukauden kohdalla.

- Tapaamisissa vahvistetaan työntekijän valmiuksia ottaa työhyvinvointiin liittyvät asiat puheeksi esimiehen kanssa. Aktivoidaan esimies-alaiskeskustelujen käynnistymistä työhyvinvoinnin tukemiseksi.
- Valmennuksen aikana käynnistetään tarvittavat työterveyshuollon tukitoimet esimerkiksi työpaikan ergonomiakäynti ja työterveysneuvottelu.
- Ryhmäläisten omia tavoitteita työ- ja toimintakyvyn ylläpitämiseksi seurataan ja tavoitteiden saavuttamista tuetaan.
- Valmennuksen päättyessä osallistujien työterveyssuunnitelma päivitetään.

13.12.2017

2. Työterveys Helsingin vastuut

Työterveys Helsinki vastaa

- interventioiden määrän sekä sisällön toteuttamisesta ja kehittämisestä
- seurantajakson yksilötavoitteiden asettamisesta osallistujien kanssa, tulosten seurannasta sekä henkilökohtaisen työterveyssuunnitelman päivittämisestä
- tarvittavasta yhteydenpidosta työntekijöihin ja näiden esimiehiin
- työterveyshuollon palveluiden tarkoituksenmukaisesta kytkemisestä prosessiin
- valmennuspakettien alku- ja loppukyselyiden toteutuksesta ja kyselyn tulosten raportoinnista
- Inbody-seurantamittausten toteuttaminen näihin valmennuksiin osallistuneille

Ryhmien arvioidut määrät vuodelle 2018 ovat:

- 12 alkavaa Tules nyt – valmennusta
- 14-15 alkavaa Voimat haltuun jaksoa (lukuun sisältyvät myös esimiehille kohdennetut Voimat haltuun ryhmät)
- 10-12 alkavaa Elintärkeät elämäntavat valmennusta
- Vuonna 2017 alkoi 36 ryhmää, joiden valmennusjaksot päättyvät vuoden 2018 aikana.
- Kuhunkin kurssiin osallistuu keskimäärin 15 valmennettavaa

3. Kustannukset

Työterveyshuolto rekrytoi yhden puolipäiväisen (50 %) työfysioterapeutin (Tules nyt), yhden 80 % työterveyshoitajan (Voimat haltuun, Esimies voimavarat) sekä yhden kokoaikaisen 100 % työfysioterapeutin (Elintärkeät elämäntavat yksilö- ja ryhmävalmennus) valmennusten toteuttamiseen. Heidän ohjauksestaan, perehdytyksestä ja toiminnan suunnittelun tuesta vastaa palvelupäällikkö Tuija Toikka.

Tämän lisäksi työterveyshuollon resurssia käytetään palvelun ylläpitoon, ohjausryhmä- ja verkostoyhteistyöhön, sisällön varmistamiseen sekä seurannan toteuttamiseen (sähköiset kyselyt), tarvittaviin vetäjien sijaistuksiin ja ryhmän tarpeeseen liittyviin asiantuntijaluentoihin, toiminnan arviointiin ja tulosten raportointiin.

Työterveys Helsinki tarjoaa edellä mainitut jatkovalmennukset vuodelle 2018 hintaan 198 000 €. Valmennettavaa kohden kustannus on noin 338 €.

Kustannuserittely on liitteessä 2.

Mitä valmennettava saa 338 eurolla:**Tules Nyt**

- Alkuinfonennenkuntoutuslaitosjaksoa
- Alku- ja loppukyselyn, ryhmäkohtaisen palautteen alkukyselystä
- 4 x 2,5-3 tuntia kestävä ryhmätapaamisen
- Yksilöllisen ohjauksen vastaanotolla, harjoitteluohjeet ja työpaikan ergonomiakäynnin tarvittaessa
- Henkilökohtaisen ohjauksen sähköpostilla, puhelimitse tai eTyöterveyden kautta koko vuoden valmennusjakson ajan.
- Inbody-mittauksen, siihen liittyvän kirjallisen ja henkilökohtaisen asiantuntijan palautteen ja tarvittaessa tuloksen perusteella yksilölliset harjoitteluohjeet
- Työterveys suunnitelman ja tarvittaessa ohjauksen muihin työterveyden palveluihin.

Voimat Haltuun ja Esimiesten voimat haltuun

- Alkuinfonennenkuntoutuslaitosjaksoa
- Alku- ja loppukyselyn, ryhmäkohtaisen palautteen alkukyselystä
- 4 x 2,5-3 tuntia kestävä ryhmätapaamisen
- Yksilöllisen tuen vastaanotolla ja yhteistyön esimiehen kanssa tarvittaessa
- Henkilökohtaisen ohjauksen ja tuen sähköpostilla, puhelimitse tai eTyöterveyden kautta koko vuoden valmennusjakson ajan.
- Inbody-mittauksen, siihen liittyvän kirjallisen ja henkilökohtaisen asiantuntijan palautteen
- Työterveys suunnitelman ja tarvittaessa ohjauksen muihin työterveyden palveluihin.

Elintärkeät elämäntavat

- Alkuinfonennenkuntoutuslaitosjaksoa
- Alku- ja loppukyselyn, ryhmäkohtaisen palautteen alkukyselystä
- 3 x 2,5-3 tuntia kestävä ryhmätapaamisen
- 2 x yksilöllisen ohjauksen vastaanotolla (60 min)
- Henkilökohtaisen ohjauksen sähköpostilla, puhelimitse tai eTyöterveyden kautta koko vuoden valmennusjakson ajan.
- 2 x Inbody-mittauksia, siihen liittyvän kirjallisen ja henkilökohtaisen asiantuntijan palautteen ja tarvittaessa tuloksen perusteella yksilölliset harjoitteluohjeet.
- Lisämittauksia ja yksilökäyntejä tarvittaessa.
- Työterveys suunnitelman ja tarvittaessa ohjauksen muihin työterveyden palveluihin.

Kustannusten erittely 2018 (muokattu 16.1.2018)

	2018	2017
1) Palkat sivukuluineen	144907	144907
2) Kiinteät kulut	25748	25748
3) Yleiskulut	<u>27405</u>	<u>27405</u>
Yht.	198060 €	198060 €

1) **Palkat sivukuluineen**

- Palkkaosuus on laskettu kokonaispalkasta, sisältää lomakorvauksen. Laskelmassa työkykyvalmentajien osuus 2,3 hlötv, palvelupäällikkö 0,17 hlötv.

2) **Kiinteät kulut**

- Tilavuokrat, siivous, it-ohjelmienlisenssien osuus.
- Huom! Laskelmaan ei ole lisätty vuodelle 2018 ilmoitettua vuokran korotusta.

3) **Yleiskulut 2017**

- Yleiskustannukset=talousseurantaja projektihallinto (henkilöstöhallinto, taloushallintopalvelut ja it-tuki), työntekijöiden työterveyshuolto. Laskennallisesti 10 % kiinteiden kulujen loppusummasta.
- Muut kulut=monisteet ja tarvikkeet, matka- ja puhelin kulut, koulutus ja työnohjaus.