

Stöd för tidiga insatser som förebygger sjukfrånvaro



Förebyggande insatser

Statistik

Skadedatabas med 15 miljoner försäkringsärenden

Forskning och utveckling

150 miljoner kronor per år inom arbetsmiljö och hälsa

Fler förebyggande insatser

- Gilla jobbet
- Säkerhetspark
- Fallkompetens

Ekonomiskt stöd

- Rehabilitering
- Arbetsmiljöutbildning

Systemstöd

IA – stöd i det systematiska arbetsmiljöarbetet

Prevent och Suntarbetsliv

Verktyg baserat på forskningsresultat

Bidrar till

- Kunskap och praktisk nytta för Sveriges arbetsplatser
- Främjande av friskfaktorer
- Minskad ohälsa och arbetsskador



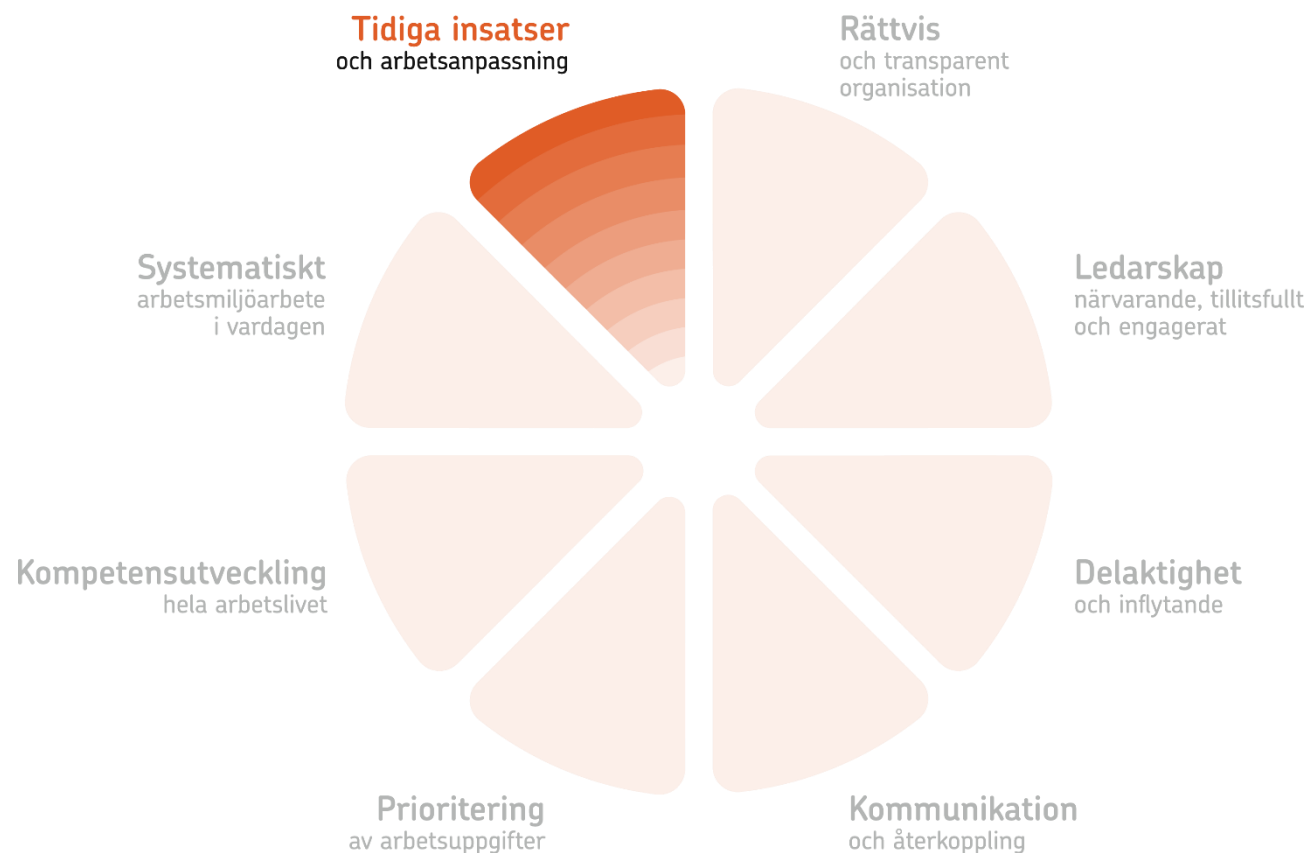
Tidiga insatser och arbetsanpassning

Kunskapen om sjukfrånvaromönster och arbetsrelaterade orsaker till sjukfrånvaro är god.

Rutiner för kort- och långtidssjukfrånvaro finns, är väl kända och efterlevs.

Alla uppmärksammar sin chef om de inte mår bra och chef agerar på tidiga signaler.

Arbetsanpassning och andra tidiga insatser sker i dialog med medarbetare och andra aktörer så som företagshälsovård och försäkringskassa.



Sjukskrivning och ekonomi

- En sjukskrivning är kostsam för både arbetsgivare och medarbetare.
- Långvarig sjukskrivning kostar arbetsgivaren **cirka 130 000 kr.**
- Kostnader för produktionsbortfall, vikarier, rehabiliteringsinsats tillkommer.

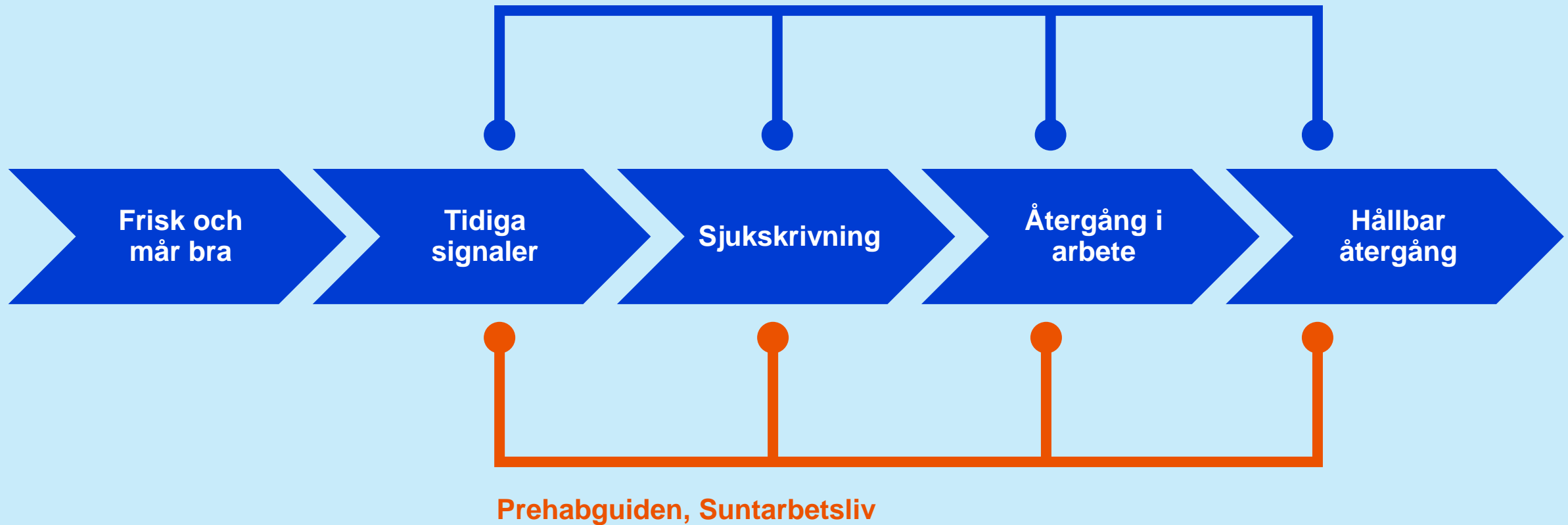
Exempel räknat på

- Heltidsanställd, tjänar 29 500 kr/månad.
- Sjukskriven 180 dagar.



Stöd hela vägen

Rehabiliteringsstöden från Afa Försäkring och Försäkringskassan





Agera på tidiga signaler

Var observant på förändringar

Signaler på ohälsa varierar. Några generella signaler att hålla utkik efter:

- Förändrat beteende
- Förändrad sinnesstämning
- Drar sig undan socialt
- Lättirriterad
- Återkommande sjuknärvaro
- Hög kortisfrånvaro
- Förändrad prestation i arbetet
- Mertid och återkommande övertidsarbete

Prehabguiden

Stöd i processen ▾

Veta mer ▾

Gruppaktiviteter

Prehabguiden

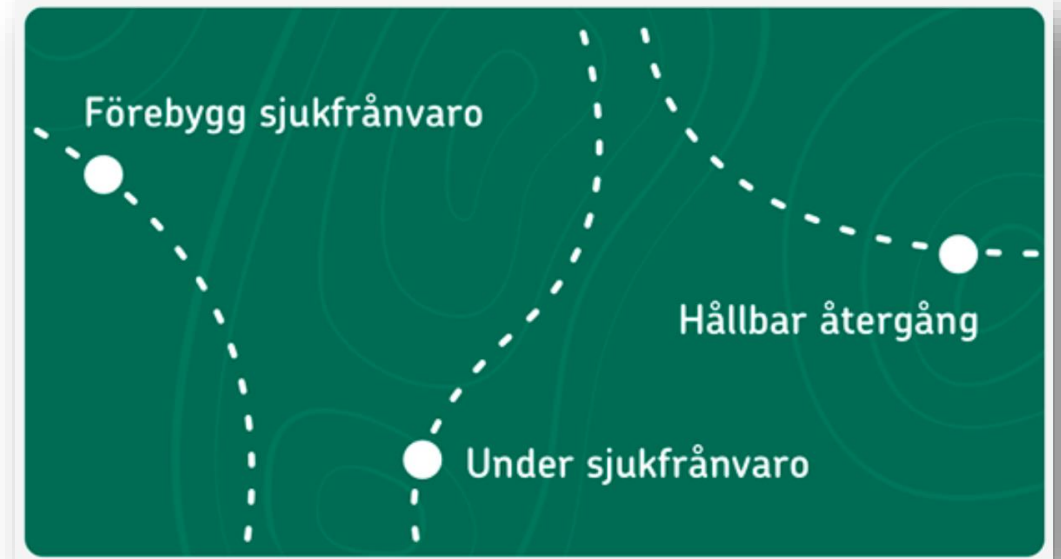
Vägledning för arbetsanpassning och rehabilitering



“suntarbetsliv

Prehabguiden

- Systematik i det förebyggande arbetet
- Upptäcka tidiga signaler
- Kompletterar egna rutiner och arbetssätt
- Förbättra dialogen
- Reflektion och dialog i grupp
- Stöd för lagar och regler



suntarbetsliv

Prehabguiden Stöd i processen Veta mer Gruppaktiviteter

Förebygg sjukfrånvaro

Här finns praktiskt stöd och goda råd för att förebygga sjukfrånvaro. Titta på filmen med exempel på hur det kan gå till. Vad är möjligt att göra hos er utifrån verksamhetens förutsättningar och er arbetsmiljö?



5,39 min

FÖREBYGG SJUKFRÅNVARO

- Tidiga signaler
- Dialog om arbetssituation
- Genomför arbetsanpassningar
- Ta hjälp av andra
- Stödmaterial

suntarbetsliv

Prehabguiden Stöd i processen Veta mer Gruppaktiviteter

Under sjukfrånvaro

Här finns praktiskt stöd och goda råd under en sjukfrånvaro. Målet är att få tillbaka arbetsförmågan, helt eller delvis, på ett hållbart sätt.



6,29 min

UNDER SJUKFRÅNVARO

- Första 14 dagarna
- Dialog om arbetsanpassningar
- Genomför arbetsanpassningar
- Håll kontakten
- Ta hjälp av andra
- Extern utredning

suntarbetsliv

Prehabguiden Stöd i processen Veta mer Gruppaktiviteter

Hållbar återgång

Här finns praktiskt stöd och goda råd för att planera en medarbetares återgång i arbete efter en tids sjukfrånvaro. Titta på filmen med exempel på hur det kan gå till. Vad är möjligt att göra hos er utifrån verksamhetens förutsättningar och er arbetsmiljö?



6,29 min

HÅLLBAR ÅTERGÅNG

- Planera
- Tillbaka i arbete
- Dialog om arbetsanpassningar
- Genomför arbetsanpassningar
- Extern utredning
- När återgång inte är möjlig

Vilka kan använda Prehabguiden?

Chef



Planera och dokumentera

Dokumentationsstöd (PDF)



Flerpartsmöte

Samtalsstöd

Medarbetare



Självskattning

Krav och förmåga



Flerpartsmöte

Samtalsstöd

Skyddsombud



För dig som är med som stöd

Samtalsstöd

Delarna i Prehabguiden

Stöd i processen ▾

Förebygg sjukfrånvaro

Här finns praktiskt stöd och goda råd för att förebygga sjukfrånvaro. Titta på filmen med exempel på hur det kan gå till. Vad är möjligt att göra hos er utifrån verksamhetens förutsättningar och er arbetsmiljö?



Veta mer ▾

VETA MER

Arbetsanpassning

Det systematiska arbetsmiljöarbetet är grunden för att förebygga ohälsa och olycksfall och skapa en tillfredsställande arbetsmiljö för alla. Ibland räcker inte det. Då behöver arbetsgivaren jobba med arbetsanpassningar för enskilda medarbetare.



Gruppaktiviteter

Jobba tillsammans

Hur vill ni agera när någon i arbetsgruppen visar tidiga signaler på ohälsa eller när någon redan är sjukskriven? Hur pratar ni om hälsa och ohälsa i er arbetsgrupp?



Om Prehabguiden

Stöd i processen – stödmaterial

Stöd i processen ▾

Förebygg sjukfrånvaro

Här finns praktiskt stöd och goda råd för att förebygga sjukfrånvaro. Titta på filmen med exempel på hur det kan gå till. Vad är möjligt att göra hos er utifrån verksamhetens förutsättningar och er arbetsmiljö?



Prehabguiden

Tidiga signaler

Dialog om arbetssituation

Genomför arbetsanpassningar

Ta hjälp av andra



Stödmaterial

Exempel på stödmaterial – samtalsstöd för tre roller

Chef	Medarbetare	Skyddsombud
 Förebygg sjukfrånvaro Samtalsstöd	 Förebygg sjukfrånvaro Samtalsstöd	 För dig som är med som stöd Samtalsstöd
 Planera och dokumentera Dokumentationsstöd (PDF)	 Självsättning Krav och förmåga	
 Flerpartsmöte Samtalsstöd	 Flerpartsmöte Samtalsstöd	

suntarbetsliv

Prehabguiden Stöd i processen Veta mer Gruppaktiviteter

CHEF

Samtalsstöd

Inför återgång i arbete

Här finns tips och förslag på frågor för att underlätta samtal med en medarbetare som ska gå upp i tid eller börja arbeta igen.



suntarbetsliv

Prehabguiden Stöd i processen Veta mer Gruppaktiviteter

MEDARBETARE

Förebygg sjukfrånvaro

Här får du hjälp inför ett samtal med din chef. Du får tips på vad som är bra att tänka på innan, under och efter samtalet.



suntarbetsliv

Prehabguiden Stöd i processen Veta mer Gruppaktiviteter

SKYDDSOMBUD

För dig som är med som stöd

Här finns frågor och tips för dig som ska stötta en kollega.



Exempel på stödmaterial – samtalsstöd för tre roller

suntarbetsliv


< Prehabguidens startsida

Självskattning av krav och förmåga

MEDARBETARE

Självskattning av krav och förmåga i arbetet

Testa om det finns delar av ditt arbete som kan behöva anpassas för att balansera din nuvarande förmåga att utföra ditt arbete.



Självskattning av krav och förmåga i arbetet – Resultat

Din nuvarande förmåga räcker till

Områden där din förmåga räcker till eller överstiger arbetets krav:

Kognitiva faktorer

- Uppmärksamhet
- Minne
- Planering och organisering
- Kompetenskrav

Emotionella faktorer

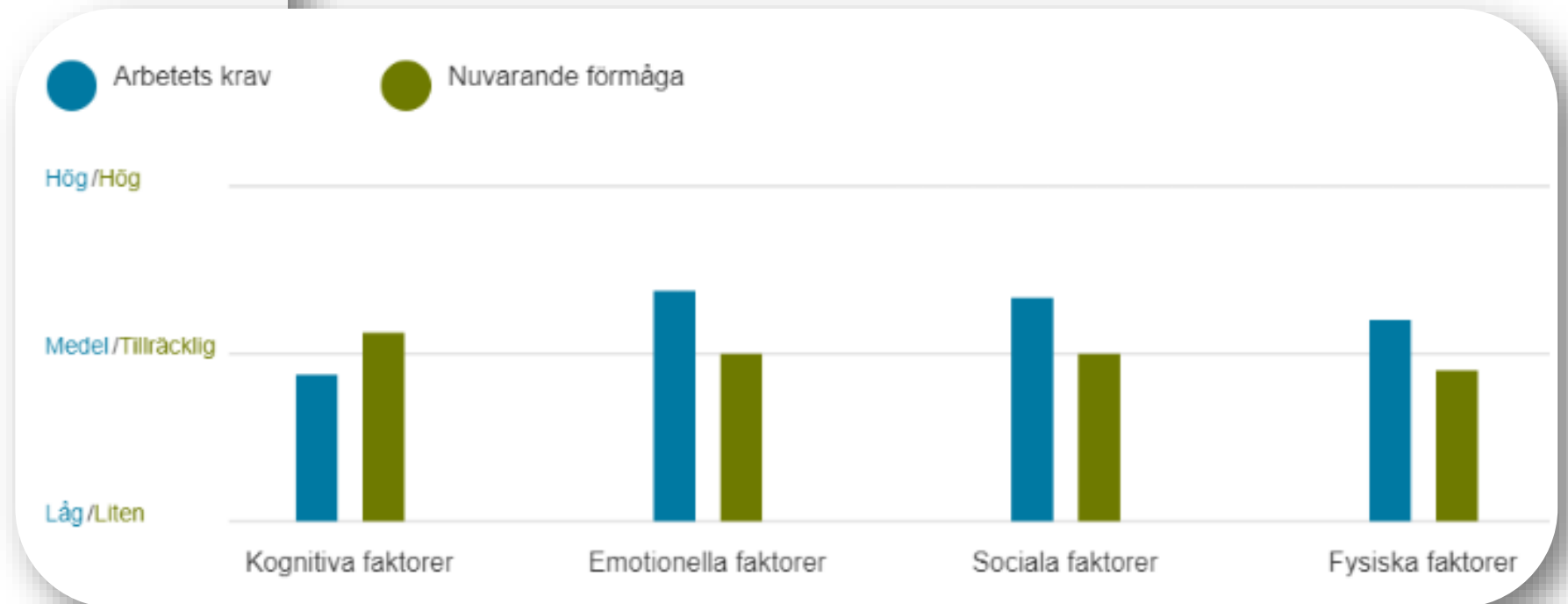
- Energi och uthållighet
- Sätta gränser
- Generella krav
- Tankar och känslor

Sociala faktorer

- Samarbete
- Kommunicera
- Konflikter

Fysiska faktorer

- Arbeta statiskt
- Obekväma arbetsställningar
- Handintensivt arbete



Om Prehabguiden

Delarna i Prehabguiden – Veta mer

Stöd i processen ▾

Förebygg sjukfrånvaro

Här finns praktiskt stöd och goda råd för att förebygga sjukfrånvaro. Titta på filmen med exempel på hur det kan gå till. Vad är möjligt att göra hos er utifrån verksamhetens förutsättningar och er arbetsmiljö?



Veta mer ▾

VETA MER

Arbetsanpassning

Det systematiska arbetsmiljöarbetet är grunden för att förebygga ohälsa och olycksfall och skapa en tillfredsställande arbetsmiljö för alla. Ibland räcker inte det. Då behöver arbetsgivaren jobba med arbetsanpassningar för enskilda medarbetare.



Gruppaktiviteter

Jobba tillsammans

Hur vill ni agera när någon i arbetsgruppen visar tidiga signaler på ohälsa eller när någon redan är sjukskriven? Hur pratar ni om hälsa och ohälsa i er arbetsgrupp?



Veta mer

Veta mer 

VETA MER

Arbetsanpassning

Det systematiska arbetsmiljöarbetet är grunden för att förebygga ohälsa och olycksfall och skapa en tillfredsställande arbetsmiljö för alla. Ibland räcker inte det. Då behöver arbetsgivaren jobba med arbetsanpassningar för enskilda medarbetare.



suntarbetsliv

Prehabguiden

Stöd i processen 

Veta mer 

Gruppaktiviteter

Arbetsförmåga

Arbetsanpassning

Upptäck tidiga signaler

Psykisk ohälsa

Smärta

Roller och ansvar

Samtal och möten

Försäkringar och förmåner

Lagar och föreskrifter

Delarna i Prehabguiden – gruppaktiviteter

Stöd i processen ▾

Förebygg sjukfrånvaro

Här finns praktiskt stöd och goda råd för att förebygga sjukfrånvaro. Titta på filmen med exempel på hur det kan gå till. Vad är möjligt att göra hos er utifrån verksamhetens förutsättningar och er arbetsmiljö?



Veta mer ▾

VETA MER

Arbetsanpassning

Det systematiska arbetsmiljöarbetet är grunden för att förebygga ohälsa och olycksfall och skapa en tillfredsställande arbetsmiljö för alla. Ibland räcker inte det. Då behöver arbetsgivaren jobba med arbetsanpassningar för enskilda medarbetare.



Gruppaktiviteter

Jobba tillsammans

Hur vill ni agera när någon i arbetsgruppen visar tidiga signaler på ohälsa eller när någon redan är sjukskriven? Hur pratar ni om hälsa och ohälsa i er arbetsgrupp?



Gruppaktiviteter

GRUPPAKTIVITET

Upptäck tidiga signaler

🕒 Cirka 20 min

Öka kunskapen om tidiga signaler på psykisk ohälsa och smärta och kom överens om hur ni vill agera om ni upptäcker tidiga signaler.

[Till aktiviteten](#)

GRUPPAKTIVITET

Bemötande vid sjukskrivning

🕒 Cirka 30 min

Öka kännedom om er interna rehabiliteringsprocess och kom överens om hur ni ska agera när någon är sjukskriven.

[Till aktiviteten](#)

GRUPPAKTIVITET

Omtanke och gränser

🕒 Cirka 30 min

Öka medvetenheten om ert klimat i arbetsgruppen och skapa samsyn om attityder och värderingar kring hälsa och ohälsa.

[Till aktiviteten](#)

Arbetslivsinriktat rehabiliteringsstöd från Afa Försäkring

- Ekonomiskt stöd.
- Ersätter upp till 50 procent av kostnaden för arbetslivsinriktad rehabilitering.
- Arbetsgivare inom kommuner och regioner ansöker för anställda som omfattas av Afa Försäkrings sjukförsäkring, AGS-KL.
- Stöd för tidig rehabiliteringsinsats för att förebygga sjukskrivning.
- Stöd för återgång i arbete.



Vad kan arbetsgivare söka ersättning för?

- Samtalsstöd hos legitimerad psykolog eller psykoterapeut.
- Behandling vid skadligt bruk eller beroende av alkohol, droger och spel.
- Kurser i stresshantering.
- Livsstilsförändringskurser vid exempelvis långvarig smärta.
- Kortare omskolande kurser.



Vad kan arbetsgivare inte få ersättning för?

- Medicinsk rehabilitering t.ex. läkarbesök, naprapat, sjukgymnast, provtagning och analyskostnader
- Utredningar, kartläggningar samt bedömningsamtal
- Gruppaktiviteter
- Administrativa kostnader för t.ex. vikarier, lönekostnader
- Arbetshjälpmedel och arbetsplatsanpassningar
- Hälsöfrämjande insatser till exempel:
 - Friskvård
 - Rökavvänjning
 - Träning
 - Viktminskning och dyl.
- Tjänster som till exempel:
 - Screeningverktyg
 - Handledning och coachning
 - Ledarskapsutbildningar
 - Föreläsningar

Arbetsgivare inom kommun och regioner ansök senast 6 månader från rehabiliteringens startdatum

Ansökan om rehabiliteringsstöd

Checklista

Innan du börjar, se till att du har:

- ✓ Den du ansöker för omfattas av sjukförsäkring AGS eller AGS-KL
- ✓ Samtycke från den person som ska rehabiliteras. [Ladda ner samtyckesblankett](#)
- ✓ Underlag från företaget som genomför rehabilitering med information om behandling. [Läs mer](#)
- ✓ Totalkostnad exklusive moms

Det tar ca 15 minuter att fylla i ansökan.

Se till att du informerar den som ska rehabiliteras om att dennes personuppgifter har lämnats till Afa Försäkring som grund för stödet. Information om hur vi hanterar personuppgifter finns [här](#).

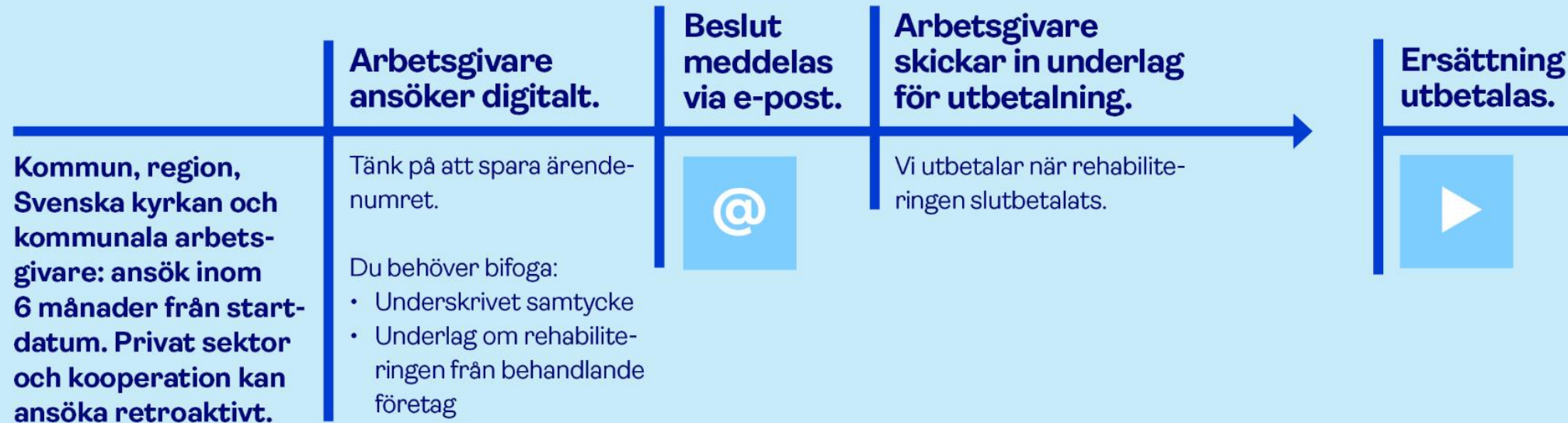
För att kunna pröva ansökan om rehabiliteringsstöd kommer Afa Försäkring att behandla dina personuppgifter. [Här kan du läsa om hur vi behandlar dina personuppgifter.](#)

Påbörja ansökan >

Fyll i:

- Info om person som rehabiliteras
- Orsak och syfte till rehabiliteringen
- Info om rehabiliteringen
- Kontaktuppgift till er som ansöker

Från ansökan till utbetalning



- All kontakt sker med kontaktpersonen för ansökan –meddela oss om ni byter kontaktperson

Arbetsplatsinriktat rehabiliteringsstöd från Försäkringskassan

- Vad?
 - Bidrag till arbetsgivare som anlitar externt stöd för att förebygga sjukfrånvaro eller underlätta återgång i arbete för en medarbetare
 - Gäller alla arbetsgivare och alla anställda
- Hur?
 - Arbetsgivaren behöver anlita en företagshälsovård eller motsvarande som är godkänd av Försäkringskassan
 - Ansök enkelt via e-tjänst på Försäkringskassans webbplats
- Hur mycket?
 - Max 10 000 kronor per medarbetare och år
 - Max 200 000 kronor per arbetsgivare och år



Exempel ersättning från Afa Försäkring och Försäkringskassan

Samtalsstöd

Anna har en stressfylld arbetssituation samtidigt som hon just genomgått en skilsmässa. Behöver stöd för att få verktyg att hantera sin stress. Annas arbetsgivare kontaktar sin företagshälsovård som gör en utredning.

Företagshälsovården rekommenderar 10 st samtalsstöd för Anna som Annas arbetsgivare betalar.

Utredning: 3 000 kr
10 st samtal: 12 000 kr

Annas arbetsgivare kan få bidrag för utredningen hos Försäkringskassan och ersättning för de behandlande samtalen från Afa Försäkring.

Försäkringskassan ersätter halva kostnaden för utredningen, dvs 1 500 kr, och Afa Försäkring kan ersätta halva kostnaden för de behandlande samtalen, dvs 6 000 kr.

Exempel ersättning från Afa Försäkring och Försäkringskassan

Skadligt bruk

Kim har under en längre tid haft en del upprepad korttidsfrånvaro och Kims chef misstänker att Kim dricker för mycket.

Kims arbetsgivare kontaktar sin företagshälsovård som gör en utredning.

Företagshälsovården rekommenderar ett behandlingshem med en öppenvårdsbehandling och tillhörande eftervård som Kims arbetsgivare betalar.

Utredning: 8 000 kr

Öppenvårdsbehandling med eftervård: 120 000 kr

Kims arbetsgivare kan få bidrag för utredningen hos Försäkringskassan och ersättning för behandlingen från Afa Försäkring.

Försäkringskassan ersätter halva kostnaden för utredningen, dvs 4 000 kr och Afa Försäkring kan ersätta halva kostnaden för behandlingen, dvs 60 000 kr.

Exempel ersättning från Afa Försäkring och Försäkringskassan

Kurs i stresshantering

Lena har under en längre tid haft en stressfylld arbetssituation som påverkar hennes arbetsförmåga negativt.

Lenas chef har uppmärksammat detta och kallar Lena till ett möte tillsammans med deras företagshälsovård.

Lena och hennes chef tillsammans med företagshälsovården bestämmer att Lena ska gå en stresshanteringskurs. Stresshanteringskursen kommer ha en inriktning få verktyg att hantera stress och återhämtning.

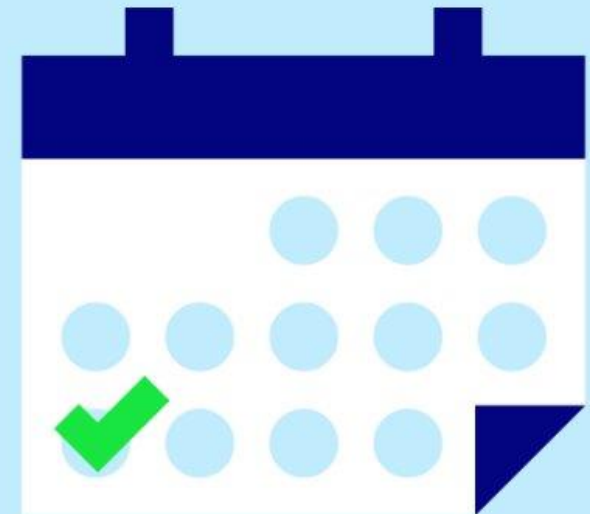
Företagshälsovården är sedan tidigare godkänd hos Försäkringskassan och kursen följer en vedertagen och evidensbaserad metod. Stresshanteringskursen kommer att pågå under fyra veckor till en kostnad av 18 000 kr.

Afa Försäkrings rehabiliteringsstöd kan ersätta halva kostnaden för kursen, dvs 9 000 kr och Försäkringskassan kan ersätta halva kostnaden för kursen, dvs 9 000 kr.

Kom igång med ansökan – bra rutiner gör skillnad

Hur gör andra som ansöker om Afa Försäkrings rehabiliteringsstöd?

- Rutiner med att fånga upp tidiga signaler i sitt systematiska arbetsmiljöarbete
- Identifiera vilka områden som ni kan ansöka om stöd för
- Informera chefer om rehabiliteringsstödet
- Information till medarbetarna
- Systematik för att ansöka
- Avsätter tid i kalendern
- Nära samarbete med företagshälsovård



**Hur och varför söka
rehabiliteringsstöd?**



Tips

Viktigt att tänka på, Afa Försäkrings rehabiliteringsstöd...

- Ansök senast 6 månader från rehabiliteringens startdatum
- Samtyckesbilagan är obligatorisk
- Beskriv orsak och syfte så utförligt som möjligt
- Kika på exempelunderlaget – ju mer komplett ansökan desto kortare handläggningstid
- Beviljat ärende - 3 år att inkomma med fakturor

Tack



Läs mer

Ansök



in

afaforsakring.se/rehabstod
rehabstod@afaforsakring.se