

Trygg på jobbet

Nr 3
2023

En tidning från
Afa Försäkring

OLYCKSFALL

Bröt armen och fick ersättning

VETENSKAP

Håret avslöjar stress

FÖRSÄKRING

Så hänger allt ihop

Tuff vardag

Madicken och många andra unga har sitt första jobb i en butik.

Tyvärr hör hot och våld till vanligheterna inom handeln.

Ett finmaskigt nät av trygghet

Det är inte alltid helt enkelt att känna till exakt vilka trygghetslösningar man har genom sin anställning. Och det kan vara klurigt även för arbetsgivaren. Det här beror på att de kollektivavtalade trygghetslösningarna har vuxit fram under lång tid och att behoven har sett olika ut för olika grupper på arbetsmarknaden. Industriarbetare och tjänstemän har inte samma utmaningar och därför har också lösningarna blivit olika.

”Det viktigaste är att både den anställda och arbetsgivaren känner till att det finns ett skydd vid till exempel arbetsskada eller långvarig sjukdom.”

Det viktigaste är att både den anställda och arbetsgivaren känner till att det finns ett skydd vid till exempel arbetsskada eller långvarig sjukdom. Vet man bara det går det enkelt

att sedan hamna rätt. I det här numret reder vi ut vilka av våra försäkringar som gäller för vilka kollektiv. Men även vart man ska vända sig i de fall man är försäkrad via någon annan aktör. Det är ett finmaskigt nät som arbetsmarknadens parter har skapat för att så många som möjligt ska fångas upp i händelse av problem.

För Maria, som arbetar på förskola i Sundsvall, började en vintermorgon mindre bra. Hon halkade på uppfarten när hon skulle åka till jobbet. När hon några dagar senare låg nerbäddad hemma i soffan med gipsad arm var det en klocka som ringde i hennes huvud. Hon fick en känsla av att hon kanske var försäkrad via jobbet och började söka information. I den bästa av världar hade hennes Arbetsgivare eller fack gett henne information om försäkringen. Men det slutade ändå väl för Maria, trots olyckan. Hon fick ersättning och på köpet växte hennes fackliga engagemang. I dag arbetar hon mer fackligt och är försäkringsinformatör, vilket innebär att hon hjälper andra att söka ersättning.



Johan Ljungqvist, Kommunikationsdirektör

I DETTA NUMMER

4. I KORTHET

Gilla Jobbet sänds live

5. SIFFROR

Nu ökar sjukskrivningarna

6. SÅ GÖR VI

Gillar att informera

8. REPORTAGE

Hård miljö i butiken

13. FORSKNING

Det hänger på håret

14. MÖTET

Efter skadan ökade hennes engagemang

18. INSIKT

Så funkar försäkringssystemet

20. TRE TYCKER TILL

Experternas arbetsmiljötips



Hot och våld är vanligt för butiksanställda att drabbas av. Sid 8.



Maria Wadin hittade rätt. Sid 14.

63 procent

av männen inom kommun/region som drabbas av långvarig sjukfrånvaro är över 45 år. Sid 5.



Vilken försäkring för vem? Sid 18.

Följ oss gärna på LinkedIn!

9 AV 10 ÄR FÖRSÄKRADA VIA JOBBET

afa
FÖRSÄKRING

POSTADRESS
Afa Försäkring
106 27 Stockholm

BESÖKSADRESS
Klara Södra Kyrkogata 18

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

PÅ WEBBEN
afaforsakring.se

TRYGG PÅ JOBBET
Utkommer 4 gånger per år
i tryckt form.

KONTAKT
tryggpajobbet@afaforsakring.se

ANSVARIG UTGIVARE
Johan Ljungqvist,
kommunikationsdirektör

REDAKTÖRER
Benny Nyberg, Afa Försäkring,

Per Cornell, Splay One
splayone.com

FORMGIVARE
Vendela Nylund

PRODUKTION
Splay One

UPPLAGA
10 000

TRYCK
TMG Sthlm

OMSLAGSFOTO
Sandra Lee



28

miljoner kronor delas ut till åtta forskningsprojekt i Afa Försäkrings andra anslagsomgång för året. Projekten handlar om arbetsmiljö och hälsa.

Ny ordförande för Afa Försäkring

ANITRA STEEN har varit ordförande i Afa Försäkring sedan 2013 och lämnar sitt uppdrag under hösten. Karl-Petter Thorwaldsson tar över som Anita Steens efterträdare.



Karl-Petter Thorwaldsson

– Vi vill tacka Anita Steen för ett mycket gott och givande samarbete, vilket har utvecklat bolaget och styrelsearbetet på ett positivt sätt under dessa år. Karl-Petter Thorwaldsson känner till bolaget väl och kommer med sin gedigna erfarenhet att bidra till Afa Försäkrings fortsatta utveckling, säger Mattias Dahl, Svenskt Näringsliv, Torbjörn Johansson, LO, och Malin Wulkan, PTK. ■



Sämre flås hos många arbetare

PÅ BARA 20 ÅR har konditionen sjunkit i många yrkesgrupper. Tydligast syns det i yrken med lägre kvalifikationsnivå som städare, hantverkare och fabriksarbetare. Men konditionen har gått ner i alla yrkesgrupper. Hos chefer däremot märks ingen förändring. Det visar en ny avhandling från Gymnastik- och idrottshögskolan, GIH. Avhandlingen bygger på hälsoprofilbedömningar från företagshälsovården. Forskarna har ännu inget svar på vad detta beror på. ■



”Det finns behov av en gemensam forskningssatsning inom psykisk hälsa.”

Samarbete bakom forskningssatsning

Psykisk ohälsa ligger bakom många långa sjukskrivningar. Nu satsar arbetsmarknadens parter genom Afa Försäkring och Alecta 30 miljoner kronor på en gemensam forskningssatsning inom psykisk hälsa.

FÖRSÄKRING. Statistik från både Afa Försäkring och Alecta visar att psykiska sjukdomar är en av de vanligaste orsakerna till längre sjukfrånvaro för arbetare och tjänstemän i privat sektor. Det finns därför behov av en gemensam forskningssatsning inom psykisk hälsa.

I december sker en utlysning då forskare kan inkomma med ansökningar om att få delta i forskningsprogrammet. Totalt avsätter man 30 miljoner kronor till ett antal forskningsprojekt. Hur

många är inte fastställt, men man räknar med att bevilja sex till åtta olika studier.

– Forskningssatsningen är en unik möjlighet att få en samlad bild av sjukfrånvaron inom privat sektor, säger Ulrika Hektor, chef för FoU-avdelningen på Afa Försäkring.

– Kan vi lära oss mer om



Ulrika Hektor



Fredrik Palm

hur vi förebygger psykisk ohälsa som resulterar i långa sjukfrånva-

roperioder leder det till minskade skadekostnader för Afa Försäkring och Alecta, samt gynnar Sveriges företag, den svenska ekonomin och inte minst individen, säger Fredrik Palm, produkt- och analyschef på Alecta. ■

Höjd åldersgräns för försäkrade inom privat sektor

FÖRSÄKRING. Nu höjs åldersgränsen för flera av de kollektivavtalade försäkringarna på den privata sidan. Detta efter beslut av Svenskt Näringsliv, LO och PTK. Det är försäkringarna vid arbetsskada, sjukdom och dödsfall som får en ny övre åldersgräns på 66 år. De nya reglerna gäller från 1 januari, respektive den 1 juli i år och berör dem som fyller 65 år efter det datumet. Det nya regelverket kommer att vara implementerat hos Afa Försäkring först under hösten.

De försäkrade som har fått sitt försäkringsärendet avslutat enligt de tidigare bestämmelserna om 65 år och som i och med den nya överenskommelsen har rätt till fortsatt ersättning enligt bestämmelserna om 66 år kommer att bli kontaktade av Afa Försäkring per brev under hösten. Där lämnas information om hur försäkringsersättningen justeras för år 2023. ■



DETTA GÄLLER:

- ▶ AGS (Avtalsgruppsjukförsäkring). Gäller från 1 januari 2023.
- ▶ TFA (Trygghetsförsäkring vid arbetsskada). Gäller från 1 januari 2023.
- ▶ TGL (Tjänstegrupplivförsäkring). Gäller från 1 juli 2023.
- ▶ Höjningen gäller både pågående och nya försäkringsärenden. Äldre bestämmelser ska dock fortfarande gälla för den som har fyllt 65 år före ikraftträdandet den 1 januari 2023 respektive den 1 juli 2023.

GILLA
ARBETSUHVETS MÖTESPLATS
JOBDET



Ett bra tips är att samlas på kontoret och titta på Gilla Jobbet i grupp. Om ni inte är på plats, vill säga.

Flera sätt att uppleva Gilla Jobbet

Det är fullbokat, men väntelista finns.

Dessutom sänds stora delar av eventet live.

GILLA JOBBET. Arbetsmiljöeventet Gilla Jobbet äger rum i Stockholm den 26 oktober. De 2 300 platserna är bokade sedan länge, men det kommer in avbokningar regelbundet och det finns en väntelista.

Men även om du eller dina kollegor inte fick plats, eller om ni inte har möjlighet att vara borta hela dagen, finns det bättre möjligheter än någonsin att ta del av allt spännande innehåll som erbjuds. Gilla Jobbet sänds nämligen i tre parallella direktsändningar. En från Stora scenen där de allra bredaste programpunk-

terna hålls, en från Öppen scenen där det är lite mer av samtal som pågår och en från en föreläsningssal där sammanlagt fem experter delar med sig av sin kunskap under dagen. Registrering för att kunna delta digitalt sker på Gilla Jobbets webbplats.

– En väldigt bra idé som flera arbetsplatser genomfört tidigare är att göra en egen liten Gilla Jobbet-dag på kontoret. Att man samlas och kan titta på de tre olika sändningarna i ett par konferensrum. Gilla Jobbet ska vara en mötesplats och

FAKTA:

- ▶ **Vad:** Stockholm Waterfront/gillajobbet.se
- ▶ **När:** 26 oktober

kan bli det även på kontoret, säger Mats Quist, projektledare för Gilla Jobbet.

Mycket av materialet kommer också att finnas i det digna videobibliotek som Gilla Jobbet har byggt upp under åren. Det kan vara ett bra alternativ om man missar en programpunkt och vill se den i efterhand.

Vad tror du blir speciellt med årets event?

– Helheten är väldigt bra. Det känns roligt att vi kan förstärka känslan av att det är en mötesplats. Vi har mer innehåll som inte är föreläsning utan där man kan samtala och testa olika saker. Det är också roligt att vi har en större lokal där vi kan samla alla besökare. ■

”Gilla Jobbet ska vara en mötesplats och det kan bli det även på kontoret.”

De har högre risk för sjukfall

Det finns en förhöjd risk för långa sjukfall bland kvinnor inom kommuner och regioner.

Psykiska diagnoser vanligast.

TEXT KRISTER ZEIDLER

Ökningen syns överallt

Sedan 2016 har antalet långa sjukfall stadigt minskat. Men under 2021 bröts trenden och de långa sjukfallen ökade igen. I kommuner och regioner ökade de till 23,2 långa sjukfall per 1 000 sysselsatta, vilket kan jämföras med 22,3 under 2020. Även i den privata sektorn ökade de långa sjukfallen, från 17,2 långa sjukfall per 1 000 sysselsatta 2020 till 17,9 2021.

Åldern har en påverkan

Stigande ålder innebär en ökad risk för långvarig sjukfrånvaro. I kommuner och regioner var 63 procent av alla män som drabbades av ett långvarigt sjukfall äldre än 45 år. Motsvarande siffra för kvinnor var 60 procent. I den privata sektorn var 60 procent av alla män som drabbades av ett långvarigt sjukfall över 45 år. Motsvarande siffra för kvinnor var 43 procent.

Kvinnor mest drabbade

Risken för långvarig sjukfrånvaro var 27,2 för kvinnor inom kommuner och regioner, att jämföra med 11,4 för män. Den största yrkesgruppen bland kvinnor och män med både hög risk och flest sjukfall är undersköterskor, vårdbiträden och personliga assistenter. För kvinnor i den privata sektorn är det främst isolerings- och VVS-montörer samt byggnadsträarbetare som drabbas av långa sjukfall. Bland männen är det främst städare och fönsterputsare.

I kommuner och regioner ersattes

27 669 nya långa sjukfall under 2021.

I den privata sektorn ersattes

23 994 nya långa sjukfall.

Två huvudorsaker bakom sjukfallen.



Psykiska diagnoser vanligt

Den vanligaste orsaken bakom långa sjukfall i kommuner och regioner är psykiska diagnoser. Därefter kommer muskuloskeletala diagnoser, som till exempel rygg- och ledsjukdomar och sjukdomar i mjukvävnader. Yrkesgruppen socialt

arbete har högst risk för att bli långvarigt sjuka med en psykisk diagnos. I den privata sektorn är psykiska diagnoser den vanligaste orsaken till långvarig sjukfrånvaro för kvinnor. För män är fortfarande muskuloskeletala diagnoser vanligast.

”Försäkringarna viktigare än någonsin”

Att nå ut med information om de kollektivavtalade försäkringarna kan vara svårt. Därför är det viktigt att samarbeta med arbetsgivaren, menar **Johan Broström**, försäkringsinformatör för Kommunal Region Uppsala. På köpet har han upptäckt att det är roligt att informera!

TEXT KARIN JANSON FOTO KRISTINA SAHLÉN

Hur länge har du varit försäkringsinformatör?

– Jag ärvde uppdraget av en kollega som gått i pension. I början tänkte jag inte så mycket på det, men med tiden blev jag alltmer intresserad och nu tycker jag att det är väldigt roligt. Tyvärr finns det bristande kunskap om de kollektivavtalade försäkringarna ute i verksamheterna.

Hur märks den kunskapsbristen?

– Just anmälan till Afa Försäkring glöms ofta bort, eftersom det ligger på individen och inte hos arbetsgivaren. Ett exempel är det avvikelssystem Region Uppsala har, där arbetstagaren eller arbetsgivaren ska anmäla tillbud. Många tror att de är klara när tillbudet har anmälts där, men efter att vi har stött på finns det nu en länk till Försäkringskassan i systemet och information om Afa Försäkring. Så det har blivit bättre på senare år.

Vad har ni för vanliga skador på arbetsplatsen?

– Region Uppsala är en stor arbetsgivare med runt 15 000 anställda, allt från läkare och sjuksköterskor till lokalvårdare, hantverkare och busschaufförer så det är stor spännvidd. Inom vården är det vanligt med skador vid förflyttningar och sjukskrivningar för mjuka värden, som stress och förslitning. Inom andra yrkeskategorier är det vanligare med skador på grund av tungt arbete, olämpliga arbetsställningar eller ensidigt arbete. Arbetsolyckor är lika vanligt oavsett yrke men jag upplever att anmälningsfrekvensen är något högre inom vårdyrkena.

Hur försöker ni nå ut bredare?

– En stor hjälp är våra skyddsombud och arbetsplatsombud, som ofta hänvisar vidare till oss i försäkringsfrågor och hjälper till att nå ut

med informationen. Förra året hade vi försäkringsdagar tillsammans med bland andra Afa Försäkring och Kommunal. Det var ett första pilotförsök och vi upprepar gärna det igen. Sedan några år tillbaka informerar vi alltid om de kollektivavtalade försäkringarna på arbetsplatsträffar och i dagliga samtal.

Hur ser samarbetet ut med arbetsgivaren?

– Det är jättebra, de deltog på försäkringsdagarna förra året och vi diskuterar alltid försäkringsfrågorna i skyddsombuds- och arbetsmiljögrupper. Arbetsgivaren har också egna försäkringsinformatörer.

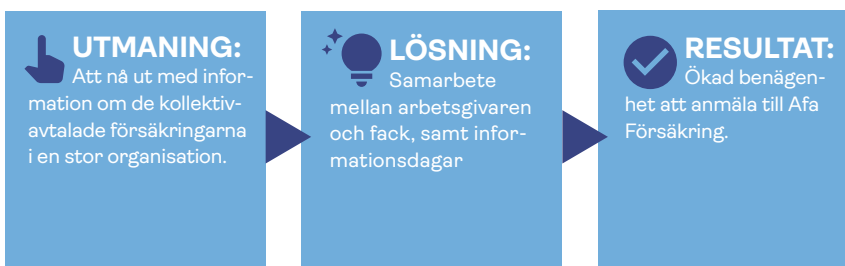
Hur följer ni upp arbetet?

– Det är svårt, men i somras när det var lite lugnare gick jag igenom arbetsskadeanmälningarna och ringde upp fem arbetsgivare som ett stickprov och frågade om de hade anmält till Afa Försäkring. Alla hade gjort det, så känslan är att vårt informerande ger effekt.

Vad får du ut personligen av att vara rådgivare?

– Jag blir glad av att hjälpa när någon haft det tuftt och råkat ut för mycket. Att få ut pengar på försäkringen kan vända hela livet, även när det inte handlar om stora summor. Jag hjälpte till exempel en person som skadat sig på jobbet att få tillbaka karensavdraget från Afa Försäkring, det var inga stora pengar men det hade betydelse för den personen. Arbetet känns kanske

viktigare än någonsin nu när det är svårare tider ekonomiskt. Sedan tycker jag också att det är intressant med försäkringar, det är ett komplext ämne och det är roligt att läsa mer och se vilka möjligheter det finns att hjälpa. ■



Johan Broström blir glad när han kan hjälpa någon som har haft det tufft.

ARBETS
MILJÖ
2022

Arbetsmiljöverket
7 januari 2022





Ica-handlaren Carl-Johan Winblad gör vad han kan för att skapa en trygg arbetsmiljö för sina anställda.

Hot och våld – vardagsmat i butiken

Hot, våld och trakasserier är vardag för många som arbetar inom handeln. Ica Nära i Blå Center i Östersund är inget undantag. Handlaren **Carl-Johan Winblad** och hans personal stöter så gott som dagligen på tjafs och hårda ord på sitt jobb.

TEXT KARIN CEDRONIUS FOTO SANDRA LEE

Klockan närmar sig 22.00 en regnig tisdagskväll i början av oktober. Det börjar bli dags att stänga kvartersbutiken Ica Nära Blå Center i Odenslund för dagen. I kväll är det 20-åriga Madicken Elofsson som jobbar tillsammans med en jämnårig kollega. När de två ska stänga och låsa butiken dröjer sig en berusad äldre herre kvar och vill inte gå. Han tjafsar och ska flirta med tjejerna. Madicken säger åt honom att de stänger men han blir irriterad och börjar svära och bete sig illa. Ilskna ord flyger i luften men till slut lommar han i väg när Madicken Elofsson och hennes kollega båda säger till honom på skarpen.

– Det är ju inte värsta grejen och jag är inte så jättekänslig, men visst är det lite jobbigt. Man lär sig att ta det och för det mesta är det bara att säga till personerna att gå så gör de det. Men ibland kan de vara lite extra jobbiga och börja svära, bråka och kalla oss äckliga och då måste man hjälpas åt för att få ut dem. I värsta fall får vi ringa polisen och be om hjälp men det är inte så ofta, säger Madicken Elofsson, som har jobbat extra i butik sedan gymnasiet och nu jobbar heltid i Ica Nära Blå Center sen ett par år tillbaka.

Butiken ligger i bostadsområdet Odenslund i utkanten av Östersund och här jobbar cirka 25 personer. Kunderna är en blandning av folk som bor i området: många ensamstående men även barnfamiljer och äldre, och många är stammisar. Tyvärr gäller det även de personer som inte alltid beter sig och som återkommande kan dyka upp i butiken för att stjäla varor eller "bara" vara otrevliga och hotfulla mot personalen.

– Sånt där händer flera gånger i veckan. Man vänjer sig, säger Madicken Elofsson.

Att våld, hot och trakasserier tyvärr är vardags-



Madicken Elofsson har vant sig vid hot och andra otrevligheter. Det säger mycket om problemen inom handeln.

”Ibland kan de vara lite extra jobbiga och börja svära, bråka och kalla oss äckliga och då måste man hjälpas åt för att få ut dem.”

mat för personer som arbetar i handeln bekräftas i en rapport från Afa Försäkring från maj 2023. Dessa typer av olyckor står för en femtedel av de allvarliga arbetsolycksfallen i handeln. Många som drabbas är unga, som Madicken Elofsson och hennes kollegor.

– Det är bedrövligt och otroligt frustrerande att det ska vara så här. Vi har varit hyfsat förskonade från tyngre grejer som rån och större stöldlikor men det räcker gott med de problem vi har i form av stöld och trakasserier mot personalen, säger Carl-Johan Winblad, Icahandlare och Madicken Elofssons chef.

Många i hans personalstyrka är yngre och jobbet i butiken är deras första riktiga.

– Jag är stolt över att kunna erbjuda unga människor ett jobb med så fina karriärmöjligheter som inte kräver en eftergymnasial utbildning. Men med tanke på problemen vi har i branschen är det bekymmersamt, för om jag inte kan ge min personal en trygg arbetsplats så riskerar jag att inte kunna behålla dem och min personal är det viktigaste jag har, säger Carl-Johan Winblad, som har drivit butiken i Odenslund sedan 2015.

Han får medhåll av Nina Jelver, säkerhetschef på Svensk Handel.

– I en undersökning bland våra medlemmar svarade 40 procent att de har problem att anställa och behålla personal som en direkt konsekvens av dessa problem. Har man en brottsutsatt butik vill personalen kanske inte vara kvar och man kan tvingas ta in extra bevakning, ändra sina öppettider eller ha mer bemanning än vad som egentligen krävs.

Sådana åtgärder är förstas dyra för handlarna.

– Det blir en jättekostnad. Vi beräknar att det kostar handeln 25 miljarder kronor om året, där 8,5 miljarder är externt svinn och resten är brottsförebyggande åtgärder, säger Nina Jelver.

Men det värsta är förstas ändå de konsekvenser det får för arbetsmiljön.

– Den situation vi ser ute i handeln i dag, där tröskeln har blivit betydligt lägre för vad gärningspersoner tycker att de kan göra, är helt oacceptabel. Det uttalas hot och det har hänt att någon väntat utanför på personalen vid stängning. Vilken annan arbetsplats skulle acceptera en arbetsmiljö där man blir spottad på eller där någon är hotfull eller oförsämd mot en på jobbet? säger Nina Jelver.

Och även om Carl-Johan Winblads butik har varit förskonad från grövre incidenter så är det mer än



Nina Jelver



Det är bekymmersamt för Carl-Johan Winblad att hans medarbetare behöver hantera så många otrevliga situationer i butiken.



”Det är förstås inte alls bra när det uppstår situationer där min personal måste avvisa personer som inte vill betala för sig, är hotfulla eller gör ofredanden.”

nog med de problem de ändå har.

– Vi ligger bara 500 meter från stadens polisstation, kanske är det en avskräckande faktor när det kommer till rån, säger han med ett snett leende och fortsätter sen med mer allvar i rösten:

– Men det är förstås inte alls bra när det uppstår situationer där min personal måste avvisa personer som inte vill betala för sig, är hotfulla eller gör ofredanden. Det är helt oacceptabelt, ändå händer det varje vecka.

Som handlare och chef har han tagit fram speciella säkerhetsrutiner för sin personal, som ska följas om något händer.

Grundregeln är att aldrig försvara varor eller pengar med sitt eget liv som insats.



– Grundregeln är att varor eller pengar aldrig är värda att försvara med sitt eget liv och att man alltid lugnt ska lämna över det förövaren vill ha och samtidigt försöka lägga märke till tidpunkt och signalement och se till att larma så fort som möjligt. Sen har vi även tekniska hjälpmedel som kameror och larm förstås, säger Carl-Johan Winblad.

Om det sker något mer allvarligt har butikens ansvariga alltid en debriefing med personalen och går igenom det som hänt, vad man kan lära av det och om det behövs ytterligare hjälp till den som drabbats.

20-åriga Madicken Elofsson tar trots allt sin

HOT, VÅLD OCH RÅN I HANDELN

- ▶ Inom handeln är det vanligare än inom andra yrkesgrupper att hot, våld och rån är orsaken till ett allvarligt arbetsolycksfall.
- ▶ En femtedel av de allvarliga arbetsolycksfallen i handeln beror på hot, våld och rån.
- ▶ Medelåldern hos dem som drabbas är lägre än i andra branscher. 61 procent av de drabbade är mellan 16 och 35 år.
- ▶ Det vanligaste brottet är att bli hotad vid rån och näst vanligast är rånmisshandel.
- ▶ Statistiken har ett stort mörkertal eftersom många "mindre allvarliga" hot och trakasserier aldrig anmäls.

KÄLLOR: AFA FÖRSÄKRING OCH SVENSK HANDEL



Sena kvällar kan butiken vara ganska öde.

arbetsituation med ro, kanske tack vare att hon är en person som inte jagar upp sig i onödan, resonerar hon.

– Jag känner mig inte otrygg på jobbet och går inte runt och oroar mig för att något värre, som ett rån, ska hända. Men visst kan man tänka på det någon gång ibland, speciellt om man hör att det har hänt någon annanstans, säger Madicken och tillägger:

– Men jag har kollegor som tycker det är lite värre och som tar åt sig och tycker det är obehagligt när någon kund är jobbig och hotfull.

Handlaren Carl-Johan är frustrerad över situationen och påpekar att det är ett större samhällsproblem som vi måste få bukt med.

– Som jag ser det är det ett problem för hela samhället att det är i princip gratis att starta sin kriminella bana eftersom ingenting händer förrän du kommer upp till ett straffvärde på ett år eller mer. Många av de brott som sker i våra butiker har lägre straffvärde än så i dag, så där måste det ske en förändring.

Men trots den stora frustration han känner finns det hopp hos Carl-Johan Winblad.

– Jag tror tyvärr inte att vi har sett kulmen på den här utvecklingen än. Men med det sagt så älskar jag ju mitt yrke och att få se människor utvecklas och växa. Det vill jag fortsätta med, så jag ger inte upp. Det här ska vi lösa tillsammans som samhälle! ■



Forskning som hänger på håret

Genom att mäta stresshormonet kortisol i hårstrån kan man se om en person löper risk för hjärt-kärlsjukdom.
 – Metoden kan användas till arbetsmiljöforskning inom specifika yrken, säger Tomas Faresjö, professor i allmänmedicin vid Linköpings universitet.

TEXT KARIN JANSON

För ungefär tio år sedan började Tomas Faresjö och hans forskargrupp med den första studien för att mäta långtidsstress i hårstrån. Stressen mäts genom en biomarkör för hormonet kortisol.

– Den vanliga metoden är att mäta kortisol i saliv, men då mäter man bara hur det har sett ut den senaste kvarten, hur stressad personen är just nu. För att få ett mätvärde på långtidsstress behöver man mäta flera gånger om dagen under lång tid. Fördelen med att mäta kortisol i hårstrån är att det berättar om hur stressen sett ut de senaste månaderna.

Risk för hjärtinfarkt hänger ihop med ett antal faktorer som rökning, högt blodtryck och höga kolesterolvärden. Nu kan förhöjt kortisol under längre tid läggas till riskbilden. Forskarna har analyserat hårprover från deltagare i den stora studien Scapis, som Hjärt-lungfonden driver.

– Det är Sveriges största medicinska studie med 30 000 deltagare. Vi fick klippa lite hår på 5 000 människor, alla i åldern 50 till 65, säger Tomas Faresjö.



Tomas Faresjö

Sedan analyserades hårprover från 200 personer med konstaterad hjärtinfarkt.

– Vi kontaktade kardiologklinikerna på tre större sjukhus och deltagarna fick svara på samma frågor som i Scapisstudien. När de skrevs ut analyserade vi



Hårprover avslöjar stress.

deras hår. Vi ville se hur det sett ut före hjärtinfarkten. Sedan jämförde vi det med normalbefolkningen, det vill säga deltagarna i Scapis.

Resultatet visade att personerna som haft en hjärtinfarkt hade tydligt förhöjda kortisolnivåer en månad innan infarkterna utlöstes. Samtidigt sjönk testosteron-nivåerna.

– Det här visar på en biologisk stress, att testosteron-nivåerna sjunker stämmer med grundläggande biologi, vilket är ett viktigt genombrott, säger Tomas Faresjö.

Exempel på faktorer bakom långtidsstress kan vara dålig ekonomi, konflikter på jobbet och dåliga chefer.

– Svaren på intervjuerna i Scapisstudien visar att det är de saker vi inte kan påverka som gör oss mest stressade. Stödet från de närmaste cheferna är en sådan sak, men också vilka kollegor vi har. De

”Det är de saker vi inte kan påverka som gör oss mest stressade.”

män och kvinnor som hade dåligt stöd från sina närmaste chefer hade högre kortisolnivåer. Kvinnor verkar också vara mer påverkade av kollegorna, där såg vi ett mindre samband för män.

Det här visar hur viktigt det är att följa upp långtidsstress och jobba för att chefer ger rätt stöd till sina anställda, betonar Tomas Faresjö.

– Det är till exempel viktigt att företagshälsovården tar upp stressen som en konkret fråga och frågar människor hur det ligger till med den.

Innan mätmetoden kan komma att användas inom primärvården dröjer det säkert tio år, menar Tomas Faresjö. Han ser stor potential i att fortsätta forskningen med det nya mätverktyget.

– En tänkbar studie är att undersöka långtidsstress inom olika yrken. Vi vet att vissa yrken är mer stressande än andra, men det behövs mer forskning och kartläggning med många deltagare, säger han. ■

FAKTA

► Tomas Faresjö, professor vid Linköpings universitet, har ingått i, och fått finansiering av Afa Försäkring, det femåriga FoU-programmet "Ett arbetsliv utan hjärt- och kärlsjukdom" med forskningsprojektet "Långtidsstress i den yrkesverksamma befolkningen – ökar det risken för hjärt-kärlsjuklighet?".

När **Maria Wadin** drabbades av en arbetsskada fick hon lösa allt själv kring sina rättigheter. I dag hjälper hon andra att få rätt ersättning.

TEXT PER CORNELL
FOTO PÅR OLERT, UNSPLASH,
SHUTTERSTOCK

Olyckan gjorde Maria mer engagerad



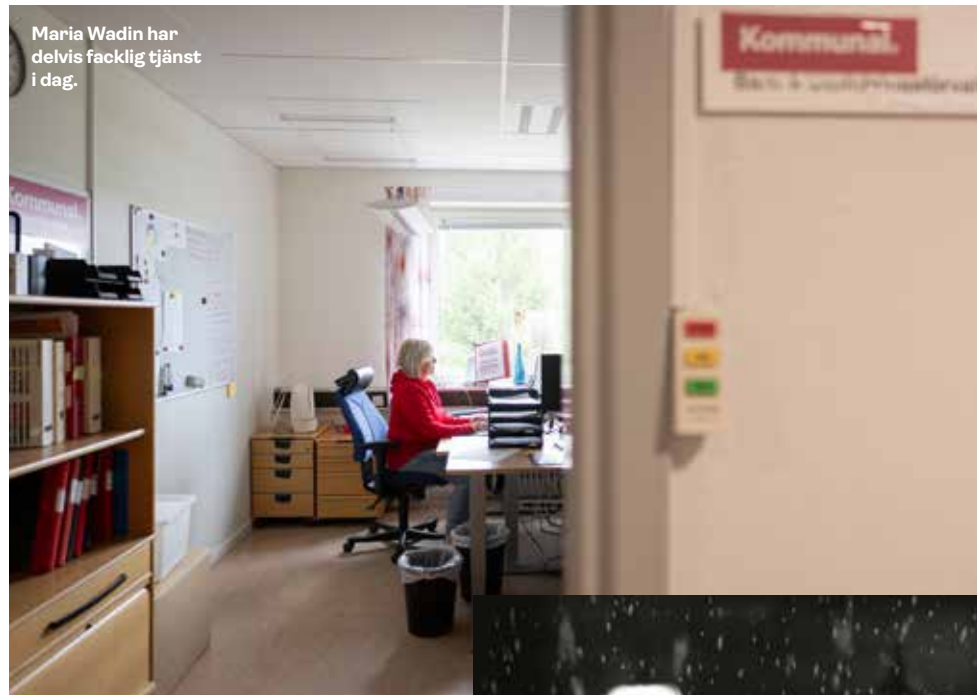
Det har gått några år sedan den olycksaliga morgonen en kall januaridag. Men Maria Wadin känner fortfarande av skadan som hon ådrog sig i vänster arm den dagen. Efter några dagars blidväder frös det på under natten och ett tunt lager pudersnö la sig ovanpå isen på hennes uppfart utanför villan i Sundsvall. Maria Wadin började tidigt denna dag och skulle bara sopa av bilen innan hon for till jobbet. Men då tappade hon fotfästet i halkan och föll över sin vänstra arm.

– Jag blev liggande en stund för det gjorde riktigt ont. Men eftersom jag kunde röra på fingrarna tänkte jag att inget kunde vara brutet i alla fall.

Så trots den intensiva smärtan i handleden satte hon sig bakom ratten och körde till jobbet, även om det var svårt att använda handen. Kollegorna fick höra om fallet och när de märkte vilken smärta hon kände och såg den begynnande svullnaden var det en av kockarna på förskolan som körde in Maria till akuten.

– Jag var inte den enda som hade halvat den här morgonen. Det var fullt kaos på sjukhuset, men så småningom blev jag undersökt och röntgad. Men det värsta var själva gipsningen.

För det visade sig att ett ben i underarmen, strålbenet, var brutet. För att kunna gipsa behövde det först sträckas ut. Två personer drog ut Marias arm för att skelettet skulle hamna rätt. Det var mycket smärtsamt och smärtan satt kvar under en längre tid.



Maria Wadin har delvis facklig tjänst i dag.

”Ganska direkt efter olyckan var det någon liten klocka som ringde om att det här skulle kunna räknas som en arbetsskada.”

Som barnskötare på en småbarns-avdelning säger det sig självt att Maria var tvungen att vara sjukskriven. Bljbyten och vinterkläder var omöjligt att klara med en bruten och gipsad arm. Efter fem veckor i gips kunde hon börja jobba halvtid igen, men med mer administrativa uppgifter. Först i maj var hon tillbaka på full tid.

– Det var jobbigt att vara sjukskriven och perioden med gips var ganska tuff. Jag klarade inte de enklaste uppgifter själv så det var tur att min sambo kunde hjälpa mig så mycket. Han fick göra det mesta hemma. ▶





Det fackliga engagemanget har ökat efter olyckan.

Ganska direkt efter olyckan var det någon liten klocka som ringde om att det här skulle kunna räknas som en arbetskada trots att det skedde på uppfarten hemma. Efter lite googlande hamnade Maria på Afa Försäkrings webbplats och hon hade inga problem med att lista ut hur hon skulle göra för att anmäla sin skada. Den räknades som ett färdolycksfall och det tog inte lång tid innan hon fick ersättning för diverse direkta kostnader hon haft i samband med olyckan: akutavgiften, resekostnader, läkemedel med

mera ersattes direkt med cirka 2 000 kronor. Eftersom hon var sjukskriven längre än 90 dagar fick hon också från Afa Försäkring ersättning genom sjukförsäkringen.

Något år senare gjordes en uppföljning av hennes ärende och det konstaterades att skadan har gett henne vissa lindriga men för livet. Hon blev därför ersatt för invaliditet av den lägsta graden: tre procent. Dessutom har Maria blivit ersatt för sveda och värk samt för framtida kostnader. Sammanlagt har hon fått närmare 45 000 kronor från Afa

”Bland annat har jag hjälpt en bekant som visade sig ha rätt till 97 000 kronor i efterhand. Det är väldigt mycket pengar.”

Försäkring efter olycksfallet.

– Det betyder väldigt mycket. Det kostar mycket att bli sjuk, samtidigt som man tappar i inkomst.

Maria har också sig själv att tacka för att hon fick sin ersättning. Om hon inte själv hade undersökt sina rättigheter hade det troligtvis inte blivit någon ersättning alls. Ingen av hennes chefer hade nämligen koll på att hon var försäkrad för detta genom sitt kollektivavtal.

– Jag har varit fackligt engagerad länge, men efter det som hände mig har mitt engagemang bara ökat. Jag är nu huvudskyddsombud via Kommunal och kommer att jobba fackligt fyra dagar i veckan i höst. Jag har också blivit försäkringsinformatör via Afa Försäkring.

Maria känner att hon kan göra mycket nytta genom att sprida kunskap bland Sundsvalls kommuns anställda kring kollektivavtalade försäkringar och hon har redan sett till att kollegor och bekanta har fått ersättning.

– Bland annat har jag hjälpt en bekant som visade sig ha rätt till 97 000 kronor i efterhand. Det är väldigt mycket pengar.



Maria har hjälpt många kollegor att söka ersättning.



Sundsvall i vinterskrud.

Det som driver Maria är att många chefer inte har koll på de anställdas rättigheter. Då är det lätt hänt att man missar de kollektivavtalade försäkringarna.

– Det är inte alls svårt att anmäla till Afa Försäkring. Men man måste känna till att de finns. Jag tycker det är väldigt olyckligt att vissa missar sin ersättning och att andra anlitar olika privata bolag som ska hitta försäkringspengar åt dem och då tar en stor del av ersättningen. Det ger mig väldigt mycket att kunna hjälpa andra med detta. Och att kunna jobba fackligt med arbetsmiljöfrågor är stimulerande. ■

Försäkringen som nio av tio i arbetslivet har

Trygghetsförsäkringen vid arbetsskada, TFA, ger skydd för en stor majoritet i svenskt arbetsliv. Den skapades av arbetsmarknadens parter för att arbetstagare inte skulle behöva driva civilrättsliga processer mot sina arbetsgivare. Själva grundtanken med försäkringen är att ingen ska drabbas ekonomiskt vid en arbetsskada.

TFA ersätter väldigt mycket, men det finns också saker som den inte ersätter. Exempelvis är det ibland svårt att bedöma vad som är ett olycksfall på jobbet och vad som inte är det. Reglerna kring arbetsskada är också andra vid distansarbete från hemmet.

Den vanligaste typen av skada beror på fallolyckor. För personer som skadar sig allvarligt fungerar försäkringen på flera nivåer. Den ersätter direkt den förlorade arbetsinkomsten som uppstår. Den ersätter också för sveda och värk, medicin- och läkarvårdskostnader och invaliditet. Kan den skadade inte fortsätta arbeta efter skadan eller tvingas byta arbete ersätter försäkringen den inkomstförlust som uppstår som överstiger

7,5 prisbasbelopp. Drabbade ska kunna leva som tidigare i den mån det är möjligt. Därför ersätter försäkringen också till exempel för viss skötsel av hus och trädgård. Dessutom kan den ersätta efterlevande till personer som avidit till följd av arbetssjukdomar.



Åsa Frisé

Vad betyder den här försäkringen för svenskt arbetsliv?

– Den är väldigt viktig för människor. Alla med kollektivavtal omfattas, liksom de med hängavtal och dessutom en hel

del privata företag som valt att teckna TFA eftersom försäkringen både är bra och har en låg premie, säger Åsa Frisé, skadespecialist på Afa Försäkring. **Vad kan arbetsgivarna och facken göra för att den också ska användas?** – Påminna de anställda, för det är långt ifrån alla som känner till att deras arbetsgivare har tecknat denna försäkring åt dem. ■

SÅ FUNKAR TFA

- ▶ Vid olycksfall i arbetet, eller vid olyckor till eller från jobbet som beror på en kortvarig, ovanlig och oförutsedd händelse som fall, benbrott eller skärskador.
- ▶ Den gäller också vid olyckor som sker vid hemarbete om den har samband med själva arbetet.
- ▶ Vid arbetssjukdom som beror på något skadligt i arbetsmiljön under en längre tid som påverkar hälsan. Exempelvis tungt arbete, buller eller farliga ämnen.

Guiden till de olika försäkringarna

Nästan alla i svenskt arbetsliv är försäkrade via Afa Försäkring. Här reder vi ut vad som gäller för olika kollektiv på arbetsmarknaden.

TEXT PER CORNELL FOTO ERIK CRONBERG/RATIO

Kollektivavtalad försäkring fyller 60 år i år. Idén är en viktig del av den svenska modellen. Det började med en livförsäkring och fortsatte med försäkring vid sjukdom och arbetsskador. Nu finns även försäkring mot arbetsbrist och vid föräldraledighet. För att det ska finnas bra försäkringar som skapar trygghet på den svenska arbetsmarknaden har arbetsmarknadens parter förhandlat fram försäkringslösningar som gynnar alla.

De kollektivavtalade försäkringarna kompletterar de lagstadgade. Vid sjukdom till exempel, får man ersättning både från Försäkringskassan (lagstadgat) och från något av de försäkringsbolag som hanterar den kollektivavtalade sjukförsäkringen.

Om en arbetsgivare har kollektivavtal eller har tecknat försäkringarna utan att ha kollektivavtal, omfattas de anställda.

– Försäkringarna gör så att skillnaden i inkomst inte blir så stor om man råkar ut för något. De kompletterande ersättningarna blir bara viktigare och viktigare i svåra tider som vi har nu, säger Sara Kilander, verksamhetschef trygghetsförsäkring, Afa Försäkring.



Sara Kilander

Men lösningarna ser lite olika ut för olika kollektiv. Den Afa-försäkring som omfattar allra flest är arbetsskadeförsäkringen (TFA). Har ni kollektivavtal eller om ni tecknat försäkringen utan kollektivavtal så omfattas alla anställda.

– Vid arbetsskada är det ganska



Lotta Stern

”Försäkringarna gör så att skillnaden i inkomst inte blir så stor om man råkar ut för något.”

enkelt. Då hör man till oss. Cirka nio av tio som arbetar i Sverige har någon av våra försäkringar, säger Sara Kilander.

Sjukförsäkringen AGS och AGS-KL gäller alla utom privat och kooperativt anställda tjänstemän samt anställda inom staten. Dessa kollektiv har sin kollektivavtalade sjukförsäkring hos andra försäkringsgivare (se grafik).

Föräldraförsäkringen (FPT), som är ett komplement till den offentliga föräldraförsäkringen, gäller endast privat och kooperativt anställda arbetare. Övriga kollektiv har andra lösningar där arbetsgivaren oftast står för tillägget. Livförsäkringen (TGL) och avgångsbidraget (AGB) gäller bara för privatanställda arbetare. Men även där finns det andra lösningar för de övriga kollektiven.

Lotta Stern, vd på näringslivets forskningsinstitut Ratio och själv forskare inom organisation och arbetsliv, pekar på att de kollektivavtalade försäkringarna är en viktig men lite okänd del av den svenska modellen.

– Jag har intervjuat många företag som inte har kollektivavtal. Det jag märker är att de ofta ändå förhåller sig till de förmåner som finns genom kollektivavtalen. Och det är många som tecknar dessa försäkringar ändå, vilket tyder på att de har blivit norm och även på att de är konkurrenskraftiga.

Hur bedömer du nyttan med sådana här försäkringar?

– De gör naturligtvis en stor nytta i och med att de ger anställda trygghet. Samtidigt är det en lösning som är tillräckligt bra för arbetsgivarna. De får ett färdigt paket och måste inte hitta på allt själva. Förhandlingslösningens stora styrka är att den är tillräckligt bra för båda parter. ■

FAKTA: FLERA NIVÅER AV FÖRSÄKRINGSSKYDD



Så här hänger de kollektivavtalade försäkringarna ihop:

	ANSTÄLLDA						
HÄNDELSE	Anställd i kommun, region, Svenska kyrkan och kommunala företag	Privatanställd arbetare	Privatanställd tjänsteman	Kooperativt anställd arbetare	Kooperativt anställd tjänsteman	Statligt anställd	
Sjukdom	Afa Försäkring (AGS-KL)	Afa Försäkring (AGS)	Alecta (ITP)	Afa Försäkring (AGS)	Folksam eller Alecta	Statens tjänstepensionsverk (PA16)	
Arbetskada	Afa Försäkring (TFA-KL)	Afa Försäkring (TFA)	Afa Försäkring (TFA)	Afa Försäkring (TFA)	Afa Försäkring (TFA)	Afa Försäkring (PSA)	
Föräldraledig	Arbetsgivare	Afa Försäkring (PPT)	Arbetsgivare	Afa Försäkring (PPT)	Arbetsgivare	Arbetsgivare	
Dödsfall	KPA Pension (TGL-KL)	Afa Försäkring (TGL)	Valbara bolag (ex. Alecta)	Folksam (AGL)	Folksam eller valbara bolag (ex. Alecta)	Statens pensionsverk (TGL)	
Uppsägning på grund av arbetsbrist	Omställningsfonden (Kompetens- och omställningsavtalet KOM-KR)	Afa Försäkring (AGB) Trygghetsfonden TSL (Omställningsstöd)	Trygghetsrådet TRR (Omställningsavtal)	CIKO (Omställningsavtal KFO-LO)	CIKO eller Trygghetsrådet TRS (Omställningsavtal)	Trygghetsstiftelsen (Omställningsavtal)	

Vi bad tre arbetsmiljöexperter som deltar på Gilla Jobbet den 26 oktober att välja ut några viktiga punkter utifrån sitt perspektiv och expertområde.

Vilka är dina viktigaste budskap när du talar på Gilla Jobbet?

Tommy Wilén, ergonom som ska tala om gerilla-ergonomi:

” Det jag vill trycka på är hur viktigt det är med variation under arbetsdagen. Sitter du ergonomiskt rätt hela dagen får du ändå ont i ryggen. Vi behöver byta plats och position ofta för att helheten ska bli bra. **Alla yrken och branscher har olika problem och förutsättningar**, men en likhet är att alla behöver hitta variationen i arbetet. Mycket kan man göra själv, det är därför jag kallar ämnet gerillaergonomi. Det går inte att bara vänta på att en ergonom ska tala om för dig hur du ska sitta. Men vi påverkas också av traditioner i yrket och hur arbetet är organiserat.



Tommy Wilén har talat på Gilla Jobbet tidigare.



Mikael Rehnberg, arbetsmiljöutbildare och forskare som ska tala om stress och ohälsa:

” Vi borde inte behöva ha 30 000 personer som blir sjukskrivna för utmattning varje år. **Så svårt är det faktiskt inte att upptäcka och förebygga stressrelaterad ohälsa**. Jag delar med mig av de verktyg som finns. Det handlar mycket om att skapa grundläggande strukturer. Om fler arbetsgivare och företag fick upp ögonen för den starka koppling som finns mellan nöjda medarbetare, hälsa, prestation och produktivitet skulle mycket kunna bli bättre i arbetslivet och i samhället.



Cecilia Österman, forskare och arbetsmiljöutbildare som ska tala om SAM:

” Jag slår ett slag för det strategiska arbetsmiljöarbetet. Vad är det för nytt med det, kanske någon undrar. Inget, men det är ständigt aktuellt, som jag ser det. När chefer och skyddsombud arbetar tillsammans för att förbättra arbetsmiljön blir de flesta problem lättare att lösa. **Arbetsmiljöarbetet behöver inte vara så komplicerat, det går att få mycket gjort med små medel**. Dessutom vill jag visa att det kan vara riktigt roligt att jobba med.