

Nyhetsbrev från Vlg – Väsby Läkargrupp Företagshälsovård

*Midsommar och semestrar närmar sig!
Vi från Vlg Företagshälsovård vill tacka er alla för gott
samarbete och önska en riktigt fin sommar med hopp om
nya krafter till hösten.
Vi har redan börjat planera för roliga och värdefulla
aktiviteter. Boka in datumen redan nu!*

Som vanligt finns vi tillgängliga under hela sommaren.
Ni som är ansluten till vår tjänst " Besök för bedömning
av hälsa och arbetsförmåga" kan som vanligt boka
läkartider på 08-594 210 44 kl. 08.00-09.00
samt 13.30-14.00.

Några av höstens aktiviteter:

Frukostseminarium 3/9 kl. 08.00-09.30

"Så blir vi mer fysiskt aktiva via jobbet"

Curexgruppen med över 20 års erfarenheter av fysisk aktivitet, aktivitetstävling, massage på jobbet kommer och föreläser och inspirerar samt berättar om deras tjänster. Anmälan och mer info. Se inbjudan.

Frukostseminarium 12/9 kl. 08.00-09.30 "Balansprogrammet – ett effektivt verktyg för daglig återhämtning". Kom och prova på och upplev effekten av programmet som bygger på två evidensbaserade metoder. Mindfulness och medicinsk yoga samt reflektion om vad som skapar vardagsbalans. Anmälan och mer info. se inbjudan.

HLR- Hjärt- och lungräddningskurs 26/9 kl. 08.30-10.30

Mer info. Se inbjudan. Utbildningstillfällen finns även 24 /10 samt 21/11



Rusta er mot TBE - erbjud era medarbetare fästingvaccin!

Ljusare och varmare tider innebär fina dagar ute i natur och skärgård eller kanske även utlandsresa. Då är det dags att se över sitt skydd mot TBE och om du ska resa utanför Sveriges gränser, kan Hepatit eller stelkramp behövas.

På Vlg har vi Drop-in för vaccination alla vardagar hela sommaren kl. 8-12 och 13.30-16.00

På tisdagar har vi kvällsöppet till kl. 19.00 tom 25 juni.

För er på företag som har tjänsten "besök för bedömning av hälsa och arbetsförmåga" erbjuds 10 % på vaccinationer när ni vaccinerar er på Vlg.

Tom. 1 juli vaccinerar Vlg också på:

Apotek Hjärtat i Vallentuna Centrum på onsdagar kl. 14-18:30

Apotek Hjärtat Väsby Centrum Väst på torsdagar kl. 14-18:30.

TBE-vaccin i vuxendos kostar 380 kr och för barn 340 kr.

TBE sprids via fästingar. TBE-virus finns runt Stockholm och Mälardalen och främst söderut i Sverige men utbredningsområdet har ökat även norrut de senaste åren. Antalet TBE-fall i Sverige var rekordstort 2017 med 391 anmälda fall. Antalet fall 2018 var 385 stycken. Efter 2 doser med 4 veckors mellanrum har man ett bra skydd. För den som är äldre krävs 3 doser för ett bra skydd. Sedan följer man ett vaccinationsschema med påfyllnadsdoser för att få fortsatt bra skydd mot TBE.

Har du frågor om vaccin kan du maila till vaccinationsansvarig Katarina Lind Tungel på vaccin@vlg.se

Arbetsplatsolyckor ökar bland unga

Arbetsplatsolyckor bland unga har ökat med omkring 20% de senaste fyra åren. Det visar statistik från Arbetsmiljöverket. Risken att råka ut för en olycka är 4 till 6 ggr högre första året på en ny arbetsplats.

Förra året anmäldes ungefär 4800 arbetsplatsolycksfall som drabbat unga under 25 år och som lett till sjukfrånvaro. Det är en ökning med omkring 20 % sedan 2014. I andra åldersgrupper syns inte motsvarande ökning av olyckstillfällena.

Var rädd om era sommarjobbare och vikarier i sommar.

Se till att de får en bra introduktion och att ni har ett bra systematiskt arbetsmiljöarbete med rutiner, utbildning och skyddsronder på ert företag.

***Glad sommar önskar vi alla på Vlg
Företagshälsovård***



Camilla Cleréus
Verksamhetschef
070-10 10 807

camilla.cleus@vlg.se

Caroline Aronsson
Sjuksköterska/Admin.
08-594 210 44

caroline.aronsson@vlg.se

