



Trygg och säker

Nr 3 2021 (årgång 23)

Detta inspirationsblad skickas ut till alla mina kunder samt de som på något sätt tagit del av information från mig.

Får gärna spridas och kopieras. Vid användandet av texter uppge källan. Alla texter skrivna av Anders Bergström om inte annat anges.

Innehåll:

Ha en skön sommar.

Första hjälpare till psykisk hälsa.

Använd din friskvårspeng.

Trygg sommar.

Trygga vikarier.

Hantera bluffakturor i semestertider.

Nödvärnsrätten.

Prata med de äldre. (Repris)

Våra utbildningar och produkter.



Tidigare inspirationsblad hittar du [här](#).

Kontakta oss på telefon 013-15 11 23 eller epost info@abata.se

Ha en skön sommar

Nu är det dags att börja ta sommarledigt. Själva jobbar vi lite till och sedan ledigt till vecka 33. Men om det dyker upp några behov hos er, så hör av er. Vi kommer att ha en viss tillgänglighet för er.



I höst finns vi här för att förhoppningsvis kunna utbilda er igen. Vi hoppas att restriktionerna låter oss genomföra bra utbildningar.

Anders och Lotta

Första hjälpare till psykisk hälsa - ungdom



Förra nyhetsbrevet skrev vi att Anders utbildat sig inom Första hjälpen till psykisk hälsa.

Nu har Anders också gått vidare med gå utbildning i MHFA inriktad mot ungdom.

Läs övrig information om MHFA i förra [nyhetsbrevet](#).

Använd din friskvårdspeng

Vi är anslutna till Wellnet, Actiway och Epassi och är ditt företag anslutna till någon av dessa så kan du använda din friskvårdspeng på massage, floating eller mental rådgivning hos oss.

Trygg i sommar

Trygghetstips

Med sommaren så kommer många att hemestra och därmed röra sig inom Sverige. Det blir bilåkande, sommarstugan, handel och bad.

Här kan du få tips på hur du skapar en tryggare sommar beroende var du är och vad du gör.

Dessa tips är inte kompletta, så kommer du på andra tips eller situationer så skicka gärna in dessa så kompletterar vi tipsen.

Trygga vikarier

Många arbetsplatser klarar sig inte utan semestervikarier. Och när de är på plats, så är de lika viktiga som ordinarie personal. Därför är det viktigt att emot dem och introducera dem i arbetet. Och låt introduktionen ta den tid som behövs. Allt för ofta slängs de bara in i ordinarie arbete och förväntas fungera. Och de gör de oftast när allt går som det ska. Men händer det något, så gäller det att de vet vad de ska göra, vad de får göra.

Jag vill lyfta två situationer. **För de första mot kunderna.** De kan vara en butik där det gäller att veta vad de kan lova, hur köp, återköp ska göras. Hur produkter fungerar mm. Med bra produktkunskap så ökar intresset från kunderna.

Finns kunderna inom vård och omsorg, så gäller det att sätta sig in i rutiner så att alla gör lika. Veta vilka behov kunderna har, vad står det i den personliga handlingsplanen?

Situation två är tryggheten. Har ni en butik, så ska introduktionen innehålla vad vikarierna ska göra och även vad de inte ska göra vid brand, snatterier, stöld och rån. Vad finns det för säkerhetsutrustning, var finns den och hur används den? Grundtanken vid rån är ju att ge dem vad de vill ha. Materiella ting går att ersätta. Det är viktigt att få in att de inte ska utsätta sig själva för fara om möjligt.

Inom vård och omsorg bör ni även gå igenom hur ni gör riskbedömningar inför olika situationer, vilka brukare/klienter/boende som kan bli aggressiva och hur man bemöter dem på bästa sätt. Vad finns det för "triggers" till aggression? Tryggheten ökar med kompetensen, så ju mer info som ges, ju tryggare och bättre bemötande. Och tänk på att låta vikarierna arbeta ihop med ordinarie personal om möjligt. Det ökar tryggheten hos vikarierna och även hos brukaren.

Hur stöttar vi varandra? Vilka telefonnummer gäller om frågor eller hjälp behövs?

Hur anmäler vi tillbud och arbetsskador? Så se till att era vikarier får en bra instruktion. Då blir de tryggare och bemöter på ett bra sätt.

Detta var några tankar. Vill ni ha fler tankar eller behöver ni hjälp med utbildning, rutiner mm så kontakta oss gärna på epost eller telefon 013-15 11 23.

Hantera bluffakturor mm i semestertider

I semestertider finns det risk att olika oseriösa företag försöker med att bluffa er med fakturor eller beställningar. Så här är det viktigt att se över rutinerna för detta och informera ordentligt vad som gäller.

Har ni en lista på vilka beställningar ni gjort? Flera bluffar handlar om att de ringer upp och ska bara kolla era uppgifter på en som de säger hemsida eller katalog. De vill få er att tro att ni redan har en beställning. Och säger ni att ni inte vill fortsätta, så kostar det att avregistrera er.

Så ha ordentliga rutiner och sätt er in i vilka bokningar ni har gjort. Och tänk på att om någon ringer, så säg att ni ska kolla, be att få ringa upp och lägg på luren. Skaffa gärna en inspelningsutrustning eller inspelningsapp, så ni kan spara samtalen.

Mer info finns på [Varningslistan](#).



Nödvärnsrätten

Tyvärr så kan man mer om mer läsa om överfall, våldtäkter och misshandel. Då har vi alla rätt att skydda oss själva eller andra. Även i arbetssituationer så får vi skydda oss vid våldssituationer.

För att nödvärn ska gälla så ska tre saker vara uppfyllda.

1. Det ska vara aktuellt. Det ska vara här och nu, så fort ett angrepp är avvärt så gäller inte nödvärnet.
2. Det ska föreligga ett brottsligt angrepp. För att ett angrepp ska vara brottsligt så ska det finnas fängelse i straffskalan och det ska finnas ett uppsåt. När det gäller fängelsedelen så är det kriteriet uppfyllt om det är ett fysiskt angrepp som innebär att skada någon. När det gäller uppsåt så ska det finnas en vilja att skada.

Tittar vi inom vård och omsorg, så kanske det inte finns uppsåt utan det kan bero på någon sjukdom och då blir det mer tveksamt. (finns det inte uppsåt, så gäller i stället lagen om nöd, som handlar om att skydda mot fara och hälsa).

3. Försvaret ska vara nödvändigt. Och här är det bra att tänk, att inte använda mer våld än nöden kräver. När det gäller arbete och rån, stöld, hot och misshandel, så kan vi reagera på tre olika sätt. Antingen enligt nödvärnsrätten som kan ge oss rätt att använda våld. Eller också mitt personliga "han/hon ska inte ta det där från oss". De tredje sättet är ju frågan "Vad säger våra arbetsuppgifter" att vi ska göra. När det gäller våld, så ska vi självklart skydda oss, men är det materiella ting, så kan det vara bättre att säga ifrån på avstånd, backa och vara uppmärksam (vilket bör gälla inom arbetet).
-

**"Trygg och säker,
en självklarhet"**

Repris

Prata med de äldre.

I Coronatider så ökar bedrägerier mot äldre.

Under åren har det funnits många olika typer av bedrägerier mot de äldre och de kommer hela tiden nya sätt att försöka begå bedrägerier. Nu har det även dykt upp att bedragare ringer på dörren eller ringer på telefonen och säger att de kommer från vårdcentralen för att ge eller boka in årets vaccination. De kan även själva ha gjort någon typ av egen legitimation. Därmed kommer de in i lägenheten och. Eller så säger de att ringer de från telefonoperatör med erbjudande av olika slag. Och som tur är så har de en försäljare i närheten, vilken snart ringer på med telefonerbjudande. Då behövs en inloggning med ett bankkort som plötsligt försvinner med personen.

Prata med dina äldre om att INTE ge ut bankkoder, INTE logga in med mobilt bankid vid telefonsamtal, INTE klicka på okända länkar i eposten, INTE släppa in okända i lägenheten, INTE ringa upp samtal som avbryts direkt.

Be dem LÄGGA på telefon, STÄNGA ner eposten eller Stänga dörren (helst inte ens öppna) mm och själva söka upp hjälpen via kända kontaktvägar.

Här kommer information om Abata

Läs mer om våra utbildningar och produkter här nedan.

[Se vår utbildningskatalog här](#)

Hör gärna av er så talar vi om hur vi kan Coronaanpassa utbildningen.

Nu kan du boka floating, massage och mental rådgivning hos oss direkt på

[Bokadirekt.](#)

Vi är anslutna till Wellnet, Actiway och Epassi för er som får era friskvårdspengar via dem.

Ta en helhetsöversyn och boka in en [risk/säkerhetsgenomgång](#) av arbetsplatsen. Eller en föreläsning om säkerhetstänkande.

Riskbedömning		
R1	LÅG Försumbar risk	Ej behov av åtgärd
R2	Lågt risk	Eventuellt ej åtgärd
R3	MEDEL Viss risk	Åtgärds så långt som möjligt
R4	Ålsvarig risk	Åtgärds snarast
R5	HÖG Mycket ålsvarig risk	Åtgärds genast, arbete bör ej utföras



Träffas i trygghetens tecken

Samla personalen för en kurs i Personligt skydd. Under 3 timmar går vi igenom självskyddets grunder. Bland annat tips när ni rör er ute, exempelvis till och från jobbet, i arbetet eller en kväll. Men ni får också lära er enkla självförsvarstekniker.

Kursen är framtagen av Svenska Ju-jutsuförbundet och leds av Anders Bergström som är godkänd instruktör.

Mer info för dig som är intresserad klicka [här](#).

Boka in oss för utbildning i Hot och våld



Säkerhets-/trygghetsarbetet på arbetsplatsen är ett kontinuerligt arbete som ska engagera all personal. Hot, våld och konflikter finns inom många yrkesgrupper. Kunskapen är färskvara som behöver uppdateras.

Läs mer här

Boka en utbildning i HLR och Första Hjälp



Är ni uppdaterade i er HLR-Barn-HLR-, och första hjälpen-kunskap. Helst varje år, HLR-rådet rekommenderar kortare repetition varje år i stället för en längre utbildning ex vart tredje år. Det ökar din trygghet att faktiskt gå in och genomföra en HLR-räddning när det behövs. Är du inte utbildad så rekommenderar vi en kombinerad HLR-Första hjälpen utbildning enligt HLR-rådets riktlinjer.

Läs mer här

Höj säkerhetstänket med en trygghetsföreläsning.

Föreläsningen "Säkerhetskultur och säkerhetstänk", tar upp hur ni får ett säkerhetstänk hos personalen och hur ledarskapet påverkar säkerhetstänket.

Denna föreläsning innehåller tankar för ett inspirerande ledarskap som påverkar säkerhetstänket hos personalen. Men också inspirerar personalen till att öka sitt säkerhetstänk. Den vänder sig både till arbetsledning och/eller till personal på företag, butiker och organisationer.

Vi är återförsäljare till flera olika hjärtstartare. Det som är viktigt att tänka på vid beställning är var ska den sitta, vilka ska använda den. Då kan vi titta på IP-klassning, ev språk, röst eller bild mm.

[Se vilka hjärtstartare vi kan erbjuda.](#)

Hör av dig till oss för köp och frågor om tillbehör.
070-555 27 77 eller info@abata.se



Genom oss kan du förutom hjärtstartare skaffa:

Första Hjälp-utrustning från flera olika leverantörer.

Madrasser och kuddar från [Tempur](#).

Kosttillskott, Super 10 och annat från [Neolife/GNLD](#).

Nu kan du köpa produkter från GNLD direkt på deras hemsida.

Som återförsäljare till GNLD som säljer kosttillskott, hudvård och rengöring ger vi dig nu möjligheten att köpa direkt från deras [hemsida](#), tänk bara på att knappa in vårt återförsäljarnummer **283131**.

GNLD har bra produkter som bygger på mycket forskning.

[Vår YouTube-kanal](#)

f in

Abata stödjer

**MISSING
PEOPLE**

[Avregistrera](#) | [Hantera prenumeration](#)

Abata

Munkhagsgatan 116

587 25 Linköping

013- 15 11 23

070-555 27 77

info@abata.se

www.abata.se