



10.8 Kongresforslag

Titel	Indsats om pauser og restitution i arbejdstiden
Forslagsstillere	Kredsbestyrelsen, Kreds Hovedstaden
Forslagets ordlyd	At Dansk Sygeplejeråd laver en målrettet indsats for medlemmer, arbejdsmiljørepræsentanter, tillidsrepræsentanter og ledere om vigtigheden af pauser og restitution i arbejdstiden
Motivation for forslaget	<p>Dansk Sygeplejeråds fokus på pause og restitution skal medføre, at medlemmer, tillidsvalgte og ledere i højere grad tager ejerskab af at udvikle en god lokal pause og restitutions kultur på arbejdspladsen. Der skal også være fokus på de travle arbejdsdage, hvor man er mest tilbøjelig til at droppe frokost og pauser for at nå alle arbejdsopgaver.</p> <p>“Nyeste forskning viser, at pauser i arbejdstiden gør medarbejdere mere effektive - og kvaliteten af arbejdet bliver højere.”</p> <p>Citat fra PAUSE POWER af Pia Hauge.</p> <p>Det er lykkedes for mange arbejdspladser at skabe en god pausekultur, hvor der er plads til at holde pause, afvikle frokost og restituere i løbet af arbejdsdagen. Det kendskab vil vi gerne udbrede til medlemmer.</p> <p>Derfor foreslår vi, at Dansk Sygeplejeråd laver en indsats, som løber i hele kongresperioden 2025-2029.</p> <p>Vi skal som fagforening:</p> <ul style="list-style-type: none">- Give medlemmerne viden om vigtigheden af pauser og restitution. Hvorfor er pauser vigtige? Hvad er en pause? Hvilke typer pauser findes der? Hvordan holder man en god pause?- Anbefale medlemmer og tillidsvalgte til at sætte “pause og restitutions kultur” på dagsorden til personalemøder eller arbejdspladsens lokale samarbejdsudvalg, hvis der dagligt er problemer med at afholde pauser og afvikle frokost.- indsamle viden om projekter fra arbejdspladser, som har sat fokus på det og ændret en kultur, hvor der nu er plads til pause og restitution. Disse fortællinger kan inspirere andre arbejdspladser til finde løsninger i forhold til de arbejdsvilkår, der er hos dem lokalt.- tilbyde tillidsvalgte viden samt sparring om pauser og restitution, hvis der er planer om at opstarte et projekt på arbejdspladsen.- tilbyde et TRIO kursus, hvor deltagerne bliver uddannet, som pause ambassadører. Det tager tid og planlægning, når en kultur skal ændres på arbejdspladsen. Der er brug for nogle, der kan facilitere og fastholde processen.



Vores ambition og ønske er, at vi som fagforening kan være med til at skabe en bevægelse, hvor medlemmerne får bedre mulighed for at passe på sig selv i en hverdag præget af højt tempo og store krav. Vi håber at udbrede den gode pausekultur, så flere har mere overskud efter arbejdstid, færre sygemeldinger på grund af stress og at flere sygeplejersker får lyst og overskud til at blive i faget, fordi arbejdsvilkårene forbedres.

Hovedbestyrelsens bemærkninger

Hovedbestyrelsen (HB) er enig i, at pauser og restitution er et vigtigt element i at sikre et sundt og sikkert arbejdsmiljø og forebygge, at ansatte bliver syge af stor arbejdsmængde og tidspres.

Desværre ved vi, at mange sygeplejersker ikke får holdt de nødvendige pauser. Tal fra Dansk Sygeplejeråd fra 2023 viser, at 19% af sygeplejerskerne sjældent eller aldrig holder de pauser, som de har brug for i løbet af arbejdsdagen.

Sygeplejersker, der sjældent eller aldrig får holdt de pauser, som de har brug for, oplever oftere:

- Et så højt arbejdstempo, at det påvirker kvaliteten af arbejdet
- At være udrændte på grund af deres arbejde
- At være stressede
- At have haft sygefravær grundet arbejdsrelateret stress inden for de seneste 12 måneder

Undervisning i værktøjer og metoder til at arbejde med pauser og restitution på arbejdspladsen er i forvejen en central del indholdet i Dansk Sygeplejeråds AMiR-uddannelse (Styrk Din Rolle), der udbydes to gange årligt.

Ligeledes har Dansk Sygeplejeråd gennem sine repræsentationer i Branchefællesskabet for Arbejdsmiljø (BFA) bidraget til at udvikle en række relevante materialer om pauser og pausekultur målrettet sygeplejerskernes arbejdspladser, herunder film, podcast, dialogkort mv.

HB er derfor også enig i, at det er vigtigt at udbrede viden om pauser og pausekultur. Dette fokus skal Dansk Sygeplejeråd fortsat bidrage med via analyser, i BFA og øvrige repræsentationer på arbejdsmiljøområdet, i uddannelse- og kompetenceudvikling af tillidsvalgte samt i den arbejdsmiljøpolitiske indsats, hvor det giver mening. Det ligger i god forlængelse af handlingsprogrammets mål vedr. Arbejdsmiljø.

Derudover følger DSR implementeringen af nye hviletidsaftaler fra 2026, der skal være med til at understøtte en kulturændring i form af en ændret fordeling af arbejdstid og hviletid, til gavn for et bedre arbejdsmiljø.

Hvis forslaget vedtages, vil HB arbejde med forslaget på den måde, at de konkrete handlinger i indsatsen om pauser og pausekultur koordineres i DSR's Arbejdsmiljøpolitiske Forum, hvor DSR's enheder og Lederforeningen er repræsenteret, og hvor indsatsen afstemmes med de øvrige indsatser inden for arbejdsmiljø jf. handlingsprogrammet og med hensyntagen til de samlede ressourcer. HB læser i den sammenhæng motivationen som mulige forslag, der kan indgå i arbejdet, men ikke som direkte forpligtende handlinger.