

Tehtäväkortti

TYÖKYKYÄ YLLÄPITÄVÄ TOIMINTA

— AMMATIN TYÖKYKYVALMIUDET —

Perustiedot

Nimi

Ryhmä

FAKTA

Työpaikoilla työntekijöiden työhyvinvoinnista pidetään huolta muun muassa niin sanotulla työkykyä ylläpitävällä toiminnalla eli tykytoiminnalla (jossain paikoissa puhutaan tyhytoiminnasta). Se on työpaikan tarjoamaa toimintaa, jolla työntuoja edistää ja tukee yhdessä työntekijän ja työterveyshuollon kanssa työntekijä toiminta- ja työkykyä. Se voi tarkoittaa työntekijöiden työnkuormituksen säätelyn lisäksi virkistyspäiviä, tykypäiviä, erilaisia liikunta- ja hyvinvointipalveluiden tarjoamista tai muuta työhyvinvointia ja työkykyä tukevaa toimintaa. Tykytoiminta kehittää henkilöstön työkykyä ja terveyttä sekä työpaikan toimivuutta, työilmapiiriä ja työmotivaatiota.

Tykytoiminnalla on myös se merkitys, että se tukee parhaimmillaan työntekijän työssä jaksamista ja työkyvyn säilymistä. Työntuojan velvollisuus on huolehtia työntekijän turvallisuudesta ja terveydestä työssä.

Tehtävät

Haastatte työssäoppimispaikalla työssäoppimisen ohjaajaasi työssäoppimispaikan tarjoamasta tykytoiminnasta. Kirjoita hänen vastauksensa alle.

Mitä tykytoiminnalla tarkoitetaan?

Millaista tykytoimintaa työssäoppimispaikalla järjestetään?

Ketkä tykytoimintaa järjestävät?

Onko tykytoimintaa työssäoppimispaikalla riittävästi?

Millaista tykytoimintaa työpaikoilla pitäisi järjestää?

Pohdi vielä lopuksi, mitkä työhön liittyvät tekijät ja vapaa-ajalla tekeväsi valinnat vaikuttavat työkykyysi positiivisesti ja mitkä asiat vaikuttavat negatiivisesti?
