

Kvinnehelse i arbeidslivet:

Fakta og tiltak for din arbeidsplass

10

Konkrete tiltak for å komme i gang med
kvinnehelse på din arbeidsplassen

7

Viktige fakta du bør kunne om kvinnehelse



Derfor må kvinnehelse inn i arbeidslivet

59 mrd. kr

Nedsatt arbeidshelse, frafall og sykefravær blant kvinner koster samfunnet 59 milliarder kroner årlig.

HMS svikter

HMS-arbeidet svikter ofte i kvinnedominerte yrker.

Kan forebygges

Kunnskap og tilrettelegging kan senke sykefravær knyttet til kvinnehelse.

7 av 10

Norske kvinner er så plaget av mensén at det går utover produktiviteten på jobb.

Risikofaktorer

Stress, vold og trakassering er vanlige risikofaktorer i kvinnedominerte yrker.

Ca. 30 %

Av kvinner i overgangsalderen har plager som påvirker arbeidsevnen.

5 av 10

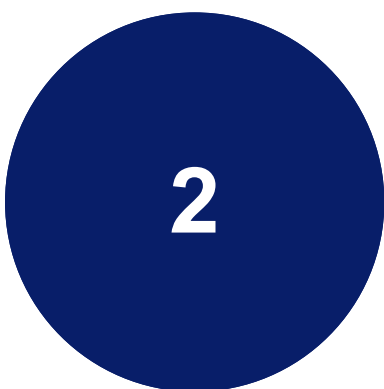
Norske kvinner etterlyser tilrettelegging for mensén på jobb og skole.

10 tiltak for å komme i gang



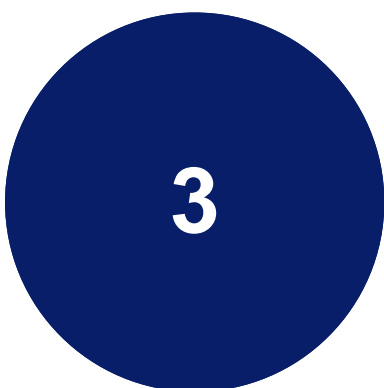
Sett ut gratis bind og tamponger på toalettene

Dette er et av de enkleste tiltakene dere kan gjøre allerede i morgen. Menstruasjonsprodukter bør være like tilgjengelige som toalettpapir og såpe.



Gjør toalettene menstruasjonsvennlige

Sørg for søppelbøtte i hver bås, hylle til produkter og vask i nærheten.



Innfør ammerom

Etabler et skjermet rom med stol, strømuttak og ro, slik at ansatte kan amme, pumpe eller hente seg inn ved behov.



Tilby arbeidsklær som passer kvinnekroppen

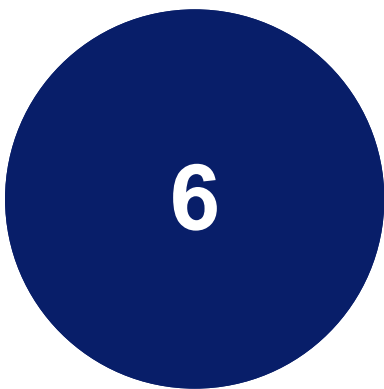
Eksempler: mørke bukser fremfor hvite, gravidtilpassede uniformer, riktige størrelser og verneutstyr tilpasset kvinner.



Gjennomfør en lederworkshop om kvinnehelse

Målet er at ledere kjenner til vanlige utfordringer, tør å ta samtalen, vet hvordan de kan tilrettelegge og vet hvor de kan hente støtte.

10 tiltak — fortsettelse



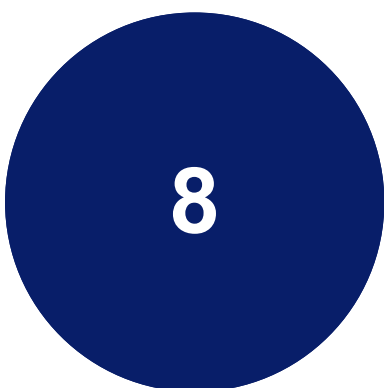
Lag en sjekkliste for livsfaser

Avklar hvordan dere for eksempel følger opp ansatte som er gravide, ammer, går gjennom IVF, opplever spontanabort, er i overgangsalderen eller har sterke menstruasjonssplager.



Lag en oversikt over fagpersoner og hjelpetilbud

Ha oversikt over gynekologer og fagpersoner med kompetanse på ulike kvinnesykdommer, slik at ansatte raskere finner frem til god hjelp.



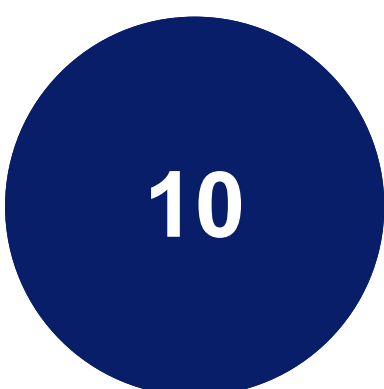
Tilby fleksibilitet så langt det lar seg gjøre

Gi rom for fleksibel arbeidstid, hjemmekontor, pauser, midlertidig justering av arbeidsoppgaver eller tilpasset turnus der det er mulig.



Gjør kvinnehelse synlig på intranettet

Samle rutiner, policyer, kontaktpersoner, hjelpetilbud, lederverktøy og samtaleguider ett sted.



Snakk, snakk snakk!

Når ansatte vet at ting som menstruasjon, overgangsalder, fertilitetsbehandling, spontanabort og amming kan tas opp uten tabu, blir det lettere å be om hjelp før utfordringene fører til sykefravær. Start med å sette ut ulike faktalapper for å få i gang samtalen for eksempel.

Vil du lære mer?

Bli med på vår nasjonal konferanse om
kvinnehelse i arbeidslivet 3. desember!



Womenshealthworks.com

Noen av høydepunktene



HARALD EIA

Komiker og sosiolog

Humoristisk med en dæsj fakta:
Kvinnehelsens evige lave status



Wasim Zahid

Lege og samfunnsdebattant

Utbrenthet hos kvinner -
faretegn og forebygging



KRISTINA SVENSSON

Forvaltningssjef Partille kommune

Partille kommune i Sverige reduserte
sykefraværet og sparte millioner
gjennom å jobbe med
overgangsalder
- lær hvordan!

Womens Health Works

Jan Christian Vestre kommer - kommer du?



Vi lover deg en uforglemmelig opplevelse!

Konkurranser Erfaringsutveksling Interaktive stands Konkrete tiltak



Womenshealthworks.com

