

## Aktuelt om Arbejdsmiljø nr. 2 - marts 2021

---

Snart er det påskeferie, og alle får en velfortjent pause. Vi har valgt at udgive et lille nyhedsbrev blandt andet for at få formidlet, at der stadig er pladser på to virtuelle kurser for nye arbejdsmiljørepræsentanter inden sommerferien. Herudover får du blandt andet viden om test-steder, digital chikane og nyere materialer fra BrancheFællesskabet for Arbejdsmiljø for Velfærd og Offentlig administration. Som altid gælder, at du kan nøjes med at nærlæse det, som er relevant for dig lige nu - og resten kan vente, indtil du får brug for det.

Rigtig god påske.

### Ledige pladser på introkursus for nye arbejdsmiljørepræsentanter netop nu

Den 13.-14. april og 10.-11. maj afholder foreningen 2-dages virtuelt introduktionskursus for nye arbejdsmiljørepræsentanter. Her kan du få den nyeste viden om fysisk og psykisk arbejdsmiljø. Du kan tilmelde dig det første kursus her: [DLF - Kursusportal](#) og det andet kursus her: [DLF - Kursusportal](#).

### COVID-19 test-steder mv.

Det er nu muligt at finde samlet nyt fra myndighederne vedr. COVID-19 på hjemmesiden [coronasmitte.dk](#). Du kan blandt andet finde faste test-steder og yderligere råd og regler for din kommune ved at klikke på danmarkskortet.

### Digital chikane - regler for virtuel undervisning

Foreningen får i øjeblikket i stigende grad henvendelser med spørgsmål om reglerne for virtuel undervisning i forhold til elever, som f.eks. lader andre kigge med på undervisningen eller tager billeder af læreren undervejs. Vi gør derfor opmærksom på, at når elever modtager virtuel undervisning, er undervisningen kun for elevens øjne og ører. Det vil sige, at familiemedlemmer eller kammerater fra andre klasser ikke skal kigge med.

Det kræver som udgangspunkt samtykke, når elever filmer læreren undervejs eller tager screenshots af lærere for at dele det på sociale medier.

Hvis du eller dine kolleger oplever, at elever har filmet og delt optagelser, skal I kontakte jeres skoleleder og kredsen, så episoderne tages alvorligt og håndteres som et arbejdsmiljøproblem.

Du kan finde reglerne i vores pjece om krænkelser: [Krænkelser som pjece \(dlf.org\)](#).

### Metode til forventningsafstemning af kvalitetsniveau - over eller under standard

Vi har tidligere omtalt metoden *"Over eller under standard"*, som kan anvendes til en kombineret drøftelse af opgaveprioriteringer og kvalitetsniveau. Hvis I har for mange opgaver og ønsker at drøfte balancen mellem ressourcer og indsats, kan I lade jer inspirere af metoden til f.eks. at få talt om, hvornår en opgave er løst godt nok.

På Kløver-Skolen i Sønderborg har skolens TRIO på 11 personer sammen med en konsulent fra SPARK brugt metoden til at tale om forventninger til opgaveløsningerne. Metoden har bidraget til, at de har aftalt fælles standard(er), så de undgår at presse hinanden unødigt ved at sætte barren for højt. Og målet med aftalerne er, at alle kan holde sig 'langtidsfriske' i et miljø med høje følelsesmæssige krav.

SPARK står for Samarbejde om Psykisk Arbejds miljø i kommunerne og er gratis bistand sparring om det psykiske arbejdsmiljø til lokale TRIO/MED-udvalg på kommunale arbejdspladser. Konsulenterne er partsneutrale og skræddersyr forløb i samarbejde med arbejdspladsen. Udgangspunktet er altid det, der optager arbejdspladsen.

Du kan læse mere om metoden her: [Skole fik redskaber til at tackle forandringer og høje følelsesmæssige krav | VPT.](#)

## Styrkelse af arbejdsfællesskabet

Arbejdsfællesskabet er udfordret af corona pga. de mange ændrede arbejdsgange og måder at mødes på. Derfor kan der være behov for at sætte fokus på det gode arbejdsfællesskab under corona eller senere, når I synes, at I er på vej mod en normal hverdag. Når I føler jer klar til at drøfte jeres arbejdsfællesskab, kan I finde to gode pjecer med værktøjer fra BFA.

Den ene pjece hedder: *"Styrket samarbejde"* og består af både viden og spørgsmål til dialog om samarbejde, inddragelse og professionel kapital. Du kan finde pjecen og lytte til 5 podcasts med erfaringer fra skoler og eksperter her: [Styrket samarbejde \(arbejds miljoweb.dk\).](#)

Den anden pjece er: *"Stærkere sammen. Brikker til at velfungerende arbejdsfællesskab"*. I pjecen beskrives et stærkt arbejdsfællesskab som et puslespil med fire brikker, der skal falde godt i hak. Brikkerne er:

- Det organisatoriske fællesskab - ansvaret for helheden og samhørigheden på tværs i organisationen.
- Det opgaverettede fællesskab - samarbejdet om at løse dagligdagens konkrete opgave.
- Det faglige fællesskab - sammenholdet om et fag, en profession, en jobtype eller en arbejdsfunktion.
- Det kollegiale fællesskab - de personlige, sociale relationer på arbejdspladsen.

Der gives en introduktion til hver af brikkerne og stilles spørgsmål, der guider til en drøftelse af forholdet. Værktøjet finder du her: [Stærkere sammen. Brikker til et velfungerende arbejdsfællesskab \(arbejds miljoweb.dk\).](#)

## Risikovurdering - fysisk og psykisk

God forebyggelse og risikovurdering er essensen af godt arbejdsmiljøarbejde og naturligvis ekstra vigtigt under en pandemi. Der findes 9 generelle principper for forebyggelse, som også er nævnt i den nye bekendtgørelse om psykisk arbejdsmiljø. De lyder:

1. Forhindring af risici.
2. Evaluering af risici, som ikke kan forhindres.
3. Bekæmpelse af risici ved kilden.
4. Tilpasning af arbejdet til mennesket.
5. Hensyntagen til den tekniske udvikling.
6. Udskiftning af det, der er farligt.
7. Planlægning af forebyggelsen
8. Vedtagelse af foranstaltninger til kollektiv beskyttelse.
9. Hensigtsmæssig instruktion af arbejdstagerne.

Du kan læse mere om principperne på BFA's hjemmeside her: [De generelle principper for forebyggelse i arbejdsmiljøindsatsen \(godtpsykiskarbejds miljoweb.dk\)](#) og på Arbejdstilsynets hjemmeside, hvor også bekendtgørelsen om psykisk arbejdsmiljø fra november 2020 ligger: [Psykisk arbejdsmiljø - Arbejdstilsynet \(at.dk\).](#)

Der findes både fysiske og psykiske risici. Pointen med risikovurdering er at få øje på potentielle problemer. Herefter skal der iværksættes forebyggende tiltag, som modsvarer risici, så arbejdet kan udføres sikkerheds- og sundhedsmæssigt forsvarligt.

Mange finder det nemmere at gennemføre fysisk risikovurdering frem for psykisk. BFA har udviklet værktøjer, som kan anvendes til at arbejde systematisk med psykisk risikovurdering i arbejdsmiljøgruppen.

Først og fremmest skal de mulige problemer på arbejdspladsen undersøges og synliggøres. Og så skal kollegerne inddrages i at finde kollektive løsninger, som kan iværksættes. Til slut skal der evalueres på de iværksatte forebyggende indsatser.

Her finder du to skemaer til risikovurdering, som begge har fokus på, at man sammen på arbejdspladsen får øje på risici og aftalt forebyggende handlinger: [Brug den fælles læring til at styrke forebyggelsen \(godtpsyiskarbejdsmiljo.dk\)](http://godtpsyiskarbejdsmiljo.dk) samt [Metode: Risikovurdering af de potentielle problemer \(godtpsyiskarbejdsmiljo.dk\)](http://godtpsyiskarbejdsmiljo.dk).

### **Brug for hjælp til sygefravær - benyt Beskæftigelsesministeriets rejsehold**

Som beskrevet i nyhedsbrevet fra marts 2020 har Beskæftigelsesministeriet et gratis tilbud til udvalgte offentlige virksomheder (herunder undervisning) i stat, kommune og region om proceshjælp til arbejdet med at nedbringe sygefraværet og sætte fokus på trivsel og arbejdsfællesskab. Hjælpen kommer i form af et rejsehold, som kan tilbyde forløb, som er tilpasset til jeres særlige udfordringer på arbejdspladsen. Forløbet kan rettes mod TRIO, MED-udvalget eller alle på arbejdspladsen.

Møderne kan foregå virtuelt eller fysisk og tager udgangspunkt i et af de 4 følgende temaer:

- 360 grader rundt om sygefraværet
- Fra politik til handling
- Fysisk trivsel på arbejdspladsen
- Psykisk trivsel på arbejdspladsen

Tilbuddet strækker sig over en periode på ca. 4 måneder og indledes med et formøde, der afdækker behov. Herefter følger et temamøde og et opfølgingsmøde. Du kan læse mere om tilbuddet på hjemmesiden [sygefravaer.dk](http://sygefravaer.dk) eller i den vedlagte folder.

I kan også vælge selv at arbejde med sygefraværet og få hjælp til selvhjælp i form af tre handlingspakker med redskaber til at forebygge og håndtere sygefravær og til at hjælpe sygemeldte medarbejdere godt tilbage. Materialet findes ligeledes på [sygefravaer.dk](http://sygefravaer.dk).

**Vil du have hjælp  
til at nedbringe  
jeres sygefravær  
– så vil vi gerne  
hjælpe dig.**





## Rejseholdet

Beskæftigelsesministeriets Rejsehold er et tilbud til alle offentlige arbejdspladser, der ønsker hjælp til at styrke trivslen og mindske sygefraværet. Rejseholdet kan give jer et skræddersyet forløb, målrettet

de udfordringer I har på netop jeres arbejdsplads. Det koster ikke noget, og I kan søge efter et først-til-mølle princip.

Rejseholdet tilbyder både virtuelle og fysiske møder med jeres samarbejds- og arbejdsmiljøudvalg eller med hele jeres arbejdsplads.

## Book Rejseholdet

Ønsker I Rejseholdets hjælp til jeres arbejde med at nedbringe sygefraværet? Så kan I søge om at få et forløb på [sygefravaer.dk/rejseholdet/](https://sygefravaer.dk/rejseholdet/)

I kan også ringe til Rejseholdet og få sparring om sygefravær på: **40 48 10 40.**

Ring til  
Rejseholdet på  
40 48 10 40

# Hvad kan rejseholdet hjælpe med?

I kan få hjælp inden for fire temaer.



## 360 grader rundt om sygefraværet

Sammen med jer kommer Rejseholdet hele vejen rundt om jeres sygefraværsindsats med afsæt i nyeste viden og erfaringer. Vi skaber overblik over jeres sygefraværsindsats, så I er i stand til at sætte handlinger i gang, som gør indsatsen mere effektiv.



## Fra politik til handling

Hvordan omsætter I sygefraværspolitik til handling? Det sætter Rejseholdet sammen med jer fokus på med afsæt i jeres eksisterende politik om sygefravær og trivsel. Når temadagen er omme, vil I være i stand til at igangsætte konkrete handlinger, der kan nedbringe sygefraværet og styrke trivselen på arbejdspladsen.



## Fysisk trivsel

Fysisk trivsel på arbejdspladsen handler både om at forebygge tunge løft og dårlige arbejdsstillinger – men områder som social støtte og indflydelse kan også reducere muskelskeletbesvær. Rejseholdet kan introducere jer for nyeste viden og hjælpe jer i gang med at fremme fysisk trivsel på arbejdspladsen.



## Psykisk trivsel

Sammen med jer sætter Rejseholdet fokus på det psykiske arbejdsmiljø. Fx kan I få hjælp til, hvordan I kan styrke jeres trivsel og arbejdsfællesskab i en tid med corona.

Rejseholdet tilbyder disse temamøder:

- › Arbejdslivet i en coronatid
- › Klarhed om kerneopgaven
- › Styrket samarbejde på tværs
- › Balance i arbejdsfællesskabet
- › Den gode borgerkontakt

# Fælles handling. Færre sygedage.

I kan også hente hjælp på [sygefravær.dk](http://sygefravær.dk). Her finder I tre handlingspakker, der hjælper jer med at nedbringe sygefraværet.

I pakkerne finder I nogle af de bedste redskaber til at forebygge og håndtere sygefravær og til at hjælpe sygemeldte medarbejdere godt tilbage.

Handlingspakkerne er lige til at bruge i det arbejde, I allerede gør på jeres arbejdsplads. Nemt og overskueligt.



**Forebyg  
sygefravær**



**Tag hånd om  
sygefravær**



**Godt tilbage  
på jobbet**

**Fælles  
handling**  
Færre  
sygedage



[www.sygefravær.dk](http://www.sygefravær.dk)



4048 1040