

## App för tillbuds-, olycks- och skaderapportering



Som ett tillägg till vårt webbaserade system, KIA, för inrapportering av tillbud, olyckor och riskobservationer i arbetsmiljön finns nu en app att ladda ned med en förenklad anmälningsfunktion.

Appen heter IA-avvikelse i arbetsmiljön. Du laddar ner den genom att söka på AFA Försäkring i Google Play eller App-store. Du kan också söka på IA i Windows Phone Store.

Inloggningsuppgifter till appen och information om hur den fungerar hittar du på intranätet.

## Traineeprogram

Har du intresse av ledarskap och vill utvecklas i ditt arbete? Bengtstors kommun kan ge dig som anställd möjlighet till ledarskapsutbildning. Två traineeplatser erbjuds under tidsperioden januari 2019 – juni 2020 som du som anställd kan söka till.

Du ska vara tillsvidareanställd inom kommunen samt ha intresse och lämplighet för ett kommande ledaruppdrag. Du som söker utbildningen ska också ha minst ett rekommendationsbrev från en chef. Läs mer på intranätet eller tala med personalchef Anders Alin.

INblick ges ut av Bengtstors kommun  
Innehåll & layout  
Niklas Eriksson  
Informatör  
niklas.eriksson@bengtstors.se

## Lugn och ro i skolan

Med hjälp av föreningen "Drömmen om det goda" har skolpersonal fått lära sig hur man skapar lugn och ro i skolan. Metoden består av enkla övningar och är en satsning för att öka studiemotivationen i skolan.

Genom en tvådagarskurs på Baldersnäs under hösten har 15 lärare och personal inom elevhälsa lärt sig metoder för stresshantering. Skolpsykolog Maria Adolfsson driver satsningen tillsammans med Folkhälsorådet. Även rektorer och chefer har fått en heldags introduktion i metoderna.

– Elever ska få tillgång till enkla sätt att komma tillbaka till lugn och ro, berättar Maria Adolfsson. Drömmen om det goda-metodiken består av de fyra övningsformerna; stillhet, beröring, reflektion och rörelse inspirerat av mindfulness.

– Beröringsövningar är det som brukar vara populärast i början, men i längden vinner stillhetsövningar, säger Maria Adolfsson. Rörelseövningar kan vara att stretcha kroppen eller att röra kroppen lite långsammare än vad man brukar. Det är korta övningar som görs regelbundet och det



Maria Adolfsson är skolpsykolog i vår kommun.

är alltid frivilligt.

### Studiero

– Vi hoppas det ska bli en del av skolans vardag i framtiden, säger Maria Adolfsson. Genom att sprida metodiken inom förskolan och skolan bidrar vi till att uppfylla skolans krav på en skolmiljö med trygghet och studiero. Bakom metoderna finns mycket forskning om hur exempelvis hjärnan reagerar på stress. Att göra

stresshantering regelbundet ger resultat.

– De lärare som gör övningar med sina elever blir själva lugna av att göra det, så det är ju stresshantering för både vuxen och barn.

Drömmen om det goda är en ideell förening, politiskt och religiöst oberoende, vars syfte är att ge barn, elever, lärare och rektorer metoder för att utveckla ett eget förhållningssätt för att hitta lugn och ro.



Kursen hölls av Ingrid Torstensson och Margareta Rosenquist från föreningen "Drömmen om det goda". Foto: Maria Adolfsson.

## Nytt erbjudande om cykel

Du som är tillsvidareanställd kan genom Bengtstors kommun och cykelföretaget Merida leasa en kvalitetscykel förmånligt genom ett bruttolöneavdrag. Under vecka 40 - 42 finns en ny möjlighet att beställa en förmåncykel. Den 4 oktober kommer Merida vara på plats med democyklar hos Silverlake på Brogatan 6. Mer information finns på intranätet.

