



Trygg och säker

Nr 1 2023 (årgång 25)

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:

30 årsjubileum 2023.
Har ni koll på era hjärtstartare.
Elstöd kan locka bedragare.
Bristar i att förebygga hot och våld på jobbet.
Vinterns säkra bilresor.
Äldre och bedrägerier.
Stöd Missing People.
Håll din HLR-kunskap aktuell.
C4Leads, nätverk.

Våra utbildningar och produkter.

Tidigare inspirationsblad hittar du [här](#).

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



2023 är lika med 30 år

Detta år 2023 firar Abata 30 år som heltidsföretag. Vi började egentligen 1983 med kurser, då på timdebitering. Det utökades och företaget bildades 1989.

De första åren var det en bisyssla till ordinarie arbete. Men 1993 var det dags att satsa helhjärtat på trygghet. I samband med det så var det utbildning som gällde. Både massageterapeut på Kroppsterapiskolan som säkerhet och pedagogik på universitet.

Vi har tre inriktningar i Abata. Säkerhet/hot och våld, HLR/Första hjälpen och Friskvård. Och det har under åren varierat vilket "ben" som varit mest efterfrågat.

Läs hela vår [historia här](#)

Har ni koll på era hjärtstartare

Det är viktigt att kunna lita på sin hjärtstartare. Tyvärr så kommer vi ut allt för ofta och ser att antingen batteri eller elektroder passerat utgångsdatum.

Om ni inte har avtal med en leverantör om underhåll av hjärtstartare är det viktigt att ha rutiner för det på arbetsplatsen. Anledningen är självklart att hjärtstartaren ska fungera optimalt vid ett hjärtstopp.



Utgångsdatum för elektroderna står alltid på elektrodernas förpackning.

Har ni en hjärtstartare där datum inte syns utifrån så skriv upp utgångsdatum på en lapp som ni har bredvid. Att öppna en hjärtstartare för att kolla datum gör att batteriet tar slut fortare, då maskinen alltid tror det är skarpt läge vid start. Gällande batterier så bör det stå ett installationsdatum på en lapp eller på batteriet. Efter det datum så gäller 4-5 år beroende på modell på hjärtstartaren.

Elsöd kan locka bedragare

Elsstödet kommer att börja betalas ut den 20 februari.

"Försäkringskassan varnar för att bedragare kan försöka utnyttja situationen. Bland annat varnar Nils Öberg på Försäkringskassan för bedragare som kan kontakta personer för att "hjälpa till med utbetalningen".

Han uppmanar därför alla att vara skeptiska och inte lämna uppgifter till någon annan, eftersom Försäkringskassan aldrig ber om uppgifter på det viset.

Den risken har försäkringskassan identifierat som största risken. Alla vi som jobbar i utbetalningsmyndigheter och med välfärdssystemen har lärt oss den hårda vägen: Där det flödar mycket pengar finns också grov kriminalitet. Det här kommer inte att vara ett undantag.

Här finns en uppgift för alla som vill och kan ta ett ansvar, att hjälpa nära och kära, framförallt våra äldre, säger Nils Öberg." (källa Aftonbladet)

De oärliga slutar aldrig att försöka. Det är ännu ett tillfälle för dem. Vi kan hindra detta genom att var uppmärksamma och sprida information om att detta kan inträffa.

Brister i att förebygga hot och våld på jobbet

Sammanlagt 6 procent av alla anmälda arbetsolyckor med sjukfrånvaro orsakades av hot och våld 2017-2021

Arbetsmiljöverket har genomfört inspektioner gällande hot och våld i branscher där personalen är särskilt utsatta, som vid HVB- och LSS-boenden och i kollektivtrafiken.

"Vi kan aldrig acceptera att hot och våld blir ett normalt inslag i arbetsmiljön. Arbetsgivarna måste göra det som krävs för att minimera riskerna och här ser vi tyvärr att det finns stora brister, säger Eva Karsten, projektledare för insatsen på Arbetsmiljöverket."

Att arbeta med riskbedömningar, rutiner och personalens egna förståelse för sitt eget bemötande är områden som exempelvis kan ingå i utbildning och arbetsplatsträffar.

[Läs hela pressmeddelandet här](#)

Skicka gärna [e-post](#) till oss för mer information och utbildning



Vinterns säkra bilresor

Nu är det tider för resor och då även försiktighet. En bilresa ska vara säker och trygg. För att få det så är det värt att ta lite tid och förbereda bilen och resan.

[Läs hur du förbereder bilen och alla passagerare](#)

Hur når man ut till gamla om bedrägerier?

Nu händer det igen. Bedrägerierna mot äldre ökar. Vi måste tillsammans hjälpa till och sprida aktsamheten mot detta. Många äldre får informationen genom familjen (förhoppningsvis) och genom pensionärsföreningar. Men det finns många ensamma äldre som inte har en närvarande familj eller är med i en förening eller kamratgrupp.

Hur når vi dessa?

Jag skulle gärna komma ut och träffa äldre för en informations- och diskussionsträff om bedrägerier och trygghet. Att få en stund att sprida idéer och tankar som kan öka vetskapen om vad de kan göra för att minska risker och öka tryggheten.

Kontakta mig på anders@abata.se

Stöd Missing People

Eftersom vi är engagerade i Missing People som privatpersoner och även stödjer dem som företag, så vet vi vad det innebär att vara en organisation som är beroende av bidrag för att kunna uppfylla syftet att rädda liv.

Därför ber vi i MPS namn om stöd från företag fram för allt i RA Öst, (Östergötland och Södermanland), som är "vårat" arbetsområde.

För mer info och stöd e-posta ost@missingpeople.se

MISSING PEOPLE



Ha din HLR-kunskap aktuell

Enligt Årsrapporten för år 2020 "HJÄRTSTOPP UTANFÖR SJUKHUS" är mediantiden för en ambulans att komma fram mellan 12 och 19 minuter i större delen av Östergötland.

Detta är då ett genomsnitt och de kortare tiderna finns i de större kommunerna. Då hjärnan börjar ta skada redan efter några minuter utan syre är det viktigt att snabbt komma igång med HLR.

Kedjan som räddar liv bygger på Tidig upptäckt/larm - Tidig HLR - Tidigt få en hjärtstartare på plats - Tidig akutvård, vilket innebär att så fortare allmänheten agerar så större är möjligheten att rädda liv.

För att boka en utbildning hos så e-posta info@abata.se



Nätverka

Som företagare är det bra med kontakter. Därför är jag med i nätverket C4Lead, södra Östergötland. C4Leads bildades av Eva-Lena Ivarsson i Stenungssund och den som driver det i södra Östergötland är Marie Johansson, [Kinda Webb & Design](#). Är du intresserad att vara med så hör gärna av dig till mig eller Marie. Vi behöver flera expertområden i nätverket.

<https://www.facebook.com/c4leads.se>

"Trygg och säker, en självklarhet"

Här kommer information om Abata

Läs mer om våra utbildningar och produkter här nedan.

[Se vår utbildningskatalog här](#)

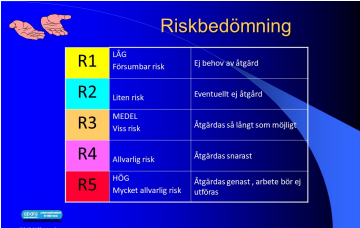
Hör gärna av er så talar vi om hur vi kan anpassa utbildningen till er.

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

[Bokadirekt.](#)

Vi är anslutna till Wellnet 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	Liten risk	Eventuellt ej åtgärd
R3	MEDEL Viss risk	Åtgärdas så långt som möjligt
R4	Allvarlig risk	Åtgärdas snarast
R5	HÖG Mycket allvarlig risk	Åtgärdas 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](#).

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.

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 Hjälpen



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.

[Vår YouTube-kanal](#)



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

MailPoet