



Sveriges lantbruksuniversitet  
Swedish University of Agricultural Sciences

Personalavdelningen

## PERSONALNYTT

Gå till [www.slu.se](http://www.slu.se) | Skicka vidare | Prenumerera | Avbeställ



**Personalnytt** är personalavdelningens nyhetsbrev för att nå ut med viktig information inom personalområdet till alla chefer och administratörer som arbetar med personalfrågor. Mycket av informationen kan vara värdefull för våra medarbetare så det är viktigt att du som chef informerar vidare om det som berör alla. Du kan gärna skicka nyhetsbrevet vidare, informera på avdelningsmöten och/eller sätta upp informationen på era anslagstavlor.

### Trevlig läsning

## Personalnytt med fokus på arbetsmiljö och Coronapandemin

Coronapandemin har nu pågått under mer än ett år och det har totalt förändrat allas vår situation att leda och styra i vår roll som chefer. Jag tror att det är många som känner att det har varit lite tungt att komma igång nu i januari då vi alla ska jobba hemma så mycket som möjligt för att bidra till minskad smittspridning.

Att vara chef och ledare har varit prövande under året och nu vet vi att detta kommer att fortsätta ett tag till - vi kommer fortsatt att till del leda på distans.

Vi från personalavdelningen vill med detta Personalnytt försöka att bidra med inspiration genom att dela med oss av goda exempel och visa på det stöd som finns att få.

Utöver den information som finns nedan så kan ni alla kontakta er HR-specialist, någon av medarbetarna på GHAL eller mig eller någon annan på personalavdelningen för att få stöd och en samtalspartner att ventilera frågor med.

Jag hoppas att ni med detta brev finner inspiration att fortsätta ert goda ledarskap i en mycket annorlunda tid.

Nu håller vi i och ut genom oxveckorna!

Anna-Karin Olofsdotter, personaldirektör



## Utbildning

**Vi vill börja** med att tipsa om den inspelade utbildningen "[Att leda och bedriva arbetsmiljöarbete på distans](#)". Under en och en halv timme ges inblick i hur arbetsmiljöarbete och ledarskap kan bedrivas vid distansarbete. Utbildningen riktar sig främst till chefer/motsvarande men finns tillgänglig för alla medarbetare att ta del av. Utbildare är Katarina Ömkloo, HR-specialist och Markus Wikborg, ledarutvecklare (GHAL) vid personalavdelningen.

## Friskvård

Med hemarbete är det lätt att bli stillasittande, och det är bra att uppmuntra medarbetarna till fysisk aktivitet. Sedan årsskiftet har vi [digitaliserat friskvårdsbidraget](#). Tänk på att friskvårdsbidraget kan användas till mycket mer än gym, till exempel åkkort på skidanläggningar och många andra aktiviteter, se [friskvårdssidan](#).

Utöver friskvårdsbidraget erbjuder SLU andra sätt att aktivera sig:

**Från 1 januari** har alla SLU:s anställda tillgång till [pausprogrammet Pausit](#) som erbjuder enkla rörelser, stretch, andnings- och avslappningsövningar och visas på ett användarvänligt sätt.

**SLU erbjuder** alla anställda att delta i mindfulness och digitala meditationer. För inloggning till mindfulness samt mer information, se [friskvårdssidan](#) och den expanderbara menyn "Hela Sverige".

**Digital yoga.** Yogan passar alla och det behövs ingen tidigare erfarenhet av yoga. Yogan syftar till avslappning och återhämtning, utveckla smidighet samt att ge ny energi och fokus. Ta del av yogan när du vill via filmerna som finns på [friskvårdssidan](#) och den expanderbara menyn "Hela Sverige".

## Om hemarbete

Det är viktigt med regelbundna avstämningar med medarbetarna för att säkerställa att arbetssituationen hemma är god. Under ingången "[Information och råd för chefer](#)" på coronasidorna hittar du dokumentet "[Frågor att ställa till sin medarbetare angående arbetsmiljön vid hemarbete](#)".

Vid arbete i hemmet behövs andra sätt att undersöka [arbetsmiljön](#), se expanderbar meny, "Riskbedömning och handlingsplan".

Prevent har tagit fram en individuell checklista för distansarbete som chefen och den anställde kan fylla i tillsammans. Läs [intervjun på medarbetarwebben](#) med Katrin Stensparre-Norén om hur man resonerat på IT-avdelningen.

Det finns också en annan variant av checklista för att undersöka de övergripande förändringarna för distansarbete för arbetsgruppen och organisationen. Den individuella och organisatoriska checklistan finns på denna sida <https://internt.slu.se/stod-service/admin-stod/hr/halsa-och-arbetsmiljo/arbetsmiljo2/systematiskt-arbetsmiljoarbete/> och den expanderbara menyn "Riskbedömning och handlingsplan".

## Företagshälsovård och studenthälsa

Om en medarbetare eller chef upplever arbetsrelaterade besvär kan företagshälsovården kontaktas. SLU har slutit avtal med Länshälsan och Avonova. Här hittar du mer information: <https://internt.slu.se/stod-service/admin-stod/hr/halsa-och-arbetsmiljo/foretagshalsovard/>

Studenthälsan ger studenter stöd vid studierelaterade problem, som till exempel oro, tentaångest, rädsla att prata inför grupp, sömnsvårigheter och stress. Läs mer här <https://student.slu.se/studieservice/studenthalsan/>



## Till sist

Slutligen, det är viktigt att du håller dig uppdaterad. På <https://internt.slu.se/Organisation-och-styrning/information-om-corona/corona-information-rad-tips-faq-chefer/> publicerar vi uppdaterad information samt tips och råd kontinuerligt.

Vid frågor, välkommen att kontakta oss på personalavdelningen!

Nyhetsbrevet som pdf