

Vad händer med medlemskortet till Kom me'?

Dina rabatter 2019 och 2020

Här hittar du information om de företag som lämnar rabatter på ordinarie priser. För att få rabatten behöver du ha med dig ditt medlemsbevis eller fotolegitimation från kommunen som intygar att du är anställd inom kommunen. Förvara beviset i plånboken så får du rabatt på ordinarie priser.

Dessa företag lämnar rabatter på ordinarie priser (ej på nedsatta priser/kampanjpriser/offertor)

- **Bönans delikatesser**, Västra Storgatan 3
10% när du handlar för över 100 kr
- **Din Skomakare**, Västra Kvarngatan 17
20 % på skoreparationer, skottillbehör och nyckelservice
- **Ditec Bilvårdcenter**, Finntorpsvägen 2, Arnö
10%
- **Embla Blå Salongen**, Östra Storgatan 25
10% på behandlingar, www.blasalongen.com
- **Eva-Lott Anneborg Hälsocoach**, Tullports-gatan 4, ingång från St. Annegatan
10% på massage, reikibehandlingar
- **Färg & Bygg**, Östra Kyrkogatan 38
15% gäller butikssortimentet
- **Galanteriet Mode på Hellmanska gården**
10% på dam- och herrkläder
- **GlasögonMagasinet**, Västra Storgatan 14
25% på glasögon och 15% på linser
- **Glasögonspecialisten**, Västra Kvarngatan 36
10%, gäller på kompletta glasögon (ej kontakt-linser)
- **Gripsholmsparkens blommor**,
Stockholmsv 1, blommor 10%
- **Hellmanska gården**, V:a Trädgårdsgatan 24
10%
- **Hjortensbergs blomsterhandel**, Brunnsgr 25
10%
- **Holmgrens Färghandel**, Gumsbacken, 10%
- **Ingers Däck**, 50 kr rabatt/däck på nya Bridgestone, sommar/vinter PV/C, 10% på hjulinställning, 20% prova-på-rabatt på skift/tvätt/ förvaring första säsongen

- **Kihlbergs Guld**, Västra Storgatan 36
10% på guld- och silversmycken
- **Kumlins**, Stora Torget och **Stenkulla konditori**, Jupitervägen: 10% på ordinarie sortiment på plats eller för avhämtning. Vid avhämtning, 4 st för priset av 3. Gäller bullar, bröd, kondisbitar och bakelser. Billigaste dras av. Dagens matbröd 25 kr, oavsett sort. Gäller max 1 limpa. 10% rabatt på tårter och smörgåstårter. Kaffe to go 15 kr, gäller bryggkaffe. Rabatterna går inte att kombinera.
- **Mokvist Skoaffär**, 20% vid 2 tillfällen då man bjuder in medlemmar i Kom me
- **Simons gummi**, Högbrunnsvägen 2
10% gäller på material och arbete
- **Svea Exchange**, Västra Storgatan 14
1% när du växlar och avgiftsfritt när du växlar tillbaka (kvitto krävs)
- **TeBoon**, Stora Torget 1, 10% - gäller vid inköp
- **Wilson's Guld Efr**, Västra Kvarngatan 34, 10%

FRISKVÅRD:

Friskvårdsaktörer som har avtal om rabatter med Kom Me'. Lyssna med respektive företag om vilken rabatt som gäller.

- **Aktiv Ortopedteknik** 10% på hjälpmedel, Lasarettet Nyköping, 0155-245074, www.aktivortopedteknik.se/a.878/ortopedtekniska-center/nykoping
- **Friskis & Svettis** Periodkort/4-månaders/Årskort/Autogiro, 10%. www.friskisvettis.se/nykoping
- **Gumshallen** 10% på aktivitetskort för badminton, bordtennis, mjuktennis, gym, squash, tfn 0155 - 450 950

TIDIGARE HAR medlemskortet funnits på årets sista nummer av denna tidning. Numera går det att skriva ut kortet från personalföreningens sida på kommunens intranät IN.

Det finns också kort att hämta ut i Stadshusets kommunservice om du har anställningsbevis.

Du som har ett SITHS-kort, alltså passerkort med fotografi kopplat till din anställning, kan använda det i stället.

Vilka rabatter som är aktuella finns alltid listat på IN. Kommunservice har också utprintade listor.

NEDAN HITTAR DU aktuella rabatter. Men fler tillkommer, så håll ett öga på Kom me' på IN – det lönar sig!



- **Henrik Singemo, leg. kiropraktor** Rosvalla lämnar 20% rabatt på ordinarie pris till alla anställda i Nyköpings kommun, www.singemo.se
- **Hjortensbergsbadet, Ramdalens Sportcenter, Stenkulla och Stigtomta träningscenter** 20% rabatten gäller på ordinarie träningsabonnemang, www.medley.se
- **Hudspecialisten i Nyköping** 10% på alla behandlingar, Västra Kvarngatan 24, ingång från gården, www.hudspecialisteninyk.se
- **Kiropraktorhälsan** 10%, Slottsgatan 23, www.kiropraktorhalsan.se
- **Kumari SPA** 10%, behandlingar och butiken, www.kumari.se
- **Ortopedteknisk service i Nyköping** 15% på Biomekaniska fotbäddar, löpanalys, skor, www.otsn.se
- **Puls & Träning** Järntorget 1, Oxelösund, 15%, www.pulsostraning.se
- **Rygg & ledkliniken** 10%, www.nap-mass.com
- **Sunlight Gym & Spa** 15% på Guldpaket - Tillgång till samtliga pass, bassäng, bubbelpool, 10% på behandlingsmenyn, www.sunlightgym.se
- **Tedestrand coaching** 10%, www.tedestrand.se
- **Totalfriskvård Sverige AB, pt. Håkan Nordin** 10%, Ö. Storgatan 36, tfn 073 - 141 36 62
- **Vijaya Hälsa och skönhet** 10%, 070 - 440 70 26
- **Yogalivsenergi**: 10% på behandlingar och 100 kr rabatt på yogakurser, www.yogalivsenergi.se



Nr 3 | 2019

KOM.

FÖR MEDARBETARE I NYKÖPINGS KOMMUN

TEMA: KOLLEGA

När kollegan blir chef



347

LARM AV 1 641 TILL RÄDDNINGSTJÄNST
FÖRRA ÅRET GÄLLDE BRAND

TOPPENKOLLEGAN SÅ ÄR DEN
BRA MÖTEN GER BÄTTRE VERKSAMHET
KOM ME' FÖRENINGEN FÖR DIG

ANSVARIG UTGIVARE
Anna-Karin Lindblad
anna-karin.lindblad@nykoping.se

REDAKTÖR
Annika Hedberg
annika.hedberg@nykoping.se

REDAKTION
Helena Vesterlund, Marianne
Rynefeldt-Skog, Jenny Thorell,
Malin Brunelius, Robert Karlsson
och Patrik Järvellöv.

SKRIBENTER
Annika Broman, Jenny Lagerlund
och Anna Hedin.



Du vill väl veta det absolut
senaste om vad som händer
i kommunen? Följ Nyköpings
kommun på Facebook!

Vill du också få tips på konserter,
barnkultur, utflyktsmål och om nya
ställen? Följ Nyköpingsguiden på
Facebook.



Hjälp med läsläsning

För att hjälpa fler elever att nå sina mål i undervisningen drar nu kommunen tillsammans med föreningar igång läsläsning två gånger i veckan. Elever från årskurs 1 i grundskolan till sista året på gymnasiet får hjälp av pedagoger. Både i själva ämnena, men även med att skapa struktur och teknik för läsläsning och egna studier. Läsläsningen sker på Gruvans skola både i Brandkärr och på Långbergsskolan.

– Vi hoppas att vi kan erbjuda eleverna en plats där man i lugn och ro kan fokusera på sina studier. Hemma kanske man blir distraherad av syskon, föräldrar, datorer och mobiler, berättar Ihsan Batti, resultatansvarig och ansvarig för modersmålsundervisning och studiehandledning i Nyköping kommuns grundskolor.

AKTUELLT

- 10 Kollegor lyfter varandra
- 16 Så satsar vi på integration
- 20 Fokus på att göra kunden nöjd
- 22 Riskerna i Nyköping

REPORTAGE

- 12 En ren vinst med tvätten
- 14 En dag med avatarerna

ALLTID I KOM

- 5 Enkäten: Hur ska en bra kollega vara?
- 27 Kom me' ger dig förmåner

KOM

Det här är tidningen för och om oss som jobbar i Nyköpings kommun. Den har en upplaga på 2 000 exemplar. KOM finns även på webben: <http://in.nykoping.se>. Vi vill gärna ha dina synpunkter och idéer på vad ni vill läsa om i KOM. Mejla redaktionen på: annika.hedberg@nykoping.se

LAYOUT
Kommunikationsavdelningen

OMSLAGSFOTO
Gunta Podina

TRYCK
Danagård Litho

POSTADRESS
Nyköpings kommun
611 83 Nyköping
Tel 0155-24 80 02

BESÖKSADRESS
Rådhuset, Stora Torget

NÄSTA NUMMER
Våren 2020.
Kontakta Annika Hedberg
om du har artikelidéer.

Nyköpings kommun har
runt 4 000 anställda och är
den största arbetsgivaren
i hela kommunen.



När vi funkar ihop så åstadkommer vi storverk

Vi tillbringar en stor del av vårt liv med dem, kollegorna. Ibland ser vi dem oftare än våra familjer och en jobbar-kompis bekymmer kan vi fundera lika mycket över som ett eget problem. Eller en fnurra på tråden kan skapa både oro och stress som känns i magen när man kliver in på jobbet på morgonen. Vissa jobbkompisar är öppna, som kollega vet du allt om hur familjen mår eller vad som planeras till nästa års semester. Andra har hög integritet och vill gärna skilja privatliv från arbete.

I NÄSTAN ALLA UNDERSÖKNINGAR som görs i Sverige om vad som får oss att trivas på en arbetsplats så framkommer två högt rankade faktorer. Det är hur man trivs med sin chef och sina kollegor. Det tog Nyköpings kommun fasta på för över 15 år sedan när vi, politiker, medarbetare, chefer och fackliga ombud, tog fram vår värdegrund. Utgångspunkten i den är att vi är varandras arbetsmiljö. När jag kom till Nyköpings kommun så tyckte jag först att det var ganska självklart och därmed ganska onödigt att skriva i en värdegrund. Med åren har jag ändrat uppfattning. Chefer har ett stort arbetsmiljöansvar, det kan aldrig dribblas bort. Men där människor finns och verkar tillsammans så finns ett stort ansvar för den gemensamma arbetsmiljön i varje människa. Precis som det fungerar i familjen eller i samhället i stort.

NÄR JAG NU ÄR PÅ VÄG att lämna Nyköping så tänker jag oftare än förr tillbaka. Alla människor jag fått möjligheten att arbeta med, lära känna, haft konflikter med eller haft grymt roligt tillsammans med. Jag har den senaste tiden fått frågan om vad min viktigaste erfarenhet är från Nyköpings kommun och mitt svar är en insikt jag fick för några år sedan. Att arbete är till stor del relationer. Vi är alla beroende av varandra och hur vi mår tillsammans, bemöter varandra och hur viktig just du känner dig i dina arbetsrelationer är A och O för att vi ska funka ihop. Och när vi funkar ihop så åstadkommer vi storverk. För mig som är en ganska introvert person och inte alltid så bra på relationer så var det här en närmast revolutionerande insikt. Och nyttig!

EFTER 18 ÅR kan jag inte skriva ett bokslut över den här etappen av mitt yrkesliv; det är för lång tid. Men jag är, förhoppningsvis, en lite klokare och mer modig person än jag var när jag klev in i Stadshuset hösten 2001. Min sista önskan nu är att ni fortsätter tänka på att vi är varandras arbetsmiljö; 2020 kommer att bli ett tufft år ekonomiskt och vi behöver varandra mer än någonsin. Tack Nyköpings kommun och alla människor för den här tiden; för att jag fått bidra och utvecklats som människa.

Chefer har ett stort arbetsmiljöansvar, det kan aldrig dribblas bort. Men där människor finns och verkar tillsammans så finns ett stort ansvar för den gemensamma arbetsmiljön i varje människa.



ANNA-KARIN LINDBLAD
TF KOMMUNDIREKTÖR

Sparförslagen
gås igenom

I somras kunde medarbetare skicka in förslag på stora och små besparingar, för att hjälpa till att komma till rätta med kommunens underskott. Alla förslag går igenom av CLL, högsta ledningslaget, och får en kommentar. Senaste listan finns på IN. Här är några av de förslag som fått okej eller nej.

Ja
Sluta köpa servetter, använd hushållspapper. Använd färre och billigare materiel, t ex tvättlappar. Grön såpa istället för andra rengöringsmedel, är till viss del antibakteriellt. Vi kommer revidera kemikaliehandboken tillsammans med alla verksamheter.

Se över antal möten, tid och om alla behöver delta. Skippa fiket. Tid och fika kostar pengar. Ett bra förslag som åligger alla som bokar och deltar i möten, det handlar om att värna varandras tid. Det ligger både hos den som bokar möte och den som tackar ja att be om agenda och syfte.

Ta betalt från husbilarna på uppställningsplatsen för husbilar vid Spelhagen. Bra förslag. Är på gång och verkställs 2020.

Nej
Ta bort maxtaxa och låt vårdnadshavare betala för faktisk vistelsetid. Är inte möjligt idag på grund av lagstiftning.

Sälj all onödigt konst som står magasinerad och inte används. Kommer inte genomföras. Låg effekt, rör sig om engångssummor.

Ökad undervisning, minskade sidouppgifter för lärare. Låt administrativ personal sköta de sidouppgifter som lärare utför. Komplex fråga. Det finns ett liknande upplägg som nu testas på högskolepedagogerna, därefter som ska utvärderas, därefter kan slutsatser dras.



KOM till jobbet

Personaltidningen KOM, som du just nu läser, skickades tidigare hem till alla anställda i Nyköpings kommun. En del har efterfrågat den enbart digitalt och tycker att pappersvarianten känns överflödigt. Många tycker dock om att hålla i en papperstidning, så vi trycker den fortfarande men delar ut den på arbetsplatserna runt om i kommunerna. Det blir dessutom billigare än att skicka hem den till alla. Läs KOM och diskutera med kollegorna – skriver vi om rätt saker? Vad vill du själv tipsa om? Har du en fantastisk kollega som du vill lyfta? Hör av dig till oss som gör tidningen: redaktionen@nykoping.se

ANNIKA HEDBERG



Så mycket ökade användningen av Nyköpings kommuns e-tjänster sedan förra året. Det är bra, och ett led i att spara både tid och pengar. De flesta e-tjänster berör medborgarna och gäller exempelvis skolskjuts och bygglov. Men även interna e-tjänster tas fram för att underlätta arbetet för oss som arbetar i kommunen.

Vi firar Stads-
huset 50 år!

Snyggt eller fult – tyck vad du vill, men kom och mingla i Nyköpings stadshus, Stora Torget, lördag 7 december 11–14. Guidade turer, musik, fikaförsäljning och andra trevligheter. Välkommen!

Tyck till om
arbetsmiljön!

I början av januari 2020 får alla tillsvidareanställda svara på en enkät om arbetsmiljön.

Frågorna i enkäten handlar om arbetssituationen och upplevelsen av att arbeta i Nyköpings kommun. De handlar till exempel om ledarskap, löne- och medarbetarsamtal, motivation, arbetsbelastning och möjlighet att påverka.

Syftet med arbetsmiljömätningen är att ta reda på hur arbetsplatserna fungerar. Om det behövs förbättringar någonstans används resultatet för att planera åtgärder.

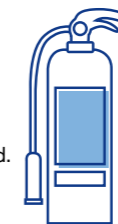
Alla svar i enkäten är anonyma och enkäten skickas ut via epost.

– Det är viktigt att alla som får enkäten svarar. Arbetsmiljömätningen är ett bra verktyg för att få en bild av hur arbetsplatserna fungerar eller om det behöver göras åtgärder någonstans, säger Tomas Sundberg, HR-konsult. Arbetsmiljömätningen genomförs med samma frågor för tredje gången i rad för att kunna jämföra resultaten över tid.

Läs mer på in.nykoping.se/arbetsmiljomatning

Har du gått säkerhetsutbildningarna?

Det finns fem webbaserade säkerhetsutbildningar som alla medarbetare ska gå. Kurserna handlar om brandsäkerhet, krisberedskap, skydd, informationssäkerhet och hot och våld. Kurserna finns i Assistenten. Du hittar dem även via IN <http://in.nykoping.se/anstallning-och-arbetsmiljo/>



Skolans säkerhetsdagar

Under skolans säkerhetsdagar för år 7 träffade vi 850 elever och 100 pedagoger från 11 skolor (från Nyköping, Gnesta, Trosa och Oxelösund)

850

FRÅGAN HUR SKA EN BRA KOLLEGA VARA?



Eleonor Thunberg, undersköterska, dagverksamhet, Social omsorg
– Ärlig, kunnig och rolig. Man ska också ha respekt för varandra. Då funkar en arbetsgrupp.



Catarina Söderström, lärare, Campus Nyköping
– En bra kollega är lyhörd, prestigelös och engagerad i sitt arbete.



Per Andersson, brandinspektör
– Vi är alla olika och har alla våra egenheter, vilket jag tycker är bra och det måste också få vara så. De egenskaper jag tycker om är att man är lyssnande, tydlig, ärlig och arbetsam. Då har man roligt och blir inte rädd för att göra fel.



Susanne Wålander, administratör DSO
– En bra kollega: Har en positiv inställning till jobbet. Är aktiv och öppen för olika förslag. God lyssnare. Rolig och är sig själv. Bjuder på sig själv lite.

NYANSTÄLLDA

Pär Jakobsson
Tekniska divisionen
DRIFTEKNIKER

Maria Rosman
Social omsorg
DISTRIKTSKÖTERSKA

Malin Björkman
Social omsorg
SJUKSKÖTERSKA

Emma Hjort
Social omsorg
SJUKSKÖTERSKA

Ellinor Waldau
Social omsorg
SJUKSKÖTERSKA

Céline Eriksson
Barn Utbildning Kultur
CONTROLLER

Carolin Wahlström
Social omsorg
UNDERSKÖTERSKA

Pernilla Elgbacka
Social omsorg
SJUKSKÖTERSKA

Annelie Varga
Social omsorg
SJUKSKÖTERSKA

Thotte Fuchs
Kommunledningskontoret
SAMORDNARE

Avsluta året med
Nyårspromenaden

Nyårsafton, 31 december 15.30 med start på Stora Torget. Följ hundratals marschaller över stadens broar. Nyårstal av Urban Granström, musik, tipspromenad, glögg, pepparkakor och inslag från olika medverkande finns längs vägen. Läs mer på nykopingsguiden.se/nyar

Älska papper (ett tag till)

Du har väl koll på vad som ska arkiveras i din verksamhet? Om inte, kolla med chefen eller titta i er dokumenthanteringsplan. Grundlagen säger att kommuner ska arkivera en mängd olika dokument, från skolbetyg till rapporter av olika slag. Om vi inte gör det bryter vi mot lagen och kan straffas för det. Dessutom drabbar det enskilda personer, som inte kan få ut de offentliga handlingar de har rätt till. Än så länge ska handlingarna finnas på papper. I en framtid kan ett e-arkiv användas, men vi är inte där ännu. Så printa och arkivera enligt rutin. Är du osäker – kontakta informationsförvaltningen.

TACK!

Stort tack Anders Ågerfalk och Robert Nilsson på räddningstjänsten som var oerhört hjälpsamma vid incident i fredags! Det uppskattades verkligen :)

Maria Eneqvist

Jag vill rikta en hälsning till Fia Hjälpmedel från oss på Rehabiliteringen. Ni gör ett fantastiskt jobb och utan er skulle vi inte klara oss länge. Ingenting är omöjligt att lösa, tack!

Sara Lundbäck

Stort tack till Campus Nyköpings cafépersonal som höll öppet söndagen den 20/10 och servade alla högskoleprovdeltagare och anställda. Utan er hade energinivåerna varit låga!

Sara Eliasson

Stort Tack till Tekniska Säkerhet och Kommunservice för att ni alltid är så snabba och trevliga när jag behöver hjälp!

Karin Hertz

När en i gänget blir chef

Hur är det egentligen att göra resan från medarbetare till chef? Andreas Molin på Tekniska divisionen gick från medarbetare till arbetsledare till chef på tre år.

Andreas började som medarbetare på Gata/Park/Hamn-avdelningen på Tekniska divisionen 2016. Inom ett år var han arbetsledare och i dag är han driftchef för verksamheten Gata/Hamn med tio medarbetare.

Hur kom det sig att du blev chef?

– Det började med att jag fick mer ansvar av min chef. Jag blev arbetsledare och fick leda det operativa arbetet i våra uppdrag. Jag fick bland annat ansvar att attestera fakturor och vara med i rekryteringar. Sen dök en chefs-tjänst upp. Jag tyckte att det kändes spännande och utmanande, så jag sökte – och fick tjänsten!

Hur känns det att vara chef över dina tidigare kollegor?

– Det är så klart lite annorlunda nu när man är chef. Det blir lite distans automatiskt. Jag träffar dem inte lika mycket, de är ute på uppdrag och jag är mycket på kontoret. Men vi har en bra grupp och en fördel med att jag tidigare jobbat i gruppen är att jag har bra koll på vad medarbetarna är duktiga på. Det blir lättare att planera jobben utifrån det.

Vad är svårast med att ta steget till chef?

– Det är väldigt mycket att tänka på och nya situationer att förhålla sig till som chef. När jag var precis ny var det mycket fakta för mig att läsa in mig på. Det är också fler svåra ärenden, till exempel förklara för medborgarna varför vi snöröjer som vi gör. En utmaning som chef är också att vara tydlig och visa vart vi är på väg, att engagera och få med sig hela gruppen. Det gäller att vara en god förebild och en kommunikativ ledare.

Vad är roligast med chefsrollen?

– Roligast att man får vara med och påverka hur vi ska prioritera och lägga upp arbetet. Vårt uppdrag är varierat, det styrs mycket av årstiderna. Det handlar ju om snöröjning, laga potthål, sandupptagning, klippa gräs och inte minst se över farleden. Det är mycket att göra, men också en väldigt rolig utmaning.

Har du några tips på till andra som nyligen blivit chefer?

– Var lyhörd, ta till dig medarbetarnas synpunkter och lyssna in läget i början. Då får man en

grundförståelse för gruppens vilja och behov. Ta dig tid för dina medarbetare och kom överens om vilka förväntningar ni har på varandra. Det är viktigt att vara tydlig med beslut och följ upp de uppdrag du delat ut.

Kan du bjuda på något misstag du gjort som chef?

– Jag kommer inte på något specifikt, men misstag gör man säkert hela tiden. Man är naiv om inte tror att man inte gör några misstag. Så det handlar bara om att lära sig av det som blir tokigt.

TEXT ROBERT KARLSSON
FOTO GUNTA PODINA

Andreas Molin



Gör: Driftchef Gata/Hamn. Jobbat i kommunen sedan 2016.

Ålder: 33 år

Bor: Nävekvarn

Det här visste du inte om mig: Jag har en lösgående kanin hemma, som går på låda och inte tuggar på kablar och möbler.



Andreas Molin tycker att det roligaste med chefsjobbet är att vara med och påverka hur de ska prioritera och lägga upp arbetet. Idag prioriterar han att Jonas Hammarlund ska skotta grus.



Vad är kulturkompis?

Kulturkompis förenar människor med olika bakgrund och erfarenheter genom gemensamma kulturupplevelser, allt från bio till teater och utställningar, helt gratis för dem som deltar.

På vilket sätt bidrar Nyköpings kommun?

– Kommunen är initiativtagare till att projektet, som drivs av studieförbundet Bilda, kunde komma till stånd lokalt. Länsstyrelsen sponsrar. Kulturarrangörer av alla slag är villiga att skänka biljetter för att man ser kulturen som en viktig komponent för integration och en möjlighet att nå ny publik till sina arrangemang. Här i Nyköping är bland annat Nyköpings Arenor, Nyköpings teaterförening, Nyköpings kammarmusikförening, Teater Sörmland, Sörmlands museum och stadsbiblioteket generösa sponsorer, säger Annica Edvall, kulturassistent på Kultur & Bibliotek.

Varken är din roll i projektet?

– Jag kom med idén att ta Kulturkompis till Nyköping och ingår nu som representant för Nyköpings Kommun i den referensgrupp som följer och stöttar Bilda och projektet att lyckas.

Har går det i Nyköping?

– Det har startats grupper! Det tar så klart sin tid att få snurr på det hela då både kulturkompisar och kulturarrangörer ska med på tåget, men jag tycker det tuffar på bra och ser hoppfullt på projektets framtid. Kulturen är en stark kraft att räkna med i alla lägen!

ANNIKA HEDBERG



Annica Edvall ser till att fler kan vara kulturella.

Bra kollegor stöttar varandra

Jobbigt på jobbet eller kul med kollegor? Hur du trivs med övriga på din avdelning kan vara avgörande för hur bra jobb du gör och hur länge du stannar på arbetsplatsen.

Forskning visar att för en stor del av svenskarna spelar chefen större roll än lön och karriärmöjligheter. Och i mycket är det chefen som genom sitt ledarskap får medarbetarna att känna sig uppskattade, att de har koll på vilka roller alla har och vilka arbetsuppgifter som prioriteras.

Chefer som visar att de har tillit till sina medarbetare ger den bästa förutsättningen för ett bra arbetsklimat. Där alla får komma till tals och blir lyssnade på ökar trivseln.

Men allt hänger förstär inte på chefen. Och en grupp kan vara statisk men cheferna varierar, så det gäller att också ta sitt eget ansvar för stämningen på jobbet.

HUR ÄR MAN då en bra kollega? Det klassiska rådet "Var den kollega du själv skulle vilja ha" funkar ibland, ibland inte. Vissa älskar att snicksnacka och blir inte störda av det, andra vill bli lämnade i fred.

Så att vara inkännande, förstå det sociala spelet, är förstås en bra egenskap. Och är du osäker – fråga. "Är det okej att jag har musik på?" "Vill du få frågan om att följa med på lunch?" Och för att göra

livet lättare för andra: Var tydlig: "När jag har hörlurar på vill jag inte bli störd med småsaker" eller "Jag vill inte prata om min sjukdom".

ATT HJÄLPA ANDRA som behöver det, inte bara lösa sina egna problem, gör gott både för dig själv och den du hjälper. För det är ju så – vi mår bättre när vi hjälper andra eftersom det ger en skön känsla av att vara till nytta.

Låt också andra lära av dina misstag. Bjussar du på både bra erfarenheter och även vågar prata om det som gick sämre bidrar du till ett lärande klimat. Det är en bra grund för utveckling.

Ett tecken på att ni har ett trivsamt arbetsklimat och är bra kollegor är att ni inte har något emot att ses på fritiden emellanåt också. En after work, ett träningspass – eller varför inte en vandringsresa (se personalföreningen, s. 27)? Om du mest av allt längtar bort från kollegorna – ta dig en funderare på varför. Förmodligen är det dags för förändring.

TEXTER ANNIKA HEDBERG



Kommunikation med kollegor viktig

Bra möten ger ett bättre samtalsklimat kollegor emellan. Det leder till en bättre verksamhet och nöjdare medarbetare.

Nyköpings kommun ingår i Skolverkets satsning Samverkan för bästa skola. En av forskarna knutna till projektet, Birgitta Södergren, talar om vikten att ha en bra möteskommunikation. Det ökar även det psykosociala välbefinnandet.

– En lärande organisation är en verksamhet där medarbetarna är noga med att ta vara på kunskaper och erfarenheter hos varandra, säger hon till Skolverket.se.

Hon tipsar om en kommunikationsmodell som finns att ta del av på webbplatsen Suntarbetsliv. Bra möten har:

- Inifrånperspektiv (för att se verksamhetens inre förutsättningar, styrkor och svagheter)
- Utifrånperspektiv (för att se behov och förutsättningar från brukarna/eleverna/medborgarna)
- Utforskande och berättande (bidra och öppet dela sin erfarenhet, vara nyfiken)
- Positivt, stödande samtalsklimat (diskutera med respekt, våga ha avvikande åsikter)

► LÄS MER PÅ SUNTARBETSLIV.SE ELLER SKOLVERKET.SE

Toppenkollegan – så är den

- Har oftare lösningar på problem än letar efter problem och tjuvar om dem.
- Är trevlig. Ifrågasätter när andra snackar skit om kollegor.
- Tar upp bekymmer med den det gäller i stället för att gå till en tredje person.
- Lyssnar på andras goda råd.
- Hyllar andras insatser inför gruppen, tar upp problem i enrum.
- Delar med sig av äran när beröm kommer.
- Gör det hen har sagt att den ska göra – och gör det i tid. Det drabbar annars andra.
- Hjälper andra att utvecklas.
- Luktar gott – men inte för mycket. Deo är bra, ett parfymbad är inte bra.
- Hälsar! Orimligt många hälsar bara om de blir hälsade på först. Varför?
- Talar tyst. I öppna kontorslandskap är biblioteksnivå på rösten bra.
- Tackar inte bara när andra tar med sig fika, utan kommer ibland ihåg att ta med något själv.

HALLÅ DÄR



Maria Brantö, ny miljöstrateg, har bland annat fokus på Agenda 2030-målen och hur vi uppfyller dem.

Vad har du noterat hittills under din kartläggning av kommunens arbete?

– Det pågår mycket hållbarhetsarbete i verksamheten, både strategiskt – Översiktsplanen samt planarbete för det kollektivtrafiknära bostadsområdet Nöthagen, i anslutning till nya resecentrum – och operativt. Till vintern lanseras vintercyklist som är en del inom Cykelsamverkan i Sörmland. Projektet bidrar till att öka antalet resor med cykel i syfte att minska koldioxidutsläpp. Ytterligare ett gott exempel är Måltidsservice som just nu arbetar med att revidera kostpolicyn, där det är ett stort fokus på hållbarhet.

Hur kopplar detta till de Globala målen?

– Cykelsamverkan bidrar till att uppfylla flera av FN:s globala mål som God hälsa och välbefinnande, Hållbara städer och samhällen och Bekämpa klimatförändringarna då projektet förutom att minska koldioxidutsläppen även har ett hälsoperspektiv – det gör gott att motionera och få frisk luft. Att kommunen växlar upp hållbarhetsarbetet inom Måltidsservice är väldigt bra, ett utvecklat hållbarhetsperspektiv gällande kost bidrar till att flera av FN:s globala mål kan komma att uppfyllas. Vidare har vi ett uppdrag att ta fram ett förslag på Policy för hållbar utveckling och genomförande av Agenda 2030, vilket innebär att FN:s globala mål ska genomsyra hela den kommunala verksamheten.

Var behöver vi bli bättre?

– Vi behöver växla upp hållbarhetsarbetet och få en röd tråd i det vi gör. Dessutom behöver vi bli bättre på att kommunicera det hållbarhetsarbetet som sker i kommunen, varför vi utför dessa åtgärder, och hur vi tar hållbarhetsarbetet vidare. Vi behöver samla information om allt bra som pågår i kommunen på ett ställe. Det kommer snart att synas tydligare på nyköping.se så att medborgare och företagare kan följa arbetet.

TEXT ANNIKA HEDBERG

Kollegor lyfter varandra

Kollegialt lärande innebär att man i en arbetsgrupp följs åt under läsåret, läser vetenskapliga texter, planerar och diskuterar undervisningen och sen genomför den. Tanken är att få en bättre undervisning som leder till högre måluppfyllelse.

– Vi upplever att kollegorna på Arnö skolor har lärt känna varandra och varandras skolor på ett helt nytt sätt. Det har varit ett arbete som tagit tid men som har givit så positiva resultat, säger Elisabeth Johansson Vikner, förstelärare på Långsätter.

Tillsammans med Charlotte Olsson och Therese Reuterskiöld



Pedagogiska frågor har blivit mycket lättare att diskutera.

Stratelis tycker hon att de pedagogiska frågorna blivit mycket lättare att diskutera, både det man gör bra och det man gör mindre bra.

– **LÄRLYFTET HAR GJORT** att vi provar nya undervisningsmetoder och har gjort det möjligt att utvärdera dessa tillsammans. Det gör att vi hittar flera vägar för eleverna att nå en högre måluppfyllelse.

Att läsa vetenskapliga texter har också utvecklat lärarna positivt. De leder till en gemensam grund i arbetet och eleverna i alla fyra skolorna får en likvärdig undervisning.

TEXT JENNY LAGERLUND



Elisabeth Johansson Vikner och Therese Reuterskiöld Stratelis gillar att lära av varandra.

Läs- och lärliftet

Lärliftet som startade 2016 var ett projekt för att öka elevers läs- och skrivförmåga i alla ämnen.

Alla lärare i grundskolan deltog, oavsett undervisningsämne. Skolverket gjorde en stor satsning på att utbilda handledare och skapa en digital plattform där skolorna kunde hämta material och förslag på arbetsätt.

Efter två år med Lärliftet valde skolorna i vissa fall ett annat innehåll. Det blev Lärliftet.

2019 arbetar alla grundskolor regelbundet med kollegialt lärande. Innehållet är styrt mot matematik, digitalisering, delaktighet, bemötande och flera skolor repeterar delar av Lärliftet. Lärare lär kreativt av varandra, med mycket gemensam reflektion och goda möjligheter att höja kvaliteten.



Ghada Bassal och Farhiya Abdullahi som jobbar i hemtjänsten lär sig cykla genom projektet Språka.



Lugn och tydlighet är bra för dementa

Hanna Haggren Lagerlund är fysioterapeut i Nyköpings kommun. Hon har skrivit en magisteruppsats om hur en krånglig förflyttning av en person med demenssjukdom kan underlättas för både personen och omvårdnadspersonalen om man ändrar hur man gör den. Studien är gjord på ett boende i Nyköpings kommun och visar bland annat att en förflyttning kan underlättas om personalen arbetar i lugnt tempo, förbereder personen på förflyttningen med tydliga instruktioner och förmedlar trygghet genom ögonkontakt.

Nu ska Hanna hålla presentationer för olika yrkesgrupper som arbetar med personer med demenssjukdom i Division Social omsorg.

Nu larmas vi ut från Stockholm

Den 18 november startar ett nytt samarbete med Södertörns brandförsvaret. I stället för att SOS Alarm larmar ut våra räddningsstyrkor kommer det att göras från Räddningscentralen i Stockholms län.

De räddningsstyrkor som är snabbast tillgängliga och mest lämpliga ska larmas ut, oavsett kommun och om de tillhör Sörmlandskustens räddningstjänst eller Södertörns brandförsvaret. Det blir en effektivare och robustare räddningstjänst med bättre förmåga att leda flera samtidiga insatser eller komplexa räddningsinsatser. Det kan också innebära att räddningsstyrkor från båda organisationerna samarbetar på en skadeplats.



Pilotprojektet finansieras genom Europeiska socialfonden och genomförs i hemtjänsten i Eskilstuna och Nyköpings kommun. Det pågår fram till sommaren 2020.

TEXT OCH FOTO JENNY THORELL

Hemtjänsten håller balansen

Äntligen! Så sammanfattar undersköterskan Ghada Bassal känslan av att nu kunna cykla. Hon deltar i cykelkursen som är en del av projektet Språka i hemtjänsten.

Fem medarbetare i hemtjänsten går cykelkursen som utförs av ABF. De har börjat från början med teori och balans. På baksidan av ABF:s lokal kör de fram och tillbaka för att få in tekniken.

– **NU KAN JAG** lite själv, jag känner mig jätteglad, säger Farhiya Abdullahi.

Hon och kollegorna uppskattar att de får lära sig cykla på arbetstid. Många har velat lära sig länge, men har inte haft tid och möjlighet. De är överens om att cykelkursen är bra på många sätt; de får motion, det är bättre för

Språka i hemtjänsten

- Språkbudstötter i språkträning på arbetsplatsen
- Språkträning i grupp
- Yrkessvenska
- Dokumentationskunskap
- Utbildning i kultur- och normförståelse
- Cykelkurs
- En grupp på hösten 2019 och en grupp på våren 2020

planeringen i hemtjänsten och för miljön; cykla istället för att åka bil. Flera kollegor har också blivit intresserade av att gå kursen.

Cykelkursen är en del av pilotprojektet Språka som kompetensutvecklar utrikesfödda medarbetare i hemtjänsten i såväl språk som cykling och kultur- och normförståelse.

– **SPRÅKAS MODELL** ger förutsättningar för att träna och utvecklas tillsammans med andra som kan språket, på arbetsplatsen. Vi tror att modellen ökar kvalitén i verksamheten, säger Carina Bark verksamhetschef för hemtjänsten.

HALLÅ DÄR...



...Birgitta Falkeborn, enhetschef för kommunens Arbetsmarknadsenhet, som erbjuder arbetsträning och arbetsrehabilitering för personer som står långt från arbete.

När kan man få hjälp av arbetskraft från AME?

– Det får inte röra sig om arbetsuppgifter som bör utföras av ordinarie personal, men utöver det kan man samla och kombinera uppgifter som man vill och kommer överens om, så länge hänsyn tas till både individen som utför dem och till verksamheternas bästa.

Hur gör man för att få till en sådan här permanent lösning som på Mariebergsgården?

– För att kunna permanenta en verksamhet som bemannas av oss måste platsen vara flexibel nog för att kunna ta emot människor med lite olika ingångslägen. Tvätteriet är ett lysande exempel på hur man kan kombinera ändringar i organisation och rutiner med att hjälpa någon som behöver rehabiliteras eller träna sina färdigheter inför ett inträde på arbetsmarknaden.

Kan du ge exempel på andra sysslor man kan få hjälp med?

– Trädgårdsarbete, sy upp gardiner, stols- och möbelenovering, fastighets- och lokalarbeten, utskick av brev eller paketering av olika saker. Vi har också ett snickeri där man kan få beställa trävaror och snickeriarbeten och vi har hand om cykelstödet i kommunen där man kan hyra cyklar och få dem fixade.

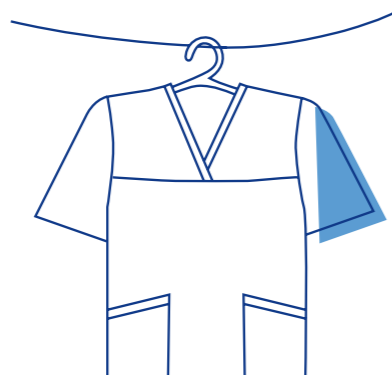
Hur kontaktar man er?

– Mejla en beställning till ame@nykoping.se och specificera vad du behöver hjälp med så tar vi kontakt med dig.

Hur många personer finns det att tillgå på Arbetsmarknadsenheten?

– Cirka 80 personer som av olika anledningar arbetstränar eller har stöd genom bland annat Arbetsförmedlingen.

TEXT JENNY THORELL



Hanteringen av arbetskläder åt upp tid för såväl chefer som medarbetare på Mariebergsgårdens äldre- och demensboende.

I samarbete med Arbetsmarknadsenheten förändrade de sitt arbetssätt. Det har gett många vinster.

Turkost. Blått. Rött. Kläder i en mängd färger hänger på rad och ligger vikta i rummet för arbetskläder.

– Jag kallar det för paradissrummet, det finns så många färger och storlekar, säger Christina Brattberg-Jansson som jobbar som undersköterska på Mariebergsgårdens demensboende.

TIDIGARE BEHÖVDE hon och hennes kollegor på boendet själva hantera, förvara och tvätta sina arbetskläder i de tvättmaskiner som fanns på avdelningarna.

– Vi blev uppättna av hanteringen av arbetskläder, maskinerna gick ofta sönder, det var många turer med beställning av kläder och dålig arbetsmiljö där tvättmaskinerna stod, säger Therese Wall, enhetschef på boendet.

HON TOG TAG i situationen. Sedan årsskiftet har de nu ett rum för hantering av tvätt



Therese Wall, enhetschef på Mariebergsgården, beslutade och organiserade för nytt arbetssätt med arbetskläderna. Det underlättar för undersköterskan Christina Brattberg-Jansson och ger arbetsträning för Ann-Kristin Fundin.

Tvätt med många vinster

Så förändrade Mariebergsgården tvätthanteringen

- Rensade ur ett rum i källaren för att ge plats åt ett klädlager
- Kontaktade fastighetsägaren Nyköpingshem som målade om och fräschade upp rummet
- 6 tvättmaskiner och 6 torktumlare plockades bort från avdelningarna, inklusive en centrifug
- Skapade ett rum för tvättmaskiner med 3 industriella tvättmaskiner och 1 torktumlare.
- Studiebesök i Vingåkers kommun
- Startade ett samarbete med kommunens Arbetsmarknadsenhet (AME) för hantering av tvätten och kläderna

Det blev effekterna

- Mer tid till omsorgsarbetet
- Arbetssysslor för människor som arbetstränar genom AME
- Kvalitetshöjning i hantering av arbetskläder
- Bättre kontroll på behov och beställning av arbetskläder
- Förbättrad arbetsmiljö i tvättrummet som också är arbetsmiljöanpassat utifrån de som jobbar där
- Miljövinst – färre och fyllda maskiner som snurrar

och ett rum för rena arbetskläder. Kläderna och tvätten hanteras av personer som arbetstränar genom kommunens Arbetsmarknadsenhet (AME).

– Här kan jag jobba i min egen takt samtidigt som jag hjälper till, bidrar och är med i gänget, säger Ann-Kristin Fundin, en av dem som jobbar deltid med arbetskläderna genom AME.

FÖR UNDERSKÖTERSKORNA är det en lättnad att inte längre behöva hantera arbetskläderna.

– Det spar massa tid varje dag eftersom kläderna behöver tas om hand efter varje pass. Det är jättebra, en ynnest att man bara kan hämta rena kläder varje dag, säger Christina Brattberg-Jansson.

TEXT OCH FOTO JENNY THORELL

En dag med IKT-pedagogerna

på Arnö och Tunabergs rektorsområde



Hej!

Vi heter Anna Kindblom och Petra Hasse och är IKT-pedagoger på Arnö och Tunabergs rektorsområde. Vårt uppdrag är att inspirera, handleda och utveckla användningen av digitala möjligheter i undervisningen genom att stötta elever, pedagoger och skolläda.



kl 10.00 – 11.30

Vi delar upp oss och går åt två olika håll. Petra går till årskurs 6 på Arnö skola, Herrhagen och kör programmering. Vi använder oss av Scratch. Det är en onlinetjänst där vi block-programmerar. I läroplanen finns det tydliga kunskapskrav kring programmering och därför har vi ett nära samarbete med pedagogerna i just årskurs 6.

kl 11.30 – 12.00

Lunch tillsammans med övrig personal på skolan.



Anna går till årskurs 3 Arnö skola, Långsätter och har Netikett. I årskurs 3 börjar de flesta eleverna skapa egna konton på olika sociala nätverk och vi tycker att det är viktigt att diskutera och berätta om vilket ansvar man har på nätet och vilka faror och möjligheter som finns. Att förebygga nätmobbing och värdet av att värna om sin integritet på nätet är viktigt för oss och något som vi samarbetar med skolornas Trygghetsteam kring.



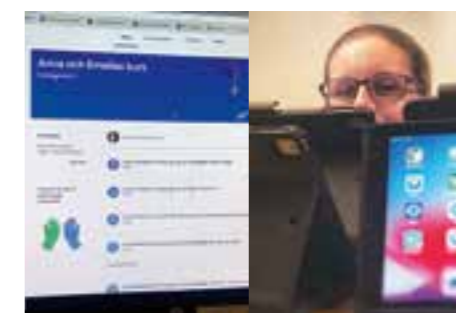
kl 08.00 – 10.00

Möte med specialpedagogerna Ann-Katrin Järnvall, Cecilia Uppman och Liselott Bardun på Arnö skola, Långsätter och Lotta Rosenkrantz, centrala barn och elevhälsan. Vi planerar en utbildningsdag för kommunens lärare i F-6, med fokus på digitala verktyg. Varje termin erbjuder vi två utbildningstillfällen för alla lärare i kommunen. I dag bestämde vi innehållet för den andra träffen. Då kommer vi att visa och ha workshops i Nextcloud, Apps@work, Inläsningstjänst, Audiorecorder och några bra appar som vi gillar extra mycket. Det blev ett bra möte! Vi ser fram emot nästa träff.



kl 12.00 – 13.00

Nu är det dags för nästa planeringsmöte. Under förra vårterminen och hela den här terminen ansvarar vi för kommunens Fritidslyft. De har valt att fokusera på digitalisering. Just i dag planerar vi för ett sådant tillfälle som ska vara på höstlovet. Den dagen genomför vi tillsammans med våra kollegor i IKT-rådet, Anders och Johanna. Vi kommer att lära ut iMovie, källkritik och Youtube på fritids. Det kommer bli en toppendag!



kl 13.00 – 14.30

Anna åker till Arnö skola, Herrhagen och hjälper en kollega med att lära sig Classroom i G-Suite. Vi finns till för våra kollegor att bolla idéer och boka tid för konsultation. Just i dag blev det ett väldigt trevligt möte där vi dels gick igenom programmet Classroom dels hur man gör snyggt arbetsmaterial i Powerpoint.

Vi har precis fått alla våra iPads utbytta på Arnö skola, Långsätter. Så i dag sätter sig Petra och börjar installera alla appar. Anna ansluter när hon är klar på Herrhagen.



kl 15.30 – 16.30

Vi kollar e-posten och kollar av morgondagen innan vi loggar ut och avslutar dagen.

Vad är IKT?

- IKT står för Information, kommunikation och teknik
- I Nyköpings kommun finns cirka 14 IKT-pedagoger som jobbar för olika rektorsområden

Integration i kommunen

Allt sedan flyktingvågen hösten 2015 har kommunen arbetat aktivt med mottagande av nyanlända och integration. Att lyckas med integrationen är en viktig framgångsfaktor för kommunen och för den enskilda medborgaren. Tillväxtverket har beviljat Nyköpings kommun nio miljoner kronor i statsbidrag för satsningar på integration under 2019. Den 26 augusti beslutade kommunstyrelsen om vilka integrationsfrämjande aktiviteter pengarna ska läggas på. Bland annat förlängs räddningstjänstens satsning på ungdomsledare för ökad trygghet och integrationspedagoger har anställts. Nyköping kommer att få ytterligare nio miljoner kronor till insatser under 2020. Sekretariatet kommer att arbeta fram förslag på åtgärder som pengarna ska användas till.

► PÅ IN.NYKOPING.SE/INTEGRATION KAN DU LÄSA MER OM DET ARBETE SOM SKER HOS OSS.



Satsning på ungdomsledare fortsätter

Under sommaren var fyra ungdomar anställda på räddningstjänsten för att ordna aktiviteter för sommarlovslediga barn och unga. Arbetet bidrog till ökad trygghet och var så lyckat att Kompetens- och arbetsmarknadsnämnden beslutat att förlänga satsningen till årsskiftet. Tre av dem som arbetade i somras fortsätter och två nya har rekryterats. De kommer ordna aktiviteter under höstterminen och under höst- och jullovet.



Thotte Fuchs ska se till att fler drar nytta av varandras kunskap.



Integration för mig är att alla ska kunna leva tillsammans och acceptera varandra.

Integrations- samordnare på plats

Thotte Fuchs är kommunens nye integrationssamordnare, han började sin tjänst tidigare i höstas. Uppdraget är att samordna kommunens integrationsinsatser och att leda kommunens sekretariat för integration.

Thotte arbetar både inåt i organisationen och utåt mot det civila samhället.

– Det finns redan otroligt mycket kunskap, kraft och vilja. Det är många som jobbar med frågorna runt om i kommunen. Min uppgift blir att se till att dessa personer kan dra nytta av varandra.

HAN HAR ARBETAT med integration på olika sätt sedan 2015, på Arbetsförmedlingen och nu senast på Oxelösunds kommun som

9 miljoner kronor i statsbidrag för integrationsarbete har Tillväxtverket beviljat Nyköpings kommun för både 2019 och 2020.

processledare för projekt Drivhuset. Han är själv invandrare, född och uppvuxen i Finland och flyttade till Sverige för tio år sedan.

– **INTEGRATION HANDLAR** för mig om att alla ska kunna leva tillsammans och acceptera varandra. Arbetet handlar ju om att hjälpa de som kom 2015 och 2016 in i samhället. Men det handlar också om att motverka segregationen som finns utbredd även bland de som bott här under en längre tid.

Rollen som integrationssamordnare är delad mellan Beställarkontoret och Räddning och Säkerhet. Thotte Fuchs är placerad på Beställarkontoret.

TEXT MALIN BRUNELIUS



Rekord i ansökningar för Toleransprojektet

Jeanette Backman, Madeleine Bengtsson och Crille Isaksson leder unga till större förståelse.

När det blev klart att Toleransprojektet fick fortsätta efter sina tre projektår strömmade fler ansökningar än någonsin in från nära 140 intresserade åttondeklassare i Nyköping. Jeanette Backman är SO-lärare på Nyköpings Högstadium och en av Nyköpings senaste toleranspedagoger.

– Det är fantastiskt att se hur projektet har fått sådan spridning. Det var en tuff process att gallra. Jag känner med alla de som inte fick plats, säger hon.

Tillsammans med Crille Isaksson (SO-lärare Nyköpings Högstadium) och Madeleine Bengtsson (familjestödare inom DSO) håller Jeanette Backman nu en egen grupp för första gången.

– Det känns oerhört spännande och roligt att vara med och arbeta från insidan. Vi har tidigare kunnat följa projektet från skolans håll och sett dess positiva effekter hos eleverna.

JEANETTE TROR MYCKET på upplägget. Flera av de kreativa delarna är något som hon tror att hon inom skolan kan bli bättre att använda.

– Det är en ynnest att få möjlighet att jobba med samma elevgrupp under en hel dag. Eleverna får tid för samtal och reflektioner,

både muntliga och skriftliga. Berättelsen och skrivandet är viktiga delar för att utveckla den empatiska förståelsen för både sig själv och för andra.

UNDER EN POLENRESA med en tidigare grupp blev hon mäkta imponerad av ledarnas arbete och hur långt ungdomarna kom i sina tankar.

– Jag såg hur ledarna nådde eleverna dels genom att arbeta medvetet språkutvecklande och dels var genuint nyfikna på hur eleverna tänkte. De anammade de viktiga pedagogiska nycklarna på riktigt! Jag såg hur de fick med sig våra elever som annars hade det tufft med sin koncentration. TP:s upplägg är inkluderande, en pedagogik för alla. Jag vill påstå att detta är ett projekt både för, om och genom demokrati.

TEXT ANNIKA HEDBERG

Toleransprojektet

- Toleransprojektet är ett nationellt nätverk som funnits i nära 20 år. Fokus ligger på demokrati, värdegrund och tolerans. FN har uppmärksammat projektet som en fungerande strategi för att öka den sociala sammanhållningen bland unga.
- I Nyköping deltar både kommunala och fristående skolor i projektet. 50 elever uppdelade i två grupper ses varannan vecka för att diskutera, skriva, skapa och samarbeta.
- Ungdomarna får ta del av olika berättelser som rör förintelsen och andra omvälvande händelser.
- Mot slutet av projektet gör grupperna en resa till förintelsens minnesplatser i Polen.

► LÄS MER PÅ [TOLERANSPROJEKTETS BLOGG: HTTPS://BLOGG.NYKOPING.SE/TOLERANSPROJEKTET/](https://BLOGG.NYKOPING.SE/TOLERANSPROJEKTET/)

”I början ville jag rädda världen”

Socialsekreterare har på senare år varit ett bristyrke. Men i Nyköping både stannar socialsekreterarna kvar och återvänder. Therese Svensson är en av dem.

Hon berättar om den dialog och det stöd som finns mellan kollegorna i gruppen. Om chefer som tar sig tid att lyssna och om förste socialsekreterare som handleder, ger stöd, är ett bollplank och som följer upp och ser över arbetsbelastningen.

– Det är en rolig arbetsplats med blandade åldrar. Det har alltid varit en trevlig stämning här med otroligt fina kollegor, säger Therese Svensson som jobbar som socialsekreterare på Vuxenheten, för människor med missbruk eller beroende.

DET VAR OCKSÅ det som fick henne att återvända till arbetsplatsen efter att ha provat sina vingar i en grannkommun. Hon berättar att Nyköpings kommunstorlek medför att de är många som jobbar som socialsekreterare, vilket också minskar sårbarheten.

En annan fördel i Nyköping tycker Therese är att socialsekreterarna presenterar utredningar för socialutskottet, inte chefen, som det har varit på andra arbetsplatser hon har jobbat på.

– Då har jag kontroll på mitt ärende hela vägen, och det är ju också den som utreder som har hela bilden och som har mest kunskap i sakfrågan.

NÄR ARBETSMILJÖVERKET gjorde en tillsyn av socialsekreterares arbetsmiljö i 145 kommuner mellan åren 2015 och 2017,



Det är en rolig arbetsplats med blandade åldrar. Det har alltid varit en trevlig stämning här med otroligt fina kollegor.

fick alla skärpta krav. Även Nyköping. Här handlade det bland annat om bristen på säkra besöksrum. Det har nu åtgärdats med totalt tio nya och säkra besöksrum med två in- och utgångsvägar, så kallade reträttvägar.

Arbetsmiljöverkets rapport visar också att socialsekreterare utsätts för hot och våld. Även Therese har upplevt hot och varit i rätten på grund av det.

– Vi jobbar med personer som befinner sig i utsatta lägen och som därför är frustrerade. Det är ju inte mig som person egentligen som får dem att agera, det är lagarna och reglerna. Men de allra flesta möten med människor är bra och trevliga.

HON BERÄTTAR att hon ser en fördel med att hon tidigare har jobbat i vården och att hon var över 30 år när hon tog sin socionomexamen.

– Med erfarenheter får man strategier. I början ville jag hjälpa alla, rädda världen. I dag kan jag mer känna att jag har gjort vad jag kan. Hjälpa har olika betydelse utifrån personers olika liv, det kan handla om att få en dräglig tillvaro. Viljan och ambitionen att det ska bli bättre för människor, den har jag, men jag har lärt mig vilka strider man ska ta och att varje människa har ett eget ansvar, säger Therese.

TEXT OCH FOTO JENNY THORELL

Gott exempel för andra i Tillitsdelegationen

Individ- och familjeomsorgen i Nyköpings kommun ingår som ett gott exempel i Tillitsdelegationen, tillsammans med några andra offentliga verksamheter i Sverige.

Tillitsdelegationen är en statlig antologi som gavs ut 2018. Den är baserad på forskning och analyserar och föreslår hur styrning i offentlig sektor kan utvecklas och förändras, för att bättre kunna ta tillvara medarbetarens kompetens och erfarenhet för att bidra till ännu bättre välfärdstjänster.

NÅGRA EXEMPEL som forskningsanalysen lyfter fram om hur Nyköpings socialtjänst utvecklat och förbättrat:

- Infört nära vardagligt stöd som förste socialsekreterare, samordnare och teamledare
- En samlad Individ – och familjeomsorg – allt i samma enhet
- Organisatoriska förändringar och nya uppsökande tjänster främst i missbruksvården
- Erbjuder enbart tillsvidareanställningar
- En kontinuerlig dialog och tillit mellan politiker och tjänstemän
- Kollegium – ett forum för komplexa ärenden
- Koncept för introduktion av nyanställda
- Politiken (Socialnämnden) har fokus på socialtjänstens grunduppdrag när de sätter mål

Mindre personalbrist

Statistik visar att de största rekryteringsinsatserna gjordes 2016–2017. Kommunen annonserade ett stort antal tjänster som socialsekreterare där ungefär 60 procent genererade en tillsättning. Från januari 2018 har rekryteringsbehovet minskat ordentligt och fram tills hösten 2019 har fyra personer anställts.



Förändringsarbetet Fokus nöjd kund har under hösten dragit igång med kraft. Samtidigt som vi börjar utveckla arbetet med myndighetsutövning, tillgänglighet och upphandling så blir företagen allt nöjdare med ärendehantering. Arbetet är långsiktigt och målet är att skapa ett bättre företagsklimat.



Amal Shabibi, chef för livsmedelsenheten, berättar om hur tydlighet från kommunen får fler företagare att göra rätt.

Nytt fokus på kunden utvecklar våra verksamheter

Företagens betyg märks i undersökningen NKI – nöjd kund index, som Näringsliv mäter men som ägs av verksamheterna som bedöms. NKI är SKLs (Sveriges kommuner och landsting) mätning som beskriver företagens upplevelser av sitt ärende där företagen betygsätter kommunen. I mätningen går det allt bättre. Nästan alla områden; Bygglov, Mark, Livsmedel, Brand och Servering klättrar, men inte Miljö. En tydlig förändring är att vi nu infört ett kundbegrepp, vi pratar om kunden som kan vara både invånare och företagare.

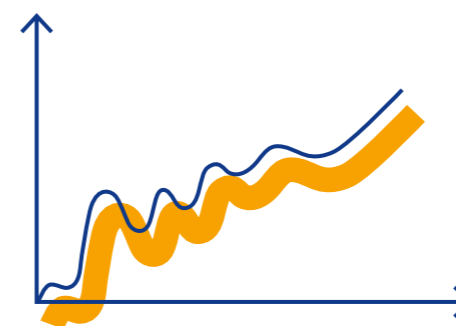
NU FINNS ALLA möjligheter för engagerade medarbetare att bidra. Fokus nöjd kund ska också utveckla områden

som tillgänglighet, bemötande, interna samverkansprocesser, upphandling och etablerings- och markfrågor.

HÄR ÄR EN DEL AV DET SOM PÅGÅR NU:

- Samhällsbyggnadschef Anna Selander öppnar upp för regelbunden dialog med företag en dag i veckan för att ta företagens synpunkter in i utvecklingsarbetet.
- Livsmedelsenheten ser över sin kommunikation om ärenden, handläggning, processer och avgifter på webb och i skrivelser.
- Livsmedels- och bygglovhandläggarna delar erfarenheter och lärdomar om hur de arbetar med rapporter och kontakter vilket förändrar synen på kunden.

- Internt förankringsseminarium i september för chefer och medarbetare med föreningen Tillväxt & Tillsyn. Förslag och synpunkter tas nu med i arbetet.
- Tätare dialog med upphandling med företag. Inköp och upphandling, Näringslivsenheten och Oxelösunds kommun träffade 50 företag för att få fler att delta i upphandlingar. Upphandling är ett förbättringsområde.
- Bygglovhandläggarna deltog i kommunikationsavdelningens Klarspråkskurs i höstas för att förbättra kvaliteten på sina skrivelser i språk, ton och innehåll.
- Kvällsöppet på bygglov fortsätter och utvecklas efter hand.



Vad är Fokus nöjd kund?

Verksamhetsutvecklingen omfattar de kommunala verksamheter som kan bidra till att vi får ett bättre företagsklimat; Samhällsbyggnad, Tekniska divisionen, Kommunikation och Näringsliv – motorn. På sikt kan alla verksamheter komma att ingå i arbetet.

I dag ligger Nyköping på näst sista plats i Svenskt Näringslivs Sörmlandsranking och på plats 191 (av 290) på Sverigelistan. Om inte kommunen förmår att locka företag och etableringar med ett bra företag påverkar det jobben, skatteintäkterna och inflyttningsviljan.

Syftet är att det ska vara smidigt att ha med kommunen att göra, vi ska också bistå med att göra det lätt att göra rätt. Näringsliv är nu ett av tre fokusområden för den politiska ledningen.

Resultatet av arbetet ska rapporteras regelbundet till Näringslivsutskottet.

- Miljö- och Bygglovenheten förbereder för Öppet hus.
- Samhällsbyggnad har förbättrat tillgängligheten med nya telefoningångar och bemannade gruppnummer
- De digitaliserade e-tjänsterna blir allt fler.

TEXT MARIANNE RYNEFELDT-SKOG
FOTO ANNIKA HEDBERG

► PÅ INTRANÄTET IN HITTAR DU FOKUS NÖJD KUND UNDER SIDAN SAMARBETE OCH PROJEKT

”Så här jobbar vi i Turistbyrån för att vara mer tillgängliga”

Turistbyrån i Rådhuset anpassar sina öppettider efter låg- och högsäsong för att färre besökare kommer till Turistbyrån. Från och med i höst kommer Nyköpings Turism istället fokusera på ett tätare samarbete med besöksnäringsenheten och ett ambassadörskap för Nyköping.

Hej Turistbyrån – berätta mer!

– Vi har en längre tid fått färre besökare på turistbyrån och fler söker information digitalt, säger Malin Ahl Månsson, destinationskoordinator.

– Trenden har varit att många Turistbyråer över hela landet stänger för att arbeta på ett annat sätt för att ändå hjälpa besökare, berättar Maria Säfverblad, destinationskoordinator.

ERIK LINDHE, turistchef, berättar att trenden i Sverige är att de traditionella turistbyråerna stänger, nu senast Stockholms Visitors Center. På många platser finns traditionell turistbyråservice tillsammans med kommunservice.

Besökarna erbjuds då en bättre service på en och samma plats, i stället för att behöva gå till ett ställe och köpa biljetter från kommunen och till ett annat för att fråga om blanketter.

Vad är det som blir bättre med att själva platsen Turistbyrån har minskat sina öppettider?

– Vi finns ju kvar men med ett annat fokus. I samarbete med hotell, besöksmål och event kan vi vara där besökarna faktiskt är och nå ännu fler. I dag söker de flesta information på webben och då krävs en större närvaro där, säger Malin.

– När vi har stängt kommer vi att kunna hjälpa företagen med marknadsföring, hållbara upplevelser och annat för att utveckla destinationen Nyköping. Vi har redan regelbundna företagsbesök och kommer nu jobba ännu mer med vår lokala besöksnärings. Turistbyrån är inte längre den plats som besökarna kommer först till, den rollen har hotellen, säger Maria.

Om medarbetare behöver er hjälp när ni har stängt, vart ska de vända sig då?

– Vi finns fortfarande tillgängliga på mejl och telefon. Boka gärna en mötestid via outlook, som ett vanligt möte, om du vill träffa oss. Culturum och Rosvalla säljer också biljetter till kommunens evenemang.

TEXT ANNA HEDIN

Så förbereder vi oss för krisen



Sofia Skoglund, brandingenjör på Räddning och säkerhet har koll på Nyköpings risker.

En snöstorm drar fram som slår ut elen och gör vägarna oframkomliga. Låter det helt osannolikt? Nej inte särskilt. Det har hänt i Sverige och kommer att hända igen. Frågan är bara hur vi förbereder oss för att klara det.

Vart fjärde år ska kommunen identifiera vilka risker och sårbarheter som finns, hur de påverkar våra medborgare, kommunens verksamheter och andra aktörer. Sofia Skoglund, brandingenjör på Räddning och säkerhet, har lett arbetet. Representanter från alla divisioner har vänt och vridit på risker, konsekvenser och åtgärder.

– **KOMMUNEN ÄR BRA** förberedd. Framför allt genom att vi satsat mycket på utbildning och övning. Vi är också bra på olika saker, till exempel är Barn utbildning kultur bra på krisledning och stabsarbete eftersom de haft många skarpa händelser. På Tekniska är man bra på att lösa problem och snabbt få igång värme i byggnader. Social omsorgs verksamheter är bra på att lösa och hantera mindre vardagskriser och IT-avdelningen är förberedda genom att de har reservkraft på vissa ställen. Men alla har något att arbeta vidare med.

Strömavbrott, snöstorm och avbrott eller störningar i vatten och avlopp är de tre största riskerna. De har högst sannolikhet att inträffa och konsekvenserna av dem förväntas bli omfattande för kommunen.

– Vid störningar eller avbrott i strömförsörjningen uppstår en rad konsekvenser som kan bli svåra att hantera. Hur allvarligt det blir beror till viss del på under

vilken årstid avbrottet sker och hur länge det varar.

SNÖSTORMAR KAN ORSAKA snödrivor som gör vägarna oframkomliga. Människor bli insnövade i sina hem och vissa verksamheter tvingas stänga. Hemtjänst och räddningstjänst får problem att komma fram. Stora mängder snö kan också belasta elledningar och det blir strömavbrott.

En annan kritisk faktor är dricksvatten, som är vårt viktigaste livsmedel och behövs för att kunna hålla god hygien.

– Väderrelaterade händelser, sabotage och olyckor är tre saker som kan påverka. Vatten- och avloppskedjan är också beroende av el och IT.

NU ÅTERSTÅR ett viktigt arbete med att vidta åtgärder för att stärka kommunens förmåga att motstå kriser men även att kunna hantera och upprätthålla verksamheter under krisen.

– Det kan handla om att förse verksamheter och lokaler med reservkraft så att de kan hållas varma och ha el även vid strömavbrott. En annan åtgärd är att skapa så kallade trygghetspunkter dit medborgare kan vända sig för att få värme, information, el och något att äta under en kris, avslutar Sofia.

TEXT HELENA VESTERLUND



Är du rustad för krisen?

- Du behöver ha hemberedskap och vara förberedd.
- Du ska kunna klara dig själv minst en vecka.
- Du behöver klara värme, ha tillgång till vatten och mat och kunna ta emot information.
- Tänk på grannar och anhöriga som kan behöva hjälp.
- På nykoping.se/krisberedskap får du tips.



Andrés Goodwin lämnar jobbet som personlig tränare om larmet går.

Pulsen stiger när sökaren piper

Han har två jobb i två olika världar men med en sak gemensamt, att hjälpa människor. Andrés Goodwin kombinerar sitt jobb som personlig tränare och gymvärd med att vara deltidsbrandman vid Sörmlandskustens räddningstjänst.

– Mitt intresse för brandmannayrket har alltid funnits men det har aldrig passat in att utbilda mig till heltidsbrandman. När jag hörde talas om att man kunde bli deltidsbrandman nappade jag direkt. Det kan vara tufft och tungt men också väldigt roligt och tacksamt, berättar Andrés Goodwin.

ATT HAN HAR två arbeten har aldrig varit något problem för Andrés arbetsgivare, Medley.

– Snarare tvärtom. Min chef är väldigt positiv. Det är en vinst även för dem att ha en brandman på jobbet. På Medley arbetar vi med människor och på anläggningen, som har både bad och gym, kan incidenter eller olyckor inträffa, säger Andrés.

Var tredje vecka har han beredskap. När larmet går ska han ta sig till brandstationen på åtta-tio minuter. I genomsnitt går det 2–3 larm per beredskapsvecka. Det kan handla om allt ifrån bränder och trafikolyckor till sjukvårdslarm.



Känslan av att hjälpa en annan människa är obeskrivlig.

– Pulsen stiger när det börjar pipa i sökaren. Jag får bara kort information om vad larmet handlar om så jag hinner tänka en hel del. Inget

larm är det andra likt. Jag vet inte vad jag kommer mötas av men det är det roliga med arbetet.

UNDER DE TRE ÅR som Andrés arbetat som deltidsbrandman är det ett larm som etsat sig fast i minnet, tågolyckan då ett persontåg krockade med ett stridsfordon under Försvarsmaktens övning Aurora för två år sedan.

– Jag minns att jag läste informationen om larmet flera gånger innan jag fattade att det var sant. Det lärde mig att allt verkligen kan hända.

DET BÄSTA MED brandmannajobbet är enligt Andrés att få göra skillnad och bidra till samhällsnytta.

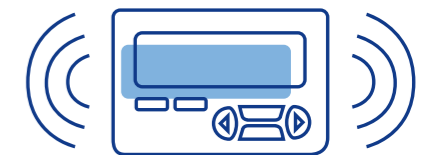
– Känslan av att få hjälpa en annan människa är obeskrivlig. Jag kan verkligen rekommendera andra som är nyfikna på brandmannayrket att bli deltidsbrandman, avslutar Andrés.

TEXT OCH FOTO HELENA VESTERLUND

Deltidsbrandman även kallad räddningspersonal i beredskap (RiB)

- Omkring 10 000 av Sveriges 15 000 brandmän är deltidsbrandmän.
- Vi söker nya deltidsbrandmän två gånger per år, vår och höst.
- Du får betald utbildning och övning av Sörmlandskustens räddningstjänst.
- Du får en fast ersättning per beredskapsvecka.

► NYFIKEN? LÄS MER PÅ SKRTJ.SE





Lottas nya bok skildrar mörkt framtidsscenario

FOTO JENNY THORELL



Lotta Fagerholm, lärare och författare.

Som 48-åring kom hon "ut" med första boken. Hon var sju när hon bestämde sig för att bli författare. Nu tar skrivandet allt större plats i livet för läraren och Nyköpingsbon Lotta Fagerholm. Den senaste boken är pinfärsk och fler historier väntar.

Skärvor av hat heter den nya boken som följde efter En spricka i spegeln. Det är en berättelse om relationer som förändras i takt med samhällsutvecklingen där värderingar, tillit och trygghet ställs på sin spets.

DEN SENASTE UTSPELAR SIG 20 år i framtiden och är en dystopisk framtids-skildring som visar upp ett polariserat samhälle, en kamp om resurserna där utanförskap och murar byggs upp både inom samhället och mellan människor. Frågan om vem som egentligen har rätt genomsyrar kapitlen.

När hon lämnar Östra skolan på dagarna där hon är lärare för barn med särskilda behov, så är det skrivandet som lockar – om orken finns kvar.

– Jag skulle aldrig kunna skriva deckare, jag är intresserad av samhällsutveckling och har ägnat mycket tid åt research om framtiden och åt integrationsfrågor. Mina intressen och kunskaper avspeglas förstas i boken, jag vill gärna provocera läsare att fundera och ta ställning.

ARBETARUNGEN, som hon kallar sig, har skaffat sig en bred kännedom som syns i boken; som journalist och statsvetare med jobb på Migrationsverket och Regeringskansliet, som legitimerad lärare och religionshistoriker med särskilt intresse för östlänarna.

– Det är mina gamla lärare som trott på mig och fått mig att våga. Jag hade Margareta Rosborg som lärare på

mellanstadiet, hon var fantastisk. På Tessinskolan var Mats Ödman min lärare och han har hjälpt mig med korrekturläsningen nu.

KOLLEGIALITETEN ÄR VIKTIG och inspirerar. När hon återvände till lärarjobbet i höstas efter en tid i en annan kommun blev hon inbjuden att delta i ett litterärt nätverk som drivs av skolbibliotekarie Jörgen Leidebrant och lärarna Henrik Eriksson och Magnus Edgarsson. De träffas varannan lördag på kafé i stan. En person väljer ämnet. Två veckor senare högläser de sina noveller för varandra och kommenterar.

– Det tränar fantasin, analysen och förmågan att ta och ge feedback. Sen är det fantastiskt att alla också prioriterar sitt skrivande så mycket och tar pressen det innebär. Jag är så glad att jag blivit inbjuden!

TEXT MARIANNE RYNEFELDT-SKOG

Läs dina författande kollegor

Lotta Fagerholm är inte den enda inom kommunen som skriver böcker. I förra numret av KOM berättade vi om rektor Cecilia Karlström och hennes bok Återbruksmamma om hur familjen öppnar sitt hem för en pojke från Afghanistan. Stig Ekström, chef på Nyköpings Arenor, har skrivit en serie kriminalromaner med

polischef Sigge Sommarlund i huvudrollen. Böckerna bygger helt på fiktiva händelser och utspelar sig i Trosa och Nyköping.

Är du nyfiken på Stigs böcker – skicka in ditt namn till redaktionen@nykoping.se och delta i utlottningen av Alienerad och Dödlig Export. Vi har ett exemplar av varje.



Delta i utlottningen

Muggen avslöjar allt eller inget

Fika är ett socialt smörjmedel som heter duga. På anställningsintervjuer ska man inte gärna konstra genom att be om en decaf med laktosfri lättmjölk. Så krångligt! Vem tror personen att den är?! Nä, en slät kopp svart kaffe visar att ansökanden är beredd att kavla upp ärmarna och sätta igång att jobba. Så kan man glida in på finliret och snacka bönor, coldbrew eller cortado när man väl är inne.



Men hur är det med egen mugg – vad symboliserar det? En viss **lathet** (räcker med att skölja ur muggen emellanåt, eller helt enkelt bara dricka upp allt så får muggen en fin patina på insidan efter några år)? Eller **nostalgi** (muggen fick vederbörande av första flickvännen, som sedan försvann). Eller kanske **nörderi** (ett antal fotbolls- och hockeylag valsar helt klart runt på muggar i kommunkorridorerna).

MED ETT STADIGT GREPP om muggen, personlig eller kontorsinköpt, dunsar vi ner i fikarumssoffor eller landar på hårda trästolar. Och snicksnackar om livet, vädret eller det där kluriga jobbproblemet (jag menar förstås **UTMANINGEN**) som faktiskt kanske blir löst just under den halvtimmen som kallas paus.

För er som behöver lite hjälp att få igång fikarumssnacket nu under den ständigt mörkare säsongen har vi satt ihop en gissningslek. Para ihop rätt mugg med rätt person. Motivera gärna. Ni vinner inget mer än äran, men den är å andra sidan rätt skön. Rätt svar hittar ni upp och ner längst ner på sidan.

TEXT ANNIKA HEDBERG



1. Tobias Andersson, e-arkivarie



2. Berit Cristoffersson, näringslivsstrateg



3. Jonas Andersson, sakkunnig



4. Martina Hallström, kommunalråd



5. Malin Andersson, arkivarie



6. Erik Lindhe, turistchef



Du som är anställd i kommunen är automatiskt medlem i personalföreningen Kom me'. Föreningen erbjuder allt från teaterresor, fritids- och kulturaktiviteter till rabatter i många av Nyköpings butiker och friskvårdsföretag.

Du hittar alla aktiviteter på IN. Om du har tips på aktiviteter eller frågor om

verksamheten, skicka ett mail till personalforeningen@nykoping.se eller ta gärna kontakt med någon i styrelsen.

Alla rabatter till företag och föreningar hittar du också på IN.

Du kan även hitta information om aktiviteter på vår facebook sida, Nyköpings kommuns personalförening KomMé.

Motionshallen i Stadshuset är ytterligare ett av personalföreningens ansvarsområden. Är du intresserad av att utveckla motionshallen, kontakta Anna Hedin, som är kontaktperson för hallen eller skicka ett mail till personalforeningen@nykoping.se.

Aktiviteterna betalas via löneavdrag eller med Swish i Kommunservice i Stadshuset eller på Tekniska divisionen. Ingen kontant- eller kortbetalning.

Kom me' är medlem i Kommunanställdas Fritidsförbund, KAF, som bland annat erbjuder deltagande i en rad mästerskap i allt från golf och bowling till längdskidor.

Underlaget till medlemsbeviset finns att skriva ut från IN.

Personalföreningen är en fristående förening som får ett driftsbidrag från Nyköpings kommun på 60 kr/tillsvidareanställd. De flesta aktiviteterna ordnas till självkostnadspris med en liten subvention från föreningen t ex när det gäller busskostnaden till något arrangemang.



Att ha ett namn som börjar på "A" är tydligen ett krav för att vara med i Kom me'-styrelsen. :-)
Från vänster: Agnetha Pettersson, Anders Jonsson, Annika Broman, Anette Fröding, Anci Orava och stående Anne Levin.

Föreningen som är till för dig

Tidigare i år bad personalföreningen Kom me' om tips på vilka aktiviteter som borde anordnas. Det har bland annat lett till fotbollsresor, operabiljetter och rabatterad bowling.

I Stadshusets källare träffas Kom me'-styrelsen med jämna mellanrum. Här dryftas medlemsfrågor, som vad föreningen ska försöka anordna för att främja medlemmarnas trivsel och hälsa. För andra året i rad pågår nu en motionsutmaning där lag från olika divisioner tävlar mot varandra. Det går att samla poäng både genom att träna och att leva hälsosammare på andra sätt, exempelvis sova tillräckligt. Kolla in föreningens sida på IN i december för att se vilket lag som vann!

– Vi är 12 personer i vårt lag i Motionsracet, där flertalet inte anser sig vara några regelbundna motionsutövare – men det är just det som är tjusningen: Att alla kan vara med! Och det är precis det som personalföreningen Kom me' verkar för. Erbjudna aktiviteter som många kan delta i, säger Annika Broman, sekreterare i Kom me' som dessutom leder egna pass på Hälsomagasin.

Fortfarande håller styrelsen på att gå igenom alla förslag som kom in i enkäten tidigare i år. Fotbollsresor är något som har tagits upp igen efter att ha legat i tråda i flera år. Ett gäng åkte till EM-kvalmatchen Sverige-Spanien och hockeyresor har också gjorts.

– Vi fick in över hundra förslag från medlemmarna. Roligt! Men ett tips är att om man är beredd att hjälpa till att ordna en aktivitet själv så är det troligare att den blir av. Vi i styrelsen hinner inte riktigt med att ordna allt, säger Anders Jonsson, ordförande i Kom me'.

Han tipsar också om att om man redan är ett gäng kollegor som ses och gör någon aktivitet så kan man få hjälp av föreningen med lokalhyra, till exempel för innebandy, stick-LAN eller vad det nu kan vara.

Den som är nyfiken på och kanske intresserad av att vara med i styrelsen får gärna komma på ett studiebesök för att se vad engagemanget handlar om, hälsar styrelsen.

TEXT ANNIKA HEDBERG

Opera i världsklass nära dig

Som medlem i Kom me' får du rabatt på biljetter till Live på bio's föreställningar på Nyköpings Teater. Läs mer på kommunens intranät IN.



Live på bio – Porgy och Bess sänds den 1 februari kl. 19.00 på Nyköpings Teater.

Träna tillsammans

Att börja träna och komma i form är inte helt enkelt. Men hittar du ett gäng som du har kul med, de bryr sig om dig, där du känner dig trygg och får vara på din nivå – kommer du både få tid och lust att hänga med dem.

Gruppen Källarfys tränar tillsammans på lunchen cirka fyra dagar i veckan i Stadshusets källare. Passen består av 12 minuter intensiv intervallträning, till exempel armhävningar och situps. Alla är välkomna att vara med i träningsgänget – du får både träning och roligt på jobbet. Läs mer på IN.

Den här dagen tränade Daniel Viberg, Rodrigo Sáenz Muñoz, Åsa Philström, Roobin Eriksson, Lova Sima och Anna Hedin – tillsammans.



Pickleball

Anders Ågerfalk, larmsamordnare på Räddning och säkerhet, drar ihop sina kollegor då och då i Gumshallen för att spela pickleball. Det är en ny, och enligt honom en fantastisk sport. - Vi tränar och spelar som en grupp. Alla kan vara med då det är lätt att lära sig och väldigt bra då man rör på hela kroppen.

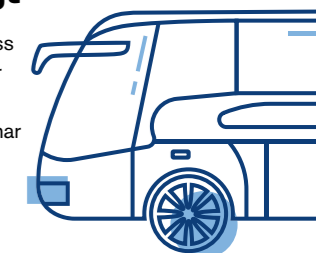
Fin present

Detta konstverk finns i kommunens ägo. Men var ligger det och framför allt – vad föreställer det? Skicka era förslag till redaktionen@nykoping.se



Åka gemensamt är bussigt

Har du tänkt på att vi oftast erbjuder aktiviteter där buss tur o retur ingår? Det är för att vi vill göra det enkelt för dig. Det handlar även om att vi vill ge fler personer möjlighet att kunna delta i roligheter t ex om man inte har en egen bil. Och så måste vi ju erkänna :-) – allt blir ju så mycket roligare när man gör det tillsammans.



Uppskattad vandringsresa

I september åkte 32 personer gemensam buss till Ramundberget för den årliga vandringsresan. Raeseledarna Agnetha Pettersson och Margareta Eklund höll i trådarna. Under vandringar med varierande svårighetsgrad upplevdes fantastiska höstfärger på fjället med sol, blåst och ibland snö. Ett oväntat möte med en myskoxe livade upp och goodiebagsen som delades ut under bussturen var uppskattade, liksom lottdragningen och aktiviteterna för att fylla restiden.



Bilden är ett montage.