

## INFORMASJON OM BEDRIFTSELSETJENSTEN

*Alna HMS-senter er en godkjent bedriftshelsetjeneste som holder til på Økern i Oslo. Vi har kompetanse og erfaring for å bistå til et godt arbeidsmiljø for alle ansatte. Vi er et team som består av bedriftssykepleiere, bedriftslege, bedriftsfysioterapeuter og yrkeshygieniker.*

### Vi tilbyr følgende tjenester til bedriften og de ansatte:

1. Vi bistår med det systematiske HMS-arbeidet i bedriften med bl.a.:
  - Utarbeide et HMS-system som er tilpasset risikoforholdet i bedriften.
  - Gjennomføre risikovurderinger. Kartlegge og identifisere risikofaktorer som kan føre til skader og sykdom slik at en har mulighet til å iverksette tiltak før skader og sykdom inntreffer.
  - Kartlegge de forskjellige arbeidsmiljøforholdene som finnes, og deretter sette inn forbedringstiltak.
  - Gjennomføre vernerunder som er en befaring/observasjon hvor det settes fokus på helse, miljø og sikkerhet.
2. Vi bistår med å utvikle det psykososiale arbeidsmiljøet med bl.a. :
  - Trivselskartlegging, krisehåndtering, stressmestring og stresshåndtering, konflikthåndtering (mobbing, trakassering m.m.), individuelle støttesamtaler, lederutvikling og spørreundersøkelser for å kartlegge det organisatoriske og psykososiale arbeidsmiljøet i grupper/avdelinger/hele arbeidsplassen.
3. Vi kan bistå med å kartlegge og risiko vurdere det fysiske, kjemiske og biologiske arbeidsmiljøet med bl.a.:
  - Kartlegging og vurdering av støyforhold på arbeidsplassen.
  - Kartlegging av inneklima og belysning.
  - Kartlegging av kjemiske og biologiske faktorer, opplæring og veiledning i valg og bruk av verneutstyr.
  - Ergonomisk kartlegging og risikovurdering. Undervisning om ergonomi.
4. Vi kan bistå med sykefraværarbeid, med bl.a.:
  - Undervisning /veiledning om regelverket for oppfølging av sykmeldte ovenfor leder og arbeidstakere. Arbeidsplassvurderinger og kartlegginger av arbeidsmiljøet
  - Konsultasjoner og støttesamtaler. Oppfølging langtids- og korttidssykefravær inkl. deltakelse på dialogmøter.
  - Korte ned på ventetid til undersøkelse/spesialist
  - Tilrettelegging på arbeidsplassen, IA-arbeid og funksjonsvurdering.
5. Vi kan bistå med annet helsearbeid som bl.a.:

- Arbeidsmiljø samtaler og helseundersøkelser for å kartlegge forholdet mellom arbeid og helse. Yrkesrettede konsultasjoner, yrkessykdommer.
- Arbeidsrelatert vaksinerings og blodprøvetaking.

Vi kan også bistå arbeidsgiver med å lage en avtale/AKAN-kontrakt med ansatte som har rus- eller spillavhengighet samt evaluering og oppfølging av denne. Ansatte med avhengighetsproblemer kan også kontakte oss for å få hjelp med sitt problem. Ellers tilbyr Alna hms-senter flere skreddersydde kurs eller undervisningsopplegg tilpasset den enkelte bedrift.

Dersom dere har spørsmål vedrørende våre tjenester eller ønsker en konsultasjon kan dere kontakte oss på telefon 23 24 99 00. Dere kan også ta direkte kontakt med meg på telefon 474 88 817 eller per epost [ilakya.nadarajah@alnahms.no](mailto:ilakya.nadarajah@alnahms.no).

Med vennlig hilsen,

Bedriftslege Ilakya Nadarajah

Alna HMS-senter