



Trygg och säker

Nr 1 2026 (årgång 28)

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:

God fortsättning 2026
Var finns närmaste hjärtstartare
Dags att boka utbildning
Vid är godkända utbildningar hos AFA
Köp en hjärtstartare med trygghet
Uppdatera era rutiner
Analysera dig själv
Floatingtank till salu



Våra utbildningar och tjänster
Är er hjärtstartare uppdaterad?
Tidigare inspirationsblad hittar du [här](#).

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

God fortsättning 2026

Trygghet får inte knuffas bort av stress

Jag sitter nu och tittar ut på snövädret och hoppas att alla där ute kör försiktigt och tar god tid på sig i trafiken.

Tänk också på att utrusta bilen så du är förberedd om det skulle bli stopp i trafiken.

Olyckor beror en del på att vi är lite stressade och därför slarvar med säkerhetsutrustning och trygghetstänk. Är det exempelvis dags att rensa taket från snö? Tänk då på att stege och ställning står stadigt, att du använder säkerhetssele.

Jag vet att det kan vara lite omständligt och att det tar tid, men om olyckan är framme så tar det mer tid och besvärighet än säkerhetsutrustningen.

[Läs våra trygghetstips här.](#)



Var finns närmaste hjärtstartare

Hitta hjärtstartaren snabbt var du än är.

Nu när du kanske kommer att åka till platser där du inte brukar vara så är det svårt att veta var närmaste hjärtstartare är. Du hittar registrerade hjärtstartare på hjärtstartarregistret.se. Den hemsidan hittar du också genom att ladda ner appen "Rädda hjärtat". I appen kan du också repetera hur du gör hjärt-lungräddning.

Ta också reda vilken första hjälpen materiel det finns i närheten.

[Länk till hjärtstartarregistret.se](http://hjärtstartarregistret.se)

Nu börjar vi fylla på utbildningar för 2026

Nu fyller vi på i kalendern. Både Hot och våld, Självförsvar, HLR och Första hjälpen. Behöver er arbetsplats en utbildning kontakta oss för att planera innehåll och tidpunkt.

info@abata.se eller 013151123

Stöd för
**arbetsmiljö-
utbildning**

Vi är godkända hos AFA

Som arbetsgivare kan du söka ekonomiskt stöd för att chefer och arbetsmiljö- eller skyddsombud ska kunna gå en utbildning i arbetsmiljö. Stödet gäller för arbetsgivare i privat sektor.

Abata är en godkänd utbildare i området hot och våld i arbetslivet.

[Läs mer på AFA](#)

Köp en hjärtstartare med medföljande trygghet

Att ha en hjärtstartare kan också ge en osäkerhet för risken att den försvinner

Nu erbjuder vi både en hjärtstartarförsäkring och en stöldmärkning vid köp av hjärtstartare.

Hjärtstartare-försäkringen ersätter er hjärtstartare om de skulle försvinna. Även reparation vid skada på den. Den ersätter även elektroder och batterier för återställning om er hjärtstartare behöver användas.

Men en Stöldskyddsmärkningen med tydlig märkning hoppas vi ska få eventuella tjuvar att tänka till en extra gång och låta hjärtstartaren vara där den ska och finnas för att rädda liv.



Uppdaterade rutiner

Med jämna mellanrum är det dags att se över de säkerhets-/trygghetsrutiner ni har på arbetet.

Vi tänker så här. Det har inte hänt några allvarliga säkerhetsincidenter på ett tag. Har vi därför glömt bort vad vi ska göra om det händer något? Har vi slappnat av för mycket och struntar lite i det som vi egentligen ska göra för att förebygga. Eller har vi ny på jobbet som inte fått en ordentlig genomgång på vad och hur saker ska göras för ökad trygghet.

Det kan också vara så att förutsättningarna har ändrats sedan rutinerna senast gicks igenom. Så lägg in i ert års hjul genomgång och spridning av rutiner. Som alla förstår så är det försent när det redan har hänt.



Analysera dig själv

Hur gör du egentligen.

Det är alltid upplyftande och tankeväckande att analysera sig själv. Hur reagerar och agerar du i olika situationer. Fram för allt i situationer som dyker upp lite plötsligt. I situationer som vi kan förbereda oss på i god tid, så hinner vi reagera och tänka till innan vi agerar. Men i plötsliga situationer där det dyker upp snabbt så agerar vi med det vi har med oss.

Därför är det bra att tänka till och fundera vad kan hända i min närhet och hur vill jag egentligen agera då. Ju fler gånger vi tänkt igenom vårt önskade agerande, ju större möjlighet är det att vi faktiskt gör något åt det hållet.

Och en tanke tänkt i trygghet tenderar att bli verklighet.

Vi säljer nu vår floatingtank

Då vi har lagt ner floatingdelen så säljer vi nu tanken. Den hämtas i Linköping och vi monterar ner den tillsammans så du kan montera ihop den igen. Det ingår en ny liner som inte är använd, samt lite skötselutrustning.

Tanken kräver ca 1,5*2.5 m yta.

För mer information ring 070-555 27 77



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. Det ökar din trygghet att faktiskt gå in och genomföra en HLR-räddning när det behövs.

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.



Är din hjärtstartare uppdaterad?

Har ni koll på att era elektroder och batteri på hjärtstartaren inte är utgångna eller nära att gå ut.

Nu kan det vara leveranstid på vissa modellers elektroder och hjärtstartare. Tänk nu på att beställa i god tid, så inte er hjärtstartare börjar att varna.

Om ni inte har avtal så ligger ansvaret på er att ni byter ut utgångna tillbehör.

[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