

FRISK LUFT. Så blir kontorsjobbarna i Malmö stad piggare och gladare.

EXTRA PENGAR. Nina Lindgren hittade Föräldrapenningtillägget av en slump.

Trygg på jobbet

Nr 2 • 2019
En tidning från
AFA Försäkring

LIVETS MIRAKEL

Barnmorskan Eleni Asreghan hjälper nytt liv till världen. Arbetet innehåller både stresstoppar och lyckorus.



Sunt att fokusera på det friska

Nio av tio anställda i Sverige har någon av våra försäkringar, därmed är vi störst när det gäller försäkringar i arbetslivet. Under förra året betalade vi ut 9,5 miljarder kronor i ersättning, eller i genomsnitt 37 miljoner kronor varje arbetsdag. Tack vare en klok och långsiktig kapitalförvaltning kan vi dessutom investera stora summor pengar i att förebygga en del av de saker som leder fram till att människor behöver ersättning. Det gör vi bland annat genom att finansiera forskning kring arbetsmiljö och hälsa.

I det här numret intervjuar vi Eva Vingård, professor vid Uppsala universitet. Den första delen av sitt

»Förebyggande arbete blir också vårt fokus under årets Almedalsvecka.«

liv som forskare ägnade hon mest åt risker och problem koppade till arbete. Men för tio år sedan fick hon chansen att byta

perspektiv och ägna sig åt vad som får oss att må bra på jobbet. Det är sunt att fokusera på det friska, menar hon. Om vi bara tittar på sjuktal och risker får vi inga svar kring hur de som bara jobbar på har det på sitt arbete – det är ju trots allt majoriteten.

Förebyggande arbete av olika slag blir också vårt fokus under årets Almedalsvecka. Jag hoppas att några av er har möjlighet att komma förbi vår trädgård i Visby där vi tillsammans med Alecta och AMF har ett spännande program utifrån vår gemensamma tro på den kollektivavtalade lösningen. ■



Johan Ljungqvist, kommunikationsdirektör

I DETTA NUMMER

3. I KORTHET

Frustration på grund av dålig digital arbetsmiljö

5. SIFFROR

Olycka med person vanligast inom vården

6. SÅ GÖR VI

Malmö stad utmanar normer om kontoret

8. REPORTAGE

Starka känslor under barnmorskans arbetsdag

13. FORSKNING

God idé att värna om äldre arbetskraft

14. MÖTET

Försäkringen gav familjen det lilla extra

18. INSIKT

Friskare arbetsplatser med sunt förnuft

20. TRE TYCKER TILL

Så får vikarierna rätt försäkringsinformation



Nina Lindgren fick Föräldrapenningtillägget i efterhand. Sid 14



En arbetsdag på förlossningen. Sid 8

17%

av arbetsolyckorna för personliga assistenter är orsakade av olycka med person. Sid 5



Mikael Widell Blomé har forskat om age management. Sid 13

9 av 10 är försäkrade genom jobbet

afa
FÖRSÄKRING

POSTADRESS
AFA Försäkring
106 27 Stockholm

BESÖKSADRESS
Klara Södra Kyrkogata 18

KUNDCENTER
0771-88 00 99
VX 08-696 40 00

PÅ WEBBEN
www.afaforsakring.se

TRYGG PÅ JOBBET

Utkommer 4 gånger per år i tryckt form.

KONTAKT

tryggpajobbet@afaforsakring.se

ANSVARIG UTGIVARE

Johan Ljungqvist,
kommunikationsdirektör

REDAKTÖRER

Benny Nyberg, AFA Försäkring,
Per Cornell, Splay One
www.splayone.com

FORMGIVARE

Martin Kindgren

PRODUKTION

Splay One

REDAKTIONSRÅD

Malin Artvin, Marie-Louise Forslund, Linda Harling, Mikael Jakobsson, Charlotte Masterson, Maria Schütt, Frida Winnerstig, Oskar Åhlund

UPPLAGA

10 000

TRYCK

TMG Sthlm

OMSLAGSFOTO

Kristina Sahlén



FOTO JOHNÉR



Digital arbetsmiljö kan också vara ett problem.

Dåliga IT-system är ett arbetsmiljöproblem

Därför ska forskaren Åsa Cajander undersöka hur utvecklingen av system bättre kan ta hänsyn till digital arbetsmiljö.

ARBETSMILJÖ. Allt mer av vår arbetsmiljö är digital – ett område med andra utmaningar än fysisk arbetsmiljö. Många är hänvisade till ett system som ej går att förändra och som kanske från början inte är anpassat efter verksamheten.

Åsa Cajander är professor i människa-datorinteraktion vid Uppsala universitet och har nyligen fått anslag från AFA Försäkring för ett projekt som ska studera den digitala arbetsmiljön inom vård och administration för att vidareutveckla metoder för systemutveckling. Hon hittade

till detta ämnesområde när hon arbetade som konsult på ett internationellt IT-bolag runt år 2000 och såg vilken frustration och teknikstress dåliga IT-system skapade.

FAKTA FORSKNINGSPROJEKTET

- ▶ Åsa Cajander har fått ett stöd från AFA Försäkring på 3 678 000 kronor.
- ▶ Hon ska studera den digitala arbetsmiljön inom vård och administration.
- ▶ Målet är att hitta metoder för systemutveckling som tar hänsyn till arbetsmiljö.
- ▶ Projektet pågår till våren 2022.

– Tidigare forskning om hur man jobbar i IT-projekt visar att man sällan eller aldrig tänker på arbetsmiljökonsekvenser. Vi kommer att undersöka hur den senaste tekniken påverkar arbetsmiljön och titta närmare på automatisering och artificiell intelligens, säger hon.

De kommer att studera den digitala arbetsmiljön i Region Uppsala, både inom vård och andra delar av verksamheten. Även Uppsala kommun och Region Stockholm kan komma att ingå i forskningen. Även Prevent kommer att finnas med och utveckla ett utbildningsmaterial utifrån forskningsresultaten.

– Det kan bidra till verklig förändring inom området digital arbetsmiljö. ■

Hårt tryck på höstens Gilla jobbet

KUNSKAP. Arbetsmiljökonferensen Gilla jobbet är tillbaka på City conference centre i Stockholm i höst, den 24 och 25 oktober. Det blir fokus på seminarier kring arbetsmiljö, organisation och ledarskap. Bland annat kommer Stefan Blomberg tala på temat att förebygga mobbing, Helena Jahncke om vad som händer när företag går över till aktivitetsbaserade kontor och Åsa Kruse om hur chefen kan göra när anställda kommer tillbaka efter en utbrändhet.

Gilla Jobbet är mycket populärt och seminarierna den 24 oktober blev snabbt fullbokade. Därför valde vi att dubbla eventet och erbjuder nu platser till den 25 oktober. Först till kvarn är det som gäller. Anmälan: gillajobbet.se. ■



FAKTA INRIKTNINGEN FÖR GILLA JOBBET ÄR:

- ▶ Ledarskapet, arbetsmiljöarbetet och verksamhetsnyttan.
- ▶ Hantera farliga ämnen och risker för kroppsskada.
- ▶ Organisatorisk och social arbetsmiljö.

202

miljoner kronor

AFA Försäkring beviljade forskningsanslag inom arbetsmiljö och hälsa på 202 miljoner kronor under förra året.



Ett annorlunda försäkringsbolag

HÅLLBARHET. AFA Försäkrings huvudsyfte är att skapa en trygg vardag för alla som omfattas av försäkringarna. För att lyckas med det bygger verksamheten på tre delar – försäkra, förvalta och förebygga. Genom en god förvaltning av kapitalet kan man säkerställa ersättningen och hålla en låg premie. Dessutom investera i förebyggande arbete som minskar skador och ohälsa i arbetslivet. ■

»Vår vision är att alla ska ha en trygg vardag.«

Anders Moberg, vd på AFA Försäkring, i hållbarhetsredovisningen för 2018.

Mycket snack och mycket verkstad

AFA Försäkring satsar stort på årets Almedalsvecka. I en mysig trädgård mitt i Visby öppnas »Verkstan för friskt och tryggt arbetsliv«.

ALMEDALEN. Tillsammans med Alecta och AMF erbjuder AFA Försäkring ett fullspäckat program i trädgården på Klosterbrunnsgatan 3 under Almedalsveckan. De tre bolagen ägs av parterna på den svenska arbetsmarknaden och alla arbetar med den kollektivavtalade lösningen. Fokus ligger på att skapa praktisk nytta på svenska arbetsplatser.

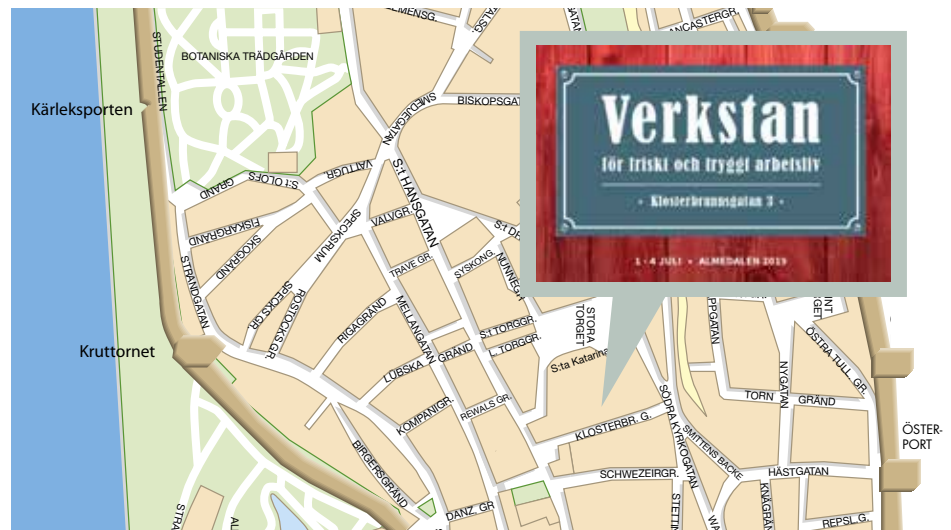
– Det här blir en möjlighet för oss att samla vår verksamhet på ett och samma ställe och att kunna sprida ut seminarierna och aktiviteterna under flera dagar, säger Johan Ljungqvist, kommunikationsdirektör på AFA Försäkring.

Förutom tretton öppna seminarier och aktiviteter

i samarbete med Prevent, Suntarbetsliv, Svenska Judoförbundet, Gilla jobbet, Myndigheten för arbetsmiljökunskap och Yrkeslandslaget blir trädgården en plats att träffas, knyta kontakter eller ta en kopp kaffe.

– Vi har satsat på riktigt bra och spännande seminarier. Tillsammans visar vi styrkan i den kollektivavtalade lösningen.

Det kommer att vara programpunkter i trädgården måndag, tisdag, onsdag och halva torsdagen. ■



SMAKPROV UR PROGRAMMET I ALMEDALEN 1-4 JULI

- **1-4 JULI, KL. 10-12.** Prova på fallteknik och lär dig falla utan att skada dig.
- **1 JULI KL. 9.00.** Framtidens föränderliga arbetsliv: Hållbarhet i det digitala arbetslivet
Arrangör: Myndigheten för arbetsmiljökunskap, AFA

Försäkring. Medverkande: Ylva Johansson, Arbetsmarknadsminister, Nader Ahmadi, Mynak, Kristina Palm, KTH, .
► **2 JULI, KL. 16.** Vem gillar egentligen den svenska modellen? Medverkande: AFA Försäkring, Alecta och AMF.

- **3 JULI, KL. 13.** Från risk till frisk – friskfaktorer. Medverkande: BI a Eva Vingård, Uppsala universitet, Anna Weigelt, AFA Försäkring.
- **3 JULI, KL. 14.** Från risk till frisk – hälsofrämjande ledarskap. Medverkande:

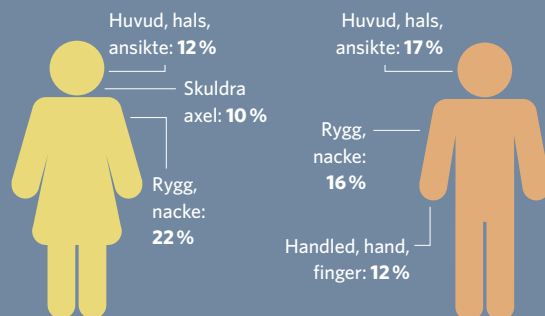
BI a Lisa Markström, Prevent.

- **3 JULI, KL. 15.** Från risk till frisk – förutsättningar för chefer. Medverkande: BI a Annika Härenstam, forskare, Malin Ljungzell, Suntarbetsliv.

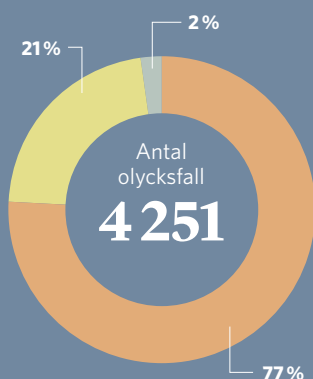
Hela programmet hittar du på: almedalsverkstan.se

Vanligt med frakturer och vridningar

Av olycksfallen orsakade av olycka med person är en stor majoritet olika typer av frakturer, vridningar och krosskador. Även muskel- och skelettsjukdomar är relativt vanliga.



Vanligaste diagnoserna efter olycka med person



- Skador, förgiftningar och vissa andra följder av yttre orsaker
- Sjukdomar i muskuloskeletala systemet och bindväven
- Övriga skador

Vanligast bland personliga assistenter

Yrkesgruppen personliga assistenter har högst andel olycksfall orsakade av olycka med person, 17 procent. Olycksfallen sker ofta i samband med lyft eller förflyttning av patienter eller brukare. Andra yrkesgrupper där det är vanligt är undersköterskor, barnmorskor och vårdbiträden.



FOTO MOSTPHOTOS



ARBETSMILJÖ

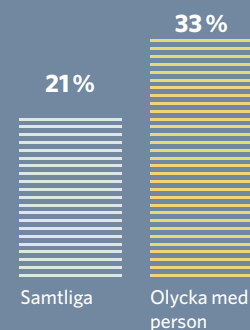
Olyckor i människonära arbetssituationer

I många yrken inom vård och omsorg sker det också olyckor kopplat till detta. »Olycka med person« är ett av de vanligaste arbetsolycksfallen för kvinnor.

Hög andel allvarliga olyckor

Olycka med person kan vara både allvarlig och ej allvarlig. En betydligt större andel av dessa olycksfall är allvarliga, jämfört med alla typer av olycksfall. Ett allvarligt olycksfall leder till sjukskrivning/läkning i minst 30 dagar eller till medicinsk invaliditet.

Andel av olyckorna som är allvarliga



Fem gånger vanligare bland kvinnor

Olycka med person drabbar fler kvinnor än män, sannolikt beroende på att fler kvinnor jobbar i människonära yrken. Men även om man tittar på andel och risk i förhållande till antalet anställda inom yrkesgrupperna är kvinnorna kraftigt överrepresenterade. Risken att råka ut för olycka med person är fem gånger högre för kvinnor än för män. En faktor som sannolikt bidrar är att de kvinnor som är sysselsatta inom yrkesgrupper där olyckstypen är vanlig är äldre än männen inom yrkesgruppen. Fallskador, exempelvis, drabbar äldre personer hårdare.

Kontorsarbetare i Malmö stad får testa att arbeta mer utomhus i ett interaktivt forskningsprojekt. Det här borde fler arbetsgivare testa, menar Lena Wetterskog Sjöstedt, chef för Hållbarhetskansliet.

TEXT PER CORNELL FOTO ANDRÉ DE LOISTED

»De blir piggare och mer kreativa ute«

Berätta hur ert projekt »Stick ut i Malmö« kom till!

- Jag fick frågan från några anställda på stadsområdesbiblioteket om de kunde få testa att arbeta mer utomhus. De hade blivit tillfrågade av forskaren Charlotte Petersson på Malmö universitet. Det pilotprojektet ledde till det större försök som vi gör nu där 60 anställda med stillasittande jobb ingår. Under planeringsdagar och konferenser brukar det vara naturligt med en viss del av dagen utomhus, varför är det inte alltid så?

Hur fungerar det i praktiken?

- De har förtroendet att själva bestämma vilka arbetsuppgifter som de kan göra utomhus. Det kan till exempel handla om möten, avstämningar eller att läsa rapporter. De har också en specialutvecklad app där de loggar var de jobbar, hur platsen fungerar och hur de upplever utarbetet, vilket ger forskarna en mängd data. Flera har kommit på att det går att vara ute mer även under den kalla årstiden, och även jag, som inte ingår i projektet men sitter i styrgruppen, har blivit inspirerad att jobba mer ute.

Vilka är era syften med det här?

- Det enkla svaret är att vi vill att alla ska må bra. Att komma ut, få dagsljus och uppleva grönska betyder mycket för välmåendet. Man blir mer kreativ och kan göra ett bättre jobb. I ett lite större perspektiv arbetar vi för hållbar utveckling och vi var den första kommunen som anslöt sig till

FAKTA STICK UT!

UTMANING

Att bryta normerna kring var och när man kan arbeta för att öka välmåendet.

LÖSNING

Låta ett antal anställda arbeta mer utomhus och koppla det till ett forskningsprojekt.

RESULTAT

Folk upplever att de mår bättre, är mer kreativa och känner sig piggare.

FN-resolutionen Agenda 2030. Det här projektet kan vi koppla till några av de målen. Vi håller också på att utveckla en karta med bra miljöer för utearbete så att fler ska kunna upptäcka sin stad.

Kan det här stärka er som arbetsgivare på något sätt?

- Jag hoppas det, vi utmanar ju formerna och normerna kring arbete. Deltagarna kände sig först lite obekväma eftersom normen för att arbeta säger att man ska sitta framför en dator. Efter ett tag började de trivas med självbestämmandet och flera säger att de har börjat arbeta annorlunda, de får nya perspektiv genom att röra sig i staden och de ställer andra frågor till varandra utomhus än i ett mötesrum.

Fungerar arbetssättet?

- Hittills ja! Deltagarna säger att de blir piggare och känner sig mer kreativa. Forskningsresultaten får vi först efter sommaren.

Vad blir nästa steg?

- Vi har kopplat på de olika HR-avdelningarna och hoppas att vi ska kunna bygga ut det. Det är ju så enkelt och det kostar ingenting. Vi funderar också på om vi ska skapa fysiska platser utomhus där det är ännu bättre att arbeta.

Kan andra göra detta?

- Det borde vara en självklarhet eftersom alla vet att vi mår bra av att röra oss, få frisk luft och se dagsljus. ■



Lena Wetterskog Sjöstedt har själv blivit inspirerad att arbeta utomhus när det är möjligt.

Med livet i sina händer

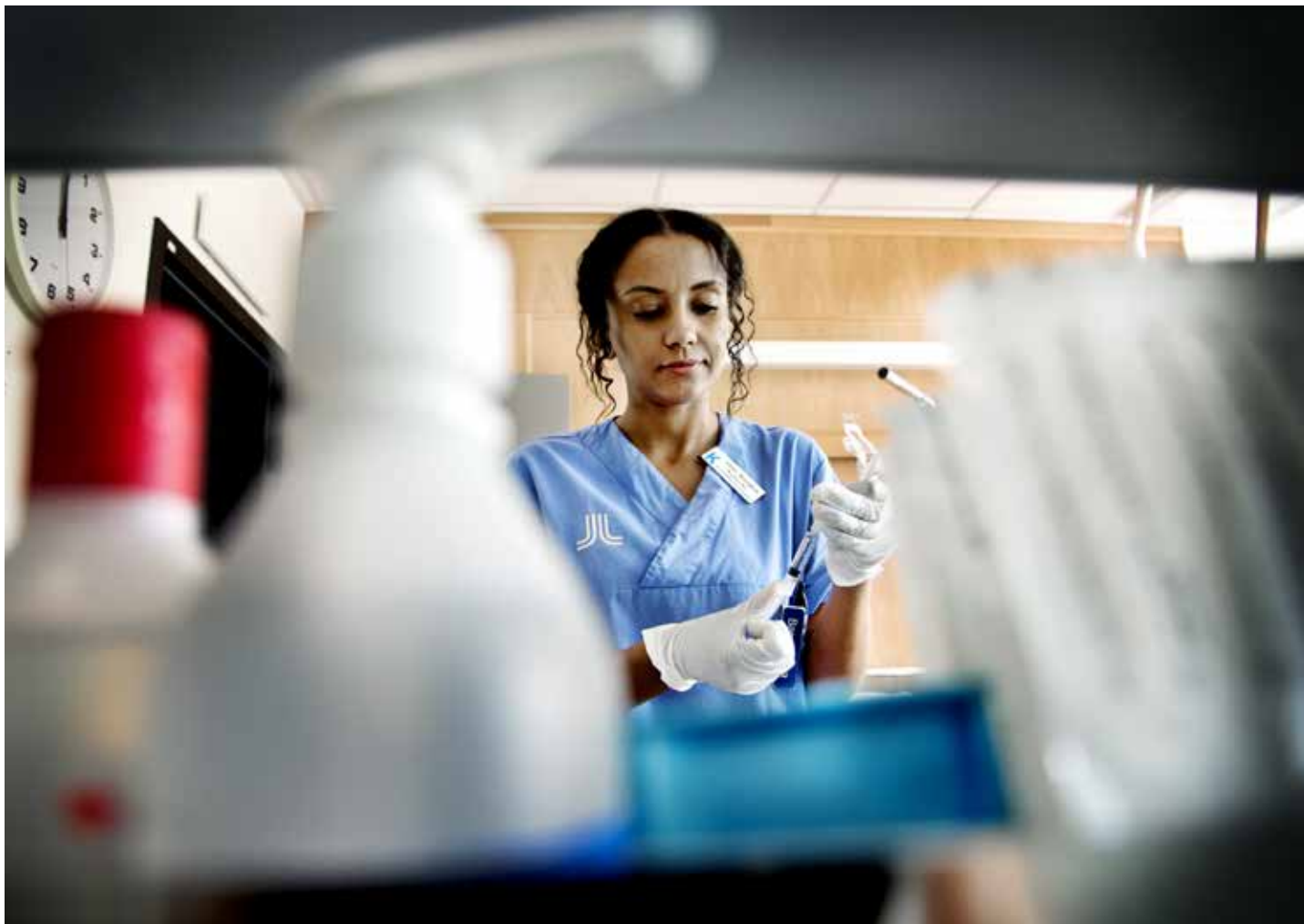
Som barnmorska på förlossningen behöver Eleni Asreghan hantera både liv och död. Pressen är tidvis hård och det gäller att vara ett bra stöd men också kunna dela glädjen med familjen. ►

TEXT KARIN JANSSON FOTO KRISTINA SAHLÉN





Vågen stannar på 2 855 gram när Eleni Asreghan provväger den lilla flickan som bara är knappt två timmar gammal.



korridoren på förlossningsavdelningen på Karolinska i Huddinge sitter en anslagstavla med knappnålar. Tavlan föreställer en kalender för hela året. Varje gång ett barn kommer till världen på avdelningen sätter personalen upp en knappnål. Vissa dagar är fulla med guldfärgade nålhuvuden, på andra är det glesare. Den här förmiddagen har bara en knappnål satts upp.

– Jag tror att det ska vara fler, men vi har nog inte hunnit sätta upp alla än, säger Eleni Asreghan och hejar på en kollega som går förbi.

Avdelningen är fullbelagd i dag. Trots det är det knäpptyst i korridoren. Då och då avbryts tystnaden när en patient trycker på larmknappen och ett pipande hörs i taket. Det händer också att barnmorskorna trycker på en knapp om de behöver få assistans.

– Vi flyttade in i nya lokaler i mitten av mars och en stor fördel är att det är så ljudisolerat här. Många patienter har sagt att de tycker det är tyst och lugnt.

Förlossningen har 15 platser plus två överbeläggningsplatser. Här jobbar åtta barnmorskor i grundbemanningen, men i dag är de nio när Eleni går som extra resurs.

– Jag hjälper till där det behövs, det kan till exempel vara att rycka in om någon är upptagen med en

Jobbet som barnmorska är uppbyggt på rutiner kring arbetssätt, säkerhet och hygien.

I akutrummet finns syrgasmasker och annat som behövs för akutvård. Om ett barn behöver akutvård tillkallas alltid en barnläkare från en annan avdelning.



förlossning eller kanske köra en fosterövervakning på en annan avdelning om det behövs.

Sedan flytten till nya lokaler har hela förlossningen börjat jobba på ett nytt sätt. Flera av rummen är så kallade universalrum, vilket innebär att de kan användas både som förlossningsrum och för eftervård. De nya universalrummen innebär ett lite annorlunda arbetssätt, där barnmorskorna finns med längre i vårdkedjan och får en större variation av arbetsuppgifter.

– Kvinnorna kan vårdas på samma avdelning före, under och efter att de har fött. Det ger en ökad möjlighet till återhämtning för barnmorskorna, eftersom det är stressigt på olika sätt att jobba med förlossning jämfört med eftervård, säger Susanne Albertsson, vårdenhetschef för graviditet och förlossning på Karolinska Huddinge.

Eleni är 32 år och har jobbat på förlossningen på Karolinska Huddinge i tre och ett halvt år. Innan dess var hon på BB Stockholm under ett par månader. Men att hon skulle bli just barnmorska var inte självklart.

– När jag studerade till sjuksköterska hade jag praktik på en mödravårdsklinik för hiv-positiva kvinnor i Tanzania. Där odlades ett litet frö till att jag kanske ville jobba med obstetrik.



	1	2	3	4	5	6
Januari						
Februari						
Mars						

Eleni diskuterar dagens beläggning med en kollega. Varje år föds omkring 4 700 barn på Karolinska Hud- dinge. Varje barn blir en knapp som sätts upp på tavlan.



Efter att ha jobbat ett par år som sjuksköterska på en barnavdelning kände Eleni att hon ville vidareut- bilda sig. Valet stod då mellan barnmorskeutbildning och att utbilda sig till narkossköterska.

–Jag ville specialisera mig i en gren där jag kunde jobba mer självständigt. Jag sökte båda och kom in på barnmorskeutbildningen, så då valde jag den.

Den första tiden på förlossningen blev en stor om- ställning.

–Jag var inte helt införstådd med yrket, men det är i och för sig svårt att föreställa sig hur det ska vara innan man kommer ut i verkligheten. Jag tror att det inte går att förbereda sig helt.

Under värkarbetet kommer många känslor upp till ytan, inte bara för kvinnan som föder utan ofta också för medföljande partner. Det kan pendla snabbt mellan ilska, rädsla och glädje.

–Jag kände mig ganska omtumlad i början av att det var så mycket känslor i rummet. Det är en balans- gång hela tiden, hur mycket klarar kvinnan? Man för- söker läsa av, stötta och pusha. I vanliga livet betyder ju smärta något dåligt, men här är det en del av pro- cessen. Vi försöker normalisera smärtan och visa att det är okej och normalt. Det är viktigt att finnas där

FAKTA FÖRLOSS- NINGEN PÅ KARO- LINSKA HUDDINGE

- ▶ Den nya avdelningen invigdes i mars 2019.
- ▶ Här finns 15 rum, samtli- ga rum är enkelrum med egen toalett.
- ▶ Åtta av rummen har bad med lustgas.
- ▶ Här jobbar åtta barn- morskor. Barnmorskorna jobbar i tvåskift eller som nattbarnmorskor.
- ▶ Varje år föds cirka 4 700 barn på förlossnings- avdelningen.

för kvinnan och att verkligen vara närvarande.

Eleni beskriver det som att hon har två roller. Un- der värkarbetet är hon barnmorskan Eleni, hon som står för tryggheten och professionaliteten. När barnet är fött kan hon vara privata Eleni en stund.

–Som barnmorska är det viktigt att man inte häng- er med i kvinnans känslouttringar, det är min uppgift att förhålla mig objektiv och lugn för hennes och bar- nets trygghet. Jag ska vägleda henne och stärka hen- ne i tron på sig själv och att hon kan föda barn. Men när barnet är fött och om allt har gått bra, då kan jag släppa på det och känna glädjen tillsammans med henne och familjen. Det är världens bästa känsla när man gläds med familjen.

Den nära kontakten med människor från alla de- lar av samhället är en naturlig del av yrket. Under förlossningen får barnmorskorna ta del av familjens känslouttringar. Sedan åker familjen hem och nya kvinnor kommer in.

–Man måste lära sig att vara med dem i stunden och sedan släppa det när uppdraget är klart, annars går man nog under i det här jobbet. Det är en process, säger Eleni.

Det förekommer förstås att förlossningarna går ▶

mindre bra. Svåra komplikationer och barn som kanske inte överlever tillhör också yrket.

– När det skett allvarliga fall har vi en debriefing tillsammans med alla i teamet. Vi har rutiner för hur vi ska hantera det. Tack och lov är de allvarliga fallen inte så många. Det goda överväger det dåliga.

Personalen på avdelningen pratar mycket med varandra om arbetet.

– Barnmorskekåren är en väldigt stolt yrkesgrupp med stark sammanhållning. Vi pratar mycket med varandra när vi får tid, det kan vara i korridoren, i receptionen eller i fikarummet. Det blir mycket reflektioner och prat, vi måste ju få ut våra tankar på något sätt, säger Eleni.

En stor utmaning för landets förlossningsavdelningar är personalbristen. På Karolinska Huddinge finns ett mål att det ska finnas en barnmorska för varje kvinna i aktiv förlossning, men vi når inte det idag.

– Just nu är det fortfarande en stor barnmorskebrist i hela landet och vi har inte det antal barnmorskor vi behöver för att göra detta, men det är vårt mål.

Vi jobbar i team med undersköterskor och barnmorskor så att de födande kvinnorna får ett bra stöd, säger Susanne Albertsson.

Personalbristen gör att många barnmorskor känner sig otillräckliga, berättar Eleni.

– Vården är överbelastad och man hinner inte vara där fullt ut för kvinnan under hennes värkarbete. Det är inte så alla dagar, men alltför många.

Den höga arbetsbelastningen och den psykiska stressen tror hon är viktiga faktorer bakom att många förlossningsbarnmorskor byter jobb.

– Det är tufft, särskilt för oss som jobbar heltid. Det krävs en hel del av en som person. Förutom att det är emotionellt och psykiskt krävande måste man kunna ta snabba beslut på kort tid. Det är ett stort ansvar.

Trots stresstopparna finns det många positiva saker att lyfta fram med jobbet, enligt Eleni. Inte minst möjligheten att få vara delaktig i att ett nytt liv kommer till världen.

– Det är ett fantastiskt roligt jobb och jag har aldrig träffat en barnmorska som inte älskar sitt jobb. ■



Susanne Albertsson är värdenhetschef för graviditet och förlossning på Karolinska Huddinge.

Barnmorska är ett av sjukvårdens bristyrken. Fortfarande väljer inte tillräckligt många att utbilda sig varje år.



Släpp ålders- hysterin och vinn erfarenhet

För att behålla och dra nytta av den äldre arbetskraften behövs en mer positiv syn på åldrandet och en strategi för age management, visar forskning.

TEXT KRISTER ZEIDLER

När äldre arbetstagare jämförs med yngre handlar det ofta om motsatsförhållanden. Yngre anses vara positiva till ny teknik medan äldre är mer negativa, yngre byter oftare jobb medan äldre är mer lojala mot arbetsgivaren. Det visar en kunskapsöversikt och en intervjustudie på företag och offentliga organisationer som gjorts inom ramen för forskningsprojektet "Ett längre arbetsliv" som finansierats av AFA Försäkring.

–Man pratar ofta om att unga har hårda kvaliteter. Det handlar om flexibilitet, fysisk

»Har du en unik kompetens har du en stark ställning även när du är äldre.«

Mikael Widell Blomé

och mental kapacitet och att de är intresserade av att lära sig nya saker. När det gäller äldre pratar man mer om mjuka kvaliteter, som ledarskap, sociala färdigheter, problemlösning, tillförlitlighet och arbetsmoral, säger



FORSKAREN. Mikael Widell Blomé, docent i arbetsmiljöteknik.

Mikael Widell Blomé, docent i arbetsmiljöteknik och projektledare på Unionen.

Studien visar att större företag ofta har riktlinjer för när medarbetare ska fasa ut medan mindre företag är mer flexibla, sätter större värde på äldres lojalitet och kunskaper och försöker hitta lösningar för att behålla dem.

–Har du en unik kompetens på något sätt har du en stark ställning även när du är äldre. Men företag går inte aktivt ut och rekryterar äldre utan det handlar mer om att hitta former för att behålla medarbetare längre.

Hälsa och arbetsmiljö hör till de faktorer som har störst betydelse för om vi fortsätter att jobba när vi blir äldre. Har man ett fysiskt tungt och belastande arbete eller en stressig arbetsmiljö väljer man i högre grad att sluta arbeta.

–Men den ekonomiska biten har rätt stor betydelse. Även om du rent fysiskt inte borde fortsätta jobba känner en del att de måste, säger Mikael Widell Blomé.

För att behålla äldre arbetstagare behövs en strategi för åldershantering i företag och organisationer, så kallad age management, menar Mikael Widell Blomé. Det kan till exempel röra sig om att kontinuerligt utveckla medarbetarnas kompetens, anpassa arbetet efter individernas förutsättningar eller minska arbetstiden för äldre.

–Det spelar egentligen inte någon roll vad du har för strategi, bara du har en strategi.

Det behövs också en mer positiv syn på åldrandet och äldre, både på arbetsplatsen och i samhället i stort, anser Mikael Widell Blomé. Många fortsätter att arbeta för att de trivs med sina arbetskamrater, får stimulans och känner sig delaktiga i verksamheten. Men det kan också vara så att ens familj, vänner och fritidsintressen väger tyngre.

–Är du väldigt socialt aktiv så visar det sig att man ändå slutar jobba i högre utsträckning. Är du socialt aktiv på jobbet är du ofta det på annat håll också och behöver inte den sociala samvaron på arbetsplatsen. ■

FAKTA ÅLDERSANPASSNING PÅ 3 NIVÅER

- 1. Individ** Sträva efter god hälsa, vitalitet och välbefinnande.
- 2. Företag** Åldersanpassa arbetsplatsen för att kunna utveckla medarbetare över tid samt behålla dem längre. Det kan till exempel innebära förändrade arbetstider eller arbets-hjälpmiddel.
- 3. Samhälle** Beslutsfattare och regeringar måste aktivt arbeta för att förhindra åldersdiskriminering och minska demografiska utmaningar.



»Nära att jag inte fick pengarna«

I slutet av sin andra föräldraledighet fick Nina Lindgren reda på att hon kunde få extrapengar från försäkringen FPT, Föräldrapenningtillägg. Så lagom till jul fick hon ersättning retroaktivt – för båda sina barn.



Nina Lindgren kunde söka ersättning i efterhand för sönerna Jack och Charlie.



Nina Lindgren.

Nina Lindgren bor med sin sambo och deras två pojkar Jack och Charlie i det lilla samhället Järpen i närheten av Åre. Men snart går flyttlasset till sambon Emils födelseort Edsbyn, där de har köpt ett hus. Det ligger inte mitt i byn, men ändå centralt och nära både förskola och farföräldrarna. Nina och Emil gillar att vara ute i naturen, Nina helst på hästryggen och Emil gärna med ett fiskespö i handen.

– Det kommer inte att bli några problem att fortsätta med våra intressen – det finns mycket fin natur runt Edsbyn också, säger Nina.

Under en övergångsperiod behåller Nina sitt arbete som butikschef på ICA Supermarket i Järpen, men planen är att hitta ett nytt butiksjobb, gärna inom ICA, i Edsbyntrakten.

– Jag har jobbat inom ICA i princip sedan jag var 18 år och lärt mig alla olika avdelningar i en matbutik. Drömmen är att bli ICA-handlare så småningom.

Ett delmål på vägen var att bli butikschef. Nina sökte och fick jobbet när hon var föräldraledig med den äldre sonen Jack 2016. Den gången kände hon inte till att försäkringen FPT, Föräldrapenningtillägg, fanns för privat anställda arbetare, och sökte heller inte ersättning.

Vintern 2018 fick familjen sitt andra barn och Nina gick återigen på föräldraledighet – fortfarande ovetande om FPT.

Någon gång i september blev hon uppringd av en gammal kompis, Jimmy Malmsten, som övergått till facklig tjänst på heltid och som är försäkringsinformator. Han är egentligen inte knuten till ICA eller ▶



»Jag höll på att smälla av. När man är föräldraledig har man inte så mycket pengar kvar i slutet av månaden.«

Nina Lindgren

Handels, men eftersom han är från Järpen så skulle han hålla i en liten informationsträff för de anställda i butiken.

–Jag tänkte strunta i det, men eftersom vi känner varandra så åkte jag ner till jobbet ändå. Det var väl investerad tid får man säga.

För Nina fick lära sig om försäkringen och att den gick att söka retroaktivt även för tidigare föräldraledigheter. Med hjälp av Jimmy Malmsten kunde hon göra sin anmälan direkt på mobilen. Nina hade inte så höga förväntningar, men i början av november kom den första utbetalningen: cirka 9 000 kronor. Och bara några dagar senare 8 000 kronor till. Och dessutom fick hon två månadsutbetalningar till på cirka 1 300 kronor vardera. Totalt fick hon alltså nästan 20 000 kronor i ersättning.

–Jag höll på att smälla av. När man är föräldra-



19 600

Så mycket ersättning fick Nina Lindgren från AFA Försäkring.

ledig har man inte så mycket pengar kvar i slutet av månaden. Att få de här extrapengarna inför jul var helt otroligt. Det kunde bli några extra klappar under granen i julas.

Vad hade hänt om du inte hade gått till infomötet tror du?

–Ja, då hade jag nog aldrig fått veta att försäkringen fanns och aldrig fått pengarna. Jag är så glad att Jimmy pushade mig att komma. Eftersom han brinner för det fackliga blev han ju nästan lika glad som jag.

Var det komplicerat att göra din anmälan?

–Nej, jag fick hjälp med det och vi kunde göra det digitalt med telefonsupport från AFA Försäkring. Jag visste vilka perioder jag hade varit föräldraledig så det var inga problem att fylla i uppgifterna. Själva sökandet var inte det svåra, men jag visste ju inte att försäkringen gällde mig, trots att jag hade hört talas om den.

Nu när du har kunskapen, vad gör du med den?

–Nu kommer jag att tipsa alla kollegor och vänner



Nina ser till att föra vidare sin nyvunna kunskap om Föräldrapenningtillägget till kollegorna.

om försäkringen. En tjej i butiken är föräldraledig nu och kan troligtvis söka. Jag har blivit lite ambassadör för försäkringen nu, känner jag.

Ninas sambo Emil har såklart hört en hel del om Föräldrapenningtillägget genom Nina. Han jobbar som elevassistent på en skola i Järpen och är kommunalt anställd. Därmed faller han under ett annat avtalsområde än vad Nina gör.

För kommunanställda arbetare gäller andra försäkringsvillkor än för privatanställda arbetare och Föräldrapenningtillägget från AFA Försäkring omfattar just arbetare i den privata sektorn. Det innebär att han inte kan ansöka.

Har du något tips till andra när det gäller detta?

– Nu i efterhand har jag pratat med många vänner om detta och det har visat sig att vissa kände till försäkringen och andra inte. Mitt enda tips är att kolla upp vad som gäller och att tipsa varandra. Det går ju att söka retroaktivt också, så alla som har missat att söka kan göra det i efterhand. ■

FAKTA FPT

- Anmäla: Anmälan ska göras via afaforsakring.se.
- För vem: Privat och kooperativt anställda arbetare.
- Ersättning: 10 procent av SGI upp till 10 prisbasbelopp. 90 procent på lönedelar därutöver. Ersättning betalas ut för dagar som man tar ut föräldrapenning från Försäkringskassan.
- FPT gäller en sammanhängande period. Det går att ansöka i efterhand, upp till att barnet blir 5,5 år (preskriptionstid). Då gäller den också för en period under barnets första 18 månader.
- Adoption: Försäkringen gäller även vid adoption.

Föräldrapenningtillägget kan sökas i efterhand

Det är mycket att tänka på när man får barn. Glöm inte att påminna anställda om föräldrapenningtillägget, FPT, och att det går att söka i efterhand.

Många, men inte alla

känner till att det finns en kompletterande föräldraförsäkring för privat och kooperativt anställda arbetare. FPT heter den och det är AFA Försäkring som hanterar den. Försäkringen kan göra stor skillnad för privatekonomin, som för familjen Lindgren i artikeln intill.



Maria Palanius

Arbetsgivaren har en nyckelroll för att få de försäkrade att anmäla.

– Det är mycket att tänka på ändå när man får barn och ska vara föräldraledig. Jag tror att många behöver en påminnelse, säger Maria Palanius, skadespecialist på AFA Försäkring.

Vad ska arbetsgivaren informera om?

– Först och främst att det finns en försäkring som ger de anställda extra ersättning när de är föräldralediga. Men också att de ska tänka på att försäkringen endast gäller under en sammanhängande period. Det är alltså viktigt att söka för den period då man tar ut flest föräldrapenningdagar.

Vad är mer bra att tänka på?

– Att det går att söka i efterhand upp till att barnet har fyllt 5,5 år (preskriptionstid). Så även om man har missat försäkringen kan det finnas ersättning som man har rätt till. Ersättning betalas dock bara ut för föräldraledighet som tagits ut under barnets första 18 månader.

Vad får ni mest frågor om?

– Många frågar om det här med att man kan få ersättning för en period. Det är en begränsning i försäkringen som det är viktigt att informera om.

Hur mycket pengar får man?

– Det är individuellt och utgår från den sjukpenningsgrundande inkomsten, SGI. Det påverkas också av hur många föräldrapenningdagar man tar ut per månad.

Gör försäkringen stor nytta?

– Ja, det gör den och för många är det lite svårare att få ihop privatekonomin under föräldraledigheten. ■

Det här gör oss friska på jobbet

3

Det är för stort fokus på risker och problem inom arbetsvetenskapen, tycker professor Eva Vingård. Här är hennes sex viktigaste friskfaktorer.

TEXT PER CORNELL

1

NÄRVARANDE LEDARSKAP

»För att lyckas behöver chefen ha en tillräckligt liten arbetsgrupp. En chef som är en bra lagledare där många har möjlighet att komma till tals är en friskfaktor.«

2

POSITIV INSTÄLLNING TILL KOMPETENS-UTVECKLING

»Vi behöver lära oss nya saker under karriären. Ny kunskap skapar stolthet och en trygghet i yrkesrollen. Ett vanligt misstag är att enbart låta yngre medarbetare kompetensutvecklas.«

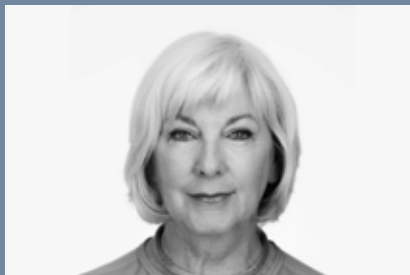
BRA KOMMUNIKATION TILL MEDARBETARNA

»Extra viktigt i tider av omställning. Kommunikation behövs för att förändringar ska bli hanterbara på golvet. Feedback ska ske i form av samtal, inte information. En tumregel är också att vara försiktig med negativ kritik, men ha stor publik när den är positiv.«

Den största delen av sin forskargärning har Eva Vingård ägnat åt vad hon kallar »risk-
eländesforskning«. När hon fick chansen att byta perspektiv för cirka tio år sedan föll bitarna på plats. Det var mer lustfyllt att få fokusera på det positiva i i arbetslivet och undersöka vad som ger friska arbetsplatser.

– Det började med att jag blev knuten till ett projekt som tittade på friskfaktorer på organisationsnivå i den privata sektorn. Efter det tittade vi på kommun- och landstingssektorn. Jag har också gjort en kunskapsöversikt och sammanställt internationell forskning i ämnet.

Det här var också kunskap som många törstade efter och ett mer pedagogiskt sätt att närma sig ämnet.



FORSKAREN. Eva Vingård kommer att tala på detta tema i Almedalen.

– Många vill sänka sjukfrånvaron. Jag brukar säga att det inte är riktigt så enkelt, men om man jobbar på ett bra sätt med fokus på en god arbetsmiljö så kan sänkt sjukfrånvaro komma som en bonus.

– Jag vänder mig lite emot att mäta allt i hur många procent sjukfrånvaro en organisation har. Det fångar ju inte alls upp hur de som jobbar där mår och hur de kan utföra sitt uppdrag. Jag tror inte heller att man fångar upp det riktigt i medarbetarundersökningar med massor av frågor. Det är väldigt svårt för cheferna att veta hur de ska tolka och använda resultaten från medarbetarundersökningar. Mitt förslag är i stället att jobba lite längre med några specifika frågor åt gången.

Så vad är det som gör arbetsplatser friska?

– Svaret är väl belagt av olika forskargrupper som använt olika metoder. Det ger kanske ingen aha-upplevelse direkt utan

4

MÖJLIGHET ATT BYTA ARBETSUPPGIFTER

»I takt med att vi ska jobba längre behöver vi kunna byta tjänster och arbetsuppgifter under karriären. Inte bara när någon har blivit utbränd. Då blir det en viktig friskfaktor.«

5

CHEFEN PRIORITERAR VID HÖG BELASTNING

»Chefen måste kunna vara problemlösare. Är det för mycket stress i organisationen behöver chefen hjälpa till med prioritering. Detta hänger tätt ihop med närvarande ledarskap och att ha en lagom stor arbetsgrupp.«

6

ETT BRA SYSTEMATISKT ARBETSMILJÖARBETE

»Det ska vara en naturlig del i arbetet. Arbetsmiljön är det vi kliver in i när vi kommer på morgonen, och det vi tänker på en sömlös natt. Om vi tillsammans skapar en så bra arbetsmiljö vi kan leder det till bra saker.«



ILLUSTRATION SHUTTERSTOCK

handlar mer om sunt förnuft. I centrum för friska arbetsplatser står det goda ledarskapet.

»Jag vänder mig lite emot att mäta allt i hur många procent sjukfrånvaro en organisation har.«

Eva Vingård

Och vad menas med det?

- Ett ledarskap som innehåller bra kommunikation, bra feedback, som kan få alla att se verksamhetens mål och som kan skapa tillit i organisationen. En av cheferna i studien säger det väldigt bra: "Jag är en jäkel på att dricka kaffe." Det är småpratet och närvaron som ger långsiktiga resultat.

Det ligger ganska mycket ansvar på cheferna, låter det som.

- Ja, det är de som kan göra skillnad. Men de behöver stöd från sin ledningsgrupp eller styrelse. En avdelningschef kan inte lösa allt själv.

Skiljer sig chefsuppgiften mycket mellan offentlig och privat sektor?

- Ofta är det större arbetsgrupper att

hantera för chefer inom kommuner och landsting. Det gör att alla de friskfaktorer vi pekar på blir svårare att leva upp till. Dessutom är det mer komplext att jobba med människor än med saker, anser jag. För privata företag kan en utmaning vara att ägaren finns i ett annat land där inställningen till ledarskap och medarbetarskap ser annorlunda ut.

Ser framtiden ljus ut för det goda ledarskapet som gör människor friska?

- Det har kommit ett par intressanta lönsamhetsstudier som visar att företag som satsar på förebyggande arbetsmiljöarbete har en bättre lönsamhet. Det känns spännande och är något som jag tror kan påverka synen på detta. ■

Tre tycker till

Hur får era sommarvikarier information om försäkringarna?

Kenny Norlander, försäkringsinformatör via Kommunal i Botkyrka kommun:

» Som försäkringsinformatör inom Kommunal går jag ut till alla arbetsplatsombud med information om vad som gäller för sommarvikarier för att påminna. Alla nyanställda ska också få ett informationskort om försäkringarna i det brev de får i samband med anställningen och det gäller även vikarier.



FOTO ANNA RUT FRIDHOLM



FOTO KRISTINA SAHLÉN

Harald Ljungquist, arbetsmiljöansvarig på Stockholms reparationsvarv:

» Alla som börjar jobba hos får gå igenom en checklista när de är nya. I det ingår bland annat en punkt om försäkringarna men också mycket annat. Just inför sommaren är det inte så många som börjar hos oss, vår högsäsong är snarare resten av året.



FOTO JOHAN KINDBOM

Sara Bourelius, HR-chef på Skansen:

» Skansen har uppstartsdagar på avdelningarna för alla värdefulla medarbetare som kommer in och arbetar på säsong. På uppstartsdagarna informeras det bland annat om lön, schemaläggning och försäkringar. Lönespecialisterna och HR finns också på plats under säsong och kan hjälpa alla medarbetare med den här typen av frågor när det behövs.