

# Få friskare medarbetare

– komplettera med arbetsmiljö och hälsotjänster

Inom ramen för Skandias Hälsokedja erbjuds ett flertal arbetsmiljö- och hälsotjänster tillsammans med vår samarbetspartner Sophiahemmet Rehab Center och deras partners inom hälsa. Använd oss som ett komplement eller alternativ till traditionellt upphandlad företagshälsovård för att få friskare medarbetare.

## VÅRA HÄLSOTJÄNSTER ÄR:

### **Chefsstöd**

Utveckling av ledarskap, individuellt för en ledare/chef eller en mindre grupp av ledare/chefer, under handledning av en legitimerad psykolog. Det kan gälla till exempel hantering av svåra medarbetarsamtal, kommunikationsfärdigheter och hantering av egna och andras krav på ledarrollen.

### **Konflikthantering**

Analys av problembild genom individuella psykologsamtal med de berörda samt återkoppling med rekommendation om fortsatta åtgärder. Exempel på fortsatta åtgärder kan vara gemensamma möten med de inblandade och psykologen och/eller ett Chefsstöd.

### **Psykologföreläsningar/workshops**

Föreläsningar av legitimerad psykolog för era medarbetare;

- Tidiga tecken på stress och hur stress kan hanteras och förebyggas
- Sömn

Föreläsningar/workshops av legitimerad psykolog för chefer;

- Tecken på ohälsa och stress med fokus på ledarskap
- Ledarskap på distans
- Ledarskap för hybridkontoret

### **Ergonomiföreläsningar/ronder kopplat till bildskärmsarbete**

- Föreläsning bildskärmsergonomi
- Ergonomigenomgång i grupp
- Ergonomirond med belastningsergonomisk riskbedömning



### **Kombinationsföreläsning av ergonom och psykolog**

Föreläsning om fysisk och social arbetsmiljö för det nya hybridkontoret. Hur ergonomi kan förebygga och minska risken för belastningsrelaterade besvär vid bildskärmsarbete samt hur psykosociala risker och stress på arbetsplatsen kan förebyggas.

### **Utredning av kränkande särbehandling**

Faktainsamling genom intervjuer, av legitimerad psykolog, med berörda personer och insamling av underlag till en skriftlig rapport om kränkande särbehandling har förekommit eller inte.

### **Krisstöd**

Krisstöd som omfattar stöttning, per telefon av legitimerad psykolog eller legitimerad psykoterapeut, till ledning/chefer. Stöd ges i form av vad som kan göras i det uppkomna läget och hur krishantering kan organiseras inom företaget och för de medarbetare som drabbats av en specifik krishändelse.

Överenskommelse görs om vilka av insatserna nedan som ska utföras.

- Krisstöd för ledning/chef på plats
- Krisstöd för medarbetare per telefon
- Gruppsamtal för medarbetare på plats
- Individuell kristerapi för medarbetare

### **Allmän hälsoundersökning (tillgängligt i Stockholm)**

Hälsoundersökning på mottagningen hos sjuksköterska och läkare. Omfattande labprovtagning samt blodtryck, lungfunktion, EKG, syntest och hörselkurva. Läkarbesök för fysikalisk undersökning och återkoppling av resultatet. Digital resultatrapport till medarbetaren.

### Hälsoundersökning med företagsrapport

Hälsoundersökning, på mottagning eller på företagets kontor, med skriftlig läkaråterkoppling. Hälsodeklaration med frågor om sjukdomar, livsstilsvanor, ärftlighet och arbetsmiljö. Omfattande labprovtagning samt blodtryck och lungfunktion. Tillvalsmöjlighet av läkarsamtal per telefon eller video. Digital resultatrapport till medarbetaren. Företagsrapport som kan användas som del i företagets arbetsmiljöarbete.

### Hälsotest med företagsrapport

Hälsotest, på mottagning eller på kundens kontor, med skriftlig läkaråterkoppling. Hälsodeklaration med frågor om sjukdomar, livsstilsvanor, ärftlighet och arbetsmiljö. Mindre labprovtagning samt blodtryck. Tillvalsmöjlighet av läkarsamtal per telefon eller video. Digital resultatrapport till medarbetaren. Företagsrapport som kan användas som del i företagets arbetsmiljöarbete.

### Beroendutredning/behandling (alkohol, droger, spel)

- Beroendutredning/kartläggning med medicinsk provtagning och Chefsstöd
- Beroendebehandling med Chefsstöd

### Hjärt- och lungräddning

Hjärt- och lungräddningsutbildning för vuxna med hjärtstartare

### Sjuk- och friskanmälningstjänst

Sjuk- och friskanmälningstjänst med digital plattform för administration och dokumentation

- *Premium*; kontakt med sjuksköterska dag 1 samt dag 3
- *Bas+*; valbar kontakt dag 1 och kontakt med sjuksköterska dag 3
- *Instegstjänst*; ingen kontakt med sjuksköterska
- *Tillval Rehabkollen*; stödverktyg för dokumentation av rehabiliteringsarbetet redan från första sjukdagen och för att överskådligt sätt kunna följa vilka åtgärder som är genomförda och vilka insatser som står på tur att genomföra

### Digital medarbetarundersökning med AI

Digital medarbetarundersökning med veckovisa utskick av fyra forskningsbaserade korta frågor till medarbetarna. Via artificiell intelligens avgörs vilka frågor som ska skickas till vilka medarbetare. Verkttyget samlar in och processar data om välmående i det dagliga arbetet och erbjuder företaget en heltäckande och verklighetsbaserad bild i realtid av medarbetarnas upplevelse.

### Vill du få friskare medarbetare?

Arbetsmiljö- och hälsotjänsterna samverkar med Skandias hälso- och vårdförsäkringar. Om hälsorisker identifieras i samband med leverans av tjänsterna, kan dina medarbetare få snabb kontakt och hjälp via vår Hälsosluss beroende på vilka försäkringar företaget har hos Skandia. Är du intresserad av kompletterande arbetsmiljö- och hälsotjänster är du välkommen att kontakta [Hälsoslussen för arbetsgivare](#)