

Ekonomiska vinster med tidiga insatser

Hur psykisk ohälsa påverkar arbetsgivarens ekonomi

Johan Rudborg

- Hälsoekonom, hälsostrateg Proactive Health
- Deltagit i utarbetande av "Arbetshälsoekonomiskt analysverktyg", KI
- Tidigare konsult Företagshälsa, ledarskap, CEO ABB Financial Consulting, konsultroller ABB och Alfa Laval m fl.



Proactive

- Smarta IT-baserade tjänster för kostnadseffektivt hälsoarbete
- Hälsoekonomi - evidensbaserade beräkningar på ohälsa och lönsamhet
- Partner till Karolinska Institutet



Bättre hälsa kan ge miljarder

De anställdas dåliga kondition kostar 22 miljarder per år • Stress bakom växande ohälsoproblem

Anställdas ohälsa kostar kommuner och landsting drygt 50 miljarder kronor om året. Mindre stress och mer motion kan öka produktiviteten och spara många miljarder, enligt en hälsoekonomisk analys.

OHÄLSA Om sjukfrånvaron ökar eller minskar bevakas noga av arbetsgivare som inser värdet av en frisk personal. Men en sjukfrånvaro på 5-6 procent är inte det stora problemet. Viktigare är hur de 95 procent som är på jobbet mår. Det menar Johannes Cullberg, vd och grundare av företaget Proactive Health Partner, som räknat på de dolda ohälsokostnaderna för landets kommuner och landsting.

Sjukfrånvaron kostar visserligen kommunerna drygt 8 miljarder och landstingen knappt 2 miljarder kronor årligen, enligt företagets beräkningar. Men det är småpotatis jämfört med vad stress, sömnproblem, rökning och framför allt medarbetarnas dåliga fysiska kondition kostar i nedsatt arbetsförmåga och produktivitet. För kommunerna är den notan närmare 33 miljarder och för landstingen nära 10 miljarder kronor.

–Stressen är inte det som kostar mest men är ändå den största boven, eftersom den påverkar alla andra faktorer. Den som är väldigt stressad har varken tid eller ork att prioritera sin egen hälsa. Det blir en ond cirkel som landar i sömnproblem och kanske några glas vin för att kunna sova, säger Johannes Cullberg.

Den verkligt stora och dolda ohälsokostnaden är enligt Johannes Cullberg att nästan hälften av alla anställda har så dålig kondition att de inte orkar vara fullt produktiva under hela arbetsdagen.

Kvinnor som arbetar inom vård och omsorg med tunga jobb och pressade arbetsförhållanden är en särskild riskgrupp. Det har även andra undersökningar av den psykiska ohälsan visat.

–Tuffa arbetsförhållanden, många rökare i kombination med dålig fysisk kondition gör vård och omsorg till en hälsofarlig nisch, anser Johannes Cullberg, som analyserat ohälsan hos några privata vård- och omsorgsbolag.

Men rökning och motion är väl den anställdes ensak. Vad har arbetsgivaren med det att göra?

–Båda parter har ett ansvar. En medarbetare som är i dålig fysisk form och inte orkar vara produktiv är en dålig investering. Arbetsgivare som satsar på medarbetarnas hälsa får igen det

i ökad produktivitet. Och med bättre ork på jobbet får medarbetarna krafter över för fritid och ett socialt liv utanför arbetet.

I den hälsoekonomiska analysen ingår inte kostnader för försäkringsskador, otydligt ledarskap och andra arbetsmiljöproblem. Ohälsan skulle bli betydligt högre om även de kostnaderna räknades in.

Varför utesluter ni sådana arbetsrelaterade faktorer?

–Därför att det inte finns fakta-underlag som är tillräckligt bra, säger Johannes Cullberg.

Att den hälsoekonomiska analysen därmed lägger fokus på individuella orsaker till ohälsan i stället för arbetsrelaterade håller Johannes Cullberg inte med om.

–Verkligen inte. Mycket har med arbetsplatsen att göra och vad arbetsgivaren kan göra för bättre arbetsmiljö. Stress och sömnproblem har klara kopplingar till ledarskapet.

Men om lösningen på ohälsan är att sluta röka och börja motionera så blir det väl ett individuellt ansvar?

–Ja, vem ska annars göra det? Det är individen det handlar om. Men arbetsgivaren ska se till att förutsättningarna finns.

Men det skaitade vara kortsiktiga jippon och tjohejsan aktiviteter. Inte heller friskvårdsbidrag som bara kan användas till gymkort, massage eller simkort. Det riskerar att skrämja bort den ovana motionären. Johannes Cullberg tror mer på att bygga upp små, enkla hälsosamma vanor som en promenad på lunchen.

Även måttliga förändringar av sömn, kost, motion och rökning kan ge betydande besparingar. Tillsammans med tidigare insatser mot upprepade sjukskrivningar så räknar Johannes Cullberg med att kommunerna kan spara cirka 8 miljarder kronor och landstingen närmare 2,5 miljarder.

–Det viktiga är att flytta fokus från de 5 procenten sjukfrånvarande till de 95 procenten som är på jobbet och som inte alltid mår så bra. Där finns ofantligt mycket att vinna, säger Johannes Cullberg.

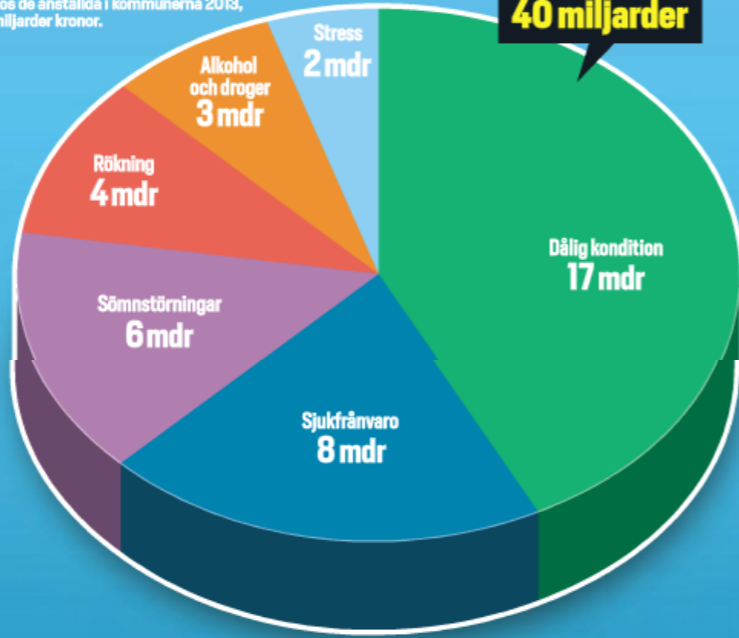


Johannes Cullberg

ANNA ERIKSSON
ae@dagenssamhalle.se

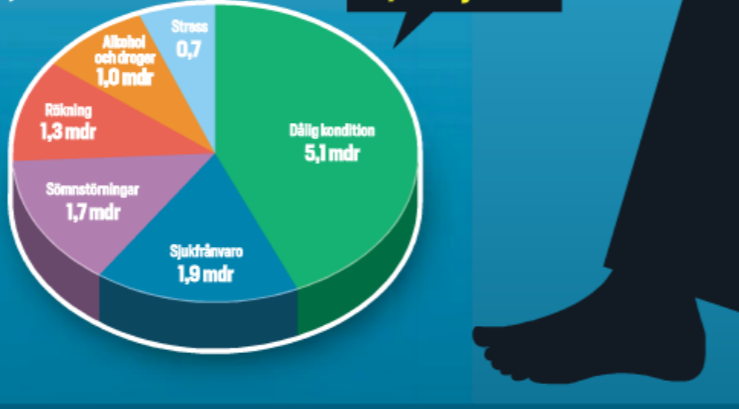
DYR OHÄLSA I KOMMUNERNA ...

■ Så fördelades kostnaderna för ohälsan hos de anställda i kommunerna 2013, miljarder kronor.



... OCH I LANDSTINGEN

■ Så fördelades kostnaderna för ohälsan hos de anställda i landstingen 2013, miljarder kronor.



VARANAN HAR DÅLIG KONDITION

■ Andel anställda med livsstilsfaktorer som ger ohälsa.



SÅ BERÄKNANDES OHÄLSANS KOSTNADER

Sjukfrånvaro: Sjuklön, framför allt de första 14 dagarna. Dessutom kostnad för vikarier, övertid samt överanställningar.

Nedsatt produktivitet: Bygger på hälsobedömningar av 100 000 personer, ojämnt anställda i kommun och landsting. Faktorer som rök-

nades med är rökning, skadlig alkohol- och drogkonsumtion, stark stress, kraftiga sömnstörningar och dålig kondition /syreupptagningsförmåga.

Produktionsbortfall på grund av missbruk av droger och alkohol, stress, rökning och sömnproblem kostar mer än sjukfrånvaron i kommuner och landsting, enligt en ny analys.



I flera kommuner har möjligheten till träning på arbetstid ersatts med ett friskvårdsbidrag, som kan användas till valfri träning på fritiden.

Kommuner tar bort friskvårdsstimmen

Bidrag till friskvård ersätter motion på arbetstid. Flera kommuner har avskaffat friskvårdsstimmen. Orättvist och dyrt är arbetsgivarnas argument.

OHÄLSA Att bristande kondition och ohälsa kostar kommunerna mycket pengar är ingen nyhet för personalcheferna. Ändå är det flera arbetsgivare som tagit bort möjligheterna att träna på arbetstid.

Falun och Växjö har avskaffat friskvårdsstimmen och tidigare fanns på vissa förvaltningar. Huvudargumentet var att alla anställda inte hade samma möjligheter att motionera på arbetstid.

–Det ansågs orättvist att de verksamheter som har störst behov – som vården, kost och städ – måste ha vikarier för att personalen ska kunna komma ifrån arbetet, säger Inger Klangebo, personalchef i Falun.

För att friskvårdsstimmen ska fungera för alla personalgrupper måste tiden schemaläggas, anser hon. Men då kostar det också mer än Faluns politiker anser att det finns utrymme för.

–Tyvärr blev det en kort-siktig besparingsåtgärd, konstaterar Inger Klangebo.

I Växjö varierade dessutom bidraget till friskvård kraftigt mellan förvaltningarna. Vissa betalade bara 200 kronor om året, andra upp till 1500 kronor.

–Nu är det likvärdiga regler och jämställt. Alla får 800 kronor per år, förklarar personalchefen Michael Färdigh. Reaktionen från omsorgspersonalen är positiv, enligt Michael Färdigh. De hade tidigare det lägsta bidraget på bara 200 kronor. Jämfört med en friskvårds-

timme i veckan för samtliga anställda är bidraget på 800 kronor om året billigt för kommunen. 5,6 miljoner kronor jämfört med minst 40 miljoner, enligt Michael Färdighs uppskattning.

Men det är inte framför allt av kostnadsskäl som Växjö tog bort friskvårdsstimmen.

–Jag har inte sett någon forskning som ger stöd för att friskvård på arbetstid lönar sig. Det är framför allt de redan frälsta som utnyttjar möjligheten, säger Michael Färdigh.

Inger Klangebo i Falun har samma erfarenhet. Det är de redan aktiva som utnyttjar en generell friskvårdsstimme.

–Vi måste jobba mer individinriktat. För de som har svårast att komma ifrån på arbetstid måste motionen vara schemalagd för att fungera. Falun jobbar i stället med riktade aktiviteter för riskgrupper med tunga jobb. En hälsotest av en grupp omvårdnadsanställda visade att bara ett fåtal hade tillräcklig kondition för att orka med det tunga värdarbetet.

I Falun, Växjö och Ljungby, som också avskaffat friskvårdsstimmen, finns särskilda hälsoinspiratörer med uppdrag att ordna aktiviteter och motivera personalen att delta. I Växjö är hälsa och motion en obligatorisk punkt på alla medarbetarsamtal och i Ljungby diskuteras friskvård på alla arbetsplatsträffar.

Men hur mycket ska arbetsgivaren lägga sig i hur medarbetarna mår och motionerar?

–Det är ett delat ansvar. Vi kan inte bestämma, det krävs ett eget intresse från den anställda. Men vi behöver prata mer om hur man ska orka i dagens arbetsliv, anser Inger Klangebo.

ANNA ERIKSSON

"Stressen är inte det som kostar mest men är ändå den största boven, eftersom den påverkar alla andra faktorer. Den som är väldigt stressad har varken tid eller ork att prioritera sin egen hälsa."

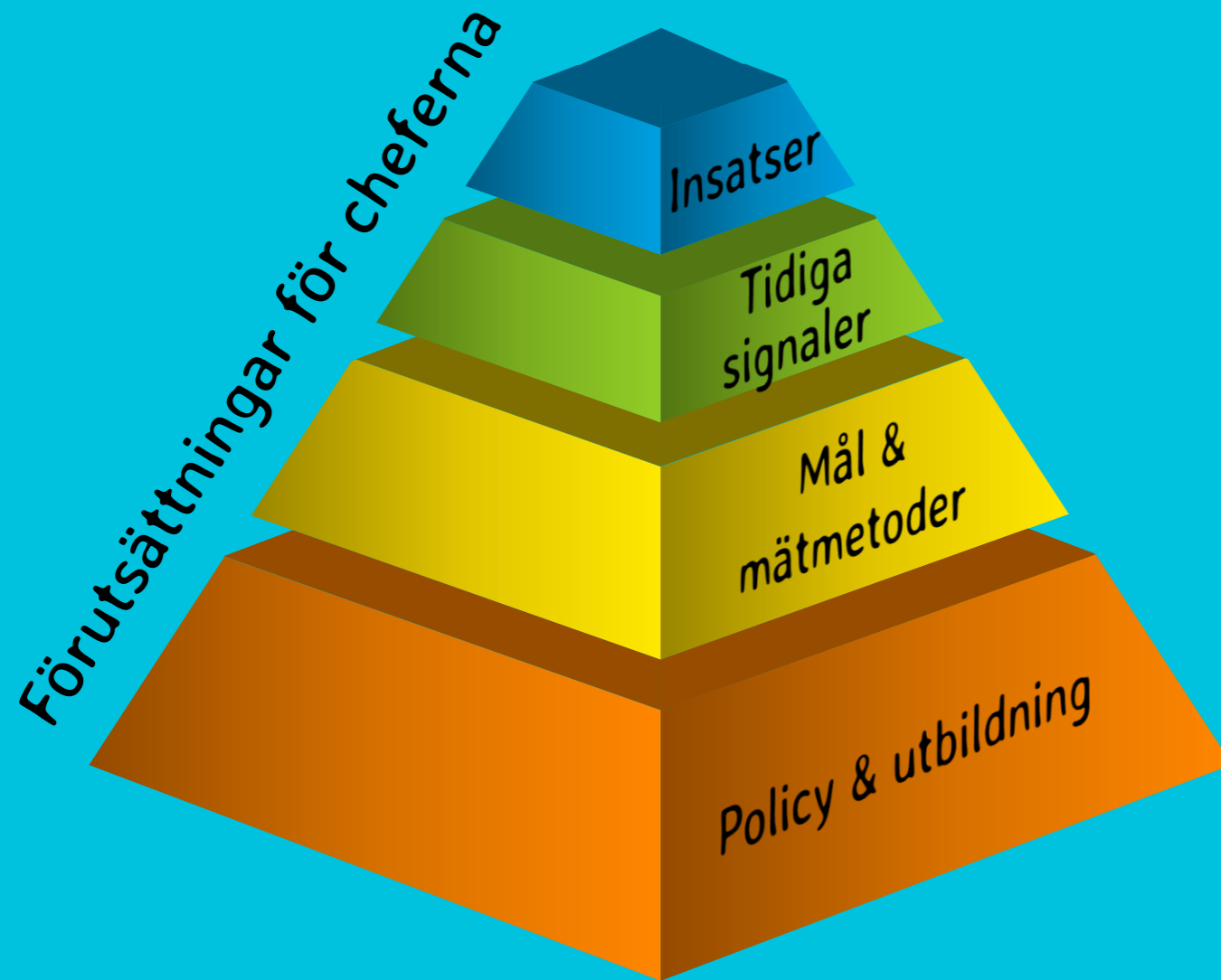
Johannes Cullberg, hälsoekonom

Ekonomiska vinster med tidiga insatser

- AFS:en och Riktlinjearbetet, KI
- Personalhälsa och ekonomi – hur hänger det ihop?
- Ekonomiska konsekvenser av psykisk ohälsa
- Kostnadslokala insatser
- En affärsplan för förbättrad psykisk hälsa
- Frågestund



För en god psykosociala arbetsmiljö



- Kunskapskrav
- Ohälsosam arbetsbelastning
- Tydlig organisation
- Arbetsuppgifter och arbetssituationer som är starkt psykiskt påfrestande
- Arbetstid
- Kränkande särbehandling

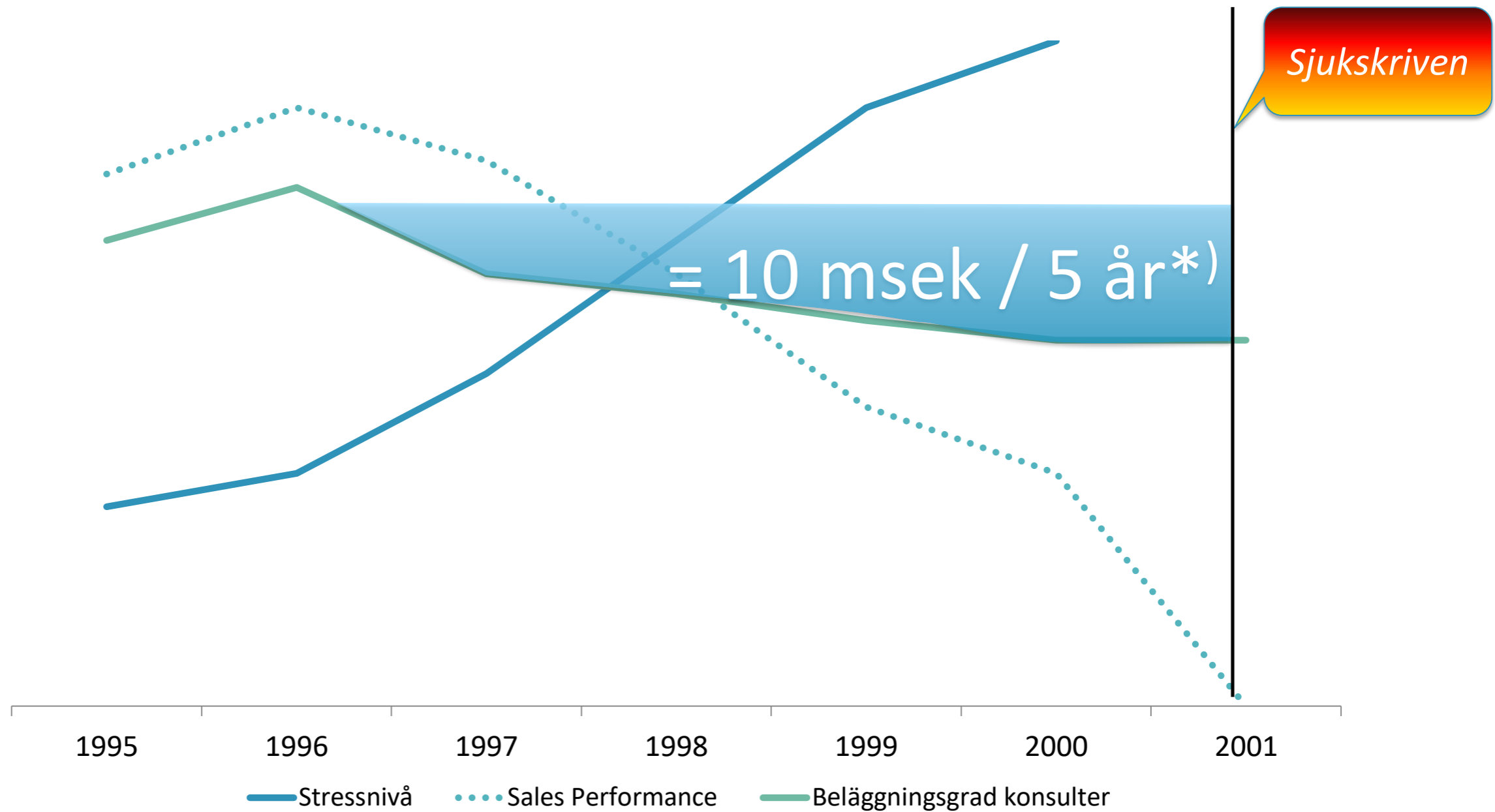


Riktlinjer för psykisk ohälsa på arbetsplatsen

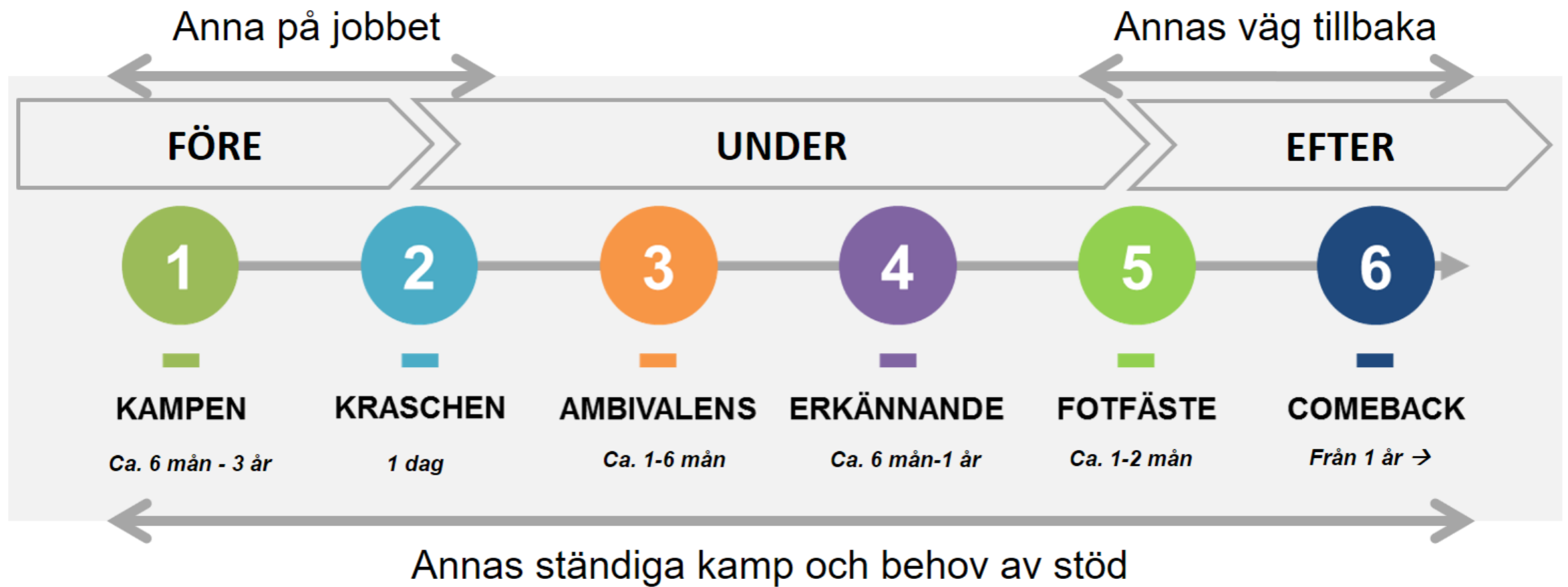
En sammanställning från Företagshälsans riktlinjegrupp 2/2015



En ekonom som går in i väggen



*) Verkligt resultat på EBIT pga lägre beläggingsgrad, ej marknadsberoende



3 ekonomiska aspekter av ohälsa



Sjukfrånvaro



Produktivitet



Hälsoinvesteringar

Vilken rad står "Personalhälsa" på?



KONCERNENS RESULTATRÄKNING
MSEK

1 DECEMBER - 30 NOVEMBER

	2010	2009
Omsättning inklusive moms		
Omsättning exklusive moms, not 3, 4	126 966	118 697
Kostnad sålda varor, not 6, 8	108 483	101 393
BRUTTORESULTAT	-40 214	-38 919
Försäljningskostnader, not 6, 8	68 269	62 474
Administrationskostnader, not 6, 8, 9	-40 751	-38 224
RÖRELSERESULTAT	-2 859	-2 606
Ränteintäkter	356	467
Räntekostnader	-7	-8
RESULTAT EFTER FINANSIELLA POSTER	25 008	22 103
Skatt, not 10	-6 327	-5 719
ÅRETS RESULTAT	18 681	16 384
Årets resultat är i sin helhet hänförligt till moderbolaget H & M Hennes & Mauritz AB:s aktieägare.		
Resultat per aktie, SEK*	1129	990
Antal aktier, tusental*	1 655 072	1 655 072

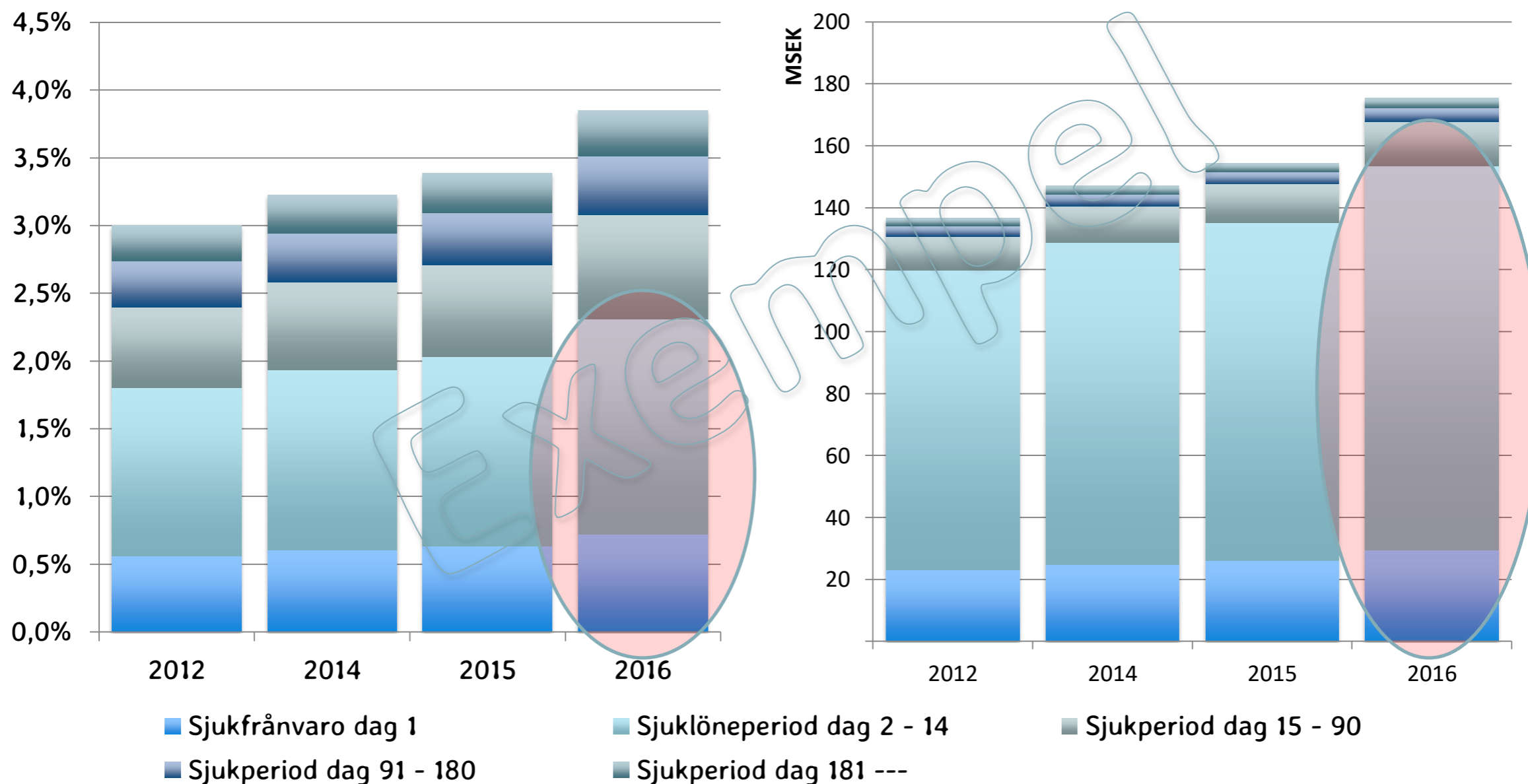
* Före och efter utspädning. Se sid 6, Aktiesplit.

SJUKFRÅNVAROKOSTNADER



Sjukfrånvarokostnader: totalt 175 MSEK

Ökat med 38 MSEK sedan 2012



Beräkningar för tidigare år reglerade till nuvarande antal anställda och lönenivå för att göra jämförelse relevant.



Två grundprinciper för beräkning av sjukfrånvarokostnader

Kvarvarande kostnader

Faktiska kostnader för sjukskriven personal (sjuklön, semester, sociala avgifter, personalkringkostnader)

Tar inte hänsyn till andra ekonomiska konsekvenser, t ex vikarier, produktionsbortfall, etc

Konsekvenskostnader

Faktiska ekonomiska konsekvenser för arbetsgivaren av sjukskrivningen

Mer korrekt, men svår att beräkna

**Blanda
aldrig de två
metoderna**



Förenklad beräkning

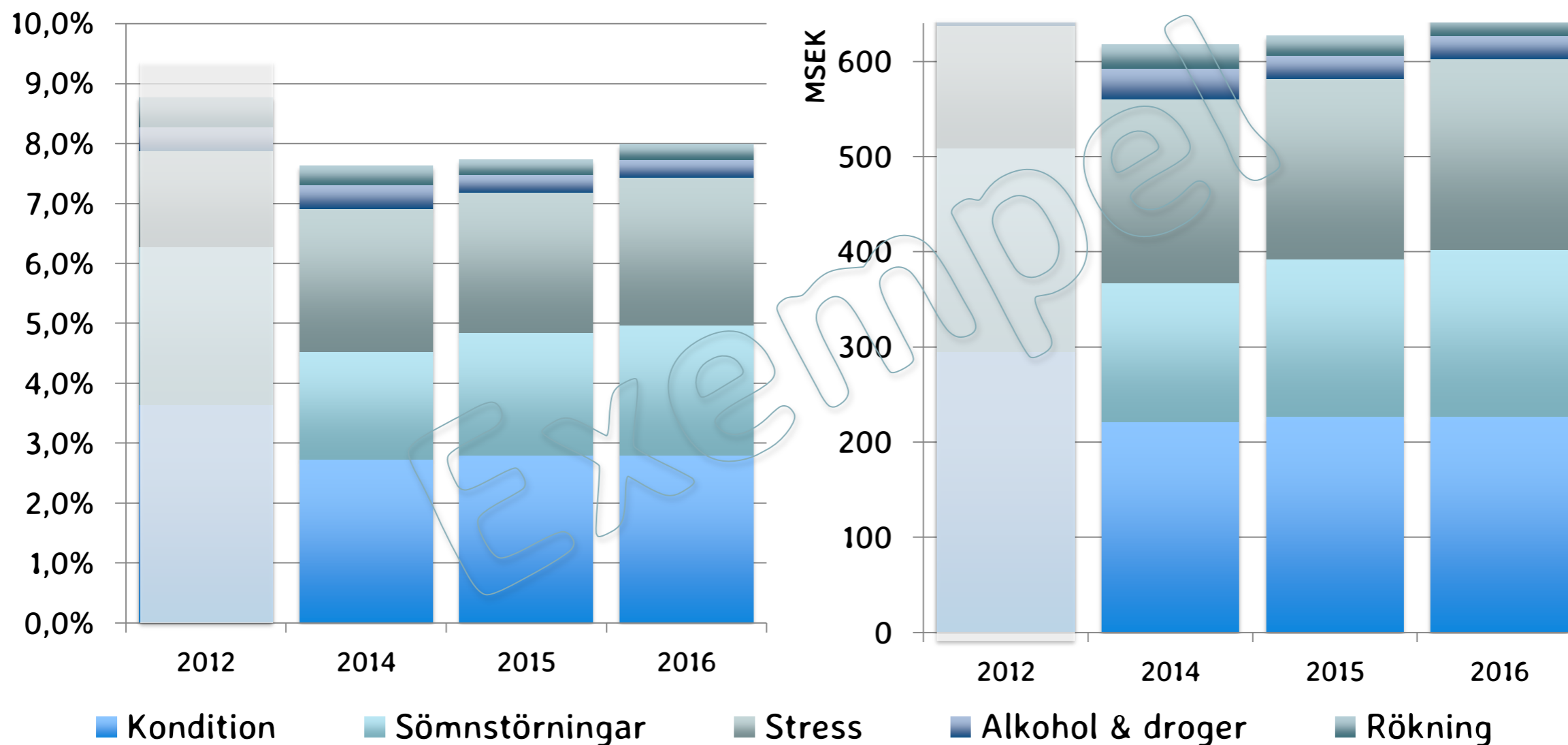
- Kort sjukfrånvaro: 10 % av månadslönen per sjukdag
Dag 1-14
- Lång sjukfrånvaro: 1 % av månadslönen per sjukdag *)
Dag 15--

*) Om sjuklön om 10 % betalas för dag 15-90 → 1,5 %

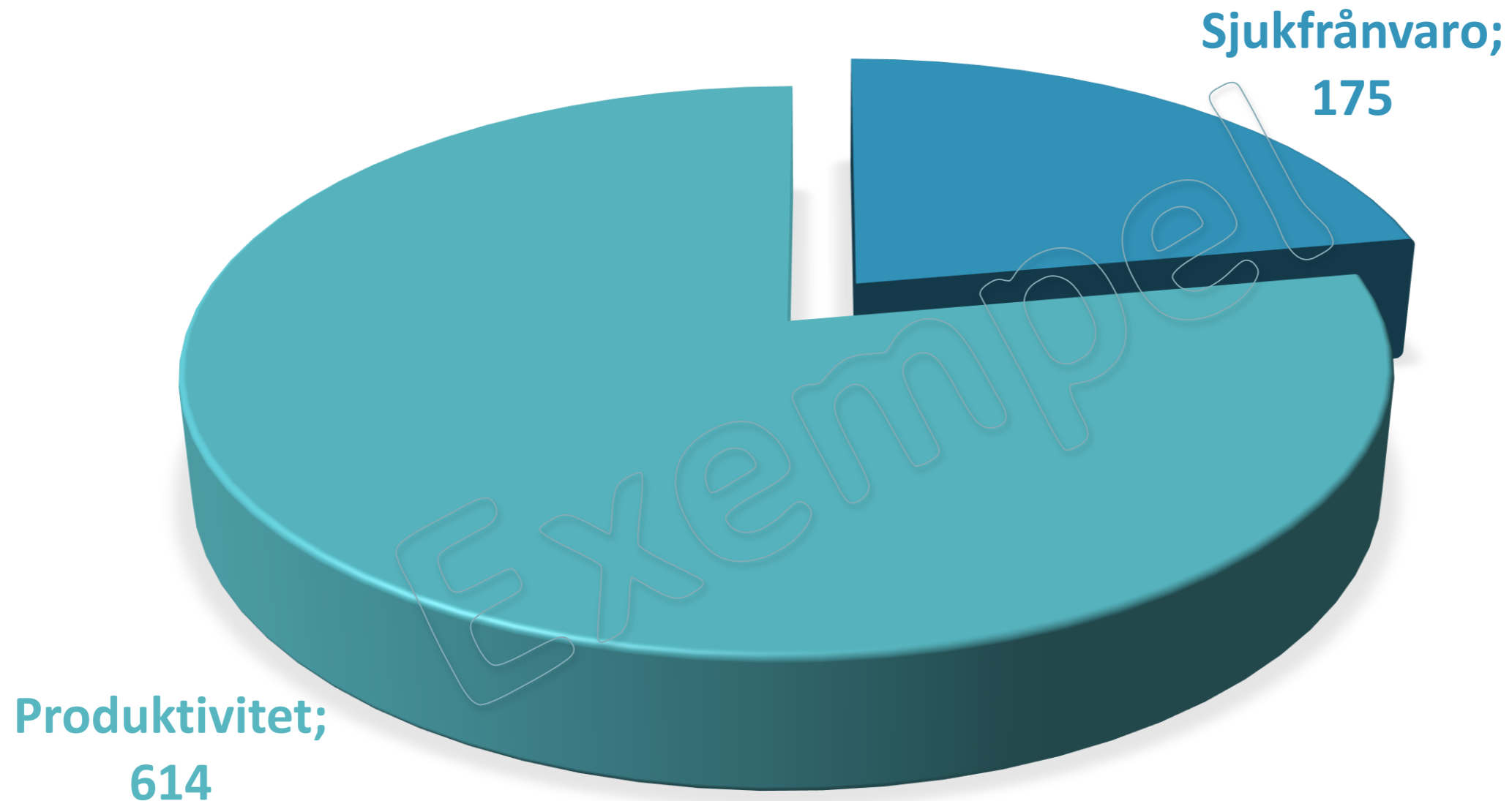
OHÄLSOKOSTNADER - PRODUKTIVITET



Ohälsokostnader, produktivets- sättning: totalt 614 MSEK (8% nedsatt produktivitet)



Exemplet: sjukfrånvaro vs. produktivitet



EKONOMISKA KONSEKVENSER AV PSYKISK OHÄLSA



Psykisk ohälsa och sjukfrånvaro

Sjukskrivningar till följd av psykiatriska diagnoser är 70 procent längre än för alla andra sjukskrivningar, enligt en rapport från Försäkringskassan.

Risken att bli sjukskriven igen är dessutom 22 procent högre för dem med psykiatriska diagnoser



Exempel på sjukfrånvaromönster

Övriga diagnoser



Psykiska
diagnoser

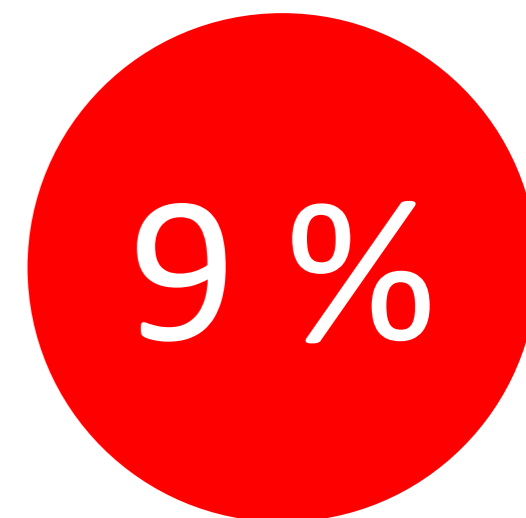




Stress och produktivitet

Hög upplevd stress (hos närvarande personal) ger i genomsnitt 9 % bedömt produktionsbortfall vid en studie gjord av Karolinska Institutet.

Andra studier visar på en mycket högre minskad produktivitet – i många fall upp till 30 %.





Stress leder ofta till andra problem med mer produktivitetsbortfall

12 %

Sömn

5-40 %

Kondition

10-25 %

Rökning,
Alkohol





Vadå produktivitet?



Kvalitet?
Elev-tapp?
Minskad skolpeng?

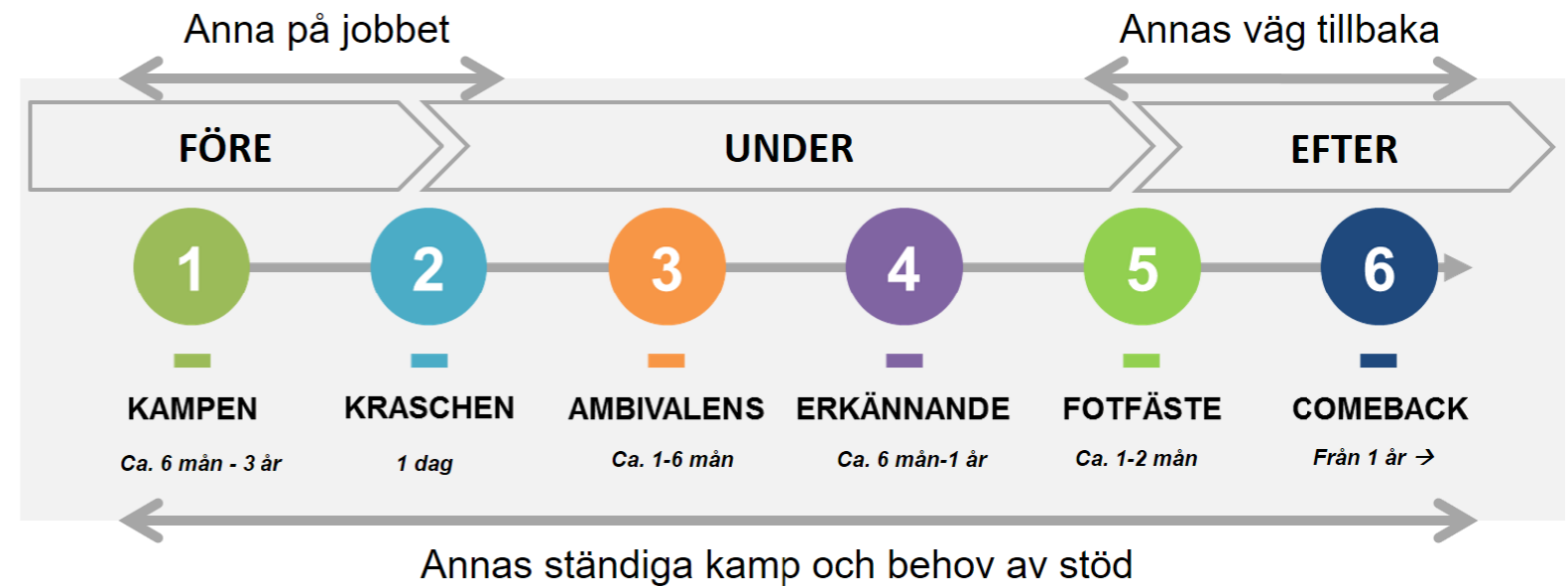


Kvalitet?
Personalomsättning?
Mer personal?
Ökade personal-
kostnader

Så, låt oss räkna

Antaganden:

- Kampen - 3 år med nedsatt produktivitet
- Kort sjukfrånvaro under Kampen, kraschen och under comeback – totalt 25 dagar (+ 14 dgr i samband med lång frånvaro)
- Lång sjukfrånvaro under 1 år
- Månadslön 31 000 kr



Produktivitet under Kampen

183 000 kr

Kort frånvaro

121 000 kr

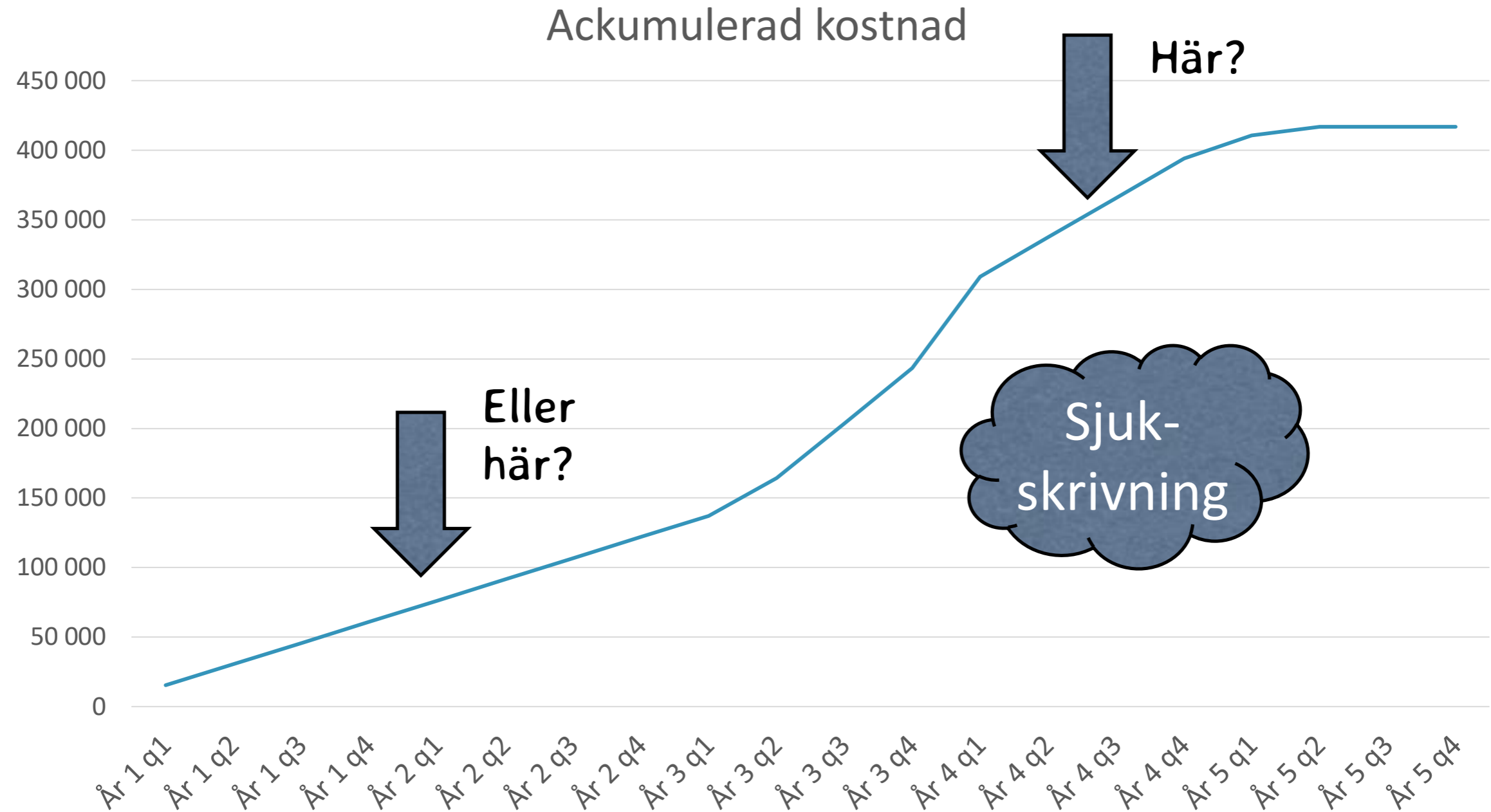
Lång frånvaro

113 000 kr

Summa

417 000 kr

När är det lönsamt att sätta in åtgärder?



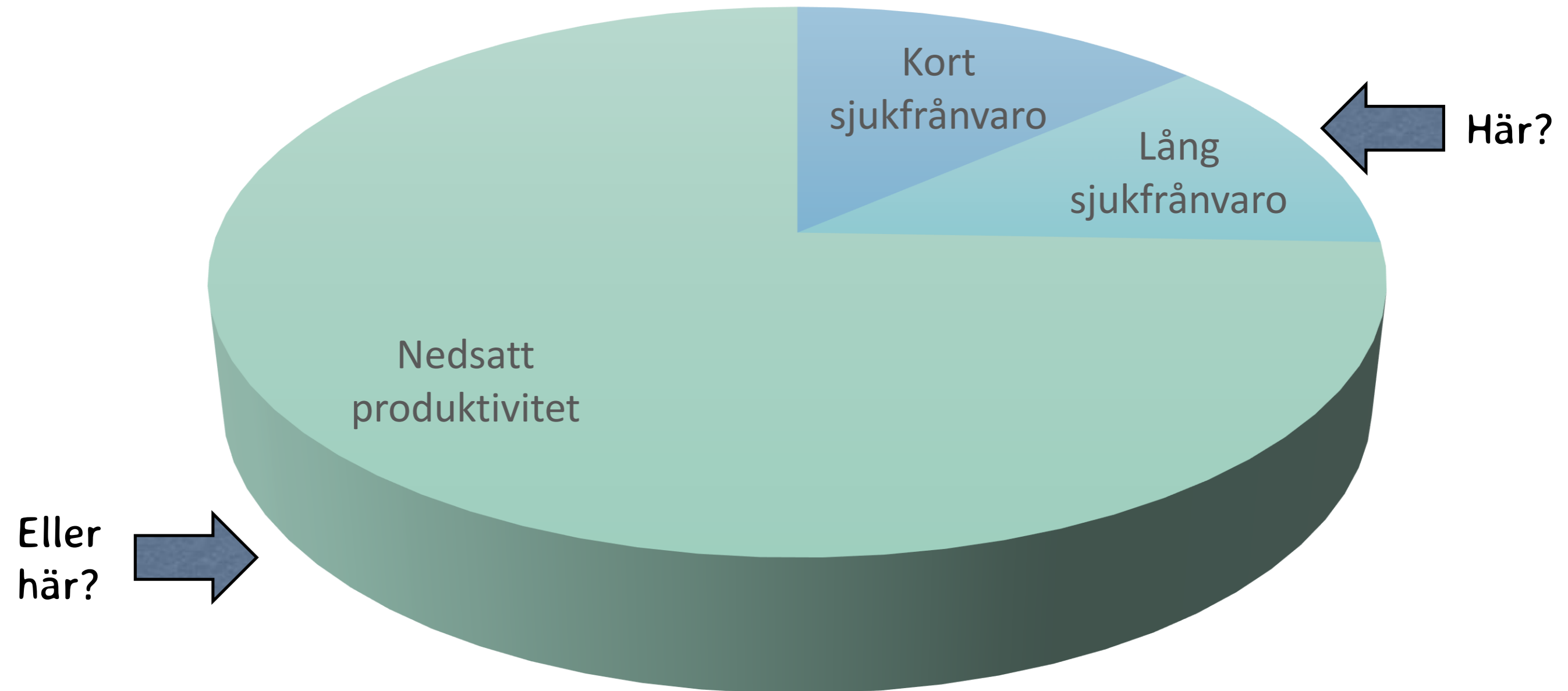
Så, låt oss räkna på hela organisationen

Antaganden:

- 3 000 anställda
- Kort sjukfrånvaro 3 %
- Lång sjukfrånvaro 4 %
- Genomsnittlig månadslön 31 000 kr
- Andel av personalen med förhöjd stressnivå 20 %
- Andel av kort frånvaro pga stress 6 %
- Andel av lång frånvaro pga stress 40 %

Produktivitetsförlust	34 000 000 kr
Kort frånvaro	6 200 000 kr
<u>Lång frånvaro</u>	<u>5 500 000 kr</u>
Summa	45 700 000 kr

När är det lönsamt att sätta in åtgärder?





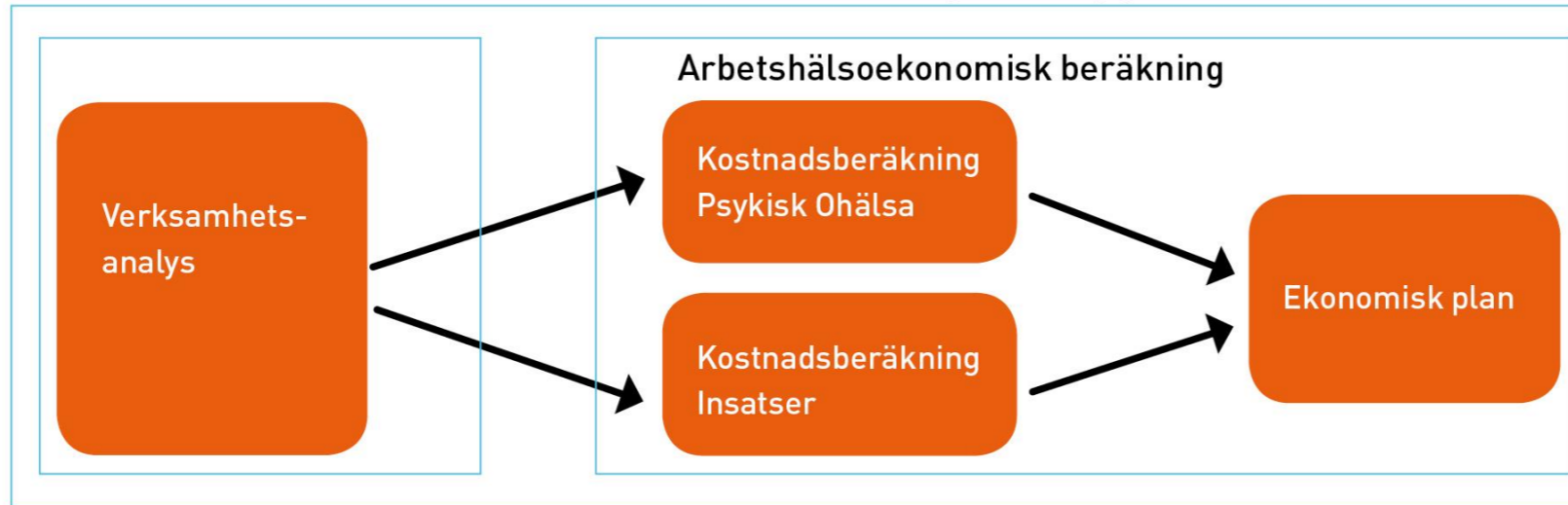
**Arbetshälsoekonomiskt
analysverktyg**

Ett komplement till Riktlinjer för psykisk ohälsa på arbetsplatsen

En sammanställning från Arbetshälsoekonomiska analysgruppen 1/2016

Modell för arbetshälsoekonomisk analys

Arbetshälsoekonomiskt analysverktyg



Referens för aktuell rad

Beskrivning

C – Beräkningsmodell för ekonomiska konsekvenser av psykisk ohälsa					
C1	Organisationens namn:	Demo Alltjänst AB			
C2	Kontaktperson:	Anna Andersson			
C3	Tidperiod (12 månader)	2016-01-01	-	2016-12-31	
Beräkning av kostnad för produktionsbortfall pga psykisk ohälsa					
C4	Totala personalkostnader (lön + sociala + kringkostnader), kr per år	+	Förs ex. över från D9 996 840 000		
C5	Vinst i företaget, kr per år	+	10 000 000		
C6	Summa, värde av arbete:	=	1 006 840 000	→	1 006 840 000
C7	Andel av personalen med hög stressnivå [%]		22%		
C8	Produktionsbortfall vid hög stressnivå [9%]	*	9%		
C9	Totalt produktionsbortfall	=	2,0%	*	2,0%
C10	Värde av produktionsbortfall (för över till ruta C18)	=	Förs över till C18 19 935 432		

Fält för inmatning (exempel ifyllt)

Vissa värden hämtas från annat formulär

Delsummer i högra kolumnen

Beräkningar görs lodrätt

Beräknade värden här

C – Beräkningsmodell för ekonomiska konsekvenser av psykisk ohälsa

C1	Organisationens namn:	Demo Alltjänst AB			
C2	Kontaktperson:	Anna Andersson			
C3	Tidperiod (12 månader)	2016-01-01	-	2016-12-31	
Beräkning av kostnad för produktionsbortfall pga psykisk ohälsa					
C4	Totala personalkostnader (lön + sociala + kringkostnader), kr per år	+	Förs över från D9 996 840 000		
C5	Vinst i företaget, kr per år	+	10 000 000		
C6	Summa, värde av arbete:	=	1 006 840 000	→	1 006 840 000
C7	Andel av personalen med hög stressnivå [%]		22%		
C8	Produktionsbortfall vid hög stressnivå [9%]	*	9%		
C9	Totalt produktionsbortfall	=	2,0%	*	2,0%
C10	Värde av produktionsbortfall (för över till ruta C18)	=	Förs över från D9 19 935 432		

D – Beräkning av personalkostnader

D1	Organisationens namn:	Demo Alltjänst AB			
D2	Kontaktperson:	Anna Andersson			
D3	Tidperiod (12 månader)	2016-01-01	-	2016-12-31	
D4	Totala personalkostnader (lön + sociala + kringkostnader), kr per år	+	996 840 000		
D5	Vinst i företaget, kr per år	+	10 000 000		
D6	Summa, värde av arbete:	=	1 006 840 000		
D7	Andel av personalen med hög stressnivå [%]		22%		
D8	Produktionsbortfall vid hög stressnivå [9%]	*	9%		
D9	Totalt produktionsbortfall	=	2,0%		
D10	Värde av produktionsbortfall (för över till ruta C18)	=	19 935 432		

E – Beräkning av kostnader för kort sjuklämnars lög (1-14)

E1	Organisationens namn:	Demo Alltjänst AB			
E2	Kontaktperson:	Anna Andersson			
E3	Tidperiod (12 månader)	2016-01-01	-	2016-12-31	
E4	Totala personalkostnader (lön + sociala + kringkostnader), kr per år	+	996 840 000		
E5	Vinst i företaget, kr per år	+	10 000 000		
E6	Summa, värde av arbete:	=	1 006 840 000		
E7	Andel av personalen med hög stressnivå [%]		22%		
E8	Produktionsbortfall vid hög stressnivå [9%]	*	9%		
E9	Totalt produktionsbortfall	=	2,0%		
E10	Värde av produktionsbortfall (för över till ruta C18)	=	19 935 432		

F – Beräkning av kostnader för lång sjuklämnars lög (15-)

F1	Organisationens namn:	Demo Alltjänst AB			
F2	Kontaktperson:	Anna Andersson			
F3	Tidperiod (12 månader)	2016-01-01	-	2016-12-31	
F4	Totala personalkostnader (lön + sociala + kringkostnader), kr per år	+	996 840 000		
F5	Vinst i företaget, kr per år	+	10 000 000		
F6	Summa, värde av arbete:	=	1 006 840 000		
F7	Andel av personalen med hög stressnivå [%]		22%		
F8	Produktionsbortfall vid hög stressnivå [9%]	*	9%		
F9	Totalt produktionsbortfall	=	2,0%		
F10	Värde av produktionsbortfall (för över till ruta C18)	=	19 935 432		

Summering av kostnad pga psykisk ohälsa

C18	Värde av produktionsbortfall, kr per år	+	19 935 432		
C19	Kostnad för sjuklämnars beräknade på psykisk ohälsa, kr per år	+	2 277 000		
C20	Total kostnad för psykisk ohälsa, kr per år	=	22 212 432		

KOSTNADSKLOKA INSATSER

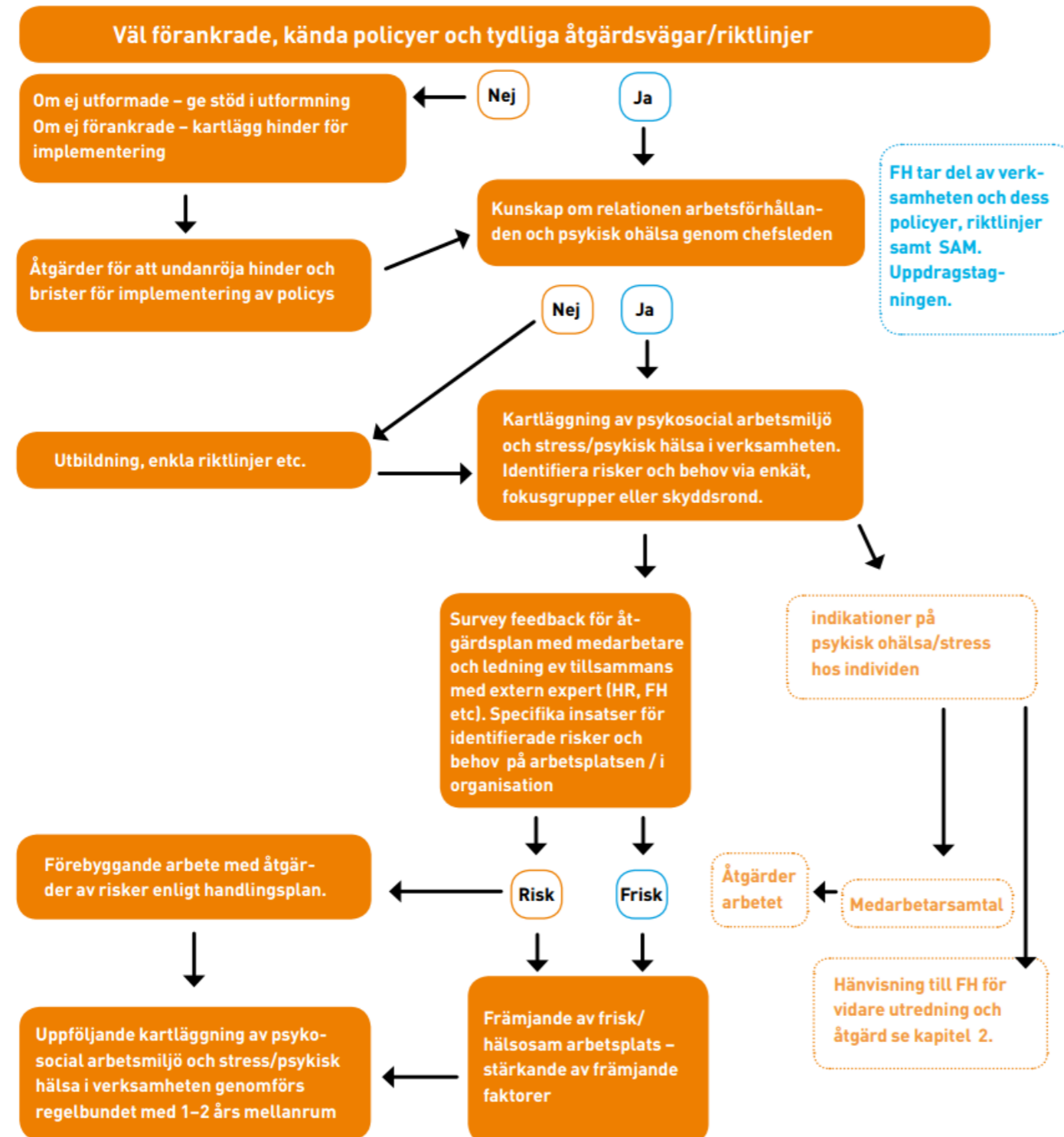
Kostnadskloka insatser

Välj rätt
(evidensbase-
rade) insatser

Rätt insats till
rätt problem

Kombinera
mätning,
identifiering
och insats

Kostnadskloka insatser = främja psykisk hälsa



Riktlinjer för
psykisk ohälsa
på arbetsplatsen

En sammanställning från Företagshälsans riktlinjegrupp 2/2015

- Policy & utbildning
- Rutiner
- Mäta
- Dialog
- Handlingsplaner

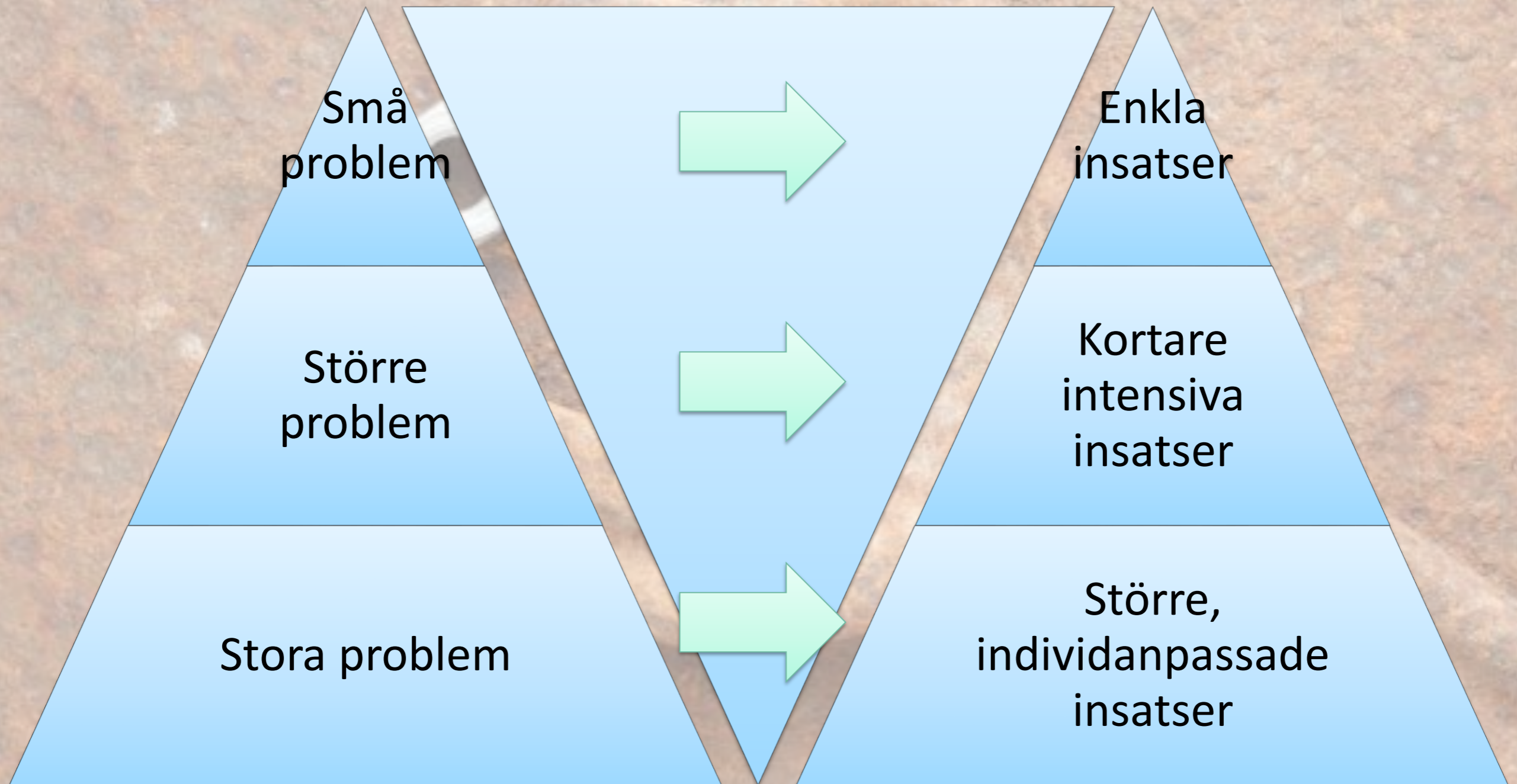
Metoder

Proactive

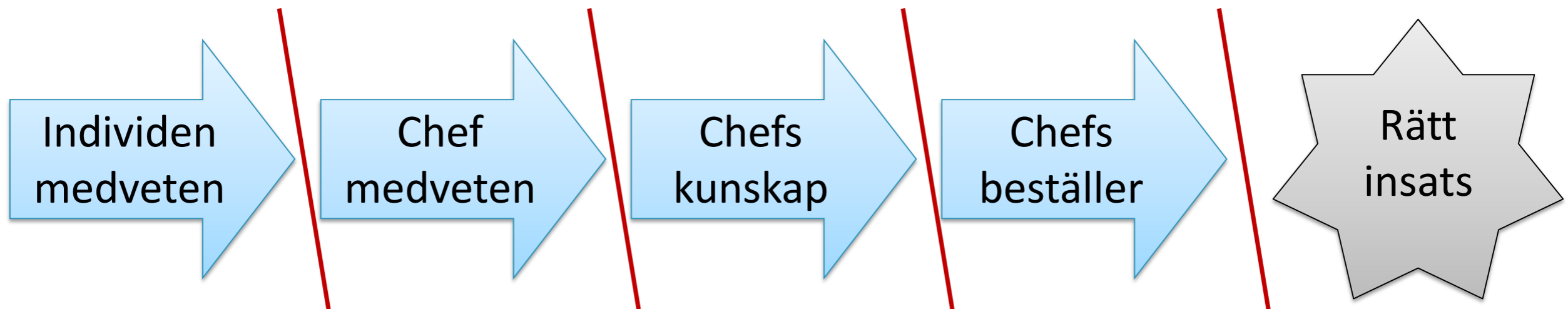
Rätt insats till rätt problem



Rätt insats till rätt problem



Många hinder på vägen till tidig insats



En kostnadsklok lösning: kombinera kartläggning, medvetenhet och ge direkt tillgång till rätt insats

Allt på en gång – kombinera = kostnadsklokt

Screening – mäta

←

Sömn

Hur mycket tid ägnar du en vanlig vecka åt fysisk träning som får dig anfördd?

- Mer än 2 timmar
- 1,5-2 timmar
- 1-1,5 timme
- 30-60 minuter
- Mindre än 30 min
- Ingen tid

Individuell feedback - medvetandegöra

Erbjudanden (3) Din hälsa Inställningar

Du har erbjudanden som väntar!

← Sammanfattning →

Totalt, nivå 4 av 10

Bra Anna, men det finns mycket som kan förbättras! Lorem ipsum dolor sit amet, conncenscatur elit. Ta del av våra specialanpassade erbjudanden.

- Kost, nivå 7 av 10
- Trivsel, nivå 9 av 10
- Alkohol, nivå 8 av 10
- Motion, nivå 5 av 10
- Stress, nivå 7 av 10
- Sömn, nivå 4 av 10
- Tobak, nivå 1 av 10

Direkt tillgång till anpassade insatser

Erbjudanden (3) Din hälsa Inställningar

Du har erbjudanden som väntar!

← Sömn →

Sömn, nivå 4 av 10

Om sömn

Alla människor kan drabbas av sömnsvårigheter. Sömnproblem är vanligare bland kvinnor än bland män. Ofta får man svårt att sova i samband med olika typer av problem eller stress. Men det kan också drabba föräldrar i småbarnsåren. Sömnsvårigheter kan också uppstå till följd av sjukdomar, som depression och ångest, eller missbruk. Oavsett orsak kan brist på sömn påverka ditt immunförsvar negativt. Dina sömnbesvär räknas som långvariga om du har haft sömnproblem minst varannan natt i en månad.

Vad kan du göra?

Du visar i dagsläget en del tecken på störd nattsömn och skulle ha mycket att vinna på att prioritera din sömn och din hälsa mer. Några enkla saker du skulle kunna testa är att börja prioritera att spendera 20 minuter ute i dagsljuset under förmiddagen. Detta gör att din dygnsrytm ställs in på att vara aktiv och piggt på dagen och bli trött och sova på kvällen. Försök även lyssna till din sovklocka och att släppa alla praktiska tankar innan du går och lägger dig. Det kan kännas

Erbjudanden (3) Din hälsa Inställningar

Dina aktuella hälsoerbjudanden

Här samlar vi hälsoerbjudanden som resultatet av din hälsoenkät har föreslagit för dig.

Hälsoundersökning

Du har möjlighet att boka in en hälsoundersökning med Previa. **Bekostat av din arbetsgivare.**

Läs mer och kontakta Previa

Sömnskola

Gå Livandas internet-baserade sömnskola (värde 545 SEK). **Bekostat av din arbetsgivare.**

Livandas sömnskola är ett hjälpmedel för att hantera det man kallar insomni - svårigheter att somna, tidigt uppvaknande eller många uppvaknanden under natten. Programmet bygger på de senaste metoderna inom kognitiv beteendeterapi (KBT).

Ta mig till sömnskolan

Kostnadsklokt: E-tjänster – tidiga, tillgängliga insatser

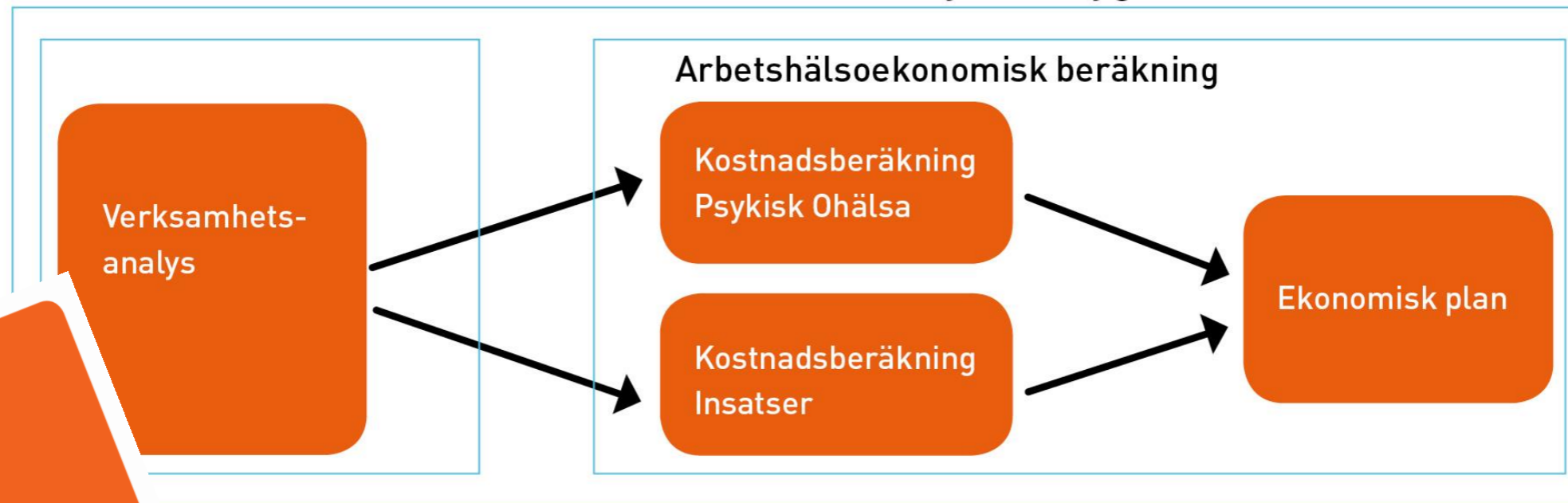
The screenshot shows the Livanda Stresshantering website. At the top, there are links for 'Ditt konto' and 'Logga ut'. The main navigation bar includes 'Ditt program', 'Kontakt', 'Dina resultat', 'Dina formulär', and 'Hjälp'. Below this, there are tabs for 'START', 'FAKTA', and 'ÖVNINGAR'. The main heading is 'LIVSKOMPASSEN' with a 'Stäng verktyg' button. A section titled 'Vart är du på väg?' explains that the Livskompassen is a tool for reflecting on life's values. It lists five areas: Familjerelationen, Vänskap och sociala relationer, Arbete och sysselsättning, Egen utveckling, and Fritid och hobbies. A 'Till övningen' button is at the bottom, accompanied by an image of a compass.

The advertisement for Papilly Stressprogrammet features the Papilly logo and a background image of hands on a laptop. The text reads: 'Det här är Stressprogrammet. Unikt och effektivt för bestående förändring'. A purple button at the bottom says 'GÖR STRESSTESTET'.



The advertisement for PBM ONLINE features the PBM logo and a background image of a person's face. The text reads: 'PBM ONLINE. Kognitiv Beteendeterapi – Terapi och Behandling med KBT via Videolänk'. It describes KBT as an evidence-based treatment for depression, anxiety, and insomnia. A blue-bordered box at the bottom contains the title 'KBT Terapi & Behandling Online' and a list of bullet points explaining that online KBT is a relatively new way to treat psychological conditions like anxiety, depression, and sleep disorders, and that it has the same effect as in-person contact with a psychologist.

En ekonomisk plan för investeringar i bättre psykosocial arbetsmiljö & minskad stress



	Kostnad för psykisk ohälsa, kr per år		Förs ev. över från C20	22 212 432
	Andel av personal med hög stressnivå	*		20%
	Utskyttelse av insatsen, kr per år	=		4 442 486
	Total kostnad för insatsen, kr	-	Förs ev. över från G34	1 864 319
J9	Ekonomiskt överskott av insatsen (år 1)	=		2 578 167
J10	Total kostnad för insatsen, kr	/	Förs över från J8	1 864 319
J11	Return on investment (ROI), %, alt 1.	=		138%

Arbetshälsoekonomiskt
analysverktyg

Etiketter till Riktlinjer för psykisk ohälsa på arbetsplatsen
En sammanställning från Arbetshälsoekonomiska analysgruppen 1/2016

Nationella riktlinjer för företagshälsa

4 år 5 riktlinjer

Riktlinjer vid
ländryggsbesvär

Riktlinjer för
hälsoundersökningar
via arbetsplatsen

Riktlinjer för
psykisk ohälsa
på arbetsplatsen

Riktlinjer för
exponeringsmätning
av hörselskadligt buller

Riktlinjer vid
alkoholproblem
på arbetsplatsen

- Fritt att ladda ned på www.fhvforskning.se

Tack

Frågor på det?

Johan Rudborg

johan@proactivehealth.se

Tel 070-30 31 999

www.proactivehealth.se