

Nattjobb kan vara en njutning

Posten i Finland har ett unikt verktyg för att ta hand om sina anställda, en nygrundad stiftelse med rejäla resurser som ska se till att folk hålls friskare och orkar jobba längre. Det tuffaste jobbet är den tidiga morgonutdelningen, men som något överraskande kan uppfattas som en njutning.

Text: Carl-Gustav Lindén
Foto: Cata Portin



Långtifrån alla människor klarar av att jobba natt och leva med omvänd dygnsrytm år efter år. Det är också lätt att fastna i fel rörelser, säger Eeva Saarikivi som burit ut tidningar i 22 år.

Höstens första köldknäpp har kommit. Klockan är strax efter två och det är sex grader kallt i Kvarnbäcken i östra Helsingfors där vi står och väntar på morgontidningarna. En efter en anländer utdelarna med bil.

Så piper det till i förmannens mobiltelefon, ett SMS: "Nu har tidningarna lämnat tryckeriet", säger han.

En kvart senare backar en skåpbil upp mot porten och sorteringen kan börja. Tyst tar utdelarna sina tidningsbuntar och ger sig iväg in i mörkret.

Eeva Saarikivi visar unge Jani, som ska börja dela ut post, hur sortering och utdelning går till.

- Här har vi trehundrasjutton Helsingin Sanomat, det här är Kauppalehti, ta inte för många.

Vi tycker vädret börjar vara väl kyligt för tidningsutdelning mitt i natten, men Eeva Saarikivi säger att det är precis tvärtom.

- I dag är det idealväder - det är torrt lite kyla som sätter fart på benen - i dag löper jobbet bra.

- Du har gjort det här jobbet i tjugotvå år - hur har du trivts?

- Bra, men ju äldre man blir desto tyngre är det.

- Hur skulle jobbet kunna bli lättare?

- Tja, inte vet jag. Så länge som tidningen ska in i postluckan så förändras inte jobbet, men blir det brist på arbetskraft i framtiden så placerar man säkert postlådor nere

i trappuppgången. Då blir jobbet lättare.

- Nu har Posten grundat en arbetsmiljöstiftelse som ska förbättra era villkor, vad tror du den kan göra?

- Det vore bra att lära ut rätt arbetsställning för alla: vad är bra för rygg och leder. Det är ett bra mål som går att nå. Jag har jobbat med det här i tjugio år. Då fastnar man lätt i gamla tankesätt, man borde våga förnya sig och tänka om i vissa saker. Om du intar en viss ställning och håller fast vid den i många år då har du också svårt att komma ur det - i synnerhet om det är fel sätt att arbeta på.

Svårt hitta folk

Posten i Finland har svårt att hitta folk för den tidiga morgonutdelningen, i synnerhet i Helsingforsregionen där det finns andra jobb att välja

mellan som inte kräver nattvak. Men Eeva Saarikivi skulle inte byta - hon skulle sakna årstidernas växling.

- I augusti när kvällarna blir mörkare och stjärnorna dyker upp är det trevligt. På sommaren och våren när ljuset ökar och du ser hur naturen vaknar till liv - och färgerna när solen stiger upp på morgonen - det är fantastiskt. Då står man ut med lite tjugogradig kyla, när man vet att våren kommer.

Posten är med sina 24.000 anställda en av i Finlands största arbetsgivare. De flesta av dem, 18.000, sysslar med distribution av post och tidningar och av dem arbetar 11.000 liksom Eeva Saarikivi med tidig morgonutdelning. Där är omsättningen på personal störst och det här upplevs som ett stort problem i företaget.

För att göra arbetsplatsen bättre och attrahera ny personal har Posten nu fått tillgång till ett unikt instrument. Det var i höstas som Postens "stiftelse för arbetsvälbefinnande" körde i gång.

Det något kryptiska namnet är en direktöversättning från finskan, i Sverige skulle det antagligen handla om arbetsförmåga. Stiftelsen grundades när företagets pensionsansvar överfördes från Postens egen pensionsfond till det privata arbetspensionsbolaget Ilmarinen. Grundkapitalet på hela 12,6 miljoner euro kommer från det kapital som frigjordes i affären.

- Vi får använda femton procent per år och det blir ju nära två miljoner euro, men vi ska inte slösa pengarna till varje pris - det blir lite lugnare i början", säger ombudsman Antti Palkinen.

Hjälpa förmännen

Samma natt som vi följer Eeva Saarikivi träffar vi också stiftelsens nyutnämnde direktör Lisbeth Forsman-Grönholm, som är specialläkare inom företagshälsovård. Hon granskar nattutdelningen för att skaffa sig en bättre bild av vad jobbet går ut på. Trots att klockan är tre är Forsman-Grönholm på strålande humör.

- Det här ger mig mycket för nu när jag är inne i firman ser jag konkret vad man kan göra och vi har ju resurser att satsa på förebyggande arbete.

Vi träffas i förmännens kontor där den tidiga morgonutdelningen övervakas.

- Vad vi försöker göra är att stöda förmännen vid frontlinjen och de här arbetsgrupperna som gör själva jobbet och hitta konkreta hjälpmedel. Det kan vara jättesmå saker, som hur man ska organisera arbetet, skapa arbetsmetoder. Det har gjorts mycket grundarbete i att hitta nya hyllor och kärror för att göra det här jobbet lättare.

Ett tiotal prototyper av postdistributionskärror för olika väderleksförhållanden har tagits fram. Hyllorna i distributionscentralerna görs också om. Basen för det här utvecklingsarbetet är en stor ergonomiundersökning som stiftelsen finansierat.

- Nu går vi vidare och visar ut på fältet: vilka sätt att göra det här jobbet är bra och hur man kan lära ut dem," säger Forsman-Grönholm.

Stiftelsen ska ägna sig åt forskning, utbildning och upplysningsarbete, ordna rekreation åt de anställda och

utveckla metoder för att leda äldre arbetstagare på tröskeln till pensionen. Arbetsgivaren har däremot ingen rätt att dumpa kostnader för normal arbetshälsovård på stiftelsen.

- Vi försöker få sådana aktiviteter som företaget inte skulle betala.

- 12,6 miljoner euro är en väldig massa pengar?

- Det är mycket pengar och det betyder att vi kan göra också stora saker. Vi har lyckats bevisa att förändringen av hyllorna har lett till att sjukdomar i rörelseorganen har sjunkit otroligt mycket, på ganska kort tid.

- Vilket intresse har det här rönt på annat håll?

- Jo, det har varit massor av kontakter och några firmor har varit intresserade. Vi har ju släckt mycket eldsvådor efteråt, men nu är det ett sätt att hinna före och förhindra att folk blir sjuka i kroppen.

Men Eeva Saarikivis förhoppning om att posten kan delas ut nere i trappuppgången blir nog knappast verklighet.

- Den typen av självbetjäning tror jag inte vi får, säger Lisbeth Forsman-Grönholm.

Forskarna på jakt efter den goda arbetsplatsen

Arbetet med att skapa attraktiva arbetsplatser sker överallt i Finland, både på statlig nivå och ute i företag, myndigheter och organisationer. I bakgrunden finns problemet med en åldrande arbetskraft och en invandring som inte räcker till för att fylla på de krympande reserverna.

Över hela Norden pågår jakten på den goda arbetsplatsen och det finns mängder av tips och goda råd att ta del av för arbetsplatshälsovårdare. Samarbetet mellan de nordiska länderna kring arbetsmiljö formaliserades våren 1990 i form av en Nordisk arbetsmiljökonvention. EU fick sin första arbetsmiljöstrategi så sent som 2002, men startade redan 1996 ett myndighets- och forskarnätverk, European Network for Workplace Health Promotion (www.enwhp.org). Bland de institut som är med i samarbetet och själva lägger ner stora resurser på att forska och ta fram modeller och förebilder för goda arbetsplatser finns svenska Arbetslivsinstitutet (www.arbetslivsinstitutet.se), norska Statens arbeidsmiljøinstitutt (www.stami.no), danska Nationalt center for sundhedsfremme på arbejdspladsen (www.ncsa.dk), Arbejdsmiljøinstituttet (www.ami.dk/), finska Arbetarskyddscentralen (www.tyoturvallisuuskeskus.fi) och Arbetshälsoinstitutet (www.ttl.fi)