

TRYGG PÅ JOBBET

Ett nyhetsbrev från AFA Försäkring. Nummer 1 2014

NY FÖRSÄKRING >

**HÅRT TRYCK PÅ TILLÄGG
TILL FÖRÄLDRAPENNINGEN**

DIGITALAST I SVERIGE >

**SURAHAMMAR BÄST
PÅ KUNDWEBBEN**

KUNDWEBBEN >

**IKEA PÅMINNER OM
FÖRSÄKRINGEN**

Ny syn på arbetsmiljö

AFA Försäkring har utsett två postdoc-stipendiater. Danilo Garcias forskning syftar till att vi ska må bättre på jobbet.

Begreppet arbetsmiljö innefattar så mycket

VÄLKOMMEN TILL ETT nytt nummer av "Trygg på jobbet". Arbetsmiljö associeras ofta med buller, trånga utrymmen, tunga lyft eller höj- och sänkbara skrivbord. Visst är dessa saker en viktig del av en persons arbetsmiljö. Men begreppet arbetsmiljö är så mycket större. När man adderar frågor som handlar om stress, mobbning, schemaläggning, kontorslandskap, tillgänglighet 24/7 med mera, inser man att mer eller mindre allting i vardagen på arbetsplatsen är arbetsmiljö.

Det här är en av utgångspunkterna för hur vi

” Vi satsar 150 miljoner kronor årligen på forskning inom arbetsmiljöområdet.”

resonerar på AFA Försäkring och det är därför vi satsar 150 miljoner kronor årligen på forskning inom

det området. För vi vet att arbetet för en bättre arbetsmiljö på svenska arbetsplatser måste botten i både en praktisk verklighet och i ett vetenskapligt förhållningssätt.

I DET HÄR NUMRET av nyhetsbrevet du läser har vi därför satt lite extra fokus just på den viktiga forskningen. Bland annat berättar vi mer om våra två postdoc-stipendiater. Danilo Garcia, som har fått en miljon kronor till sin forskning, går så långt som att koncentrera sig på allt det goda som finns på arbetsplatsen. Genom att förstärka det positiva vill han undersöka om det kan innebära att problem aldrig uppstår, eller i alla fall uppstår i mindre utsträckning.

Vi tittar också närmare på hur kommunen Surahammar utanför Västerås har gjort för att få sina anställda att börja utnyttja våra digitala tjänster för att hantera sina försäkringsärenden. Surahammar är nämligen landets bästa kommun när det gäller att utnyttja Kundwebben – och kammade hem utmärkelsen Digitalast i Sverige. Vem petar ner dem från tronen nästa år?

JOHAN LJUNGVIST
KOMMUNIKATIONSREDAKTÖR
AFA FÖRSÄKRING



Stress i vården redan på högskolan	4
Gilla Jobbet är tillbaka i höst	4
Ersättningskollen är nu lanserad	4
Surahammar – mest digitala kommunen	6
Miljonstipendium till två unga forskare	11
Ikea lyckas bra med Kundwebben	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

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

REDAKTÖRER: Benny Nyberg, AFA Försäkring, Per Cornell, Redaktörerna, www.redaktorererna.se **UPPLAGA:** 13 000

TRYCK: TMG Sthlm

Kampanj uppmärksammar nya föräldrapenningtillägget

Vid årsskiftet infördes den kompletterande föräldraför-säkringen som ger föräldra-lediga privat och kollektivt anställda arbetare ett tillägg på 10 procent av lönen utöver Försäkringskassans ersättning.

Oskar Åhlund, verksamhetschef på Sjuk Liv, räknar med att upp till 35 000 ärenden per år ska komma in till AFA Försäkring.

TEXT: MIKAEL GIANUZZI

FÖRÄLDRAPENNINGTILLÄGGET,

FPT, har fått en bra start och redan under årets första veckor kom cirka 1 000 anmälningar om FPT in till AFA Försäkring. En siffra som väntas öka rejält under våren.



Oskar Åhlund, verksamhetschef på Sjuk Liv.

– Det är många som tidigare haft tillägget direkt från arbetsgivaren. När nu AFA Försäkring tar över syns inte längre uppgiften på lönebeskedet och då kommer

Det är hårt tryck på den nya försäkringen.

man nog att fråga sig varför, säger Oskar Åhlund.

För att göra föräldrapenningtillägget mer välkänt har både arbetsgivare och fackförbund dragit i gång informationsaktiviteter. Bland annat har Svenskt näringsliv gått ut med information, Fora har skickat ett brev om FPT till alla arbetsgivare medan LO har en kampanj som rullar i press, på tv och på webben.

AFA FÖRSÄKRING kommer också att dra i gång en kampanj under våren.

– Sedan handlar det om att få småbarnsföräldrarna att anmäla sig till oss. Det enklaste är att göra anmälan på AFA Försäkrings hemsida men det går också bra att ringa så löser vi det, säger Oskar Åhlund. ●

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.**
- **Arbetsskadeförsäkring för medarbetare som skadar sig på eller på väg till eller från jobbet.**
- **Försäkring för föräldraledighet för medarbetare med föräldra- eller graviditetspenning.**
- **Försäkring vid dödsfall om medarbetaren avlider.**
- **Försäkring vid arbetsbrist om medarbetaren blir uppsagd.**

SÅ FUNGERAR NYA FÖRSÄKRINGEN

- **Privat- och kollektivt anställda arbetare som är föräldralediga med ersättning från Försäkringskassan får en kompletterande ersättning på motsvarande 10 procent av inkomsten upp till tio prisbasbelopp.**
- **Ersättning betalas ut som längst tills barnet är 18 månader eller 18 månader efter adoption.**
- **Ersättning betalas ut under som mest 60 dagar för den som varit anställd i 12 månader och i 180 dagar till den som varit anställd i 24 månader.**
- **Glöm inte att anmäla till AFA Försäkring.**

FOTO: ELISABETH FRANG

Ersättningskollen ger översikt

Nu har den digitala försäkringsportalen Ersättningskollen.se öppnat. Här kan man få en samlad bild av den ersättningsnivå som kan vara aktuell om du inte kan gå till jobbet på grund av till exempel sjukdom eller arbetskada.



Carl-Magnus Löfström, chef för Kommunikationsutveckling.

ERSÄTTNINGSKOLLEN.SE är ett samarbete mellan AFA Försäkring, Försäkringskassan och försäkringsbolagens branschorganisation Svensk Försäkring. Syftet är att pedagogiskt och enkelt visa vilken ersättningsnivå du kan vänta dig men också hur systemen hänger ihop och vilka aktörer som står bakom utbetalningen.

Besökaren på sajten fyller i information om månadslön, om man är arbetare eller tjänsteman, har kollektivavtal och eventuella extraförsäkringar och får sedan fram en bild av ersättningsnivån vid sjukdom, olycka eller arbetskada.

Det är också skillnad i ersättning vid sjukdom, arbetskada eller olycka. Något som kanske inte alla känner till.

Här finns även lättillgängliga exempel på hur olika förutsättningar påverkar ersättningsnivån.

– Den primära målgruppen för sajten är folk som helt enkelt vill ha bättre koll på vilken ersättningsnivå som kan bli aktuell utan att de själva i dagsläget är sjuka eller skadade, säger Carl-Magnus Löfström, chef för Kommunikationsutveckling. ●

FOTO:BILDARKIVET



Gilla Jobbet gör comeback

Nu är det klart att det blir två nya fullspäckade dagar med seminarier, föreläsningar och utställningar kring arbetsmiljö. Ta med dig kollegorna och besök Gilla Jobbet den 22 och 23 oktober!

EFTER DEN STORA succén med Gilla Jobbet 2012 blir det en ny upplaga på Stockholmsmässan i höst.

Arrangörer är AFA Försäkring tillsammans med Suntarbetsliv och Prevent tillsammans med fackförbund och arbetsgivarorganisationer inom privata sektorn och kommun- och landstingssektorn.



– Gilla Jobbet är ingen traditionell mässa. Den är helt icke-kommersiell och är snarare en stor mötesplats för alla som behöver inspiration och bättre kunskap om arbetsmiljöfrågor, säger Johan Ljungqvist, kommunikationsdirektör på AFA Försäkring.

Sedan förra hösten arbetas det för fullt med programmet som ska innehålla över ett hundratal programpunkter bestående av föreläsningar, seminarier om forskning, utställningar och praktiska verktyg. Programmet ska bidra till att visa bredden och komplexiteten i begreppet arbetsmiljö. Gilla Jobbet är en arena där chefer, HR-personer, studenter, forskare, skyddsombud och fackliga företrädare kan utbyta erfarenhet och kunskap.

– Alla som kommer till Gilla Jobbet kommer att gå därifrån med såväl nya insikter som praktiska verktyg. Förra gången vi hade Gilla Jobbet kom över 5 000 besökare under de två dagarna, säger Johan Ljungqvist. ●

Vad: Mötesplats om arbetsmiljö med föreläsningar, seminarier, utställningar m m.
När: 22–23 oktober.
Var: Stockholmsmässan, Älvsjö.



Stress i vården

Stress och psykisk ohälsa är ett växande problem för nyutbildade sjuksköterskor och lärare som resulterar i höga sjuktalet. Men symptomen börjar redan på högskolan. Det visar forskning på Karolinska Institutet, KI

ETT FORSKNINGSPROJEKT lett av Petter Gustavsson, professor i psykologi på KI, och finansierat av AFA Försäkring visar att många sjuksköterskestudenter är så stressade under sin utbildning att det får konsekvenser för inläring och yrkesförberedelse.

– Sjuksköterskorna satsar sedan mycket tid och energi det första året på att erövra yrkesrollen. Är man inte tillräckligt förberedd på den många gånger tuffa miljö man hamnar i kan det leda till stressrelaterad ohälsa. Ungefär var

Var tredje sjuksköterska och lärare drabbas av akut stress under de första tre åren i yrket.

”Min dröm är att få göra ett jobb i offentliga byggnader.

Målarlärningen Anna Selander från Mölndal som kommer att delta i Yrkes-SM i Umeå den 14-16 maj.

Biogasens risker utreds



Erica Bloom, IVL Svenska Miljöinstitutet.

UNDER ÅRET KOMMER mängder av nya forskningsprojekt om arbetsmiljö att starta, finansierade av AFA Försäkring. Ett av dem handlar om riskerna med biogas. Kan drivmedlet som ska vara en av lösningarna på de hälsoskadliga fossila bränslena i själva verket vara lika hälsovådligt?

Erica Bloom, IVL Svenska Miljöinstitutet, kartlägger gifter vid avfalls- och biogasanläggningar utifrån gränsvärden och hälsorisker.

Anställda som hanterar avfall riskerar sin hälsa genom bakteriegifter, två olika former av endotoxiner, fria och bundna. Båda kan orsaka både luftvägsinflammationer, nedsatt lungfunktion och astma. ●

redan under utbildningen

tredje sjuksköterska och lärare rapporterar en episod av allvarigare stressreaktion under de första tre åren i yrket, säger Petter Gustavsson.

När det gäller lärarna är det framför allt de studenter som utbildat sig till högstadie- och gymnasielärare som känner stress bland annat över att ämnes- och lärarspår inte är integrerade. Många känner också att utbildningen inte möter yrkets krav.

EN SLUTSATS som gäller båda yrkesgrupperna är att viljan att lämna yrket ökar redan under de första åren i yrket. Efter ett år vill en av tio lämna yrket. Stressen i yrkena är en bidragande faktor till denna utveckling.

Forskarna har också gjort en registerstudie och sett att de nyutexaminerade sjuksköterskorna har en högre sjukfrånvaro än de mer etablerade kollegorna.

– Vi har tittat på alla nykomlingar under sex år och deras sjukfrånvaro

inrapporterad till Försäkringskassan under de första tre åren i arbete. Den är ungefär tre procentenheter högre än för hela sjuksköterskekollektivet. Det är en signifikant skillnad, säger Petter Gustavsson.



Petter Gustavsson, professor i psykologi på KI.

Bilden bekräftas i AFA Försäkrings statistik över inrapporterade ärenden med sjukskrivningstid längre än 90 dagar.

– **UNDER DEN PERIOD** vi undersökt har runt 4 procent av sjuksköterskepopulationen haft uttag hos AFA Försäkring. Hos nykomlingarna ligger det på 2,5 procent redan under det första arbetsåret. Då handlar det knappast om långvariga förslitningsskador utan mer sannolikt om akut belastningsskada eller psykisk ohälsa, säger Petter Gustavsson. ●



FOTO: BILDARKIVET

50 %

av fastigheterna inom AFA Försäkrings bestånd ska vara miljöcertifierade före utgången av 2014.

Surahammar sopar banan med motståndet

Surahammar har blivit utsedd till den mest digitala kommunen i Sverige. Titeln är ett erkännande för att de är bäst i Sverige på att använda AFA Försäkrings kundwebb.

– Jättekul att vårt arbete uppmärksammas på det här sättet, säger personalsekreteraren Karin Silfver.

TEXT: DAN HÄFSTRÖM FOTO: PER GROTH

SURAHAMMARS kommun, belägen nordväst om Västerås, är kanske mest känd för hockeylaget och spelare som Sura-Pelle Pettersson och Tommy Salo. Men nu har kommunen utmärkt sig på en helt annan arena, nämligen den digitala. AFA Försäkring vill uppmärksamma dem som är duktiga på att använda Kundwebben och årets bästa kommun är Surahammar.

– Den stora prestationen står medarbetarna för. Det är de som verkligen tagit till sig de nya möjligheterna, säger Karin Silfver, personalsekreterare på kommunen, och berättar att den digitala revolutionen inleddes 2011.

– **AFA FÖRSÄKRING** kom med ett erbjudande om att köra i gång med digital ärendehantering på Kundwebben. Vi tyckte det lät spännande och nappade. Det som framför allt lockade var möjligheten att slippa krångel och fel som kan uppstå när pappersblanketter ska fyllas i och

skickas fram och tillbaka mellan oss på personalavdelningen och de anställda.

Kommunen valde att gå ut med huvuddelen av informationen kring Kundwebben via cheferna. Man utsåg också två informatörer som skulle ha extra koll på kundwebben och AFA Försäkrings villkor och kunna svara på frågor från både chefer och medarbetare.

– Min känsla är att skiftet från papper till digitalt gick väldigt smidigt. Vi har knappt fått in några klagomål alls. Men det allra bästa kvittot på att folk vant sig snabbt är ju att så många använder kundwebben. De som känner sig ovana eller inte har tillgång till internet kan komma upp till oss på kommunhuset eller få hjälp per telefon.

Karin Silfver menar att



Karin Silfver, personalsekreterare på Surahammars kommun.

>>>

”*Jag kunde börja jobba heltid en månad tidigare än beräknat.*

Eva Nyman fick hjälp från personalavdelningen med att söka ersättning via Kundwebben.





Karin Silfver, personalsekreterare, är stolt över utmärkelsen Digitalast i Sverige.

>>> Kundwebben blivit en del av kommunens arbetsmiljöarbete.
– Det som är väldigt skönt är att allting blivit mycket säkrare för de anställda. Vi får ett mejl så fort någon anmäler en arbetsskada eller sjukfrånvaro. Det går inte att missa och det skapar trygghet både för oss som sköter systemet och för användarna.

KUNDWEBBEN HAR också gjort att personalavdelningen har kunnat lägga mer krut på andra arbetsuppgifter.

– Det har blivit både smidigare och enklare att hantera försäkringarna genom Kundwebben. Pappersblanketterna tog en massa tid som vi nu kan lägga på att ge medarbetarna ännu bättre service inom andra områden. ●

Eva Nyman, lokalvårdare på Surahammars kommun:

”Det var ett välkommet tillskott”

Med en ny njure och nya insikter är Eva Nyman tillbaka på jobbet som lokalvårdare på Surahammars kommun. Under sjukskrivningen fick hon hjälp av lönekontoret att göra anmälan till AFA Försäkring via Kundwebben.

TEXT: DAN HÅFSTRÖM FOTO: PER GROTH

DET ÄR MÅNDAGSMORGN strax efter åtta och Eva Nyman har just avslutat körningen med skurmaskinen. Varje arbetspass börjar hon med att göra rent golvet i Mälarenergi arena. Hallen är väl använd, både som skolgymnasal och hemmaplan för bland annat Surahammars innebandylag. Eva Nyman har sovit gott och känner sig pigg. För ett par år sedan var situationen en helt annan. Efter att Eva under en längre tid känt sig dålig och svag konstaterades allvarliga fel på båda hennes njurar.

– Jag var tvungen att börja med dialys för att rensa kroppen vilket verkligen tog på krafterna. Jag fick koncentrationsrubbingar, var

trött, mätte illa, kräktes och blev lätt irriterad. Det var verkligen jobbigt både fysiskt och psykiskt, säger Eva Nyman.

Hon blev sjukskriven, men fortsatte jobba på deltid.

– Min läkare tyckte jag var stark som orkade jobba så länge som jag gjorde. Men till slut gick det inte längre.

EVA NYMAN BLEV heltidssjukskriven och sattes i operationskö. Hon hade tur. Efter bara drygt fyra månaders väntan fick hon en njure. Under sjukskrivningen har Eva kunnat utnyttja AFA Försäkrings avtalsgruppförsäkring AGS-KL. Hon kände väl till AFA Försäkring både >>>

” Av lönekontoret fick hon hjälp att göra anmälan om sjukskrivning via Kundwebben.

Eva Nyman är väldigt nöjd över hur försäkringen har fungerat.



På dagarna städar hon på äldreboenden. Denna dag är det Källbogården, avdelning Solbacken som gäller.



På morgnarna städar Eva på Mälarenergi Arena.



”Anmälningarna och utbetalningarna har flutit på helt utan problem.

>>> genom information från facket och genom information på lönespecifikationen. Av lönekontoret fick hon hjälp att göra anmälan om sjukskrivning via Kundwebben. Eva Nyman är väldigt nöjd över hur försäkringen har fungerat.

– **ANMÄLNINGARNA** och utbetalningarna har flutit på helt utan problem. Och det ekonomiska tillskottet var minst sagt välkommet. Jag har ju till exempel haft dryga utgifter för mediciner under sjukskrivningen.

Sedan en månad är hon tillbaka på 100 procent. Med i princip samma uppgifter som före sjukskrivningen.

– Det känns jättebra. Jag är i så pass god form att jag till och med kunde börja jobba heltid en månad tidigare än beräknat. Men visst har erfarenheten av att vara sjuk påverkat mig. Jag har fått klart för mig att livet inte kan tas för givet. Det gäller att ta vara på varenda dag man får. ●



Julia Fransson,
affärsutvecklare på
AFA Försäkring.

AFA Försäkring uppmanar kommunerna:

Utmana Surahammar!

AFA Försäkring klickar i gång tävlingen Digitalast i Sverige med att utse Surahammar till vinnare 2013. Vilken kommun kniper utmärkelsen i år?

TEXT: DAN HÄFSTRÖM FOTO: KARIN NILSSON

Varför har AFA Försäkring skapat utmärkelsen Digitalast i Sverige?

– De flesta kommuner och landsting har nu varit anslutna till Kundwebben i några år. Men skillnaderna är väldigt stora när det gäller hur mycket de använder Kundwebben. Utmärkelsen är ett sätt att lyfta fram duktiga kommuner och landsting som goda exempel för dem som inte riktigt kommit i gång ännu.

Vad blir startskottet för utmärkelsen?

– Nu utser vi Surahammar till Digitalast i Sverige 2013. I samband med det kommer vi att gå ut med en utmaning till landets kom-

LÄS MER

Läs mer om Digitalast i Sverige på afaforsakring.se

muner och landsting om att försöka ta titeln ifrån Surahammar.

– I slutet av året kommer vi att avslöja vilken kommun eller vilket landsting som blir Digitalast i Sverige 2014.

Vilka är dina bästa skäl för att börja använda Kundwebben?

– Det är lättare och säkrare och det sparar tid. Personalavdelningarna frigör tid till andra viktiga uppgifter och medarbetarna får sina pengar snabbare. Dessutom är vår erfarenhet att själva övergången från papper till digitalt går både snabbare och smidigare än vad många tror på förhand. ●

Forskning för livet

AFA Försäkring har delat ut två postdoc-stipendier på en miljon kronor vardera. Projekten blir viktiga pusselbitar i en forskning som kommer att kunna rädda liv och skapa arbetsplatser där medarbetarna mår bättre.

TEXTER: DAN HÄFSTRÖM
FOTO: JOAKIM ROOS



Danilo Garcias forskning handlar om att skapa arbetsplatser där medarbetarna mår bra.



Sigrid Carlsson forskar om hur fler män ska överleva prostata-cancer.



Fin slipade metoder minskar lidandet



Sigrid Carlsson forskar för att fler män ska överleva prostatacancer. Genom att hitta bättre metoder för screening vill hon också minska onödigt lidande.

VARJE ÅR FÅR cirka 10000 svenska män diagnosen prostatacancer. För närvarande är prostatacancer totalt sett den vanligaste cancerrelaterade dödsorsaken bland män i Sverige. Sigrid Carlsson, en av årets mottagare av AFA Försäkrings postdocstipendium för folkhälsa, försöker hitta bättre rutiner och metoder för att upptäcka sjukdomen.

– Det här är ett väldigt spännande område. Det finns en stor potential för förbättring, särskilt med modern teknologi som magnetkameraundersökning. Och om vi lyckas så påverkar det väldigt många människor, säger Sigrid Carlsson.

Det vanligaste sättet att upptäcka prostatacancer är att mäta halten av PSA, prostataspecifikt antigen, i blodet. Förhöjda halter av PSA kan vara ett tecken på cancer. Men det krävs vidare undersökning, till exempel analys av vävnadsprov från prostatakörteln, för att veta säkert om det är fråga om cancer.

SIGRID CARLSSONS tidigare forskning visar att mer effektiv screening skulle kunna minska dödligheten i prostatacancer med mellan 21 och 44 procent. Trots detta har vi i dag ingen generell screening av män för att upptäcka prostatacancer liknande den screening (mammografi) som finns för att upptäcka bröstcancer på kvinnor.

– Tyvärr är det inte så enkelt att ju fler vi testar, desto bättre. Prostatakörteln sitter anatomiskt på ett ställe som är svårt att komma åt.

Screening och behandling är därför förenade med risker för negativa konsekvenser, till exempel impotens och urinläckage, säger Sigrid Carlsson.

ETT ANNAT PROBLEM med att massundersöka alla medelålders män är svårigheten att avgöra om cancer är vilande eller aggressiv.

– Om vi skulle testa alla skulle väldigt många få en diagnos fast de inte behöver behandling. Då skulle vi riskera att skapa onödig oro och försämrad livskvalitet för många människor.

”*Det finns en stor potential för förbättring. Och om vi lyckas så påverkar det väldigt många.*”

FAKTA SIGRIDS FORSKNING

- Sigrid Carlsson ska hitta bättre metoder för screening av prostatacancer och bättre sätt att avgöra vilka män som ska screenas.
- Forskningens tre delmål:
 1. Att undersöka hur man kan förbättra metoderna för screening genom att använda magnetkameraröntgen, göra en mer avancerad analys av blodprov och ta större hänsyn till genetisk variation.
 2. Att utvärdera hur mäns livskvalitet påverkas av en screeningstrategi som bygger på att begränsa screening till de grupper som har högst risk för allvarlig cancer.
 3. Att utveckla ett beslutsstöd för screening som tar hänsyn till individens egna preferenser.



Hon fokuserar nu på att hitta en ny, mer pricksäker, strategi för screening som bättre balanserar risk och nytta.

– Prostatacancer har inte sällan ett långsamt förlopp och man kan ha mindre tumörer ganska länge utan att få besvär. Det gäller att testa de kategorier av män som verkligen löper risk att erfara lidande eller avlida av just prostatacancer.

SEDAN TVÅ ÅR är hon verksam vid Memorial Sloan-Kettering Cancer Center i New York. Tack vare stipendiet från AFA Försäkring har hon nu tryggt finansieringen i ytterligare två år.

– Det betyder oerhört mycket för mig att få det här stipendiet. Jag får en fantastisk möjlighet att fortsätta förena kunskapen från mitt svenska nätverk med all spännande utveckling som sker här i USA. ●

Om AFA Försäkrings val

Peter Friberg, sakkunnig i AFA Försäkrings jury samt professor/överläkare i klinisk fysiologi vid Sahlgrenska universitetssjukhuset:

– **VI ANSER ATT** det här är en väldigt viktig forskning som har potential att förbättra överlevnadschanserna för väldigt många. Vi blev också mycket imponerade av ansökan. Den visade prov på Sigrid Carlssons starka vilja och stora entusiasm. Hon har sedan hon kom till USA även publicerat ett stort antal artiklar i ledande medicinska tidskrifter, vilket är väldigt meriterande i forskarvärlden. Jag tycker generellt sett att det är mycket positivt att svenska forskare söker sig utomlands för att förkovra sig och få livsviktiga influenser i mötet med andra kulturer. ●



Peter Friberg

”Hennes forskning har potential att förbättra överlevnadschanserna för väldigt många.”

Ny terapiform för ökad arbetsglädje

Danilo Garcias forskning handlar om att skapa arbetsplatser där medarbetarna mår bra. Målet är att öka både välbefinnande och produktivitet.

– Vi måste agera innan en medarbetare blir utbränd, säger Danilo Garcia.

VÄLDIGT MÅNGA MÄNNISKOR mår psykiskt dåligt. Vad gör vi åt det? Under de senaste årtiondena har våra ansträngningar i stor utsträckning gått ut på att behandla symptomen i stället för problemens rötter.

Kognitiv beteendeterapi har varit framgångsrikt och fått ett brett genomslag. Men det finns forskning som visar att de positiva resultaten ofta är tidsbegränsade. Problemen kommer ofta tillbaka. Mot den bakgrunden har den amerikanske läkaren och forskaren Robert Cloninger tagit fram en metod som han kallar välbefinnandeterapi. Metoden syftar till en mer varaktig förbättring och förenar kognitiv beteendeterapi med personlighetsanpassad terapi. Den går bland annat ut på att identifiera människors olika personlighetsdrag och att öka individens självmedvetande och självacceptans. I välbefinnande-



terapin ingår också fysisk träning med fokus på koordination. Forskaren och postdoc-stipendiaten Danilo Garcia tände direkt när han kom i kontakt med Cloningers tankar.

– **POPULÄRT UTTRYCKT** kan man säga att välbefinnandeterapi förenar kropp och själ på ett spännande sätt. Jag började ganska snart tänka på hur man skulle kunna använda den på arbetsplatser. Jag har själv erfarenhet av att förbättra arbetsmiljön.

– Behovet av nytänkande för att få folk att må bättre på jobbet är

”Behovet av nytänkande för att få folk att må bättre på jobbet är enormt.

FAKTA DANILOS FORSKNING

● Danilo Garcia ska använda välbefinnandeterapi för att förbättra arbetsmiljön på svenska arbetsplatser.

● Forskningsprojektets två steg:
1. Danilo Garcia förkovrar sig i välbefinnande-

terapi på The Center of Well-Being vid Washington University i St. Louis.

2. Introduktion av välbefinnandeterapi på några svenska arbetsplatser. Chefer och medarbetare intervjuas och fyller i omfat-

tande enkätfrågor om hur de uppfattar sig själva och sin arbetsplats. Danilo Garcia ger välbefinnandeterapi till chefer och medarbetare både enskilt och i grupp ungefär en gång i veckan under några månaders tid.

enormt, säger Danilo Garcia.

En nyckel enligt välbefinnandeterapi är att fokusera på vad som får oss att må bra snarare än på vad som får oss att må dåligt. Forskning visar att det oftare är avsaknaden av positiva känslor än förekomsten av negativa känslor som skapar psykisk ohälsa.

– Att ha roligt och må bra på jobbet handlar ofta om känslan att det finns ett syfte med ens arbetsuppgifter. Den positiva känslan av att ha ett syfte gör



också medarbetaren mycket bättre rustad att klara av svårigheter och motgångar på jobbet.

Ett stort arbetsmiljöproblem i dag är att arbetsplatser ofta reagerar först efter det att någon medarbetare blivit utbränd och sjukskriven.

Danilo Garcia vill att arbetsplatser ska vara utformade för att maximera medarbetarnas välbefinnande, inte bara för att maximera produktiviteten.

– **ALLA SKULLE TJÄNA** på att arbetsplatser agerar mer medvetet och proaktivt när det gäller medarbetarnas hälsa. När medarbetarna mår bra gör de ju också ett bättre jobb, alltså stiger produktiviteten.

Med hjälp av stipendiet från AFA Försäkring kommer Danilo Garcia att bedriva ett forskningsprojekt i



Danilo Garcia forskar kring hur välbefinnandeterapi kan förbättra arbetsmiljön.

Stipendier skapar framtidens forskarstjärnor

AFA Försäkrings postdoc-stipendier är ett sätt att främja yngre forskares projekt, enligt Oskar Hansson, handläggare för FoU-frågor på AFA Försäkring.

Varför delar AFA försäkringar ut postdoc-stipendier?

– En stor anledning är att vi vill stötta unga forskare som har valt att satsa på våra områden, alltså folkhälsa och arbetsmiljö. Vi vill främja yngre forskares kompetensutveckling och öka deras möjligheter till forskarkarriärer.

Det finns få stipendier att söka för forskare inom dessa forskningsområden och de här stipendierna ska hjälpa forskarna att meritera sig akademiskt.

Vad hoppas ni att stipendierna ska leda till?

– Först och främst vill vi naturligtvis hjälpa unga spännande forskare att under två års tid kunna ägna sig helhjärtat åt sin forskning. Vi hoppas också att vårt stipendium bidrar till att höja statusen för arbetsmiljö och folkhälsa som forskningsområden. Det ska vara meriterande att få vårt postdoc-stipendium.

Vad säger du om årets stipendiatier?

– Bedömningen av deras kompetens som forskare överlåter jag helt och hållet till våra starka grupper av vetenskapligt sakkunniga. Men det känns kul att stödja två unga forskare vars arbete verkligen har potential att få stor praktiskt betydelse för folkhälsa och arbetsmiljö. ●

Om AFA Försäkrings val

Bengt Järholm, sakkunnig i AFA Försäkrings jury och professor vid institutionen för folkhälsa och klinisk medicin vid Umeå universitet:

– **DANILO GARCIA** forskar om vad som får människor att må bra. Det är naturligtvis ett väldigt viktigt område. Han har dessutom originella idéer som förtjänar att utvecklas vidare.

– Det finns en tendens att lägga mycket fokus på vad som får oss att må dåligt. Danilo Garcia väljer i stället att fokusera på att stärka de saker som får oss att må bra. Något som gynnade hans ansökan är också de resultat han visat.

– Han är duktig på att skapa nätverk och har en imponerande förmåga att samverka med andra betydelsefulla aktörer. ●



Bengt Järholm

”Han har en imponerande förmåga att samverka med andra betydelsefulla aktörer.”

två steg. För det första kommer han att förkovra sig i välbefinnandeterapi på The Center of Well-Being vid Washington University i St. Louis. I ett andra steg kommer han att introducera den på några svenska arbetsplatser. Inledningsvis kommer chefer och medarbetare att intervjuas och fylla i omfattande enkätfrågor om hur de uppfattar sig själva och sin arbetsplats. Sedan får de välbefinnandeterapi både enskilt och i grupp ungefär en gång i veckan under några månaders tid.

– **MÅLET ÄR ATT TESTA** terapin i skarpt läge på arbetsplatser och ta reda på vad som behöver modifieras för att den ska fungera optimalt. Längre fram är min ambition att sprida det här brett. Så många som möjligt bör få tillgång till den här kunskapen. ●

150 MILJONER TILL FORSKNING

AFA Försäkring finansierar årligen forskning för 150 MKR. AFA Försäkring finansierar forskning inom arbetsmiljö- och folkhälsoområdet genom tre olika finansieringsformer:

● Genom öppna utlysningar av forskningsmedel

fyra gånger per år.

● Genom programutlysningar inom särskilt identifierade områden.

● Genom postdoc-stipendier till unga forskare för studier och forskning vid utländska lärosäten.

Påminnelse som ett brev på posten

När medarbetarna på Ikea är föräldralediga eller sjuka får de ett vykort från sin arbetsgivare med en påminnelse om att anmäla sig på AFA Försäkrings hemsida. Det uppskattas av personalen och väldigt få missar den ersättning de kan ha rätt till.

TEXT OCH FOTO: MIKAEL GIANUZZI

AV IKEAS CIRKA 12 000 medarbetare i Sverige tillhör ungefär hälften avtalsområdet LO-SAF. När möjligheten att göra sin anmälan via hemsidan i stället för på blankett kom minskade en stor administrativ arbetsbörda.

– Det var ett stort steg i rätt riktning som har kortat ned ledtiderna i processen. Det blev en hel del fel med de gamla pappersblanketterna som måste korrigeras och skickas fram och tillbaka. På webben blir det oftast rätt från början. Det spar tid och resurser, dessutom får medarbetarna ersättningen snabbare, säger Jon Birgersson, processägare pensioner och försäkringar på Ikea.

IKEA HAR LAGT stor vikt vid att informera medarbetarna om möjligheten att göra sin anmälan elektroniskt men insatser har också riktats mot den egna HR-funktionen där webb-anmälan nu är huvudlinjen. Det gör att det inte är många medarbetare som missar att anmäla sig.

2011 gjorde 87 procent av Ikea-medarbetarna sina anmälningar av till exempel arbetsskada och sjukdom via Kundwebben. 2013 var siffran uppe i 90 procent.

Ikea ligger också i framkant när det gäller att påminna den som



Jon Birgersson ser stora fördelar med Kundwebben.

” 2013 gjorde 90 procent av Ikea-medarbetarna sina anmälningar av arbetsskada och sjukdom via Kundwebben.

är sjuk eller föräldraledig om att anmäla sig. När en begäran om till exempel föräldraledighet kommer in till lönekontoret skickas ett specialframtaget vykort ut med en hälsning om att inte glömma att anmäla sig till AFA Försäkring.

– Vi skickar signalen och resten

fångar försäkringsrådgivaren på den fackliga sidan upp. Jag har bara fått positiva reaktioner på vykortet. Många som kanske inte riktigt har koll på sitt försäkringskydd blir glada över påminnelsen, säger Jon Birgersson.

HANS TIPS TILL andra arbetsgivare är att använda AFA Försäkrings hemsida.

– För oss har det inneburit en oerhört förenklad hantering. Det underlättar framför allt för våra lönehandläggare och vi kan ta ett samlat grepp om administrationen, säger Jon Birgersson. ●

Prenumerera på nyhetsbrevet Trygg på jobbet
afaforsakring.se/
tryggpajobbet