

TRYGG PÅ JOBBET

Ett nyhetsbrev från AFA Försäkring. Nummer 3 2012



Lek under lugna former

Forskningsprogrammet Buller i arbetslivet ger en tystare vardag för Nina Isaksson på förskolan Linjalen.

afa
FÖRSÄKRING

● KAMPANJ GER FÖRSÄKRAD PENGAR ● MOBILA TJÄNSTER KOMPLETTERAR KUNDWEBB ● VÅLDSAMT PÅ JOBBET? RING OSS!

”Snart når vi målet 50 procent

VÄLKOMMEN TILL TREDJE numret av ”Trygg på jobbet”! Med det här nyhetsbrevet vill vi förmedla nyheter om de kollektivavtalade försäkringarna och annat som händer inom arbetslivsområdet.

Vår e-tjänst Kundwebben har snart nått målet för 2012, nämligen att vara ingången för hälften av alla inkomna ärenden. Vi kan konstatera att i oktober kom hela 43 procent av anmälningarna via Kundwebben. Detta är viktigt av flera anledningar. Dels gör Kundwebben det enklare och smidigare

” Kundwebben har snart nått målet att vara ingången för hälften av alla ärenden.

för både den försäkrade och för arbetsgivaren att hantera och följa sina ärenden, dels får den försäkrade

sina pengar snabbare då anmälningstiden förkortas med i vissa fall upp till 30 dagar.

”GILLA JOBBET”, arbetslivets mötesplats, som vi arrangerade i samarbete med Prevent och arbetsmarknadens parter, blev en succé. 4 900 besökare kunde under två dagar i slutet av oktober besöka 160 seminarier, ta del av intressanta forskningsresultat, möta engagerade arbetsmiljökämpar och känna på och testa olika arbetsmiljöer. Allt för att öka förståelsen och vikten av ett gott arbetsmiljöarbete.

”Buller i arbetslivet” heter ett av AFA Försäkring finansierat forskningsprogram. I det här numret kan du läsa om buller på jobbet och de risker som är förknippade med ljud i olika former.

Appar för systematiskt arbetsmiljöarbete leder vägen till att fler incidenter rapporteras och hjälper andra att undgå att göra samma misstag. Vi avslutar vårt verksamhetsår år med att ta fram ett mobilt gränssnitt för IA-systemet tillsammans med våra kunder som har medarbetare ute på fältet. Det kommer att göra skillnad för många i framtiden.

Med dessa ord vill jag önska er alla en God Helg! Vi ses igen till våren.

JOHAN LJUNGVIST
KOMMUNIKATIONSREKTÖR
AFA FÖRSÄKRING



Mobil rapportering är nästa steg	3
Fler hittar dolda pengar efter kampanj	4
100 år med ombud i arbetslivets tjänst	5
Föräldrar har nytta av Kundwebben	5
TEMA: GILLA JOBBET	
Framtidens forskare får miljonstipendium	6
Årets mingel på arbetslivsområdet	8
Bullerforskningen gör framsteg	12
Våld och hot på jobbet vållar skada	16

afa
FÖRSÄKRING

Trygghet på jobbet för fyra miljoner människor

POSTADRESS AFA Försäkring 106 27 Stockholm
BESÖKSADRESS Klara Södra Kyrkogata 18
KUNDCENTER 0771-88 00 99 VX 08-696 40 00
INTERNET www.afaforsakring.se

TRYGG PÅ JOBBET utkommer 4 gånger per år.

KONTAKT: tryggpajobbet@afaforsakring.se

ANSVARIG UTGIVARE: Johan Ljungqvist, kommunikationsdirektör

REDAKTÖRER: Benny Nyberg, AFA Försäkring, Ellen Karlberg,

Redaktörerna, www.redaktorerna.se UPPLAGA: 13 000

TRYCK: Kaigan

Fler mobila tjänster på väg

AFA Försäkrings kundwebb används allt mer. Fler digitala och mobila tjänster är på gång.

MARKKO WAAS, chef för AFA Försäkrings affärsutveckling, förklarar vad som är den främsta orsaken till att företaget ligger så pass långt framme när det gäller de digitala satsningarna:

– Vi har alltid varit tidiga med att använda ny teknik och vi har mycket duktigt folk när det gäller skadereglering. Det gör att vi kan fokusera på det här området, säger han.

Det var för snart två år sedan som AFA Försäkring satte upp målet att minst hälften av alla skadeanmälningar vid utgången av 2012 skulle komma in digitalt, det vill säga via Kundwebben.

– I dag ligger den siffran på 43 procent. En bit in i december får vi siffran för november, och den kommer att visa på en ännu högre andel, säger Markko Waas, som tror att målet kommer att vara nått vid årsskiftet.

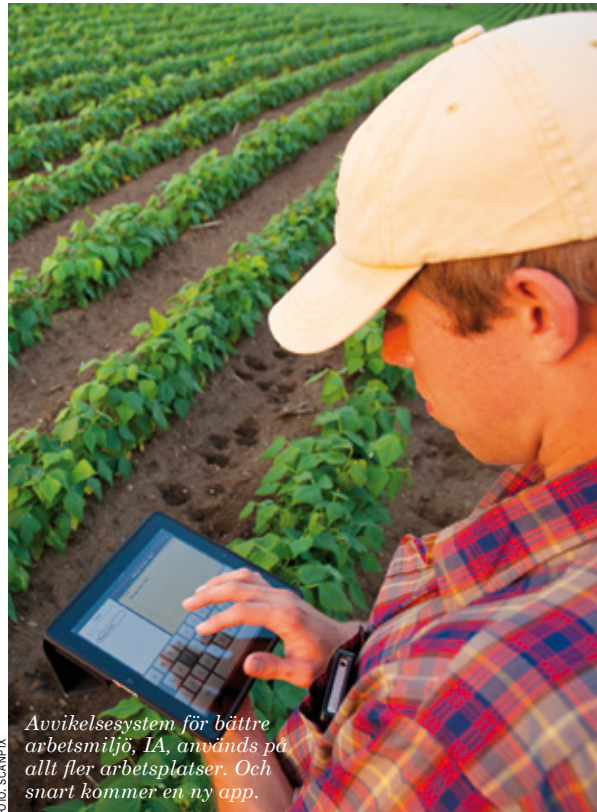
PÅ LÄNGRE SIKT är målet ännu högre satt. 2013 är siktet inställt på 60 procent.

Markko Waas är noga med att föra fram de många fördelar som är förknippade med att en större andel av skadeanmälningarna kommer in digitalt.

– Dels ökar det kundnyttan eftersom kunderna gillar det, dels ökar vi effektiviseringen när det gäller hanteringen av ärenden, säger han.

En tredje positiv faktor som affärsutvecklingsansvarige vill föra fram är att hanteringen av statistik underlättas. Det ökar kundnyttan också för arbetsgivarna.

Med utvecklingen av Kundwebben ökar också möjligheten för nya tjänster att växa fram. En sådan är en fortsatt utveckling av just statistiktjänsten för arbetsgivare. I framtiden ska det bli lättare för arbetsgivare att se hur många ärenden, det vill säga anmälningar, det egna



Avvikelseystem för bättre arbetsmiljö, IA, används på allt fler arbetsplatser. Och snart kommer en ny app.

FOTO: SCANPIX

KUNDWEBBEN

- 21% anmälningar i januari
- 43% i dag
- Målet 50%
- 2 115 anslutna företag och organisationer



Markko Waas, chef för AFA Försäkrings affärsutveckling.

företaget hade vid en bestämd tidpunkt. Över huvud taget ska systemet göra det lättare för samtliga kategorier av kunder att följa processerna. Kommunikationen ska underlättas.

Även inom IA-systemen kommer nya tjänster. IA-appen kommer att göra det möjligt med tillbuds- och olycksrapporteringar samt rapporteringar om riskobservationer på arbetsplatsen direkt via mobiltelefonen. IA-appen drogs i gång som ett pilotprojekt under november och fram till december.

– I år har vi fokuserat på arbetet med att fylla Kundwebben med kunder. Nästa år ska vi fokusera på att förbättra och utveckla nya tjänster, avslutar Markko Waas.

HAR DU FRÅGOR om Kundwebben kan du kontakta AFA Försäkrings kundcenter på 08-696 49 49 eller skicka e-post till kundwebb@afaforsakring.se.

Informera om möjligheten till ersättning

MER ÄN FYRA MILJONER människor är i dag försäkrade hos AFA Försäkring och omfattas av minst en av försäkringarna. En kollektivavtalad lösning innebär att alla anställda omfattas på lika villkor och utan hälsoprövning.

Avtalsförsäkringarna kompletterar de lagstadgade försäkringarna och ger en extra ekonomisk trygghet vid sjukdom, arbetsskada, arbetsbrist, dödsfall och föräldraledighet.

En kollektivavtalad försäkring bestäms efter förhandlingar mellan arbetsmarknadens parter. Arbetsgivaren tecknar försäkringen och betalar premierna. När många människor försäkras på lika villkor och utan hälsoprövning kan kostnaden för administration sänkas och riskerna spridas. Det leder till förmånliga försäkringsavtal med låga premier.

FÖR ANSTÄLLDA ÄR det viktigt att känna till skillnaden mellan förmåner som är kopplade till anställningsavtalet och förmåner som är kopplade till ett medlemskap i ett fackförbund.

En anställd behöver inte vara medlem i facket för att omfattas av försäkringarna. Även arbetsgivare utan kollektivavtal kan teckna försäkringar för sina anställda.

Försäkringarna innehåller en garanti-regel. Den innebär att försäkringarna gäller så fort kollektivavtalet börjat gälla.

KOLLEKTIVAVTALADE FÖRSÄKRINGAR

- Sjukförsäkring för medarbetare som är sjukskrivna
- Arbetskadeförsäkring för medarbetare som skadar sig på eller på väg till eller från jobbet
- Försäkring vid föräldraledighet för medarbetare med föräldra- eller graviditetsspenning
- Försäkring vid dödsfall om medarbetaren avlider
- Försäkring vid arbetsbrist om medarbetaren blir uppsagd

Kampanj får fler att hitta sina pengar

Nu ska fler anställda få mer kunskap om sitt försäkringsskydd och rätten till ersättning.

DEN 5 NOVEMBER drog LO i gång en informationskampanj för att fler medlemmar ska förstå vilka förmåner de har via sin anställning och hitta till de pengar som de kan ha rätt till om de är föräldralediga eller blir sjuka, arbetsskadade eller uppsagda.

Den rikstäckande kampanjen har rullat i hela landet i flera kanaler – på bio, TV4, Kanal 5 och Kanal 9 samt i dagspress och på webben. Via LO:s sajt kommer besökaren direkt till sajten facketforsakar.se. Därifrån länkas besökaren vidare

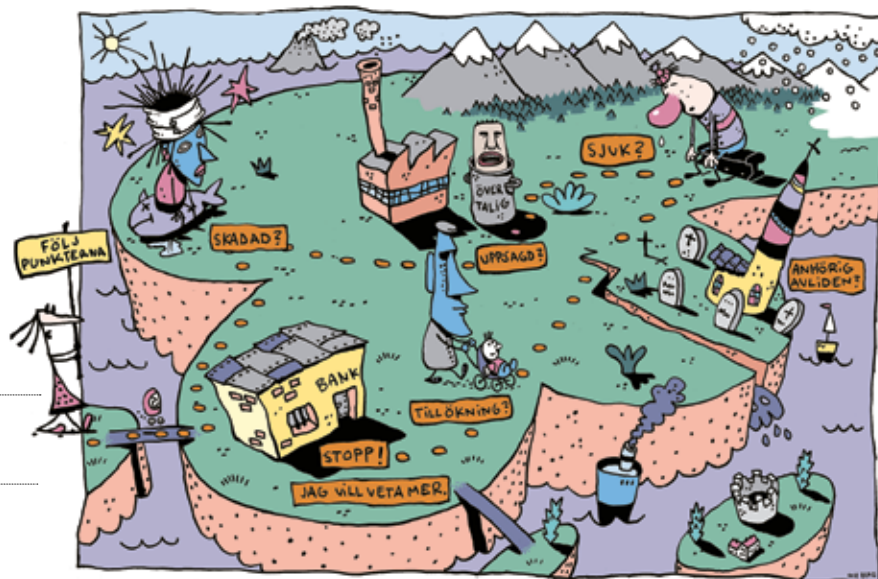
till AFA Försäkrings sajt där den som faktiskt glömt rätten till sina pengar kan anmäla sitt ärende.

– Vi är glada när arbetsmarknadens parter gör insatser för att informera sina medlemmar. Vi vill att alla som har rätt till ersättning ska veta om det, säger Maj-Charlotte Wallin, vd för AFA Försäkring.

– Vi har märkt att fler anmält sina ärenden på vår webb.

Kampanjens första tre veckor visar att 60 000 extra besök, som är direkt kopplade till kampanjen, har gjorts på AFA Försäkrings sajt.

Kampanjen "Hitta dina pengar" har tagits fram av byrån Jupiter, som anlitat serieskaparen Olle Berg. Han har illustrerat olika händelser som kan ge rätt till kompletterande ersättning via arbetsmarknadens avtal.



”Den som är på väg att bli utbränd behöver en chef som säger stopp. Ledare behöver stöd för att förebygga ohälsa.

Marie Åsberg, professor emeritus i psykiatri, som arbetat med DU-projektet (Depression och utmattning i människovärdande yrken) under 14 års tid, vet att utmattning går att förebygga genom att chefer är mer uppmärksamma på varningssignaler i medarbetarens beteende.

7,1 %

I oktober uppgick arbetslösheten till 7,1 procent, enligt SCB. Detta är en högre siffra än i oktober 2011. Totalt uppgick antalet arbetslösa personer till 356 000. När storföretag som Ericsson, SCA med flera varslar sina anställda om uppsägning till följd av lägre ordergång ökar oron för högre arbetslöshet med ökad ohälsa som följd.

Hälsosam guide under jord

GRUVINDUSTRIN expanderar och nya företag växer fram. För att hjälpa företagen att få en bra arbetsmiljö har Prevent i samarbete med IF Metall och Industrierbetsgivarna tagit fram en guide som underlättar upphandling av företagshälsövårdstjänster inom gruv- och mineralindustrin.

Anställda inom gruvbranschen är en av de yrkesgrupper som råkar ut för flest allvariga olyckor som leder till mer än 30 dagars sjukskrivning och/eller invaliditet. Arbetsmiljön och säkerhetskulturen är avgörande för gruvföretagen, och företagshälsövården kan hjälpa dem att hålla hög kvalitet. Guiden för upphandling av tjänster från företagshälsövården är gratis och kan laddas ner från www.prevent.se



Arbetsmiljölagen verkar vara skriven för byggnadsarbetare, sjömän och militärer.

Maria Steinberg, lektor i rättsvetenskap på Örebro Universitet har studerat rättsliga aspekter på arbetsmiljölagen ur ett genusperspektiv, och kommit fram till att kvinnliga sektorer som vård, skola och omsorg har ett mindre stöd i arbetsmiljölagen än manliga.



Mikael Bertilsson och Sara Nordman tilldelades Arbetsmiljöstipendiet 2012 av Prevents ordförande Carina Lindfelt.

Skyddsombud fyller 100 år

DE FÖRSTA SKYDDSOMBUDEN på svenska arbetsplatser utsågs 1912. Det finns cirka 70 000 skyddsombud inom LO:s förbund. Arbetsmiljöombud finns också inom TCO- och Saco-förbunden.

1912 infördes en bestämmelse i den dåvarande arbetarskyddslagen som gav arbetstagarna rätt att utse ombud. Detta var början till dagens skyddsombud, även om själva benämningen skyddsombud inte började användas förrän 1938.

Sara Nordman, 32 år, skyddsombud på fiskodlingsföretaget Svensk Fjällröding, Landösjön, Jämtland, och Mikael Bertilsson, 23 år, huvudskyddsombud på Abetong i Varberg, tilldelades Arbetsmiljöstipendiet 2012 på "Gilla Jobbet"-mässan i oktober.

Skyddsombuden spelar alltjämt en viktig roll på landets arbetsplatser.

Webb, napp och app lockar småbarnsföräldrar

FÖRÄLDRAR HAR OCKSÅ nytta av AFA Försäkrings kundwebb. De flesta ärenden som ger rätt till ersättning enligt de kollektivavtalade arbetsmarknadsförsäkringarna hanteras enkelt. Föräldradediga, som får sin pensionspremie betald via Försäkring vid föräldradledighet, kan anmäla sig via e-tjänsten.

– För allt fler kunder blir det enklare att se och följa sitt ärende på sina sidor, säger Mikael Jakobsson, kundansvarig AFA Försäkrings kundwebb. Sedan anmälan via Kundwebben blev möjlig den 1 juni har 5 000 ärenden kommit in via den kanalen. Det är fler ärenden än under hela 2011. Med allt snabbare och enklare rutiner får arbetsgivarna god överblick över antalet anmälningar, vilket indirekt kan underlätta ett förebyggande hälsoarbete.

Föräldrar är en aktiv och stor grupp som efterfrågar smidiga lösningar som allt fler aktörer försöker tillgodose.

FÖRSÄKRINGSKASSAN har lanserat en VAB-app som ger användaren tillgång till "Mina sidor" i mobilen och på surfplattan.



Den riktar sig främst till föräldrar men alla som har ett ärende kan se status, läsa meddelanden och se när pengar betalas ut.

Lanseringen är ett steg i Försäkringskassans satsning på att göra det lättare och enklare för kunderna. "Mina sidor" på webben har redan i dag 1 miljon besökare, som använder tjänsten 12 miljoner gånger per år.

– Småbarnsföräldrar har ofta ont om tid. Vi vill göra det enklare att anmäla till exempel VAB-dagar. Vi vet också att många andra vill kunna se sina ärenden snabbt, säger Gunilla Dyrhage på Försäkringskassan.

16 miljoner till ny forskning

AFA Försäkring har fattat beslut om att finansiera åtta nya forskningsprojekt.

DET HANDLAR BLAND annat om cancerterapi, farliga kolpartiklar för sotare och ett hälsofrämjande arbetsliv för äldre. Anslagen ges till forskare vid Lunds universitet, Sahlgrenska Universitetssjukhuset, Uppsala universitet, Karolinska Institutet, Kungliga Tekniska Högskolan, Stockholms universitet och Mälardalens högskola.

Dessa projekt har fått finansiering:

- Framtida cancerterapi
- Vilken betydelse har testosteron för hjärt-kärlsjukdom hos kvinnor
- Kroppens egna försvar som cancerterapi
- Ny hypotes om orsaken till kroniska inflammatoriska sjukdomar
- Mänskliga rörelser och mobil teknik



Sotare exponeras för cancerogena kolpartiklar via andningsvägarna och huden.

- Balans mellan arbete och privatliv
- Hälsofrämjande arbetsliv för äldre?
- Förändringar i arvsmassan hos sotare

Anne Richter årets AFA Försäkrings postdoc-stipendiat:

”Trygga vikarier – är det möjligt?”

Anne Richter får AFA Försäkrings postdoc-stipendium på en miljon kronor vilket gör att hon kan forska vidare om ”Job insecurity” under två år vid universitet i Nya Zeeland, USA och Belgien.

TEXT ELLEN KARLBERG FOTO ANNA RUT FRIDHOLM

– **DET HÄR STIPENDIET** betyder väldigt mycket för mig. Nu kan jag ingå i det internationella nätverk av forskare som jobbar i gränslandet mellan psykologi och arbetsliv. Forskarnätverk är lika viktiga inom samhällsvetenskap som naturvetenskap, säger Anne Richter, som utbildade sig till psykolog i tyska Giessen men doktorerade vid Stockholms universitet förra året. **Kraven på flexibilitet ökar i arbetslivet och det innebär allt fler tillfälliga och flexibla anställningsformer och påtvingat egenföretagande. Men hur påverkas människor av anställningsotrygghet? Och finns det något att göra för att minska oron?**

– Ledarskapet är till exempel väldigt viktigt för att få en grupp medarbetare där många känner sig otrygga att fungera, säger Anne Richter, som påpekar att det är viktigt att studera såväl individen som gruppen och organisationen för att förstå hur stressen uppkommer och vad man kan göra åt den.

– **JAG HOPPAS ATT** min forskning ska leda till konkreta metoder för att förbättra arbetsmiljön och ledarskapet på svenska arbetsplatser, säger Anne Richter, som i början på nästa

FAKTA/ FORSKNING

AFA Försäkring är en av landets ledande finansierare av forskning och utveckling kring arbetsmiljö och hälsa. En viktig uppgift är att stödja och stimulera yngre forskares möjligheter till studier och forskning utomlands.

– AFA Försäkring delar ut postdoc-stipendier till forskare som nyligen disputerat. Vi vill säkra återväxten av forskare på arbetslivsområdet, samtidigt som banbrytande idéer tas hem från utlandet, säger Hans Augustson, chef för AFA Försäkrings forskningsavdelning.

år åker till USA Claremont school of behavioral and organizational sciences, där positive organizational psychology är ett stort forskningsområde.

– Jag kommer även att tillbringa tid vid University of Canterbury i Nya Zeeland och Katholieke Universiteit i belgiska Leuven, säger hon.

I dag vikarierar Anne vid Gymnastik- och Idrottshögskolan och forskar vid Psykologiska Institutionen på Stockholms universitet, där hon studerar hur anställningsotrygghet påverkar på grupp-, individ- och ledarnivå.

Precis som de flesta andra unga forskare har du säkert fått brottas med ovisshet och otrygghet under din karriär?

– Ja, till viss del, men jag måste säga att jag har varit lyckligt lottad hittills. Inte minst i dag, skrattar pristagaren.

I MÅNGA BRANSCHER betalar många individer ett högt pris ur hälsosynpunkt, eftersom den som jobbar i konkurrens med andra inte vågar ta upp problem med sin chef.

– Att vara medveten om att stress påverkar både hälsa och prestationer på kort och lång sikt är en bra början. Det gäller för både chefer och deras medarbetare. ●



VINNARE SKAPAR TRYGGHET.

Anne Richter, 29, leg psykolog och doktor i psykologi vid Stockholms universitet fick AFA Försäkrings postdoc-stipendium på en miljon kronor.

Tillsammans för ett bättre arbetsliv

Den stora arbetslivsmässan Gilla Jobbet besöktes av nära 5 000 personer under två dagar i oktober. Genom mängder av seminarier, workshops och unika möten skapades energi som kan bidra till ett både effektivt och hälsosamt arbetsliv.

TEXT ELLEN KARLBERG FOTO AFA FÖRSÄKRING & ANNA RUT FRIDHOLM

KÖN RINGLADE LÅNG till mässan, som invigdes i Victoriahallen på Stockholmsmässan av arbetsmarknadsminister Hillevi Engström och arrangörerna Prevent och AFA Försäkring. På uppdrag av arbetsmarknadens parter var det dags för ett unikt event på arbetslivsområdet. Och det var ingen köp-och-säljmässa i vanlig mening.

– Här kränger vi inte grejor utan vi ska mötas och dela med oss av våra erfarenheter. Träffa kollegor och lär er nya saker! uppmanade moderatorn Johanna Koljonen.

ETT AV FLERA SYFTEN med mässan var att inspirera och boosta självförtroendet hos alla som jobbar med arbetsmiljö- och arbetslivsfrågor i Sverige. De senaste årtiondena har dessa inte alltid varit så synliga i den allmänna samhällsdebatten. Och det finns mycket viktigt att göra på arbetslivsområdet både i dag och i framtiden, något som arbetsmarknadsministern Hillevi Engström var den första att intyga.

– För att vi ska klara arbetslinjen är frågorna om arbetslivet centrala.

Ett längre arbetsliv kräver samtidigt ett bättre arbetsliv, sa Hillevi Engström och klippte ett rosa band medan publiken applåderade.

Vad gör då regeringen för att synliggöra arbetslivsfrågorna, sprida goda arbetsätt och arbeta

preventivt mot ökad ohälsa? På senare år döljer sig till exempel en allt större andel psykosocial ohälsa/stress bakom högre sjuktal och det tragiska faktum att många människor lämnar arbetsmarknaden för tidigt. Arbetslivsforskare pekar på det faktum att arbetsformerna blivit mer flexibla, kraven ökat och känslan av trygghet minskat på många arbetsplatser.

Klassiskt arbetsmiljöarbete är en hygienfaktor, men var ska fokus ligga i framtiden? Och vad går att åstadkomma med politiska styrmedel?

– Regeringen kan styra den egna myndigheten på området. Arbetsmiljöverket bör ägna sig åt åtgärder och uppföljning som ger resultat, sa Hillevi Engström.

– **VI HAR NYLIGEN** beslutat oss för att bygga ett nationellt kunskapscentrum. I praktiken har det visat sig vara svårt att veta hur man ska sprida forskningsinformation, sa arbetsmarknadsministern.

Arbetslivsfrågan är viktig för samhället, företag och individer. AFA Försäkring, som ser konsekvenserna av sjukskrivningar och arbetsskador, kan genom sin hantering av ärenden dra en viktig, om än inte överraskande, slutsats:

– Arbetsgivarna har ett stort ansvar. Arbetsmiljön skapas på den





Arbetsmarknadsministern Hillevi Engström och inviger mässan tillsammans med arrangörerna Maj-Charlotte Wallin, AFA Försäkrings vd och Maria Schönefeld, vd för Prevent.

LÄS MER!

Läs mer om **Gilla Jobbet och vad som händer där** på www.gillajobbet.se
 Artiklar finns även i **tidningen Arbetstillsammans** som nås via www.prevent.se/arbetsliv.

enskilda arbetsplatsen och den går att påverka, sa AFA Försäkrings vd Maj-Charlotte Wallin, som själv upplevt hur synen på arbetsrelaterad ohälsa förändrats över tid i tjänstemannayrken.

– På 70-talet ansågs risken för att en tjänsteman skulle drabbas av en arbetsskada vara liten. Den största risken för en försäkringstjänsteman ansågs vara att somna vid skrivbordet och trilla av stolen.

Den fysiska arbetsmiljön är förhållandevis lätt att ordna, medan den psykiska påverkas av helt andra saker, påpekade arrangörerna. Kunskapen om att organisera och ledarskap påverkar arbetsmiljön har blivit bättre med tiden, påpekade Prevents vd Maria Schönefeld.

– **LEDARSKAPET PÅ** arbetsplatsen spelar till exempel stor roll för arbetsmiljön och den kultur som utvecklas på en arbetsplats. Ska vi vara tillgängliga 24 timmar om dygnet? När skickar jag mejl till exempel, inom vilken tidsram förväntas jag svara? Alla mår bättre när det finns tydlig praxis om vad som gäller, exemplifierade Maria Schönefeld.

Mer kunskap behövs om olika och fler aspekter i arbetslivet.

– Arbetsmarknadens parter finansierar forskning, men det är viktigt att resultaten sprids och kommer till nytta och blir praktiskt >>>





>>> tillämpade, sa Maj-Charlotte Wallin, som påpekade vikten av väl fungerande mötesplatser där information kan spridas.

– **GILLA JOBBET** är viktigt för oss. Det är ett bra tillfälle att komma ut med vad vi har lärt oss på var sitt håll, dela erfarenheter och få ut den kunskap vi har om arbetsmiljö och den forskning som görs inom arbetslivsområdet, sa Maj-Charlotte Wallin.

När invigningen var klar kunde publiken bli mässbesökare och ta del av ett digert seminarieprogram och en rad framtidsdebatter. I centrum av mässan låg biblioteket där alla kunde hämta och ta del av aktuella skrifter.

Forskningsidéer kunde delta-garna byta vid ett särskilt forskningsträd dit alla seminarieledare och forskare kunde gå efter sina framträdanden för att samtala eller svara på frågor.

Det fanns flera scener, bland annat en mindre där forskare klev upp och höll miniseminarier om aktuella ämnen, till exempel om flexibla kontorsmiljöer, nya rön om strålning med mera.

Efter två intensiva dagar summerade projektledaren för Gilla Jobbet, Eva Berkeryd, AFA Försäkring.

– På det hela taget är jag nöjd. Det är svårt att förutse hur många som skulle komma och vilka aktiviteter som skulle dra fulla hus. Om parterna vill kommer detta event att återkomma regelbundet, sade Eva Berkeryd, som ville passa på att tacka alla talare, utställare och funktionärer som deltog på "Gilla Jobbet". ●

Problemlösarna

Hur kan jobbet bli enklare, säkrare och roligare? På Gilla Jobbet fanns det många förebilder och inspirerande exempel på hur arbetsmiljöarbete kan förändra villkoren för arbetet i vardagen. Det är först när alla ser bristerna som det går att åstadkomma förändring.

TEXT ELLEN KARLBERG FOTO ANNA RUT FRIDHOLM

SJUKHUS

BLÄNDA AV I OPERATIONS- SALEN!

PÅ **HELSINGBORGS** sjukhus ska nya operationssalar byggas. I samband med detta har forskare vid Lunds universitet bidragit med studier av arbetsprocesser och nya tekniska hjälpmedel för att utveckla en modern och funktionell arbetsmiljö för sjukhusets kirurger, narkosläkare och operationssköterskor.

Hillevi Hempälä är doktorand på institutionen för designvetenskap vid Lunds universitet. Hon har specialiserat sig på synergonomi.

Hon menar att ljusförhållandena vid arbetet, synergonomin, kan förbättras.

– **LAMPORNA HAR** blivit så starka att den som opererar riskerar att bländas. På senare tid har lamporna blivit för ljusstarka, de har alldeles för höga lux för att det ska vara bekvämt för ögonen. När LED-tekniken ersätter gamla lösningar uppstår också helt nya problem. LED-lampor flimrar nämligen utan att vi märker det. Det är farligt eftersom det är väldigt tröttsamt för ögonen. Om du blir trött kan du inte hålla samma koncentration, säger hon.

– I dag har kirurger dessutom ofta en kompletterande pannlampa som komplicerar arbetsmiljön ytterligare, både för dem själva och för övriga medarbetare i operationssalen, säger Hillevi Hempälä. ●



En operations-lampa kan lätt bli för ljusstark...

AMBULANSPERSONAL

112 – PÅ LIV OCH DÖD

ARBETSMILJÖN i akutbilar och ambulanser har blivit bättre med tiden. Men den som räddar andras liv utsätter sig själv för vissa risker. Det är en del av jobbet.

Hjälpmiddel som underlättar jobbet i ambulansen är till exempel Lucas, en mekanisk hjärt-lung-räddare som ser ut som en större massagekudde. Den kan massera patientens bröstorgans kraftigt i stället för att sjukvårdspersonal gör det för hand.

– Den som jobbar kan sitta fastspänd i sin stol och jobba i stället för att stå och jobba utan bälte och kastas runt inne i kupén, säger Hans Olsson, miljösamordnare hos AISAB, ambulanssjukvården i Storstockholm, som också utbildar ny ambulanspersonal.

Varningslampor på instrumentbrädan så att föraren ser om sjukvårdaren där bak kopplat loss sig från sitt bälte är också något som är på gång i nya ambulanser.

Självklarheter, kan tyckas. Men kulturen i ambulanssjukvården har varit att "lite ska man tåla", vilket kan ha bidragit till att utvecklingen av en bättre arbetsmiljö har dröjt onödigt länge, enligt Hans Ohlsson.

Det har hänt mer än en gång att den som jobbat utan bälte skadat sig. Eller att man lyft sönder sig.

– Men det har blivit bättre med

tiden, bättre fjädring i bilen och bättre bårar. Vi räddar också fler liv eftersom vi kan ställa snabbare och mer rättvisande diagnoser redan i ambulansen, säger Hans Olsson.

Med simultananalys på sjukhuset vet vi när vi kan ta äldre till geriatriska och när det är läge att köra den som fått en hjärtinfarkt till en ballongsprängning.

– Det är bra att vi slipper belasta akuten mer än nödvändigt.

– Att köra lugnt och inte stressa andra medtrafikanter så att de fattar irrationella beslut är också viktigt, säger Hans Olsson, som själv började köra ambulans 1991, men som nu mest utbildar andra förare både i att köra och i att samarbeta.

– **VI JOBBAR I TEAM**, förr var det fasta team, men nu kör vi med arbetsrotation. Det är bättre för alla eftersom arbetsmetoder prövas och utvecklas när vårdpersonal inspireras av varandra.

Att ta hand om sin egen fysik är viktigt. Särskilt om man är ambulanssjukvårdare.

– Bara båren väger 30 kilo. Till det kommer patientens kroppsvikt och en rygsäck med sjukvårdsmaterial.

– Vi har en madrass som vi använder om trapporna är för många och personen är för tung. ●

Hjärtmassage kräver att sjukvårdaren står upp i ambulansen.



Att lyfta en bår kräver både teknik och styrka. Hans Olsson demonstrerar olika sätt att lyfta.



BUSSFÖRARE

KONFLIKTLÖSNING PÅ FYRA HJUL

BUSSBRANSCHEN i samarbete med arbetsmarknadens parter och Teater Sörmland bjöd på en jobbig åktur där passagerarna tvingades bekänna färg.

Hur skulle du ha agerat? Skulle du ha stöttat busschauffören i en konfliktfylld situation?

På Gilla Jobbet fick besökarna åka med på en fiktiv busstur där skåde-

spelare hjälpte till att spegla vanliga konflikter. Bussförare ställs ideligen inför situationer som kräver förmåga att lösa konflikter på jobbet, det vill säga på eller utanför bussen.

Hur reagerar bussföraren och medpassagerarna när en person kliver på bussen utan att ha giltig biljett? Eller är överförfriskad och stör de övriga passagerarna runt omkring? ●

– I storstan kan bussförarna ringa till polis och väktare, men sådana resurser finns sällan på mindre orter, så en passagerare, som visades sig själv vara bussförare i Sundsvall.



På förskolan Linjalen leker barnen med tysta leksaker. En enkel insats för ett par år sedan bidrog till en bättre ljudmiljö för både barn och vuxna.

Lugnt och metodiskt är modellen

På förskolan Linjalen i Umeå studerades ljudmiljön i samband med forskningsprojektet "Buller i förskolan". Sedan 2009 kommer inga skramliga leksaker över tröskeln.

TEXT ELLEN KARLBERG FOTO PAULINA HOLMGREN



20-21-22 ... Tornet byggt av träklossar svajar betänkligt för att sedan rasa. Men det väntade skarpa ljudet – det ljud som uppstår när hårt trä möter ett annat hårt material – uteblir. Dessutom studsar klossen i ljudvänligt skummaterial på en mjuk lila matta.

– I samband med bullerstudien kastade vi ut alla skramliga leksaker. I stället fick vi en massa nya, och sedan dess har vi varit medvetna om vilka grejor som kommer in, säger förskolläraren Nina Isaksson som jobbar på avdelningen Molle på förskolan Linjalen i Umeå.

På förskolan Linjalen har den fysiska miljön varit satt under lupp inom ramen för det fleråriga forskningsprojektet "Buller i förskolan"

som finansierats av AFA Försäkring.

17 förskolor i Umeåtrakten prövade olika åtgärder för en bättre ljudmiljö, antingen akustisk eller organisatorisk, medan verksamheten fortsatte precis som vanligt vid tre referensskolor under mätperioden. De akustiska hjälpmedlen bestod av olika ljudmätare på väggen (till exempel ett öra som lyser rött när det blir för högt ljud) och ljudabsorberande material i möbler och tak. De organisatoriska bestod av att minska barngrupperna, utbilda personalen om ljud med mera. Linjalen var den skola som fick tysta leksaker.

– **NÄR VI TOG BORT** de leksaker som lät mest, till exempel lekporslinet, och ersatte dem med alternativ i



andra material och la ljudabsorberande filt i alla leksaksbackar gjorde det märkbar skillnad, säger Nina Isaksson, som gick med mikrofon på dagarna och tog salivprov flera gånger per dag för att mäta kortisolet, det vill säga stressnivån.

En av vinsterna med att delta var att medvetenheten ökade kring vad som stressar och hur man med enkla medel kan skapa mer lugn och ro, en förutsättning för lärande i förskola och skola.

– Det spelar ingen roll vilken pedagogik du arbetar med. Har du inte ordning och reda, vilket i sin tur skapar lugn och ro, kommer det inte att fungera bra, säger Nina Isaksson.

– Ljudnivån är en viktig del av arbetsmiljön, men bara en del av



helheten, säger Nina Isaksson, som jobbat i tio år på Linjalen.

Man har två avdelningar med barn i åldern ett till fem år, där resurserna ökat till nuvarande 20 barn på 3,75 tjänster.

– Det handlar inte om barngruppens storlek, även om det är lättare att hantera färre barn än fler. Om vi inte orkar säga till så kan ett

eller två barn låta som tio, säger Nina Isaksson.

Bra arbetsmiljö förutsätter tydlighet från rektor kring värdegrund, pedagogik och arbetssätt. Jobbet flyter på bra om det sker metodiskt och alla respekterar gemensamma ordningsregler.

– Det som skapar stress på förskolan, som jag upplever det, är

inte barnen, som många tycks tro. Med rätt pedagogik kan vi ofta leda och styra i barngrupperna, säger Nina Isaksson, som påpekar att det är precis samma saker som stressar i skolor och förskolor som på andra arbetsplatser.

Chefsbyten, oenighet om vilka förhållningsregler man ska leva efter och otydlig kommunikation är något som inverkar negativt.

” Det spelar ingen roll vilken pedagogik du arbetar med. Har du inte ordning och reda, vilket i sin tur skapar lugn och ro, kommer det inte att fungera bra.

DEN SOM TAPPAR sin naturliga auktoritet, inte har en planerad metodik för arbetsdagen och kommunicerar dåligt med arbetskamraterna hamnar snart i en dålig spiral.

– Då levs det om, det blir stökigt, olika saker sägs till föräldrarna, som blir oroliga och missnöjda, säger hon. >>>

»» Tvärtom kan en stabil, rutinerad pedagog göra underverk.

– Jag lovar att en måltid med tio treåringar kan vara mer rofylld än en lunch med enbart vuxna i en matsal, säger Nina Isaksson.

Hon säger att en hög ljudnivå kan vara stressande, men att det sambandet kan vara lika tydligt åt andra hållet.

– Är du stressad så tycker du att stök och oljud är mer jobbigt än om du är lugn, säger Nina Isaksson.

Vad gav projektet?

– En ökad medvetenhet hos oss som deltog. Upplever vi ett problem idag tar vi tag idet med en gång i stället för att vänta.

Har din hörsel skadats av jobbet?

– Inte direkt, men ibland kan det vara svårt att gå på fest och prata fokuserat med en person, eftersom jag har svårt att koppla bort rösterna runt omkring. Det finns andra förskollärare som säger sig uppleva samma sak. Det beror på att jag på jobbet alltid går och är vaksam på ljud. Är det någon som skriker eller bråkar? Vi som arbetar i förskolan har lärt oss att ständigt lyssna efter ljud som signalerar att vi bör ingripa, säger Nina Isaksson. ●



FORSKAREN: ENKLA ÅTGÄRDER GÖR STOR SKILLNAD

Det går att förebygga hörselproblem i förskolan. Det visar Fredrik Sjödin, doktorand i miljömedicin i sin avhandling "Buller i förskolan – hälsa och preventiva insatser".

– I VÅR FORSKARGRUPP har flera olika specialiteter ingått och det har varit väldigt bra. Under vårt arbete har det blivit allt mer tydligt att det är många faktorer som samverkar och tvärvetenskap behövs för att få en djupare förståelse för



FOTO: JOHAN GUNSEUS
Fredrik Sjödin

stress och ljudupplevelser på arbetsplatsen.

Redan när ni började studera buller i förskolan fick ni stora rubriker i pressen?

– Ja, det var roligt. Vi fick utökat stöd från AFA Försäkring när vi ville utöka studien och mer stöd från Umeå kommun. 17 förskolor anmälde sig och ville vara med. Därför blev projektet större än vad vi hade tänkt från början. Vi studerade effekten av både akustiska och organisatoriska åtgärder och följde även cirka 100 förskollärare på nära håll.

Vad överraskade er mest?

– Det var att den stressade upplever ljud som så mycket mer störande än den som är lugn. Oljud kan bidra till att skapa obehag men förklarar inte stress på egen hand. Vad som

är orsak och verkan är inte helt lätt att veta. Vad vi vet är att stress inte bara kan förklaras av buller.

Vad upplevde personalen som mest stressande?

– De som upplevde att de hade barn med särskilda behov i gruppen, men där barnet inte fått en diagnos och därmed inte några extra resurser. Att inte räkna till upplevdes som stressande.

Hur kommer resultaten i din avhandling till nytta?

– Flera kommuner har redan använt många av våra åtgärder. Olika typer av akustiska insatser, till exempel bättre möbler och väggabsorbenter, ger en bättre ljudmiljö till en rimlig kostnad.

Vad skulle du vilja göra härnäst?

– Vi vill gärna jobba med organisa-



Lugn och ro är en förutsättning för ett bra lärande, säger Nina Isaksson, som arbetat på avdelningen Molle på Linjalen i tio år.

BARNSKRIK HÖRS BÄST

Varför har människan två öron som sitter på var sin sida av huvudet? Kunde inte en mottagare mitt i pannan fungera lika bra?

ENLIGT FORSKARNA har däggdjur två öron för att vi ska kunna uppfatta riktning, varifrån ljudet kommer. Det är en del av överlevnadsmekanismen, att kunna fly från fiender, hitta vår flock eller ta hand om vår avkomma.

Människans öra är konstruerat så att mänskligt tal och skrik ligger i örats känsligaste område där hörselnedsättningen också sker först om örat skadas.

Kortvariga ljud på hög nivå, till exempel ett pistolskott, skadar direkt eftersom hjärnan inte hinner förbereda örat på ljudförändringen. Örat analyserar ljudförändringar fem gånger per sekund.

– **ETT HÖGT BARNSKRIK** är som en projektil som träffar ett litet område i snäckan och förstör de hår som i normala fall fångar upp ljudets tryckvågor och fortplantar information vidare genom örat till hjärnan, säger Lennart Lindberg, forskningsingenjör vid Högskolan i Gävle.

Enligt Arbetsmiljöverket innebär åtta timmars arbete i en ljudmiljö på 85 decibel hörselskadefarlig. Men det är alltså en alltför trubbig skala, visar ny forskning.

– Det är ljudets karaktär, hur länge du utsätts för det och i vilket sinnestillstånd du befinner dig som avgör hur påfrestande det är, fortsätter han.

– Mer än 15 minuter på ett diskotek där nivån är 100 decibel bör man undvika, säger Lennart Lindberg. ●

toriska åtgärder, att stötta ledarskapet till exempel, det kan säkert ge effekt på lite längre sikt, men är inte lika lätt att mäta. Men det betyder inte att det inte är viktigt. ●

BULLER I ARBETSLIVET

Under hösten avslutas det fyra år långa forskningsprogrammet "Buller i arbetslivet" som AFA Försäkring finansierat med 30 miljoner kronor. Inom ramen för forskningsprogrammet har lösningar presenterats på ett vanligt arbets-

miljöproblem som yttrar sig på olika sätt i olika branscher. Information om de åtta deltagande projekten, varav "Buller i förskolan" är ett, har sammanställts i skriften "Buller i arbetslivet" som kan beställas från AFA Försäkring.

140	Jetplan
130	
120	Smärtgräns
110	
100	Diskotek
90	Jetplan
80	Skolmatsal
70	Samtalston
60	Samtalston
50	
40	Viskning
30	
20	Tyst sovrum
10	
0	Hörtröskel

Se upp för oljud!

Gull på stegen visar att ljudet är direkt farligt. Vid 80 decibel ska man ha hörselskydd. Varför drabbas så många lärare av hörselproblem och tinnitus? I Arbetsmiljöverkets mening är ljudnivån i skolorna inte skadlig, men riktlinjerna behöver ses över. I förskolan ligger ljudnivån ofta mellan 60 och 70 decibel.

Våld på jobbet ger psykisk arbetsskada

Hot, våld och rån orsakar arbetsskador. Lise Zarrabi, skadereglerare hos AFA Försäkring, har kontakt med de drabbade och vet det mesta om hot och våld på jobbet.

PÅ AFA FÖRSÄKRING finns sedan 2006 en grupp som arbetar med arbetsskador som uppkommit som en följd av bland annat rån, hot och våld. Sedan 2008 finns också en grupp mer inriktad mot arbetsskador till följd av hot och våld mot anställda inom kommun och landsting.

– Fokus verkar förändra sig över tid. Tidigare riktades rånen framför allt mot väktare, till exempel värdetransportrån. När dessa bolag förbättrade sina rutiner ökade i stället rånen mot banker. Och när bankerna höjde säkerheten genom kontantlösa kontor och låsta entrédörrar började rånarna inrikta sig mot handeln. Vi upplever också att rånarna använder sig av allt tyngre vapen, säger Lise Zarrabi.

INOM HANDELN ÄR butiker som säljer eller handlar med guld särskilt utsatta. Just guldrånen kan vara våldsamma. Yxor och slaggör används för att snabbt komma åt guld. När Lise Zarrabi och hennes kollegor kommer i kontakt med de drabbade har det ofta gått en tid.

– Vi vet att de har gått igenom något traumatiskt och att många behöver tid på sig att bearbeta det inträffade. Därför kontaktar vi dem per brev och ber dem höra av sig till oss när de känner sig mogna för det, säger hon.

– Vi pratar med människor som varit med om allt från mindre

FAKTA ARBETS- SKADOR

Om du har varit utsatt för hot, våld eller rån på jobbet kan du ha rätt till ersättning från Arbetsskadeförsäkringen (TFA, TFA-KL, PSA). Försäkringen gäller även under färd till och från din arbetsplats. AFA Försäkring har handläggare som specialiserat sig på arbetsskador till följd av rån, hot och våld. Genom ett större flöde av denna typ av skador och utbildning har handläggarna en god kompetens inom området.



”Vi pratar med människor som varit med om allt från mindre incidenter till spektakulära rån. Tyvärr är långt ifrån alla trygga på jobbet.

FOTO: MICHAEL STEINBERG

incidenter till spektakulära rån med tungt beväpnade maskerade rånare. Människor som utsatts för hot eller som faktiskt blivit slagna, knuffade, fasttejpade eller släpats runt i håret. Tyvärr är långt ifrån alla trygga på jobbet.

Vilka arbetsskador leder rån, hot och våld till?

– Ofta leder det inte till fysiska skador, däremot till psykiska. De utsatta reagerar väldigt olika och det är viktigt att lyssna till deras berättelser. Tyvärr ser vi att hot och våld mot personal inom vården ökar.

Hur mår du själv när du får ta del av alla hemsgheter?

– Jag och mina kollegor klarar oss väl. AFA Försäkring har bra utbildning, bland annat genom kris- och traumacentrum vid Danderyds sjukhus. Dessutom pratar vi kollegor med varandra både för att kunna göra enhetliga bedömningar och för att ”lufta” det vi får ta emot av förtvivlan, rädsla, ångest och oro i våra samtal. Det är ett teamwork där vi samarbetar i gruppen och mellan grupperna, men även med vår kommunikationsavdelning för att nå ut med information om försäkringen riktad mot olika branscher.

HENRIK NORBERG

Prenumerera på nyhetsbrevet Trygg på jobbet
afaforsakring.se/tryggpajobbet