

# TRYGG PÅ JOBBET

Ett nyhetsbrev från AFA Försäkring. Nummer 3 2014

## FORSKNING >

**FÖRLOSSNINGSPERSONAL  
KAN TRAUMATISERAS**

## GILLA JOBBET >

**ALLT DU BEHÖVER  
VETA OM ARBETSMILJÖ**

## DIGITAL ANMÄLAN >

**"DET ÄR ENKLARE  
OCH GÅR SNABBARE"**



## *Pigg när andra är trötta*

Ny forskning visar att varannan bussförare kämpar mot att somna bakom ratten flera gånger per månad. *Jan-Olov Jansson* håller sig pigg genom att jobba tidiga pass och undvika nattskiftet.

**afa**  
FÖRSÄKRING

## Vi är inget vanligt försäkringsbolag

**AFA FÖRSÄKRING JOBBAR** på uppdrag av arbetsmarknadens parter och är en del av den svenska trygghetsmodellen. Vi vill att så många som möjligt ska få ut den ersättning de har rätt till, och det är inte bara något vi säger. Vi har en aktiv uppsökande verksamhet som skannar av bloggar, följer upp nyhetshändelser och kontaktar personer som kan ha rätt till ersättning.

Men vi jobbar också mer strategiskt för att nå ut. Som genom projektet Ingen ska missa ersättning där vi har tagit fram en metod och ett

” Vi vill att så många som möjligt ska få ut den ersättning de har rätt till.

arbetsmaterial för chefer inom kommuner och landsting. Materialet ska de kunna använda för att öka kunskapen om försäkrings-  
arna som medarbetarna har rätt till. Läs mer om hur vi kan stötta kommuner och landsting i det här numret av Trygg på Jobbet.

**ALLA KAN VI VÄL** under stressiga perioder känna oss lite sömniga i slutet av en lång arbetsdag. För min egen del leder det inte till någon katastrof om det inträffar. Värre är det för bussförare som har hundratals passagerare och arbetar oregelbundna tider. Vi har finansierat Sveriges största studie om bussförarens arbetsmiljö och det visar sig att det är många förare som kämpar mot sömnen när de sitter bakom ratten. Bussföraren Jan-Olov berättar hur han gör för att inte bli för trött på jobbet. Resultaten är spännande och forskningen i sig är ytterligare en sida av att vi inte är ett vanligt försäkringsbolag.



JOHAN LJUNGVIST  
KOMMUNIKATIONS DIREKTÖR  
AFA FÖRSÄKRING



<b>Fördelarna med att bli digital</b> .....	<b>3</b>
<b>Jämtland toppar hjärtsäker ranking</b> .....	<b>4</b>
<b>Äntligen dags för Gilla Jobbet</b> .....	<b>5</b>
<b>Bussförare ofta sömniga bakom ratten</b> .....	<b>6</b>
<b>Ingen ska missa ersättning!</b> .....	<b>11</b>
<b>Perstorp skrotade blanketterna</b> .....	<b>16</b>

**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](http://www.afaforsakring.se)

**TRYGG PÅ JOBBET** utkommer 4 gånger per år.

**KONTAKT:** [tryggpajobbet@afaforsakring.se](mailto:tryggpajobbet@afaforsakring.se)

**ANSVARIG UTGIVARE:** Johan Ljungqvist, kommunikationsdirektör

**REDAKTIONSRÅD:** Pelle Boman, Marie-Louise Forslund, Julia Fransson, Oskar Hansson, Mikael Jakobsson, Stefan Lampinen och Oskar Ahlund

**REDAKTÖRER:** Benny Nyberg, AFA Försäkring, Per Cornell, Redaktörerna, [www.redaktorema.se](http://www.redaktorema.se)

**UPPLAGA:** 13 000

**TRYCK:** TMG Sthlm



## Nu kan ni bli helt digitala

Sedan en tid tillbaka finns det ett smartare, enklare och effektivare sätt att hantera avtalsförsäkringarna. Skrota blanketterna, utnyttja de digitala tjänsterna på [afaforsakring.se](http://afaforsakring.se).

**DET FINNS FLERA** fördelar med att göra anmälningarna digitalt:

- ✓ Det sparar tid – alla anmälningar finns på en sida där den som är administratör kan bekräfta anställning.
- ✓ Det sparar resurser eftersom administrationen blir enklare.
- ✓ Det blir enklare – inga fel i anmälan, man slipper ändra eller göra om.
- ✓ Det blir tydligare – all information finns på ett ställe.
- ✓ Det blir säkrare – bara utsedda administratörer kan lämna anställningsuppgifter.
- ✓ Man får bättre överblick och kan se utvecklingen över tid.

**MEN DET GÄLLER** att nyckelpersonerna i organisationen får veta fördelarna och vad som förväntas av dem för att anmälningarna ska komma in digitalt. Vi har tagit fram ett antal tips för hur ni ska göra för att bli helt digitala och kunna skrota pappersblanketterna.

- 1. INGA MER BLANKETTER.** Berätta för alla i organisationen att från och med nu använder ni inte blanketter. De som behöver kan göra anmälan per telefon.
- 2. INFORMERA MERA.** Informera chefer, försäkringsinformatörer och fackliga representanter om att anmälan görs på [afaforsakring.se](http://afaforsakring.se).
- 3. SE ÖVER ERA INFORMATIONSKANALER.** Vad står i introduktionsmaterial och på

intranätet? Ta bort länkar och hänvisningar till blanketter, lägg till länk till [afaforsakring.se](http://afaforsakring.se).

**4. INFORMATION VID RÄTT TILFÄLLE.** Exempelvis på lönebesked eller via vykort efter 14 dagars sjukskrivning eller vid arbetsskada.

**5. VAR FÄR ANSTÄLLDA HJÄLP?** Berätta vart de ska vända sig om de behöver hjälp. Exempelvis till huvudskyddsombud, försäkringsinformatörer, lönekontor eller till AFA Försäkrings kundcenter.

**6. SLÄNG ALLA BLANKETTER.** Till exempel vid informationshyllor, i fikarum och hos informatörer. De som frågar efter blanketter hänvisar ni till [afaforsakring.se](http://afaforsakring.se).

### VANLIGA FRÅGOR

Här är några vanliga frågor vi ofta får. Har du fler, kontakta Kundcenter på **0771-88 00 99**.

**Hur gör våra anställda som inte har datorer eller tycker att det här är för svårt?**

– Ring upp den anställde så kan du hjälpa till genom att fylla i direkt på din dator. Det går snabbare än att posta en blankett.

**Nu fick jag en blankett som en anställd fyllt i, hur gör jag då?**

– Gå in på [afaforsakring.se](http://afaforsakring.se) och fyll i uppgifterna där så kan du därefter bekräfta anmälan på webben.

**Vi har alltid skickat med läkarintyg, hur gör jag det nu?**

– Alla handlingar kan bifogas digitalt. Den anställde kan också göra det vid anmälan.

**Vi har alltid kopierat anmälan och arkiverat den, kan jag skriva ut den nu?**

– Du kan göra det, men det behövs inte. Allt finns kvar och du kan lätt gå tillbaka på webben för att se när anmälan gjordes och när den bekräftades av er.



**18000**

Så många inloggningar har  
Mina sidor varje månad.

## Ny forskning om förlossningspersonal

Traumatiska händelser under en förlossning kan leda till stora problem för sjukvårdspersonal. Nu startar en studie om hur de kan få stöd.

**EFTER ALLVARLIGA HÄNDELSE** under en förlossning kan läkare och barnmorskor drabbas av psykiska stressreaktioner, ibland lika allvarliga som vid posttraumatisk stress. Det här leder till sjukskrivningar och till att anställda byter jobb och till och med yrke.

700 förlossningsläkare och mer än 1 500 barnmorskor som varit med om allvarliga traumatiska händelser i samband med förlossningar har svarat på en enkät. Den ligger till grund för en analys av problemen.

**I PROJEKTET KOMMER** man också att djupintervjua ett antal förlossningsläkare och barnmorskor som varit med om traumatiska händelser. De nya kunskaperna ska sedan ligga till grund för riktlinjer för stöd, och särskilt tidigt stöd, till anställda i sådana situationer. Man ska utveckla ett stödprogram för förlossningsvården som sedan ska testas vid förlossningsavdelningar i landet.

Det är Ulf Högberg vid Uppsala universitet som beviljas 2 miljoner kronor av AFA Försäkring för att ta fram riktlinjer för ett stödprogram för förlossningspersonal.

## Visste du att ...

... du som arbetsgivare själv kan gå in och anmäla när någon av dina medarbetare har rätt till Föräldrapenningtillägg? Du anmäler via afaforsakring.se.

# Jämtland toppar hjärtsäker ranking

Jämtland är bäst av Sveriges län i Hjärt-Lungfondens nya ranking av hjärtsäkerhet. Sämst är Stockholms och Uppsala län.

**FÖR DEN SOM** drabbas av plötsligt hjärtstopp kan närheten till en hjärtstartare vara livsavgörande. Hjärt-Lungfonden har rankat länen efter antalet hjärtstartare per 1 000 invånare. Jämtland har flest, tätt följt av Gotland. I riket som helhet finns 0,92 hjärtstartare per 1 000 invånare.

Stockholms och Uppsala län hamnar i botten av Hjärt-Lungfondens ranking. Generellt är det dock tätare mellan hjärtstartarna i storstäderna, samtidigt som det finns fler invånare där. Det innebär att många stockholmare och Uppsalabor kan ha minst lika nära, om inte närmare, till en hjärtstartare som jämtarna och gotlänningarna.

– Den som drabbas av plötsligt hjärtstopp och får en stöt av en hjärtstartare inom 180 sekunder har 75 procents chans att överleva. Ju fler hjärtstartare som finns i samhället, desto fler liv kan vi rädda, säger Staffan Josephson, generalsekreterare för Hjärt-Lungfonden.

**UNDER 2014** och 2015 pågår en landsomfattande turné för att öka kunskapen om hjärtstartare och hjärt-lungräddning i Hjärt-Lungfondens regi. Turnén är en del av kampanjen Hjärtsäkra Sverige.

– Vi vill uppmuntra fler företag och arbetsplatser att installera hjärtstartare och utbilda sin personal. Vårt mål är att betydligt fler än i dag ska överleva ett plötsligt hjärtstopp, säger Staffan Josephson.



Staffan Josephson

Plötsligt hjärtstopp innebär att hjärtat helt oväntat stannar. Man blir medvetslös och slutar andas. Varje år drabbas cirka 10 000 svenskar av plötsligt hjärtstopp, varav cirka 500 överlever. De senaste två åren har antalet överlevande ökat från 300 till 500. Hjärt-Lungfondens mål är att öka antalet överlevande till 1 200 inom en tioårsperiod.

## OM KAMPANJEN HJÄRTSÄKRA SVERIGE

Hjärt-Lungfonden driver kampanjen Hjärtsäkra Sverige tillsammans med AFA Försäkring och Bliwa Livförsäkring. Målen med kampanjen, som pågår till och med 2015, är bland annat att dubblera antalet hjärtstartare i samhället, att utbilda 100 000 personer i hjärt-lungräddning samt att genomföra landsomfattande aktiviteter för att informera om plötsligt hjärtstopp.



## FYRA STJÄRNOR DU INTE VILL MISSA:



**Hans Rosling,**  
professor global  
hälsa

Han har blivit utsedd till en av världens främsta globala tänkare. Under invigningsceremonin på Gilla Jobbet kommer Hans Rosling att prata om hållbarhet och arbetsmiljö utifrån sina intressanta perspektiv.



**Olof Röhlander,**  
inspiratör med  
slagkraftig humor

"Mental tränare, författare och handelsresande i drömmar" är några av titlarna som Olof Röhlander gett sig själv. Kom och upplev honom på Gilla Jobbet, då han berättar om att sätta upp mål och hur det blir som man tänkt sig.



**Carin Götblad,**  
fd polismästare i  
Stockholm

Hon var läns-polismästare i Stockholm. Carin Götblad har en förmåga att involvera sina medarbetare för att skapa engagemang underifrån och upp. På Gilla Jobbet berättar hon om sitt ledarskap och ger konkreta tips.



**Paul Svensson,**  
matkreatör med  
smak för miljö  
och hälsa

På Gilla Jobbet kommer kocken Paul Svensson att ta ansvar för att ingen av besökarna ska gå runt hungrig. Han kommer också att hålla två seminarier där du får lära dig hur bra kost kan hålla dig på topp på jobbet.

# DAGS FÖR ÅRETS ARBETSMILJÖEVENT

Nu drar det ihop sig till Sveriges största event kring arbetsmiljö – Gilla Jobbet. Programmet är späckat – anmäl dig och kollegorna redan i dag!

**70 SEMINARIER** och över 100 programpunkter. Allt med fokus på arbetsmiljö ur olika perspektiv. Gilla Jobbet blir årets stora händelse för alla som intresserar sig för arbetsmiljöfrågor.

– Fokus ligger på att ge besökarna verktyg och råd som de kan omsätta i sin arbetsvardag. Efter två dagar på Gilla Jobbet kommer man att vara fullmatad med ny inspiration och nya kunskaper, säger Sanna Aspberg, projektledare.



*Sanna Aspberg*

Gilla Jobbet vänder sig i första hand till HR-personer, personalavdelningar, skyddsombud och chefer. Men även till andra som har intresse av arbetsmiljöfrågor. Gilla Jobbet arrangeras av AFA Försäkring, Prevent och Suntarbetsliv tillsammans med fackförbund och arbetsgivarorganisationer inom den privata sektorn och kommun- och landstingssektorn.

**GILLA**   
ARBETSLIVETS MÖTESPLATS  
**JOBDET**

**NÄR:** 22–23 oktober.

**VAR:** Stockholmsmässan, Älvsjö.

**HUR:** Anmäl dig på [gillajobbet.se](http://gillajobbet.se)

**PRIS:** 1350,- 2 dagar, 975,- 1 dag.

## 2 miljoner till post doc-stöd

**AFA FÖRSÄKRING** utlyser ett tvåårigt post doc-stöd inom arbetsmiljöområdet på 2 miljoner kronor. Syftet med AFA Försäkrings post doc-stöd är att stimulera yngre forskares möjligheter till studier och forskning. Stödet kan utnyttjas under en tvåårsperiod med början den 1 januari 2015. En eller flera vistelser

vid något utländskt lärosäte ska genomföras under denna period.

– Sverige har sedan lång tid tillbaka ett stark internationell ställning framför allt när det gäller forskning och utveckling inom arbetsmiljöområdet. Men för att bibehålla denna ställning är det viktigt att attrahera yngre forskare till



*Anders Moberg*

området, säger Anders Moberg, vd för AFA Försäkring.

Det är tredje året i rad som AFA Försäkring utlyser post doc-stöd. Tidigare mottagare av detta stöd är Frida Dangardt, Anne Richter, Sigrid Carlsson och Danilo Garcia. Mottagaren av stödet kommer att presenteras under hösten.





*Ny forskning kring bussförarens arbetsmiljö visar att många upplever problem med trötthet bakom ratten. För Jan-Olov Jansson funkar det bäst att köra tidiga morgnar.*

# Jan-Olov är pigg på morgonpassen

Varannan bussförare har svårt att hålla sig vaken bakom ratten oftare än två gånger i månaden. AFA Försäkring har finansierat Sveriges största studie över bussförarens arbetsvillkor.

TEXT: PER CORNELL FOTO: NIKLAS BJÖRLING

**KLOCKAN ÄR** 07.03 och bussföraren Jan-Olov Jansson tar ut sin matlåda innehållande biff med mangosallad ur mikron. Han sätter sig vid ett bord och småpratar med städerskan Anita Andersson. Det blir en tidig lunch i dag.

– Det beror ju på när man börjar. I dag började jag 04.30.

Jan-Olov är morgonmänniska och söker sig helst till de tidiga morgonpassen. Vanligtvis börjar han mellan 04 och 06 och slutar runt 13-tiden. Däremot är han inte förtjust i nattskiften.

– När jag körde natt tidigare var jag tvungen att dricka energidrycker för att inte bli för trött, det kändes inte bra. När jag kör tidiga pass blir jag inte alls lika trött, säger



Anna Anund,  
forskare vid VTI.

han och gör sig redo för att avlösa en kollega på en busshållplats intill Keolis busssgarage i Handen i södra Stockholm.

Vi kliver på 837:an och rullar ner mot det stora köpcentrumet Port 73.

**TROTS ATT BUSSFÖRARE** dagligen transporterar väldigt många människor i landet har det inte funnits någon svensk studie som fördjupar sig i förarnas körprestationer i förhållande till stress, sömn och arbetstider, berättar Anna Anund vid Statens väg- och transportforskningsinstitut, VTI. Ända sedan den allvarliga bussolyckan utanför Uppsala 2007, där två bus-sar kolliderade en tidig morgon och sex personer omkom, har hon känt

att mer forskning behövs. Haverikommissionen som utredde olyckan pekade också på att det saknas forskning om förarnas arbetstider och kopplingen till trötthet.

– Vi kände att frågan måste belysas och att vi skulle kunna använda vår kompetens för att få bättre kunskap om bussförarnas situation. Därför vände vi oss till AFA Försäkring, som ju finansierar mycket arbetsmiljöforskning. Jag är väldigt glad över att de valde att finansiera studien och att det inte är branschen själv som gjorde det eftersom trovärdigheten nu inte kan ifrågasättas, säger Anna Anund.

I samma veva hörde bussbolaget Keolis av sig till VTI, de var intresserade av ett samarbete och gick med på att låta sina förare ingå i studien tillsammans med ytterligare ett bussbolag. När den presenterades i somras, över två år senare, var resultaten delvis alarmerande.

– De flesta är nog överens om att förare inte ska behöva kämpa för >>>



# ”Många har berättat hur de får kämpa för att hålla sig vakna.

>>> att hålla sig vakna när de kör buss. Att nästan hälften av förarna gör det två till fyra gånger i månaden, det känns inte bra, det är alarmrande, säger Anna Anund.

**EN AV FORSKARNAS** hypoteser var att de delade arbetspassen som många förare har är en av de bidragande orsakerna till trötthet. Forskningen visar dock att de delade passen i sig inte är problemet. Det finns många förare som utnyttjar pausen till återhämtning och alltså blir piggarare. Vad forskarna däremot kan visa tydligt är att tidiga morgonstarter i kombination med delade pass, och därmed långa arbetsdagar, leder



till klart sämre körprestationer. Genom ett avancerat experiment med bussförare utrustade med mätverktyg på kroppen har man jämfört körprestationen på eftermiddagen en dag då de varit lediga på förmiddagen med en dag de kört ett tidigt pass samma dag. Bland annat mättes blinkduration och hjärnaktivitet.

– 7 av 18 förare var så trötta att det började bli riskfyllt och en av dem somnade till och med till. Dessa förare visar samma trötthetsnivåer som nattskiftsarbetare, men alltså på dagen, säger Anna Anund.

Under forskningsarbetet har hon kommit i kontakt med väldigt många bussförare och lyssnat på många historier.

– Många har berättat hur de får kämpa för att hålla sig vakna. De tar till olika knep som att äta, prata i telefon eller öppna fönstret. Extra tufft har de det förstås när det är varmt, som i somras.

**JAN-OLOV KAN** relatera till den varma sommaren. Han kände själv av en ökad trötthet då det var svårt att sova vissa nätter på grund av värmen.

– Men det händer mig inte ofta.



## ”Vi ska sätta säkerheten främst”

Keolis i södra Stockholm tog chansen att lära sig mer om sina förares villkor.

**FÖR BUSSBOLAGET KEOLIS** var det självklart att låta sina förare frivilligt delta i studien. Stefan Gustavsson är affärsutvecklingschef och en av dem som tog initiativ till att Keolis skulle delta.

– Vår viktigaste värdering är att vi ska sätta säkerheten främst. Vi



Stefan Gustavsson

ville lära oss mer om säkerheten och få mer fakta kring trötthet bakom ratten.

**Hur ser du på resultaten?**

– De är mycket intressanta och stämmer ganska väl överens med de lekmanamässiga idéer vi har haft. Bra att få vissa saker bekräftade. Exempelvis kan ju delade pass, som det har varit mycket diskussioner om, vara en fördel då man kan återhämta sig mellan passen.

**Är det något speciellt ni tar med er från studien?**

– Att medarbetarna behöver lära sig mer om hur viktig sömnen är. Rapporten blir ett bra stöd i informationen till förarna.

**Är det något konkret ni kommer att göra?**

– Vi ska ta hjälp av VTI för att modellera våra scheman på bästa sätt för att minska riskerna för trötthet. Kanske ska förarna inte själva få välja pass helt fritt. Det





*Säkerheten går först för Keolis förare. Innan förarna kan starta bussen måste de blåsa i alkomätaren.*



kan finnas säkrare metoder.

– Samtidigt är det behovet av kollektivtrafik som styr vår verklighet. Det är ju inte så att vi kan ta bort tidiga arbetspass för att de kan innebära en ökad risk för trötthet. Folk behöver kollektivtrafik till och från jobbet, därför har vi en arbetstopp på morgonen och en på eftermiddagen. **Är det något som överraskar dig med resultaten?**

– Ja, att det är så många förare som uppger att de får kämpa för att hålla sig vakna. Det måste vi ta på allvar. Alla bussar är utrustade

med radio och känner man sig så trött måste man våga höra av sig till trafikledningen för att bli avlöst. Det finns rutiner för detta, men

kulturen måste också vara tillåtande. Det får inte finnas något i vår kultur som kan öka riskerna för att det värsta skulle kunna hända. ●

#### FORSKNINGEN I KORTHET

- En majoritet av förarna, 68 procent, anser att arbetspass längre än 10 timmar är ett stort problem.
- En majoritet, 62 procent, anser att varierande starttid för arbetspassen är ett stort problem.
- En majoritet, 56 procent,

- anser att kortare vilotid än 11 timmar är ett stort problem.
- 36 procent av förarna anser att delade arbetspass är ett stort problem.
- 19 procent av förarna anser att tidiga morgonpass är ett stort problem.

- 45 procent av förarna har svårt att hålla sig vakna under körning minst två gånger per månad.
- 19 procent har under den senaste tioårsperioden varit med om en incident på grund av trötthet.
- 17 procent har någon

- gång under det senaste halvåret velat avbryta körningen pga trötthet men inte känt att de kunnat. 4 procent har avbrutit.
- 7 procent har varit med om olycka orsakad av egen trötthet.

KÄLLA: BUSSFÖRARES ARBETSTIDER KOPPLAT TILL TRÖTTHET

*Jan-Olov söker igenom bussen mellan turerna för att det inte ska se skräpigt ut.*

»» Om jag känner av tröttheten försöker jag röra på mig så mycket som möjligt och äta frukt.

– Och om jag kände mig så trött att det var en fara för trafiksäkerheten skulle jag kontakta trafikledningen. Man har ju ett väldigt stort ansvar som bussförare.

Med van hand styr han bussen genom Handens centrum. Han morsar glatt på passagerarna, vissa är han bekant med efter de här fyra åren som förare. Jan-Olov sadlade nämligen om till bussförare efter att ha drivit en mekanisk verkstad i många år – ett beslut han är mer än nöjd med.

– Jag stressar inte upp mig även om det kan uppstå situationer där passagerarna är stressade. Det viktigaste är att vara lugn och köra i rätt tempo, säger han.

**ANNA ANUND** kan med gott samvete säga att studien håller en hög nivå rent vetenskapligt. Dessutom är den etiskt genomförd med full sekretess för de förare som ingått i de olika delstudierna. Arbetet omfattar fyra olika studier och har utförts av VTI och Stressforskningsinstitutet. Den första delstudien bygger på en omfattande enkät med syfte att beskriva bussförarens arbetssituation. Den andra delstudien bygger på en analys av ett stort antal förarens körscheman utifrån en trötthetsmodell där syftet var att mäta om arbetstiderna kan ge upphov till sömnproblem och allvarlig trötthet. Den tredje studien har



mätt hur aktiva förare är när de sover för att undersöka förekomsten av sömnbesvär, trötthet och stress vid olika skift. Och den fjärde studien har genom ett experiment undersökt om förare är tröttare under eftermiddagskörning de dagar de har börjat sitt pass tidigt.

**KLOCKAN NÄRMAR SIG 9.30.** Vi kliver av bussen som nu har blivit en 829:a. Jan-Olov fortsätter sin tur till ändhållplatsen där han har en halvtimmars rast. Då hinner han precis med en ”eftermiddagsfika” innan hans pass fortsätter. ●

#### FÖRSLAG PÅ ÅTGÄRDER

- Kartlägg och övervaka förekomsten av trötthet och sömnbesvär hos förarna, exempelvis genom en återkommande hälso- och säkerhetsenkät.

- Utforma säkra scheman. Exempel är att 11 timmars dygnsvila alltid måste finnas mellan passen, undvik fler än tre tidiga pass i rad, undvik för långa pass (mer än 10 timmar), rotera passen medsols, det vill

säga morgonpass–dagpass–kvällspass och låt förarna få anpassa sina arbetstider efter sina egna förutsättningar. Sätt dock upp gränser för hur mycket förarna får komprimera sina arbetstider.

- Undersök förarnas ev. sömnproblem och risken för sömnapné.

- Höj förarnas kunskapsnivå. Förarna har ett eget ansvar att planera och

prioritera sin sömn och återhämtning. Men arbetsgivaren kan bidra med information och kunskap.

- Fysisk arbetsmiljö. Avgaser, buller, vibrationer och värme kan också bidra till trötthet. Bussarnas standard bidrar till ökad säkerhet.

- Utrusta förarnas rastrum så att möjlighet till tupplur finns.

KÄLLA: BUSSFÖRARENS ARBETSTIDER  
KOPPLAT TILL TRÖTTHET

”*Det viktigaste är att vara lugn och köra i rätt tempo.*”



# *Hur mycket går ni miste om?*

En missad anmälan till AFA Försäkring kan innebära att medarbetaren går miste om stora summor pengar. – Vårt mål är att ingen ska missa ersättning. Därför gör vi allt vi kan för att sprida kunskap till kommuner och landsting, säger Per Nyström.

TEXTER: PER CORNELL ILLUSTRATION: LENA FORSMAN



# ” Vi vet att en avgörande faktor för om den anställda söker ersättning är i vilken mån man får hjälp av sin närmaste chef.

>>> **FAKTUM ÄR** att alla anställda inom kommuner och landsting har en anställningsförmån som kan innebära en stor skillnad ekonomiskt vid bland annat arbetsskada eller långvarig sjukdom.

Risken finns att en del av de anställda missar sin anställningsförmån om varken de själva eller deras arbetsgivare vet hur de ska utnyttja den.

Förmånen vi talar om är de försäkringar vid sjukdom, arbetsskada, dödsfall och pension som de anställda har genom kollektivavtalet.

– Vi vet inte exakt hur många medarbetare det handlar om som inte utnyttjar sin anställningsförmån, men en person som missar ersättning är en för mycket, säger Per Nyström, kommunikationsstrateg på AFA Försäkring.



Per Nyström, kommunikationsstrateg på AFA Försäkring.

**DET ÄR OCKSÅ** bakgrunden till det projekt han driver på uppdrag av Sveriges Kommuner och Landsting och de fackliga organisationerna – Ingen ska missa ersättning. Som namnet antyder går det ut på att alla som kan ska utnyttja sin försäkring. För att lyckas gäller det att nå ut med information.

– Vi har tagit fram ett informationsmaterial som på ett enkelt sätt väcker intresse och skapar känedom om försäkringarna, säger Per Nyström.

Det materialet innehåller bland annat en rad konkreta exempel på olika personer som skadat sig och sjukskrivits en viss tid och hur mycket ersättning de skulle ha rätt till (se fakta nästa uppslag).

AFA Försäkring har också tagit fram ett underlag för strategiska workshops ute i organisationerna.

– Vi vet att den närmaste chefen har en viktig roll när den anställda

Välkomna till nya arbetsplatsen!  
Här är lite smått och gott att läsa vid tillfälle...



AFA Försäkrings nya informationsmaterial ska göra det lättare för arbetsgivaren att informera om försäkringar.





söker ersättning. Därför vore det önskvärt att organisationerna granskar sina rutiner och hittar förbättringsåtgärder som hjälper cheferna i sin tur att nå ut med information och stöd. Det kan man bland annat göra med hjälp av workshopmaterialet, säger Per Nyström.

Allt material finns tillgängligt kostnadsfritt via sajten [forsakradviajobbet.se](http://forsakradviajobbet.se). Där finns också ett snabbtest man kan göra för att testa hur väl den egna organisationen står rustad för att stödja sina anställda att utnyttja försäkringarna.

**FÖR OSSIAN WENNSTRÖM**, ombudsman på Saco, handlar projektet i första hand om att ta tillvara de kollektivavtal som finns.

– Trots att våra medlemmar har ett bra skydd kan de missa sin ersättning. Jag ser det här som ren vård av våra avtal, säger han.

Just samarbetet mellan fackförbund och arbetsgivarorganisation tror han är en bra metod att komma åt problemet.

Ur Sveriges Kommuner och Landstings perspektiv är det viktigt att de pengar man avsätter till försäkringarna också utnyttjas.

– Utmaningen är att processen >>>

#### MATERIAL FÖR KOMMUNERNA

- Färdigt informationsmaterial för intranät, PowerPoint-presentationer och på papper för spridning på arbetsplatser.
- Material för workshops.
- Sajten [forsakradviajobbet/IME](http://forsakradviajobbet/IME).

## ”Vi vet att flera missar ersättning”

I Hässleholm vill man bli bättre på att utnyttja försäkringarna.

**CARINA BERG**, personalspecialist på Hässleholms kommun, arbetar mycket med rehabilitering. Det innebär att hon träffar många av dem som är långtids-sjukskrivna. När hon tar upp frågan om försäkringar är det många som inte har ansökt till AFA Försäkring trots att de skulle ha rätt till ersättning.



Carina Berg, personalspecialist i Hässleholm.

– Jag vet att många missar ersättning. Jag har verkligen fått upp ögonen för hur svårt det är att nå ut med bra information om det här, säger hon.

Därför har Hässleholm också ingått som pilotkommun i projektet Ingen ska missa ersättning. I ett första steg låter man Omsorgsförvaltningen delta.

#### Varför tycker ni att detta är viktigt?

– Detta är försäkringar för våra anställda som vi sätter av pengar för, det är klart att de ska utnyttjas. Vi har inte jättemånga förmåner för våra anställda, men det här är en som finns.

#### Hur ska ni göra för att färre ska missa ersättning?

– Vi kommer att informera på introdu dagar, vid alla tillfällen där arbetsgivarens ansvar diskuteras, på chefsutbildningar, på lönebesked och på vårt intranät.

#### Vilket arbetsmaterial kommer ni att använda mest?

– Jag tror det blir workshopmaterialet som riktar sig till chefer. Det är hos cheferna som informationen måste finnas. De kan ge den anställda den lilla knuffen som behövs för att ansöka om pengar. De kan också hjälpa till rent praktiskt och faktiskt göra anmälan tillsammans med medarbetaren.

#### Hur går ni vidare sedan?

– Troligen blir det ringar på vattnet efter att en förvaltning har börjat. De kan bli goda ambassadörer för detta.

#### Skulle du råda fler kommuner eller landsting att gå in i projektet?

– Ja, absolut! Vad har man att förlora på det? Gör man det inte kan flera missa sin ersättning. ●



>>> måste fungera när någon inte kommer till jobbet. Att rabbla försäkringsvillkor på introduktionsdagar hjälper inte – efter några år har man glömt det. Det är när något händer som allt måste fungera, säger Jesper Neuhaus, förhandlare på SKL.

– Det finns en grundläggande sanning – den som betalar ut lön känner till när någon är sjuk. Därför är personalavdelningar våra

nyckelpersoner. I nästa led finns övriga chefer och arbetsmiljöansvariga, fortsätter han.

**Tror du att projektet kan göra skillnad?**

– Jag är säker på att materialet vi har tagit fram fungerar. Det är konkret och har rätt mått av humor. Ingen behöver uppfinna hjulet, det här är bara att använda. Det gäller bara att få det spritt.

Planen för att sprida projektet

Ingen ska missa ersättning är att låta kommuner och landsting vara piloter. Med det menas att de får prioriterad hjälp att använda informationsmaterialet samt att resultatet av de insatser man kommer fram till utvärderas.

– Skellefteå och Hässleholm är de första piloterna. Men vi har möjlighet att ta emot några landsting eller kommuner till. Först till kvarn gäller, säger Per Nyström. ●



Ossian Wennström, ombudsman på Saco.



Jesper Neuhaus, förhandlare på SKL.

TRE EXEMPEL PÅ ERSÄTTNING

Fysioterapeuten Agneta halkade på en våt fläck i behandlingsrummet och fick en allvarlig ryggskada.

**Yrke:** Fysioterapeut  
**Ålder:** 42 år  
**Månadslön:** 30 000 kr  
**Sjukskrivning:** 360 dagar  
**Kostnader:** Läkarvård och mediciner

per på 1 800 kr  
**Ersättning från AFA Försäkring:** Cirka 250 000 kr



Bertil som arbetar på personalavdelningen i en mindre kommun kunde inte fortsätta arbeta på grund av en hjärtinfarkt med komplikationer.

**Yrke:** Arbetar på personalavdelning  
**Ålder:** 56 år  
**Månadslön:** 25 000 kr  
**Sjukskrivning:** 360 dagar

**Efter sjukskrivning:** Efter cirka 1 års sjukskrivning fick Bertil sjukersättning från Försäkringskassan  
**Ersättning från AFA Försäkring:** Cirka 400 000 kr

Mellanstadieläraren Daniel "gick in i väggen", det vill säga att han drabbades av utmattningsdepression.

**Yrke:** Lärare  
**Ålder:** 38 år  
**Månadslön:** 30 000 kr  
**Sjukskrivning:** 11 månader  
**Kostnader:** Läkarvård och mediciner på 1 200 kr

**Efter sjukskrivning:** Efter sjukskrivningen återgick han i arbete  
**Ersättning från AFA Försäkring:** Cirka 22 500 kr



”Jag är säker på att materialet vi har tagit fram fungerar. Det är konkret och har rätt mått av humor.



## ”Det finns inga nackdelar”

Skellefteå är pilotkommun i projektet Ingen ska missa ersättning.

**KRISTINA KRANE**, personalchef i Skellefteå, har övertygat sin organisation om att kommunen har en hel del att jobba med för att man ska kunna vara helt nöjda med sitt sätt att hjälpa de anställda att få ersättning.



*Kristina Krane, personalchef i Skellefteå.*

– Vi insåg hur dåliga vi är på att säkerställa det här. Vi har aldrig tagit något stort grepp över försäkringarna. Det är ju förfärligt om det finns medarbetare i kommunen som har rätt till ersättning men som inte vet hur de ska göra för att få den, säger hon.

Hon mötte inget som helst motstånd kring att Skellefteå skulle gå in som pilotkommun i projektet Ingen ska missa ersättning.

– Det finns ju inga nackdelar med ett projekt som ska få våra anställda att utnyttja en förmån de har. Genom det här stärker vi vårt anställningserbjudande. Jag ser också projektet som en spark i baken på oss själva.

### Hur ska ni gå vidare nu?

– Vår plan är att starta med en workshop med personalchefsgruppen för våra tio förvaltningar. Där ska vi sätta upp en strategi för hur vi ska använda det material som AFA Försäkring har tagit fram. Men vi har redan nu planerat in att vi ska fokusera på försäkringar på nästa frukostmöte för kommunens 391 chefer i november.

### Är det viktigt att nå ut till cheferna?

– Det är en förutsättning, tror jag. Man frågar sin närmsta chef om sånt här. Och gör man inte det kan chefen vara den som gör en uppmärksam på försäkringen.

### Skulle du råda andra kommuner att ta tag i de här frågorna?

– Absolut. Det är ju självklart att man ska ta tillvara alla möjligheter att skapa nytta för medarbetarna. Det svåra är att arbetet i en kommun är så komplext och att det finns så många saker man bör prioritera. Det är nog anledningen till att det här ibland faller mellan stolarna. ●

# Perstorp skrotade blanketterna

När Perstorps kommun fick en ny lönekonsult genomfördes en digital satsning. Nu utnyttjar kommunen AFA Försäkrings smidiga digitala tjänster.

TEXT: PER CORNELL

**PERSTORP HÖRDE TILL** de kommuner som inte hade kommit sig för att utnyttja de digitala möjligheter som finns för anmälan till AFA Försäkring. Kommunen gjorde som de alltid gjort och skickade in anmälningarna på pappersblanketter. Men i september började Carina Nilsson som lönekonsult. Då blev det ändring på den saken.

– Jag kommer från en liknande tjänst på Örkellunga kommun, en av de kommuner som är bäst på att utnyttja de digitala tjänsterna som AFA Försäkring erbjuder. För mig kändes det som ett steg tillbaka att börja om med att skicka pappersblanketter hit och dit, säger hon.

Carina Nilsson gick till sin chef och frågade om de kunde byta strategi och fick fria tyglar.

– Det svåra var ju att förankra detta ute i verksamheten. Där har jag samarbetat tätt med skyddsombud och fackliga företrädare, som har gjort ett fantastiskt arbete med de medarbetare som behöver hjälp med att fylla i blanketterna digitalt.

**EWALD** är klubbordförande för Kommunal i Perstorp, huvudskyddsombud och dessutom försäkringsinformatör. Eftersom hon ändå träffar de flesta medarbetare



I Perstorps kommun gick man över till att utnyttja AFA Försäkrings digitala tjänster.

## ” Finns det verkligen kommuner som fortfarande håller på med pappersblanketter?

som skadar sig på jobbet eller blir sjukskrivna en längre tid var det naturligt att hon också skulle hjälpa dem som känner att de har behov av det.

– Många tror att det är svårt, men när de väl provat ändrar de sig. Tjänsten är jättebra, mycket bättre än att fylla i blanketter på papper.

**CARINA NILSSON** på lönekontoret håller med. Det är en enklare hantering, vilket leder till att medarbetaren får sin ersättning snabbare.

### PERSTORP

- Perstorps kommun ligger i norra Skåne.
- Kommunen är Skånes minsta sett till befolkning.
- Befolkningen uppgår till ca 7 100 personer.
- Cirka 5 000 av dessa bor i tätorten Perstorp.

– Jag är förvånad över att Perstorp inte har gjort detta tidigare. Förklaringen kan vara att kommunen har haft lönekontoret utlokaliserat hos grannkommunen Åstorp. **Vad säger du till kommuner som ännu inte använder de digitala tjänsterna?**

– Finns det verkligen kommuner som fortfarande håller på med pappersblanketter? I så fall tycker jag verkligen att de ska prova de digitala tjänsterna, de underlättar väldigt mycket. ●

Prenumerera på nyhetsbrevet Trygg på Jobbet  
afaforsakring.se  
tryggpajobbet

Nästa nummer kommer i december. Tipsa gärna redaktionen på mejladressen tryggpajobbet@afaforsakring.se AFA Försäkring, Klara Södra Kyrkogata 18, 106 27 Stockholm