



Stegeholm
FÖRETAGSHÄLSA

TJÄNSTEKATALOG
2025



Skapa en hållbar arbetsplats

Med fokus på hälsa och arbetsmiljö investerar du som arbetsgivare i långsiktig hållbarhet och lönsamhet för din verksamhet. Vi hjälper dig att nå dit.

Stegeholmshälsan är en privat företagshälsovård med bred kompetens inom arbete, organisation och hälsa. Med sjuksköterskor, läkare, ergonom, arbetsmiljöingenjör, psykologer och administrativ personal med spetskompetens inom sina respektive områden kan vi erbjuda våra kunder skräddarsydda lösningar för att skapa och bevara långsiktigt hållbara arbetsplatser. Arbetsrelaterad frisk- och sjukvård, förebyggande arbetsmiljöarbete, ledarskap- och teamutveckling, psykosocial arbetsmiljö samt utbildning är utgör vår kärnverksamhet.

Stegeholmshälsan serverar såväl enmansföretag som arbetsgivare med flera hundra anställda, inom både privat och offentlig verksamhet. Varje kund, liten som stor, har en kundansvarig att vända sig till i olika ärenden och tillsammans med denna planeras insatser på kort och lång sikt. Vi värdesätter relationer, kvalitet och trygghet och hos oss kan du se fram emot ett engagerat och personligt bemötande.

Medlem i *Sveriges företagshälsor*

sveriges
företags
hälsor

Godkända utbildare inom arbetsmiljö
enligt *AFA försäkring*.



Mer information finner ni på vår hemsida www.stegeholmshalsan.se
Kontakta oss via e-post info@stegeholmshalsan.se eller telefon 0490-82230

Innehållsförteckning

4

Hälsa

5

Medicinska kontroller

6

Rehabilitering

7

*Organisation och
ledarskap*

8

Arbetsmiljö

9

Utbildning

Vårt mål är att ni ska må bra

Vi erbjuder hälsovård till era medarbetare genom hela arbetslivet. Genom vårt hälsoarbete kan vi bidra till hållbarhet och utveckling för både er organisation och era medarbetare.

Vi erbjuder bland annat insatser vid riskbruk av alkohol, rökavvänjning, hälsokontroller och tester, rådgivning för en hälsosam livsstil, samt vaccinationer och smittskydd.

Hälsoundersökningar och tester

Våra hälsoundersökningar ger en bra bild av medarbetarens och organisationens hälsa och arbetsmiljö. Helt enkelt en bra grund för det systematiska arbetsmiljöarbetet. Ni får återkoppling på hälsostatusen hos era medarbetare och rådgivning för att skapa förutsättningar för hälsa och hållbarhet i arbetet. Varje medarbetare får återkoppling på sin hälsostatus, och rådgivning för att bibehålla och förbättra sin hälsa. Genom återkommande hälsokontroller kan ni följa hälsan hos er organisation över tid. Medarbetare får vid återkommande hälsokontroller ökade möjligheter att tidigt upptäcka tecken på ohälsa.

Vi erbjuder olika typer av hälsoundersökningar, som varierar i omfattning och innehåll utifrån era behov. Vi erbjuder även enskilda tester inriktade på specifika områden.

MEDICINSKA KONTROLLER

Medicinska kontroller i arbetslivet (AFS 2019:3) innebär att arbetsgivare måste anordna medicinska kontroller och i vissa fall blodprover om medarbetarna utsätts för vissa faktorer i arbetsmiljön, som kan leda till ohälsa. Kontakta oss om ni är osäkra på vilka medicinska kontroller som behöver göras.

Medicinska kontroller utan krav på tjänstbarhetsintyg ska anordnas vid:

- Arbete där arbetstagaren utsätts för vibrationer
- Handintensivt arbete
- Nattarbete
- Arbete med allergiframkallande kemiska produkter

Medicinska kontroller med krav på tjänstbarhetsintyg ska anordnas vid:

- Arbete med allergiframkallande kemiska produkter
- Arbete som innebär exponering för fibrosframkallande damm, det vill säga asbest, vissa syntetiska oorganiska fibrer eller kvarts
- Arbete som innebär exponering för bly
- Arbete som innebär exponering för kadmium
- Arbete som innebär exponering för kvicksilver
- Arbete som innebär klättring med stor nivåskillnad
- Arbete med rök- och kemdykning
- Dykeriarbete

Övriga lagstadgade undersökningar:

Joniserande strålning, Sjöfartsintyg, Körkortsintyg m.fl.

REHABILITERING

Vi arbetar för att minska behovet av sjukskrivning, och för att medarbetaren så fort som möjligt ska komma åter i arbete. Vi erbjuder stöd både till chefer och medarbetare i rehabiliteringsprocessen, till exempel genom trepartsmöten, stöd att utforma individuella rehabiliteringsplaner, deltagande i avstämningsmöten med Försäkringskassan, samt behandling hos läkare, sjukgymnast och psykolog.

Som sammanhållande rehabiliteringskoordinator fungerar i första hand företagssköterska.

Arbetsförmågeutredning

En god arbetsförmåga innebär att det finns en överensstämmelse mellan medarbetarens förmåga och arbetets krav.

En arbetsförmågeutredning kan göras när en medarbetare har svårt att nå arbetets krav. Resultatet hjälper arbetsgivaren att ta nästa steg avseende insatser för medarbetaren. Vi kan även bidra med rekommendationer om lämpliga insatser och anpassningar för medarbetaren.

Psykologisk behandling

Våra legitimerade psykologer erbjuder evidensbaserad psykologisk behandling med god förankring i den senaste forskningen. Vi arbetar med beteendeförändring och att hitta funktionella, hållbara lösningar på medarbetarnas problem. Vi arbetar med behandling för en rad olika besvär, bland annat stress, utmattning, nedstämdhet, ångest och sömnsvårigheter.

Trepartssamtal

Trepartssamtal kan genomföras innan, under och efter behandlingsinsats. Det är ett tillfälle för medarbetare, arbetsgivare och behandlare att skapa en gemensam bild av till exempel syfte eller resultat med en insats, och att planera nästa steg tillsammans. Vi kan även medverka på möten med till exempel Försäkringskassan eller övrig hälso- och sjukvård när behov finns.

ORGANISATION OCH LEDARSKAP

Vår syn på människor, utveckling och samarbete

Vår utgångspunkt är att människor har kunskap om vad de behöver för att må bra och prestera väl, både när det gäller dem själva och den grupp som de ingår i. Vi ser medarbetare och ledare som experter på sin egen arbetssituation. Vi utgår från att människor i grunden vill göra sitt bästa och bidra till lyckade resultat.

Vi vet vad forskning och beprövad erfarenhet säger om effektiva ledare, team och organisationer. Vi är specialiserade på att leda processer som omsätter teoretisk kunskap, visioner och idéer till konkreta beteenden som håller över tid. Utifrån detta tar vi oss an uppdrag med nyfikenhet och glädje. Tillsammans med er utvecklar vi ledare, grupper, team och organisationer!

Organisationsutveckling

Vi arbetar med organisationsutveckling som skapar hälsosamma, hållbara och konkurrenskraftiga företag och arbetsplatser.

Fokus i organisationsutveckling är att identifiera och konkretisera organisationens viktigaste resultat och formulera en plan med tydliga aktiviteter för att nå dit. En del i att lyckas med det är att förstå organisationens olika delar och hur de påverkar varandra, samt det större sammanhang som organisationen verkar i.

Ledarskap

Ett fungerande ledarskap med hållbara och välmående ledare är centralt för en hållbar och välmående verksamhet.

Att vara chef och ledare ställer krav på färdigheter inom flera olika områden. Att leda och motivera medarbetare, att förhålla sig till givna förutsättningar i organisationen och att fungera och prestera i en snabbt föränderlig värld är några av de delar som ingår i en ledares vardag.

ARBETSMILJÖ

Bra arbetsmiljö skapar bra förutsättningar

Som arbetsgivare är du skyldig att bedriva ett systematiskt arbetsmiljöarbete, vilket omfattar både den fysiska, sociala och organisatoriska miljön.

Stegeholmshälsan erbjuder stöd i samtliga delar.

Arbetsmiljörund - skyddsrund

En systematisk genomgång av olika aspekter av arbetsmiljön och utgör en del av det lagstadgade systematiska arbetsmiljöarbetet.

Syftet med en skyddsrund är att identifiera förbättringsområden i arbetsmiljön, samt att lyfta fram de delar som fungerar väl. Ronden resulterar i ett underlag för insatser som på olika sätt kan främja en hälsosam arbetsmiljö.

Våra experter bistår i allt från planering, genomförande och efterarbete av skyddsronder, utifrån era förutsättningar och behov.

Organisatorisk och social arbetsmiljö

Vi erbjuder stöd i att bedriva ett effektivt arbete med den organisatoriska och sociala arbetsmiljön (OSA).

Några exempel vad vi kan hjälpa till med:

- Framtagande av en långsiktig planering med tydliga insatser för utveckling av OSA.
- Framtagande av policys avseende OSA.
- Framtagande och genomförande av kartläggningar av OSA.
- Implementering av policys och nya arbetssätt.

Konflikthantering

I fall där det uppstått en konflikt mellan två eller flera parter kan vi erbjuda handledning och rådgivning till den chef vars medarbetare är i konflikt. Vi kan även genomföra en strukturerad medling.

Krisstöd

Våra legitimerade psykologer erbjuder stöd vid kris.

UTBILDNING

Med vår samlade kompetens inom området arbete och hälsa kan vi erbjuda ett brett utbud av föreläsningar och utbildningar.

Några exempel på områden vi ofta utbildar inom är:

- Hjärt och lungräddning, HLR
- Första hjälpen och krisstöd
- Ledarskap
- Organisatorisk- och social arbetsmiljö
- Svåra samtal
- Ergonomi
- Fysisk aktivitet och hälsa
- Allergiframkallande kemiska produkter
- Alkohol
- Tobak
- Stresshantering och hållbarhet
- Sömn

Utifrån behov och önskemål skräddarsyr upplägg, både avseende innehåll och omfattning.

Stegeholm

FÖRETAGSHÄLSA

