



Arbetsmiljö och Hälsa Heltid/Deltid/Övertid?

Alla har rätten till ett heltidsjobb! Vi strider så hårt för det, men varför måste jag jobba heltid? Arbetsmiljö och Hälsa är ett viktigt ämne, som jag än en gång snurrar in mig i och idag vill jag vädra tankar om tid.

Jag läste ett inlägg där ett äldreboende i Göteborg hade testat att arbeta sextimradag med bibehållen heltidslön. Vad hade det resulterat i? ”Nu, ett år senare, visar en forskningsrapport att projektet resulterat i färre sjukskrivningar, gladare personal och nöjdare äldre.” Vore inte det ett bra tänk för en bättre arbetsmiljö och hälsa?

Men som så ofta det kostar för mycket, men vad kostar och vad får kosta? Det är vår hälsa det handlar om och det har vi har både insett och förstått, men det verkar ändå mest som vi motar olle vid grind.

Vår hälsa är den viktigaste vi har så vi måste hitta ett bättre sätt att ta vårt ansvar eller?

Så måste jag jobba heltid?

Jag är själv en arbetsmyra och gillar att jobba på så ibland blir det mer än heltid, men jag har alltid sett till att ta ut tiden så fort möjligheten har kommit. Jag har lärt mig att säga stopp och ta ett eget ansvar. För min hälsa är mitt ansvar och det är även mitt ansvar att säga till när det blir för mycket. För när alla har mycket att göra vem ser vad den andre behöver om vi inte säger till? Hörde på radion att vi måste kommunicera bättre för ingen kan läsa den andres tankar, men öppna vår mun det är alldeles för svårt.

Om du tar tjänstledigt hur går det då med din pension?

I år är ett speciellt år för mig och jag vill fira hela året med små möjligheter för bara mig. Så när möjligheten dök upp bestämde jag mig för att ta lite tjänsteledigt från mitt jobb. 5 dagar i månaden är jag helt ledig och jag kan jobba mer med Tina Hälsoinspiratören. Jag frågade och jag fick för det är inte alltid du kan få ta tjänstledigt. Heltid eller ingen tid har jag hört, men om jag vill varför inte ge den friheten för att de anställda ska behålla en bättre hälsa?

Jag fick kommentaren, men din pension då? Jo visst, men det är ju minst 15 år dit och jag vill leva här och nu och inte vänta tills jag blir pensionär. För vem vet vad som kan hända under

den tiden? Dom kanske tom tar bort pensionsåldern och jag får jobba vidare till det tar slut. Fast jag är ju en av dom som gärna jobbar bara jag får göra något kul.

Något helt annat varför inte? Vem har sagt att jag inte kan? Livet är mitt, möjligheterna är mina, men jag måste ju våga för att vinna eller?

Varför inte ta chansen och gå ner lite i tid och så gör du något annat med dom där 10 eller 20 %. Varför inte göra något du verkligen brinner för och som ger lite extra krydda på livet? Som dom säger jag blir en bättre människa när jag är i ett förhållande. Jag brukar säga jag blir en bättre anställd och medarbetare om jag får ha den här kombinationen. Det är ingen som sagt nej till den kommentaren ännu.

Idag är det många som jobbar alldeles för mycket och så har vi alla som inget jobb har?

Hur hamnade vi här egentligen? Vem är boven i det här dramat? Vem har bestämt det här? Hur gör vi nu?

Så tänkt om vi istället kunde följa en mer lugnare livsstil. Tänkt om var och en vågade stanna upp och säga att nu så tänker jag sluta vara en del i det här konstiga samhället. Nu väljer jag en väg som är hälsosam för mig och de mina. Vem vågar bryta mönstret så mönstret blir ett annat? För det är fortfarande för flummigt och för konstigt att leva ett liv som innehåller en positiv frekvens och det är alldeles för konstigt att inte jobba heltid och slita ut sig. Men vems är ansvaret och vem ska ta första steget? Kan vi inte göra som dom sa på radion att våga prata med varandra. Våga tala om att nu har jag för mycket att göra, för vem vet någon annan kanske har för lite och kan hjälpa till.

Så vem vågar bryta mönstret så mönstret blir ett annat?

Eller ska vi vänta på en nästa generation?

Jag har gjort mitt val. Vågar du göra ditt?

Hälsoinspiratören Tina Persson

halsoinspiratoren@norrbottn.se