

TRYGG PÅ JOBBET

Ett nyhetsbrev från AFA Försäkring. Juni 2016

Växer med jobbet

Sommarjobbet kan vara vägen in till ett långt och spännande yrkesliv. Men det gäller att ge unga anställda en ordentlig introduktion. För alla kurvor pekar inte uppåt när det gäller unga på arbetsmarknaden.

UNDERSÖKNING >

**OROANDE ÖKNING
AV PSYKISK OHÄLSA**

FORSKNING >

**STUDIE HJÄLPER STÄDARE
ATT BELASTA RÄTT**

UPPSÖKANDE >

**SÅ HITTAS DE SOM HAR
RÄTT TILL ERSÄTTNING**

afa
FÖRSÄKRING

Arbetslivet är ett maratonlopp

GÅR MAN UT stenhårt placerar man sig förmodligen i täten. En bra taktik för en sprinter, sämre för en långdistansare. Det är kanske så fler behöver tänka kring sitt och kollegornas arbetsliv. För jobbet är ett maratonlopp – det gäller att hålla distansen ut. Vi förväntas dessutom jobba allt längre.

Därför är det oroväckande att den psykiska ohälsan ökar mest bland de unga på arbetsmarknaden – något som vår egen skadestatistik visar. Kom gärna och lyssna på våra seminarier kring detta viktiga ämne i Almedalen om ni är på plats. De äger rum tisdagen den 5 juli.

En av nyckelfrågorna för unga som är på väg att ta sig in i arbetslivet är att få en bra start. Och att få chansen. Ett enklare sommarjobb ger arbetslivserfarenheter och är vägen till nästa jobb.

”*Det gäller att hålla distansen ut. Vi förväntas dessutom jobba allt längre.*”

Stockholms stad satsar stora resurser på så kallade feriejobb där över 8000 skolungdomar under 18 år får jobb inom kommunens verksamheter. På Norra begravnings-

platsen tar Lars Wetterlund emot feriejobbare och dessutom ett gäng lite äldre ungdomar som har jobbat på kyrkogården tidigare. Han är noga med att ge dem en bra introduktion samt att informera om rättigheter. Som till exempel försäkringar. För det är inte alltid så lätt att känna till vad som gäller när man är helt ny på sin första arbetsplats. Det behöver alla arbetsplatser som tar emot sommarjobbare tänka på.

DEN FORSKNING vi finansierar handlar också i många fall om hållbarhet på jobbet. Som det projekt vi berättar mer om i detta nummer. För att man som städare inte ska slita ut sig i onödan gäller det att belasta kroppen rätt. Med modern teknik går det att mäta detta och lära sig hur man ska göra. Återigen: för att hålla distansen ut!



JOHAN LJUNGVIST
KOMMUNIKATIONS DIREKTÖR
AFA FÖRSÄKRING



Arbetsgivarannmälan underlättar	3
Storslam för yrkes-SM	4
Rätt ersättning till rätt personer	5
Stockholms stad satsar på sommarjobbare	6
Psykiska diagnoser bland unga ökar mest	10
Städarnas arbetsmiljö under luppen	14
Bloggsök ger ersättning till fler	16



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
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, Baluba Branded Content, www.balubabrandedcontent.se

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

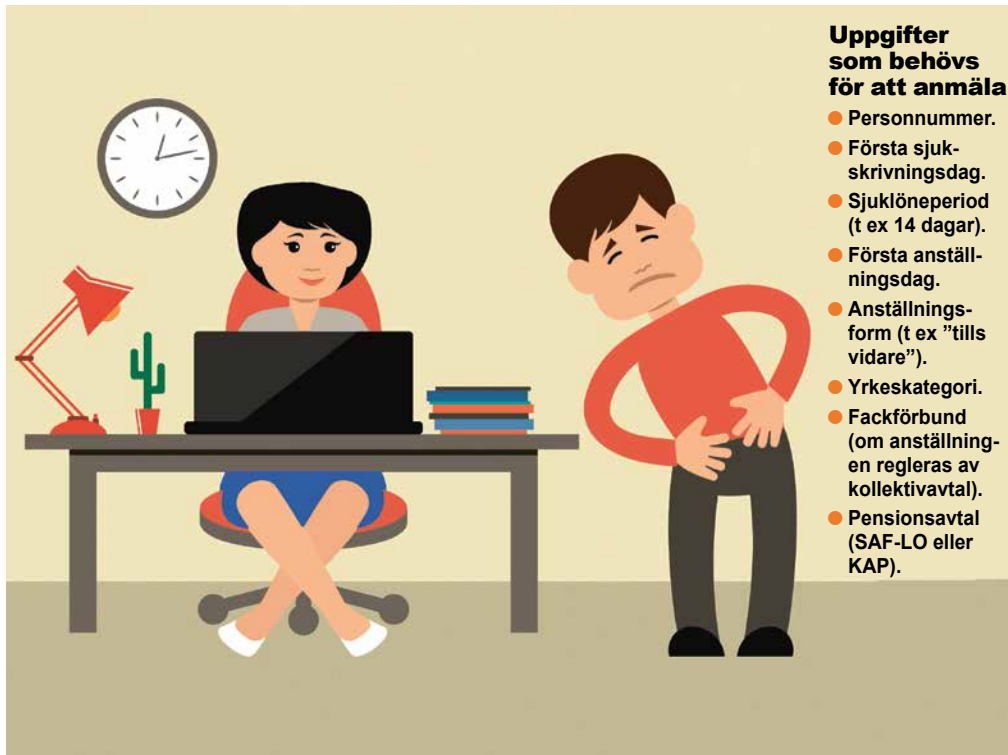
UPPLAGA: 13 000

TRYCK: TMG Sthlm

AKTUELLT

Nyheter om trygghetslösningar, försäkringar och arbetsmarknad.

ILLUSTRATION: SHUTTERSTOCK



Uppgifter som behövs för att anmäla

- Personnummer.
- Första sjukskrivningsdag.
- Sjuklöneperiod (t ex 14 dagar).
- Första anställningsdag.
- Anställningsform (t ex "tills vidare").
- Yrkeskategori.
- Fackförbundet (om anställningen regleras av kollektivavtal).
- Pensionsavtal (SAF-LO eller KAP).

Nu kan du som arbetsgivare till privat- eller kooperativt anställda arbetare anmäla sjukskrivningar via afaforsakring.se.

Nu kan arbetsgivare anmäla digitalt

Nu kan arbetsgivare som har privat- eller kooperativt anställda arbetare anmäla sjukskrivning till AFA Försäkring via webben.

AFA FÖRSÄKRING strävar efter att alla som har rätt till ersättning också ska få det. Ett led i det arbetet är att göra det enklare att anmäla.

Därför ges nu arbetsgivarna möjlighet att göra anmälan åt sina anställda när det gäller sjukskrivning, försäkringen AGS.

– Det finns de som inte anmäler sin sjukskrivning till oss. Det kan bero på att de glömmer det eller inte vet om att de är försäkrade. Om arbetsgivaren anmä-

SÅ HÄR ANMÄLER ARBETS-GIVARE

1. Logga in på arbetsgivar-sidorna på afaforsakring.se.
2. Välj Ny anmälan och Sjukskrivning i menyn.
3. Fyll i de uppgifter som behövs och skicka in. Klart!
4. AFA Försäkring kontaktar den anställda via brev och ber denne återkomma till oss för att slutföra anmälan.

ler hoppas vi att fler får den ersättning de har rätt till, säger Annika Bergström, projektledare på AFA Försäkring.

Hon tror att många arbetsgivare kommer att använda sig av den nya möjligheten. Redan i dag använder flera arbetsgivare tjänsten och är väldigt nöjda.

– Arbetsgivarna är måna om sina anställda och att göra en anmälan är lika enkelt som att bekräfta en anställning.

NU VÄNTAR NYA funktioner som ska göra det ännu enklare för arbetsgivarna.

– Vi vidareutvecklar tjänsten så att arbetsgivare kan skicka in sina anmälningar genom att ladda upp en fil. Då slipper de fylla i alla uppgifter för hand, förklarar Annika Bergström. ●

Det här är kollektivavtalad försäkring

4,5 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 hälso-prövning.

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 premien. 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.

EN ANSTÄLLD BEHÖVER inte vara medlem i facket för att omfattas av försäkringarna. De innehåller en garantiregel. Den innebär att försäkringarna gäller så fort kollektivavtalet börjat gälla. Även arbetsgivare utan kollektivavtal kan teckna försäkringar för sina anställda. ●

KOLLEKTIVAVTALADE FÖRSÄKRINGAR

- Sjukförsäkring för medarbetare som är sjukskrivna.
- Arbets-skade-försäkring för medarbetare som skadar sig på eller på väg till eller från jobbet.
- Försäkring vid föräldraledighet för medarbetare med föräldra- eller graviditetspenning.
- Försäkring vid dödsfall om medarbetaren avlider.
- Försäkring vid arbetsbrist om medarbetaren blir uppsagd.

9200

arbetsjukdomar anmäldes till AFA Försäkring 2014. Det är mer än en fördubbling på bara fem år.

35 projekt fick stöd

AFA Försäkring är en av de största och viktigaste finansierarna inom arbetsmiljöområdet. Cirka 150 miljoner kronor om året avsätts till forskning. Under förra året fick 35 nya projekt stöd. Hela 45 projekt avslutades. De handlade om allt från säkerhet på tak till att balansera privatliv och arbetsliv. Läs mer på afaforsakring.se om pågående forskningsprojekt och läs artikeln på sid 14–15 i detta nummer av Trygg på jobbet om ett nytt projekt kring att mäta belastning för städare. ●

”Det blir en riktig flaggskeppsbutik.”

Jan Nyberg, Vice President, TOP-TOY, om Nordens största BR-butik som öppnat i AFA Fastigheters hus vid Sergels torg mitt i Stockholm.

FOTO: WORLDSKILLS SWEDEN



Henrik Johansson, mekatronik.



Beatrice Ejdemyr, hudterapeut.



Sofie Hedman, svetsare.

Stort intresse för yrkes-SM

De bästa inom sitt skrå belönades under SM-tävlingarna i Malmö i maj. Minst lika roligt var det stora intresset för yrkesutbildningarna – tävlingen slog besöksrekord.

UNDER TRE INTENSIVA dagar i maj gjorde över 200 ungdomar upp i närmare 40 olika yrkesgrenar. 38 guldmedaljer delades ut och en seger innebär en plats i det svenska yrkeslandslaget och rätten att titulera sig svensk mästare inom sin yrkesgren.

– De tävlande gjorde alla en strålande



Kungen var där.

insats och det är otroligt inspirerande att få se så mycket engagemang, kunskap, duktiga ungdomar och lärare på en och samma plats. Kvaliteten på det här landslaget är otroligt hög och jag ser fram emot att se dem tävla på EM i Göteborg i december, säger Pontus Slättman, vd på WorldSkills Sweden, som ligger bakom Yrkes-SM.

YRKES-SM BLEV också en stor publiksuccé – cirka 22 000 besökare kom till Malmömässan, inklusive kung Carl XVI Gustaf, som närvarade vid prisutdelningen. Besökarna fick prova på yrken och

lära sig mer om yrkesutbildningar.

– Årets SM slog alla besöksrekord, vilket är jättekul, säger Pontus Slättman.

Organisationen bakom Yrkes-SM är WorldSkills Sweden, som är ett treparts-samarbete mellan LO, Svenskt Näringsliv och staten genom Utbildningsdepartementet, Skolverket och Myndigheten för yrkeshögskolan. En av huvudsponsorerna är AFA Försäkring.

Yrkes-SM 2016 sammanföll i år med regeringens satsning ”Yrkesutbildningens år”. Målet är att visa på den stora bredd som finns och höja statusen på yrkesutbildningar. ●

Anders Moberg, vd AFA Försäkring:

”Alla som har rätt till ersättning ska få det”

AFA Försäkring har under våren granskats av flera medier. Kritik riktas mot oss för hur vi hanterar ärenden som rör arbetsskadeförsäkringen, TFA. Det är väldigt tråkigt att vi har kunder som är missnöjda med hur vi har hanterat deras ärenden. Naturligtvis ser vi allvarligt på kritiken då god kundkontakt är mycket viktigt i vår verksamhet.

Varje ärende som kommer in till oss hanteras individuellt utifrån bestämda rutiner och regler. Vi har ett tydligt uppdrag från våra ägare, arbetsmarknadens parter. Varje kund som har rätt till ersättning ska få det. Det är utifrån den devisen vi arbetar varje dag. Genom information och uppsökande verksamhet söker vi även upp dem som kan ha rätt till ersättning från oss utan att veta om det. Under 2015 betalade vi ut totalt 9,9 miljarder kronor till våra kunder i försäkringsersättning.

I ARTIKLARNA SOM publicerats beskrivs hur arbetsskadade lämnats åt sitt öde efter många års kamp mot AFA Försäkring. Vi känner inte igen oss i den bild som medierna ger. Större delen av publiciteten är baserad på enskilda personers ärenden. Vi kan inte och får inte gå in på dessa specifika ärenden, men kan konstatera att det i artiklarna förekommer en rad faktafel och missförstånd.

När vi fattar beslut i komplicerade ärenden som rör arbetsskada görs det efter de villkor som bestäms av arbetsmarknadens parter samt på skadeståndsrätten, det vill säga samma rättspraxis som svensk domstol beslutar utifrån. När vi bedömer dessa ärenden är det alltid två erfarna handläggare som arbetar parallellt för att beslutet ska anses vara rättssäkert för kunden. Vi kan endast betala ut ersättning om kunden har rätt till den. Om en kund inte är nöjd med vårt beslut går vi



FOTO: KARIN NILSSON

Anders Moberg, vd AFA Försäkring, svarar på kritiken.

”
Varje ärende hanteras individuellt utifrån bestämda rutiner och regler.”

Anders Moberg

igenom vår bedömning igen, därefter informerar vi om möjligheten till en omprövning.

VI STRÄVAR HELA tiden efter att förbättra våra processer och rutiner för att vara just ett komplement till de statliga försäkringarna och för att skapa trygghet

på arbetsmarknaden. Givetvis ger den kritik som riktats mot oss anledning att se över vårt arbete för att säkerställa att ingen faller mellan stolarna. Vi har ingen anledning att göra det motsatta. Vi har ett tydligt uppdrag. Alla som har rätt till ersättning ska få det. ●

SÅ FUNKAR ARBETSSKADEFÖRSÄKRINGEN, TFA

- Man kan få ersättning vid olycksfall på arbetet, olycksfall under färden till eller från arbetet, arbetssjukdom eller om man får smittsam sjukdom.
- Ersättningen från AFA Försäkring är

ett komplement till den man får från Försäkringskassan.

- Man kan få ersättning för inkomstförlust, kostnader, sveda och värk, bestående besvär, ärr, tandskador med mera.

A photograph of two young people, a woman on the left and a man on the right, working in a cemetery. They are both wearing dark blue uniforms and caps. The woman is holding a red-handled tool, possibly a rake or brush, and is looking towards the man. The man is smiling and looking towards the camera. They are standing in a field of green grass and small white flowers. In the background, there are large, leafy trees and a stone monument. The overall scene is bright and sunny.

Oskar Mattsson, till vänster, och Sigvard Bast fick sommarjobb under skoltiden. Nu har de säsongsjobb på Norra begravningsplatsen i Stockholm.



Första steget ut i arbetslivet

Sommarjobbet kan vara vägen in på arbetsmarknaden och många gör sina första erfarenheter av arbetslivet inom kommun- och landstingssektorn. Stockholms stad anställer både skolelever och äldre ungdomar.

TEXT: MAGNUS HAGSTRÖM FOTO: ANNA RUT FRIDHOLM

En av dem som tagit vägen via sommarjobb under skollov till säsongsjobb är 20-åriga Oskar Mattsson.

– Jag fick sommarjobb på Norra begravningsplatsen genom Stockholms stads lottning. Efter det har jag fått säsongsjobb här, i år blir andra året. Det passar mig perfekt eftersom jag är skidlärare på vintern.

Många har åkt förbi Norra begravningsplatsen i Solna eftersom både E4:an och E20 passerar precis utanför. Från bilfönstret ser man att det är en kyrkogård men det är svårt att få en uppfattning om hur stort det är. Innanför grindarna samsas 33000 gravar på 63 hektar och trots biltrafiken strax intill känns området som en lummig oas.

– Det är rätt stort och ibland går

man mycket. Jag testade med stegräknare en dag när jag gick runt och snyggade till gravar. Den dagen kom jag upp i 30000 steg, konstaterar Oskar.

HAN ÄR INTE ensam om att ha fått sommarjobb via Stockholms stad, ungefär 8000 ungdomar i åldern 16–19 år får årligen jobb på det här sättet. Det krävs ingen tidigare erfarenhet, jobben fördelas främst genom lottning, men genom att berätta i ett personligt brev vilken stadsdel och vilken typ av jobb man föredrar ökar man chansen att få det som passar bäst.

Det är på sommarhalvåret Norra begravningsplatsens behov av personal är som störst. 15 personer är åretruntanställda, mellan april och oktober ökar personalstyrkan



”
Det är fantastiskt att få jobba här på sommaren.”

Sigvard Bast

till 50. Många av dem har liksom Oskar börjat med sommarjobb och sedan fått chansen att fortsätta. När Trygg på Jobbet är på besök har lagbasen Thomas Mårtensson gett Oskar och hans säsongsarbetande kollega Sigvard Bast uppdraget att ta bort ogräs och snygga till några gravplatser. Det ska bli fint så att de kan plantera nya växter och klippa gräset runt om. Men än väntar man med gräsklippandet, just här växer ängsbrässnan med sina vita blommor och man vill bevara känslan av sommaräng ett tag till.

– Det är fantastiskt att få jobba här på sommaren, tycker Sigvard Bast.

DE HÄR KILLARNA är 20 och 21 och har kunnat visa att de fungerar på en arbetsplats. Men lagbasen Thomas tycker att det även brukar funka >>>

»»» med de skolelever som sommarjobbar i treveckorsperioder.

– De flesta tycker det är skönt att komma hit och få jobba utomhus. Men det är förstås lite olika med dem beroende på ålder. För några är det första kontakten med arbetslivet och dem försöker jag vara med hela tiden.

NY OCH UNG personal innebär också att arbetsgivaren har ett ansvar att informera om säkerhetsföreskrifter och berätta vad som händer om man gör sig illa på jobbet.

– Vi har alltid en timslång introduktion där vi berättar om praktiska frågor och att de är försäkrade, och de får alla också Stockholms stads informationsbroschyr om att jobba vid Kyrkogårdsförvaltningen. Tack och lov är vi ganska försäkrade från skador, säger Lars Wetterlund, som är platschef på Norra begravningsplatsen.



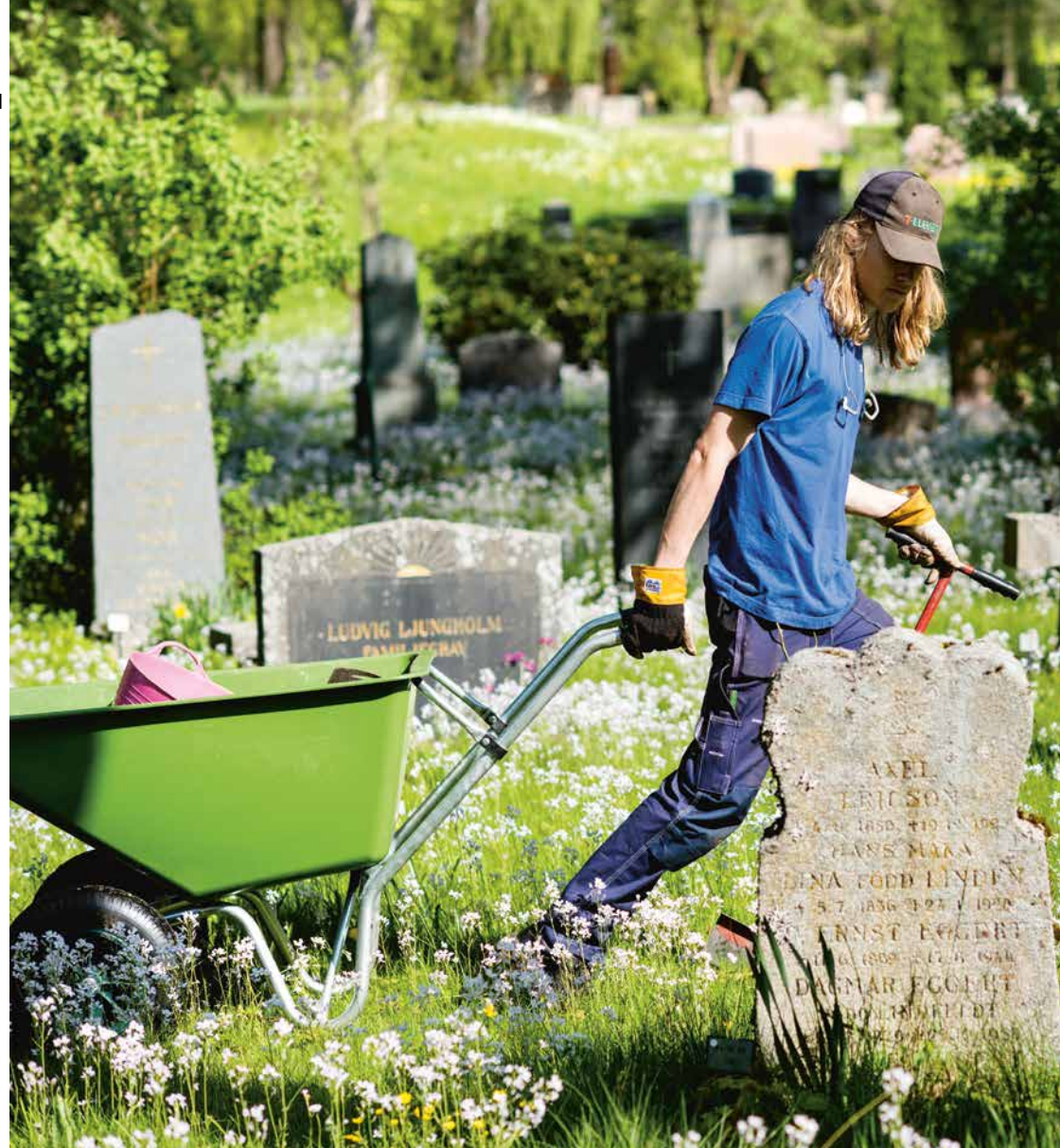
Lars Wetterlund

När arbetsplatsolyckor ändå inträffar gör Lars Wetterlund tillsammans med den skadade en arbetsskadeanmälan till Arbetsmiljöverket och i stadens eget RISK-system. Och vid APT-träffarna har det fackliga ombudet informerat om AFA Försäkrings olika försäkringar. Lars Wetterlund är dock lite osäker på i vilken utsträckning anmälningar till AFA Försäkring verkligen resulterat i utbetalningar och ber Roger Nordström från personalstyrkan att komma förbi.

– Roger, hur gick det när du skadade en nerv i fingret. Fick du någon ersättning?

Roger berättar att han skadade ett finger, som nu inte har normal känslighet och inte går att böja som tidigare.

– Jag visste att det fackliga ombudet Anette Pettersson hade pratat om AFA Försäkrings arbets-skadeförsäkring och tog kontakt med henne direkt. Sen gjorde jag och Lasse en anmälan via nätet.



Att arbeta på kyrkogård är fantastiskt den här årstiden, men också ett jobb som kräver respektfullhet.

Först hade jag glömt en underskrift och fick tillbaka anmälan. Men på det hela taget tyckte jag AFA Försäkring var lätta att ha att göra med.

ROGER FICK EN ersättning på 3500 kronor för sveda och värk och 8000 kronor för förlorad arbetsinkomst. Dessutom beskedet att höra av sig om skadan kvarstår efter 18 månader trots den rehabiliteringsträning han får – då kan det bli fråga om ytterligare ersättning.

Feriejobbarna Oskar och Sigvard har än så länge inte varit med om några direkta tillbud och de tycker inte att de har jättebra koll på vad som skulle hända om det sker en arbetsskada.

– Jag skulle fråga lagbasen om hur man gör, säger Sigvard.

Däremot är skyddsrutiner i



” Vi har full koll på riskerna när man använder röjmaskin.”

Oskar Mattsson

samband med jobb som ska utföras något de känner att det finns bra information kring.

– Vi har full koll på riskerna när man använder röjmaskin till exempel och får tydlig information i förväg om vilka avstånd som gäller och annat, säger Oskar.

Sigvard fyller i:

– När det handlar om nya maskiner får vi läsa på och skriva under ett papper för att visa att vi förstått hur de hanteras.

Oskars och Sigvards dag fort-sätter med att de går från grav till grav, de planterar och rensar. Solen skiner, plötsligt skuttar en hare förbi. Andra dagar kan de få syn på en räv, ett rådjur eller en korpfamilj.

– Jag ska börja plugga i höst men det är jättetrevligt att få jobba här fram till dess, säger Sigvard Bast. ●



FOTO: LINDA HÅKANSSON

Malin Djuse menar att tydlighet är till fördel för båda parter.

”Arbetsgivare har ett stort ansvar”

Inget är självklart när man har sitt första jobb. Därför bör arbetsgivarna vara tydliga. Det är LO:s ungdomssekreterare Malin Djuses bästa råd.

LO SATSAR SEDAN många år på att stärka ungdomar som sommarjobbar ute på svenska företag. Bland annat har man en hjälptelefon som sommarjobbare kan höra av sig till om det uppstår problem.

Men många av frågorna som kommer in den vägen skulle enkelt kunna undvikas med lite tydligare information från arbetsgivarna.

– Vad man kan tänka på om man anställer sommarjobbare är att en del av dem kanske har sin första kontakt med arbetslivet. Då är det mycket som inte är självklart, säger Malin Djuse.

Vad bör de upplysa om?

– Förutom själva jobbet och hur det ska utföras kan de berätta om det finns kollektivavtal och vad det innebär, som att det finns försäkringar och så vidare.

Är det några skillnader mellan att anställa sommarjobbare jämfört med andra typer av vikarier?

– Man måste tänka på att det kan vara deras första jobb. Då har man ett stort ansvar som arbetsgivare att ge dem en positiv erfarenhet.

Är arbetsgivarna bra på att ta hand om sommarjobbarna?

– Det finns självklart stora skillnader. Men det jag vill lyfta fram är att det är jättebra att många tar in sommarjobbare. Jag upplever att fler företag gör det igen och det betyder väldigt mycket för många unga. ●

5 TIPS TILL ARBETSGIVARE

- 1. Glöm inte att skriva anställningsavtal. Det är en säkerhet för båda parter och gör att man kan undvika onödiga missförstånd.**
- 2. Tänk på att det finns föreskrifter från Arbetsmiljöverket för vad som gäller om man har anställda under 18 år. Se till att ha koll på dem.**
- 3. Har ni kollektivavtal omfattas även sommarjobbarna av detta, till exempel vad gäller försäkringar.**
- 4. En självklarhet: anställ ingen svart arbetskraft, bland annat för att inga försäkringar då gäller, vilket kan ställa till det ordentligt för den ”anställda”.**
- 5. Var generös med arbetsintyg efter anställningen.**



Sigvard Bast och Oskar Mattsson redo att hugga i



AFA Försäkrings nya rapport visar att risken att drabbas av psykisk ohälsa ökar mest bland unga kvinnor inom hotell- och restaurangbranschen.

Samarbete ska mins

De långa sjukskrivningarna för psykisk ohälsa ökar mest bland de allra yngsta på arbetsmarknaden, visar en rapport från AFA Försäkring. Höga krav med alltför stort eget ansvar och en större acceptans för psykisk ohälsa kan vara några orsaker.

TEXT: KRISTER ZEIDLER ILLUSTRATION: JOSEFIN HEROLF

MED RAPPORTEN "Allvarliga arbetsolyckor och långvarig sjukfrånvaro bland unga" vill AFA Försäkring uppmärksamma att risken för att unga i åldern 16–25 år ska drabbas av psykisk ohälsa ökar

mer än för andra åldersgrupper.

– Den här ökningstakten som vi ser är oroväckande. De ska ju orka jobba till 65–70 års ålder. Det är en utveckling som man måste ha koll på, säger Anna Weigelt, chef för

”
Den här
öknings-
takten
som vi
ser är oro-
väckande.”

Anna Weigelt,
chef för AFA
Försäkrings
analysgrupp

AFA Försäkrings
analysgrupp.

Särskilt utsatta är unga kvinnor, där omkring fyra av tio långa sjukskrivningar beror på en psykisk diagnos.

Bland unga män är motsvarande siffra drygt var fjärde.

EN YRKESGRUPP som lyfts fram i rapporten är unga kvinnor inom hotell- och restaurangbranschen, >>>

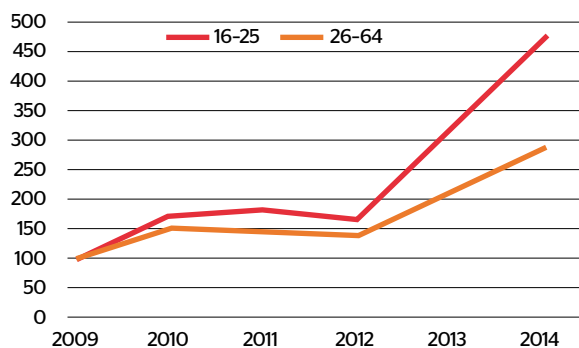


Anna Weigelt



pska ohälsa

Index för risk att drabbas av psykisk diagnos per 1000 anställda.
Kvinnor, restaurang. (Index 100)



Källa: Rapporten "Allvarliga arbetsolyckor och långvarig sjukfrånvaro bland unga"

5 sätt att förebygga psykisk ohälsa

Forskningsrådet Fortes har listat fem faktorer som kan minska den psykiska ohälsan på jobbet.

Arbetsplatskultur:

● Har stor betydelse för välbefinnandet. Öppenhet och tydlighet om företagets eller organisationens mål ger medarbetarna ökad energi och arbetslust. Genom att ge medarbetarna medinflytande över verksamheten och beslut som rör arbetsförhållandena gynnas både hälsan och organisationen. Fast anställda medarbetare löper mindre risk att drabbas av psykisk ohälsa.

Chefen:

● Ett rättvist och stödande ledarskap är nyckeln till en trivsamt och hälsosamt arbetsplats. Detta förebygger psykisk ohälsa. Möjlighet att påverka sin egen arbetssituation, styra sitt arbete och sin arbetsbelastning minskar stressen och ökar skyddet mot höga krav i arbetet. Medarbetarna behöver också få erkännande för sin arbetsinsats, till exempel genom löneförhöjning, befordran och positiv feedback.

Sociala relationer:

● De är mycket viktiga. Ett positivt och stödande arbetsmiljö ökar trivselt och minskar risken för psykisk ohälsa. Öppenhet och en fungerande kommunikation på arbetsplatsen spelar också en stor roll och ger ökad trygghet och arbetstillfredsställelse.

Balans i livet:

● Ett fungerande livspussel med möjlighet att påverka sin arbetstid ökar välbefinnandet och trivselt. Det är också viktigt att arbetet inte inkräktar för mycket på fritiden. Därför kan det vara bra med en tillgänglighetspolicy på arbetsplatsen för mejl och mobilsamtal utanför den ordinarie arbetstiden.

Eget ansvar:

● En sund livsstil ökar välbefinnandet. Regelbunden motion och träning är inte bara viktigt för den fysiska hälsan utan motverkar också psykisk ohälsa. Att fortbilda sig i arbetet är utvecklande och bra för självkänslan och engagemanget på jobbet. Dessutom gynnar fortbildning verksamhetens utveckling i stort.

Källa: Forskningsrådet Fortes kunskapsöversikt om sambanden mellan arbetsförhållanden, psykisk ohälsa och sjukskrivning.

>>> där risken för att drabbas av psykisk ohälsa fyrfaldigats sedan 2009.

– Min erfarenhet är att det ofta handlar om arbetsgivarens krav och avsaknad av bra upplärningsinstruktioner för unga, säger Kent Johansson, ombudsman och arbetsmiljöansvarig centralt på Hotell- och restaurangfacket (HRF).

BRANSCHEN HAR expanderat kraftigt de senaste åren och många unga kvinnor jobbar i stressiga arbetsmiljöer.

Ett problem som ökat de senaste åren är ständiga schemaändringar för personalen, enligt Kent Johansson.

Men nyligen har HRF kommit överens med arbetsgivarparten Visita om ett förtydligande i det nya avtalet när det gäller arbetstids-scheman.

– För arbetsgivar-sidan är det också viktigt att kunna planera, precis som det är för de anställda, säger Pontus Sjöstrand, förhandlingschef på Visita, som också berättar att parterna kommit överens om att bilda ett framtidsråd, bland annat för att säkra branschens attraktionskraft.



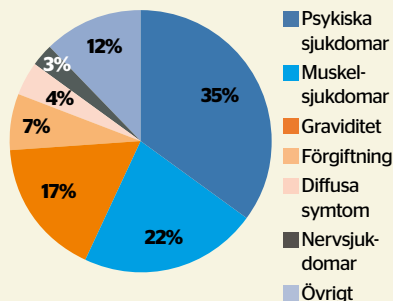
Pontus Sjöstrand

En övervägande del av de unga i åldern 16–25 år jobbar i privat sektor och i branscher som bygg, industri och hotell och restaurang. Där har också risken att bli långvarigt sjukskriven på grund av psykisk ohälsa nästan fördubblats sedan 2009, för både kvinnor och män.

MEN FORTFARANDE är det äldre, särskilt medelålders kvinnor, som löper störst risk att bli långvarigt sjukskrivna på grund av psykisk

Nya långa sjukfall fördelade på de vanligaste diagnoserna.

Kvinnor i privat sektor 2013 och 2014



Även unga i andra branscher inom privat sektor löper större risk än andra att drabbas av psykisk ohälsa.

ohälsa. Stressdiagnoser ökar även bland yngre, men den vanligaste psykiska orsaken bakom sjukskrivningar bland de yngre är fortfarande depression.

– De har kanske inte hunnit få stressrelaterade symptom. De har inte heller samma livssituation som äldre med att få ihop livspusslet, säger Anna Weigelt.

En annan orsak till att allt fler unga i arbetslivet får psykiska diagnoser kan vara en ökad acceptans för psykiska problem i

”**Psykisk ohälsa är inte lika stigmatiserande längre.**”

Anna Weigelt

samhället. Ämnet har länge varit tabubelagt, särskilt bland män, vilket har gjort att det funnits underanmälan vad gäller ställda psykiska diagnoser.

Men på senare år har problemen uppmärksammats mycket i medierna och sjukvården har blivit bättre på att upptäcka psykisk ohälsa.

– Det är inte lika stigmatiserande längre. Då är man kanske mer villig att framställa sina problem på det sättet och få en sådan diagnos, säger Anna Weigelt. ●



En bra start i Almedalen

AFA Försäkring fokuserar på unga i arbetslivet under årets Almedalsvecka.

”EN HÅLLBAR START på arbetslivet – en ödesfråga för Sverige” är temat för AFA Försäkrings seminariedag i Almedalen den 5 juli. Syftet är att uppmärksamma unga i arbetslivet. Inledningsvis ges en övergripande bild av hur unga mår i dagens arbetsliv.

Därefter går seminariet in på hur karriärstress och mental ohälsa bidrar till att sjukskrivningarna bland unga ökar. Bland annat kommer Kristina Glise, överläkare vid institutionen för stressmedicin i Göteborg, att dela med sig av sina erfarenheter.

Dagen avslutas med två paneldebatter kring hur ett hållbart arbetsliv för unga kan uppnås. Debatterna inleds med en trendspaning av Sofia Rasmussen, expert på arbetsmarknadsfrågor.

Framtidsscenarierna diskuteras sedan av representanter för Delegationen för unga till arbete, Centrum för arbets- och miljömedicin i Stockholm och Yrkeslandslaget.

I den avslutande debatten diskuteras vad som behöver göras, och av vem, för att möta framtidens utmaningar.

I PANELEN SITTER representanter från regeringen, fack, arbetsgivare och offentlig sektor. Moderator är journalisten Carin Hjulström.

AFA Försäkring kommer även att ha en monter i hamnen dit alla är välkomna för att träffa AFA Försäkrings medarbetare och få veta mer om verksamheten. ●

Läs mer på afaforsakring.se/almedalen

Nya långa sjukfall fördelat på kön, åldersgrupp och sjukfallslängd					
	2010	2011	2012	2013	2014
16-25 år					
Kvinnor	811	864	1051	1407	1647
Mer än 90 sjukdagar	786	844	1029	1382	1632
Män	729	842	1027	1155	1228
Mer än 90 sjukdagar	713	821	1000	1141	1219
26-34 år					
Kvinnor	29 064	31 610	33 001	38 052	40 236
Mer än 90 sjukdagar	26 762	29 426	30 682	35 703	39 156
Män	16 546	16 885	18 057	19 745	20 452
Mer än 90 sjukdagar	14 976	15 584	16 617	18 435	19 845

Ny teknik mäter städarens belastning

Hur tungt är det att städa egentligen? Svenska forskare använder ny teknik för att svara på det. Dessutom har de tagit fram en app till mobilen som städare själva kan använda för att ta reda på hur belastande särskilda arbetsmoment eller redskap är.

TEXT: MICHAEL NYHAGA



– **VI VET ATT STÄDARE** ligger högt i statistiken när det gäller skulderbesvär. Besvärerna orsakar långa sjukskrivningar och höga kostnader, säger Mikael Forsman, professor i belastningsergonomi vid Karolinska Institutet (KI).



Mikael Forsman, professor i belastningsergonomi.

FOTO: ADAM FREDHOLM

Städning är ett kvinnodominerat yrke och statistik från AFA Försäkrings skadedatabas visar att städare är den näst största yrkesgruppen bland kvinnor som sjukskrivs för besvär från muskler och leder.

Mikael Forsmans forskargrupp har under en längre tid arbetat med att mäta fysisk belastning på jobbet.

För städare handlar det främst om vilken armvinkel de arbetar med, om de arbetar med höjda armar och hur pass hastigt de upprepar olika rörelser. Alla tre

faktorer är direkt kopplade till värk i axlar och skuldror.

– Det sägs ibland att det inte är så tungt eller farligt att städa. Ändå har de ofta besvär från arbetet. Då gäller det att ta fram objektiva data som visar hur det ligger till, säger Mikael Forsman.

I ETT TVÅÅRIGT forskningsprojekt mäter forskarna städarens armbelastning under hela arbetsdagar. Man kommer att undersöka städare på hotell, sjukhus och kontor. Ett företag med verksamhet på sex orter i storstadsregionerna medverkar i projektet.

– Vi är väldigt angelägna om att vara med eftersom vi har många städare ute på fältet som har krämpor. Det är naturligtvis intressant för oss att se varför man får belastningsskador och om det finns något vi kan förbättra eller ändra på, säger Ingrid Willén vid SIMH AB, vars hotellstädare deltar i studien.

De första riktiga resultaten från

Med hjälp av modern teknik mäts armvinklar.

” Om vi jämför med andra yrkesgrupper ser vi hur hög arbetsbelastningen är.”

Mikael Forsman



Städrycket innebär stora belastningar på armar och

den studien kommer 2017, men de mätningar som forskarna gjort hittills pekar på att städarna utsätts för hög belastning genom att de rör armarna väldigt snabbt. Deras arbete är till och med tyngre för armar, axlar och skuldror än ett yrke med liknande problem: styckare på slakterier.

– Om vi jämför med andra yrkesgrupper ser vi hur hög arbetsbelastningen är. Dessutom kan vi med hjälp av de riktvärden som finns objektivt bedöma om städare är ett riskabelt yrke eller inte, säger Mikael Forsman.

Riktvärden för belastning har ta-



FOTO: SHUTTERSTOCK

FAKTA OM PROJEKTET

- Forskningsprojektet "Är jobbet för tungt?" pågår 2015–2017.
- Städarna som deltar bär små mätare på armen som mäter armvinklar och armrörelser.
- Minst 25 städare på sjukhus, hotell och kontor deltar i undersökningen.
- Belastningsmätarna har ett inbyggt minne så att hela arbetsdagar kan mätas.
- Syftet med projektet är dels att pröva hur det fungerar att anställda själva mäter belastning, dels att avgöra hur tungt städarbetet är.
- Forskargruppen är tvärvetenskaplig och har bland annat med en läkare, en ergonom och en biomedicinsk analytiker.

städare och andra själva mäta hur belastande ett arbetsmoment eller städredskap är genom att jämföra med andra arbetsmoment eller redskap. Den kan också användas för att se om åtgärder för att minska belastningen är effektiva.

Forskargruppen utvecklar appen med fler funktioner och planerar att ta fram den även för Android-mobiler.

För mätningar under längre tid är den mätare som forskarna använder bättre. Det är en liten så kallad usb-inclinometer som också fästs vid armen och har ett minne med information som förs över till en dator för analys.

Förutom bättre mätningar efterlyser Mikael Forsman mer utbildning och information till nya i städyrket.

– När jag talar med branschen framförs det att yngre städare ofta får för lite utbildning i arbetsmetodik och för lite information om riskerna i yrket, avslutar han. ●

”
Yngre
städare får
ofta för lite
utbildning
i arbets-
metodik.”

Mikael Forsman

gits fram av forskare i Lund – som också samarbetar med KI i det här projektet – med hjälp av belastningsmätningar i cirka 50 yrken.

MÄTNINGARNA i forskningsprojektet kan även visa hur belastningen förändras över tid. Det kan leda till effektiva förbättringar så att färre städare skadas och får belastningsbesvär. I projektet ingår mätningar även av arbetsställningar och rörelsehastigheter för rygg, nacke och handleder, samt muskelbelastningsmätningar.

Forskargruppen på Karolinska Institutet har tagit fram en app

som kan användas för att enkelt mäta belastningsnivå. En Iphone innehåller redan vad som behövs: en så kallad accelerometer och en gyro. Med hjälp av appen Ergo-ArmMeter, som finns att ladda ner gratis via App store, är det lätt att själv mäta belastning med mobilen fäst i ett vanligt motionsarmband på överarmen. För mätningar under kort tid är det en enkel, billig och lätthanterlig metod. Appen innehåller enkla instruktioner och talar om hur man ligger till i förhållande till riktvärdena.

Förutom att ergonomer och sjukgymnaster kan använda appen kan

axlar. Rätt vinkel och rörelsemönster kan minska risken för förslitning.

Söker med ljus och lykta

Genom att ta kontakt med bloggare hittar AFA Försäkrings uppsökande kundtjänst många som riskerar att missa sin ersättning. Bloggarna blir ofta positivt överraskade när kundtjänsten tar kontakt.

TEXT: MICHAEL NYHAGA

SEDAN 2010 HAR AFA Försäkrings uppsökande kundtjänst tagit kontakt med personer som de tror kan ha rätt till ersättning från de kollektivavtalade försäkringarna. Med hjälp av ett sökverktyg söker de igenom bloggar för att se vilka som skriver om att de har drabbats av arbetsskada, blivit sjukskrivna eller varit föräldralediga.

Förra året sökte de igenom nästan 30 000 bloggar och kontaktade 227 bloggare.

– Det gäller att kontakta rätt personer, säger Anton Louthander, en av fyra på AFA Försäkring som jobbar med den uppsökande kundtjänsten.

– Vi vill inte kontakta dem som vi misstänker inte har rätt till ersättning, därför blir det inte så många rent procentuellt.

De tar kontakt genom att skriva kommentarer till blogginläggen. Kommentarererna är allmänt hållna av typen ”du kan ha rätt till ersättning, kontakta oss så kan vi utreda det”. Kundtjänsten undviker att skriva något specifikt om bloggarens situation. Oftast blir gensvaret bra.

– De flesta reagerar positivt. Ett fåtal avfärdar det som reklam för oss, men oftast är responsen bra och vissa skriver till och med ett blogginlägg om att vi kontaktat dem.

Bloggarna är lättare att följa upp med sökverktyget än exempelvis



FOTO: ANNA RUT FRIDHOLM

Anton Louthander på AFA Försäkring är en av dem som söker efter personer som kan ha rätt till ersättning. Exempelvis söker de i bloggar.

Facebookinlägg. Det är bland annat lätt att se om kommentarerna besvaras. Dessutom har medier som Facebook och Instagram en mer privat karaktär än bloggar.

– Men vi för en diskussion om hur vi ska kunna bredda oss till andra sociala medier, säger Anton Louthander.

EN DEL BLIR förvånade över att ett försäkringsbolag söker upp personer som kan ha rätt till ersättning, i stället för att försöka hålla nere utbetalningarna.

– Vårt uppdrag och vårt mål är att alla som har rätt till ersättning

”

Det är ju rent obegripligt, vilken service!”

Bloggare

ska få det, därför tar vi kontakt med dem.

Arbets sättet är unikt för AFA Försäkring. Inget annat svenskt försäkringsbolag eller myndighet som administrerar socialförsäkringar arbetar på det sättet.

– Jag tror att vi är ensamma om det. Jag känner inte till någon annan som gör det.

AFA Försäkrings uppsökande kundtjänst har fått flera fina priser. 2011 fick de det internationella och prestigefulla priset Quality innovation of the year – årets kvalitetshöjande innovation. ●