

Nyhetsbrev maj-21

I månadens nyhetsbrev kan du läsa om våra arbetsmiljöutbildningar som AFA beviljar stöd för, återkoppling från vår digitala ergonomiska utbildning, två nya medarbetare hos Saluta Företagshälsa och evidensbaserade hälsoundersökningar. Dessutom hur du motverkar smitta på arbetsplatsen och reseintyg.

GODKÄND ANORDNARE AV ARBETSMILJÖUTBILDNINGAR

Är ni uppdaterade i era arbetsmiljöutbildningar? Om inte är det ett bra tillfälle att ta tag i det nu.

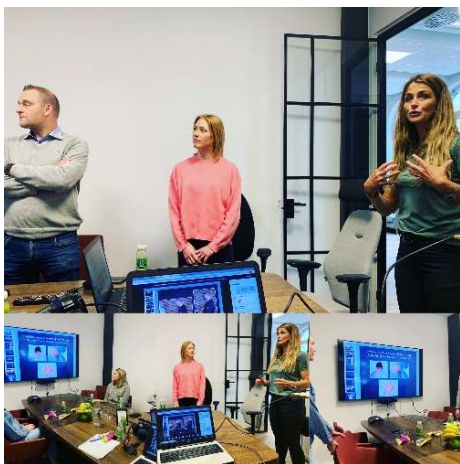
Vi på Saluta Företagshälsa har blivit godkända av AFA att hålla arbetsmiljöutbildningar där chefer och skyddsombud nu kan beviljas stöd för olika utbildningar. Stödet innebär att ni som företag endast behöver betala hälften av kostnaden för utbildningen.

Några av de utbildningar vi erbjuder är:

- * Grundläggande arbetsmiljöutbildning (BAM)
- * Nödläges- och krishanteringsutbildning
- * Hälsöfrämjande ledarskap



För mer information om vilka fler utbildningar vi erbjuder, villkor och upplägg är du välkommen att kontakta [oss](#).



PREMIÄR!

Digital workshop och utbildning i ERGONOMI

Vår första digitala workshop och utbildning i ergonomi för distans- och hemarbete är nu genomförd och var mycket uppskattad. Vi tackar m4 Solution för uppdraget och förtroendet att få genomföra workshopen hos dem.

”En mycket uppskattad och skräddasydd digital workshop för oss på m4 Solutions med företagssjukgymnasten och ergonomen Erica Sicard. Vi fick med oss välbehövda enkla tips och övningar som kommer göra vår arbetsdag och fritid till den bättre. Proffsiga Erica bjöd även in till härliga skratt.”

Carolina Grasselli, Ekonomi/HR, m4 Solutions AB

NYA MEDARBETARE

Vi är glada och stolta över att kunna välkomna två nya medarbetare, **Mattias och Ellinor** till oss på Saluta Företagshälsa.



Ellinor Andreasson leg psykoterapeut KBT, beteendevetare & mindfulnessinstruktör med flera års erfarenhet från vårdcentral och företagshälsovård och av att arbeta med psykisk hälsa både förebyggande och i förloppet.

Ellinor är intresserad av hälsa som helhet och bidrar med kunskap och engagemang för att skapa förutsättningar för god hälsa både på individ och gruppnivå.

Hon är även en erfaren och uppskattad föreläsare som bidrar med sin kunskap på ett vetenskapligt men ändå lättillgängligt sätt.



Mattias Carlsson, leg Psykolog sedan 2006.

Mattias har en bred klinisk erfarenhet av bl. a. utmattningssyndrom, depressioner och ångestsyndrom.

Under lång tid har han även fokuserat på psykosocial arbetsmiljö (OSA AFS 2015:3) och olika typer av problematik som kan uppstå inom det här fältet (tex kränkande särbehandling).

Som arbetsledare eller organisation kan ni även få hjälp av Mattias med både psykosociala arbetsmiljöproblem men också med kompetensutveckling inom exempelvis gruppsykologi och ledarskap.

EVIDENSBASERADE HÄLSOUNDERÖKNINGAR

Hälsoundersökningar på rätt sätt är ett kraftfullt verktyg i det hälsofrämjande arbetet

Att erbjudas hälsoundersökning via sin arbetsplats är både vanligt och uppskattat av de medarbetare som får möjlighet till det. Vem vill inte ha koll på sin egen hälsa? Men effekterna av hälsoundersökningar kan också vara mycket mer än en individuell hälsostatus där följderna blir positiva effekter för hela organisationen - om det görs på rätt sätt. Forskning visar tex att hälsoundersökningar utan uppföljande och förändringsstödande insatser inte har någon effekt.



I Salutas hälsoundersökningar vill vi genom tidig upptäckt, öka möjligheten att förebygga ohälsa och vid behov sätta in tidiga insatser som skapar förutsättningar till hållbar arbetshälsa och välmående medarbetare.

Om ni inte redan har planerat in kommande hälsoundersökningar på arbetsplatsen så kan det vara en god idé att göra slag i saken. Speciellt med tanke på den tid som varit och är, se det som en investering i dina medarbetares hälsa och en möjlighet för er som arbetsgivare att hitta tidiga tecken på ohälsa som kan åtgärdas i god tid så att en sjukskrivning med efterföljande konsekvenser kan undvikas. För bästa resultat, anpassar vi hälsokontrollen utifrån era önskemål och branschspecifika lagkrav.

RESEINTYG

Behöver du hjälp med Reseintyg (PCR- och Antigentest)?

Vi har även Antigen (snabbtester) om ni behöver till provtagning på företaget. Testerna är CE märkta och har hög tillförlitlighet.

PCR-test inkl. reseintyg 1650kr, Antigentest inkl. Reseintyg 850kr, Båda testerna inkl. intyg: 2150kr.

Har du frågor om detta, välkommen att höra av dig till [oss](#).



MOTVERKA SMITTA PÅ ARBETSPLATSEN

På många arbetsplatser börjar fler och fler medarbetare komma tillbaka efter att ha arbetat hemifrån under en längre tid. Här kommer några tips i sin korthet att tänka på:



- Skapa mindre arbetsgrupper och om möjligt ha mindre personal på plats.
- Ställ om möjligt in fysiska möten och ses digitalt i stället.
- Se till att personal från olika arbetsgrupper undviker att träffa varandra.
- Schemalägg pauser och luncher så att färre tar rast samtidigt.
- Förhindra trängsel vid till exempel kaffeautomater och i hissar.
- Se till att god handhygien kan upprätthållas.
- Se till att ventilationen räcker till för de antal som befinner sig i lokalen.
- Städa lokalerna dagligen.
- Släpp inte in fler än vad lokalen tillåter ur ett smittskyddsperspektiv
- Håll avstånd
- Sätt upp skydd framför personal med kundkontakt
- Om möjligt, byt arbets sätt genom att till exempel införa självservice.
- Använd personlig skyddsutrustning.

Källa: Arbetsmiljöverket

KONTAKTA OSS GÄRNA

om du vill få mer information om något av detta eller såklart om du har någon annan fråga som vi kan vara behjälpliga i.

Alla arbetsplatser kan genom hälsofrämjande och systematiskt arbetsmiljöarbete skapa en god arbetshälsa med välmående medarbetare som vet, vill och kan utföra sina arbetsuppgifter på ett säkert och hållbart sätt. Genom tydlighet, förväntningar och återkoppling ökar känslan av delaktighet som leder till ökad trivsel, produktivitet och frisknärvaro.