

# HÖGAKTUELLT

Personaltidning HÖGSKOLAN I GÄVLE Nr 3 – april 2008

## Är energisparlampor en fara för miljön?



– Varje lampa är en liten kvicksilverbehållare. Man bör vara väldigt försiktig med dem och framför allt aldrig dammsuga upp en trasig lampa, säger Jonas Kågström i sin doktorsavhandling. Han anser att vi i stället

borde betala lite mer för LED-beslysning. Det betalar sig även i reda pengar med längre hållbarhet och ger dessutom ett behagligare ljus.

Sid. 7

### Utan tid spelar råden ingen roll

Om man inte har tid att följa de råd som ges för att undvika värk vid datorarbete, ja, då betyder det ju inget att man vet hur man ska

göra. Det menar professor Svend Erik Mathiassen vid Centrum för Belastningsskadeforskning.

Sid. 8

### Gemensamma värderingar

Diskussionen om gemensamma värderingar har många fallgror och det är lätt att hamna i banala formuleringar. Därför är det

en utmaning att försöka göra dokumentet levande, skriver denna månads ledarskribent Marianne Wiktorin.

Sid. 2

### HiG:s webb byggs om

I ett stort projekt kommer HiG:s interna och externa webbplatser att göras om från grunden.

– Mer än att vara ett IT- eller kommunikationsprojekt är det ett kulturprojekt, säger kommunikationschef Johan Ahlgren.

Projektledare är Mats Hyvönen från avdelningen för medie- och kommunikationsvetenskap på HS-institutet.

Sid. 6

### Humanpark planeras

– Det finns så enormt mycket resurser inom vården och omsorgen. Vi vill se till att så mycket som möjligt kommer brukarna tillgod. Det menar projektledningen för Humanparken. Här ska forskare samsas med brukare och personal.

Sid. 4



**HÖGSKOLAN  
I GÄVLE**

## Medarbetarskap

Spelar det någon roll vilket förhållningssätt vi har till våra arbetsuppgifter, till kollegor och till dem vi jobbar för? Jag vill nog hävda att svaret är obetingat ja. Vårt tyckande och våra värderingar bestämmer hur vi beter oss och därmed det som sammantaget brukar kallas kultur på en arbetsplats. Allt fler organisationer har börjat fundera över vilka grundläggande värderingar som präglar eller borde präglar verksamheten. Ibland hävdas t o m att framgångsrika företag utmärks just av att ha gemensamma kärnvärden. Kamprads IKEA brukar nämnas som exempel.

Att diskutera gemensamma värderingar kan bidra till att en ny organisation "sätter sig". Mot den bakgrunden togs en diskussion upp inom Högskolans gemensamma förvaltning, som nu är drygt ett år gammal. Diskussionen har många fallgropar. Det är lätt att hamna i banala formuleringar som man kan raljera med. Det är också lätt hänt att det framtagna dokumentet blir en "hyllvärmare". Därför är det en utmaning att försöka göra dokumentet levande, bland annat genom löpande uppföljningar och avstämningar. Resultatet – säkert inte det slutgiltiga – finns nu i form av tio "budord". De återspeglar värderingar som de flesta medarbetarna inom förvaltningen omfattar men också värderingar som vi strävar efter att tillägna oss och leva efter.

Meningsfulla arbetsdagar förutsätter syfte och sammanhang. *Vi glömm aldrig vem vi är till för*, konstateras därför inledningsvis. Förvaltningens uppgift är att skapa så



Marianne Wiktorin  
förvaltningschef

goda förutsättningar som möjligt för Högskolans huvuduppgifter, utbildning och forskning. Också för vår del är studenterna den viktigaste målgruppen. Utbildningen representerar åtta procent av verksamheten. Ledningen och institutionernas personal tillhör naturligtvis våra viktiga intressenter. Vi är också väl medvetna om att vi måste svara upp mot krav som ställs av regering, riksdag och olika myndigheter liksom mot förväntningar från samverkanspartners i det omgivande samhället.

Några värderingar rör hur vi skall arbeta. *Vi är öppna för förändringar* medför krav på omvärldsbevakning och utvecklingsintresse. Via nätverk och på andra sätt försöker vi hålla oss orienterade om hur HiG ligger till i förhållande till kollegorna vid andra lärosäten. Inom många områden, bland andra IT och administrativa system, går utvecklingen rasande snabbt och det gäller att hänga med. *Vi är medvetna om våra roller* ger uttryck för att många medarbetare har flera och ibland svår-förenliga roller. Vi skall stödja verksamheterna inom våra specialområden och samtidigt

svara för att Högskolan följer gällande regelverk. Det gäller inte bara högskolesektorns egna lagar, som styr bland annat antagning och examination av studenter, utan också alla de lagar med mera som gäller för svensk statsförvaltning, arbetsmarknad och ekonomisk hantering. Andra värderingar som rör arbets-sättet är: *Vi gör alltid vårt bästa, Vi arbetar effektivt* och *Vi tar ett eget ansvar i miljöarbetet*. De lägger ett ansvar på förvaltningen som enhet men också på den enskilda medarbetaren.

Att vara en del av en arbetsmiljö är att ge och ta. Också de värderingar som handlar om arbetsmiljö riktar sig därför till både individen och kollektivet. De uttrycker krav på varje enskild medarbetare och samtidigt vad medarbetarna kan förvänta sig av arbetsmiljön. Vi har valt att lyfta fram: *Vi känner alla att vi betyder något. Vi bemöter alla lika. Vi bidrar till god arbetsmiljö och arbetsglädje. Vi utvecklar vår kompetens*. Lyckas vi leva upp till detta bör vi få en arbetsmiljö som präglas av öppenhet och respekt, jämställdhet och likabehandling, arbetsglädje och professionalism.

En tanke som uttrycktes vid formuleringen av "budorden" var att det egentligen borde vara hela Högskolans grundläggande värderingar som diskuteras. Resultatet skulle säkert delvis bli annat än det jag nyss beskrivit. Vi i förvaltningen skulle välkomna ett sådant initiativ. Parallellt med företagsvärlden och Kamprads IKEA skall nog inte dras för långt, men det är ändå Högskolan som helhet som skall utvecklas som framgångsrik organisation.

## Debatt

### VISION PÅ GÅNG

Vision! Vi måste hitta denna gemensamma strävan mot det bästa möjliga och besjålas. Framtidsgruppen ser ut att ha en arbetsvision som fungerar, processen drivs uppenbarligen så att vi alla anställda kan delta och påverka. Här är ett bidrag till diskussionen.

I omvärldsanalysen finns ingen punkt om de accelererande klimatförändringarna. FN uttalade sig redan 1992 om nödvändiga förändringar i hela vårt sätt att leva. Problemen har ändå bara förvärrats. Vår högskola är inget elituniversitet utan verkar huvudsakligen i en liten region men i ett globalt kontaktnät. Det vi bäst kan bidra med är naturligtvis att stärka regionens kompetens samtidigt som vi utvecklar vissa specialkompetenser som vi av olika anledningar blivit särskilt begåvade med. Men kraven på kunskap om hållbarhet är unika för varje plats och inget annat lärosäte tar över vår regionala roll.

Människosamhällets uthållighet kräver en mångfald kunskaper för att varje plats förutsättningar och möjligheter ska utnyttjas väl. Naturresurserna klarar i längden inget spill, ackumulering av främmande ämnen eller knaprande på fungerande ekosystem då vi har överskridit gränsen för hållbara uttag.

#### Kräver kunskap

Sanningen, som vi inte vill se, är att välfärden vilar på uttömning av naturresurser, främst av lagrade bränslen och biosfärens förnyande produktion (biomassa, ren luft och rent vatten). Att ställa om kräver mycket kunskap. Det handlar inte bara om

naturvetenskap utan också om samverkan mellan många andra kunskapsområden såsom sociologi, ekonomi, stats-, konst- och kulturvetenskap.

Tänkandet måste bort från invanda banor och discipliner, det nya är inte bara tvärvetenskapligt utan transdisciplinärt och det kräver inte minst kreativitet och konstnärlig intuition, sådan som tidigare förbehållits formgivare och arkitekter.

#### Hållbart samhälle

I dag styckas världen upp i specialiteter. I den vetenskapliga diskursen har man djupa insikter i världens beskaffenhet men samtidigt inskränkt.

Man skiljer det materiella från det immateriella, kropp och själ, som om det handlade om olika världar. Men teknik är inte bara materia, främst handlar teknik om metoder och syften. De är till för människors behov av värden, det vill säga våra immateriella behov, av att umgås och arbeta och uppleva mening.

Churchill sa under de svåraste omständigheterna att anslaget till kulturen inte kunde beskäras, det var för den man förde kriget.

#### Humanekologi

Vi behöver ett sammanhållande perspektiv i arbetet på Högskolan. Den vetenskap som handlar om människans samspel med sin omgivning heter humanekologi. Den ger ett vidare sammanhang och man blir besjälad i sin specialistkompetens. Och uthållighet uppnår vi inte utan att besjålas. Vi behöver besjälade människor.

Det uthålliga samhället bör ha en framskjuten plats i Visionen,

inte bara i scenarierna utan bland kärnvärden. Behovet av denna kunskap växer, den är inte bara en prioriterad fråga i politik och debatt (och forskningstilldelning), det är området med störst legitimitet över hela världen.

*Förslag:* utveckla ett samarbete som bygger på vårt geografiska läge vid Östersjön. Historiskt har vi tillhört det som nu kallas Östersjöregionen med täta förbindelser runt om detta innanhav, som är världens största. Östersjön är ekologiskt känsligt och hotat av samhällsbyggandets brist på hänsyn. Bygg upp ett nytt nätverk med andra lärosäten kring dessa förutsättningar med sikte på att bli ett Östersjöuniversitet kring hållbarhet och ekonomi, ett kunskaps- och fredsprojekt som överskrider EU:s gränser. Det är en kombination av scenarierna B\* och C\* i Framtidsgruppens rapport som ligger på gruppens hemsida, se adress nedan.

TONY BJÖRKLUND

#### Fotonot:

Med B ovan avses ett scenario där HiG är en hälsofrämjande högskola med regionalt fundament och internationella tentakler.

Med C avses ett scenario där HiG har ett internationellt fokus i nordisk koalition. A-scenariet innebär en högskola i regional samverkan för kunskap i praktiken.

#### Tidplanen

Den 5 maj ska ett reviderat utkast till rapporten ligga på intranätet.

Läs mer på <http://intranet.hig.se/web/framtidsgruppen.html>

#### Europeiskt lärar/studentutbyte utvecklas

Under två aprilveckor har HiG, Vasaskolan, Polhemsskolan och John Bauergymnasiet besökts av tio lärarstudenter från Turkiet, Spanien, Slovakien, England och Finland. Det handlar om ett treårigt utbytesprojekt för att öka kunskapen om respektive länders kulturer och utbildningssystem och lärarstudenter från HiG besöker under samma period lärosäten i Europa.

#### För fortbildning

EU-projektet, som även gäller verksamma lärare, har syftet att utveckla arbetsmetoder för att stimulera naturvetenskaplig begrepps-bildning utifrån språkliga metoder.

Ett Internetbaserat arbetsmaterial har utvecklats i respektive land. Detta material kommer att användas i en Europeisk fortbildningskurs för verksamma lärare som ges i Lissabon under juli 2008.

#### Kulturellt axplock

Under vistelsen i Gävle har studenterna även fått uppleva ett axplock av den svenska kulturen och miljön.

Projektansvariga i Sverige är Annica Gullberg och Eva Kellner vid Institutionen för matematik, natur- och datavetenskap.

# Humanpark planeras

– Det finns enormt mycket resurser inom vård och omsorg. Vi vill se till att så mycket som möjligt av dessa kommer brukarna till godo.

Det säger Lars Björklund, ordförande i Föreningen för utvecklingsstörda barn, ungdomar och vuxna, FUB, som tillsammans med Mohammed Abusagr just nu i Gävle lägger grunden till Sveriges förmodligen första Humanpark.

Grundidén är alla de teknikparker som slagit rot runt högskolor och universitet. Tanken på att något liknande kan växa upp med samma syfte, att kunskapsamla och hitta fruktbare korsbefruktningar, men med en annan målgrupp och delvis andra intressenter. Man började med en workshop i september 2006. Deltog gjorde ett femtontal personer från vitt skilda organisationer och föreningar.

– Diskussionen gällde hur vi kunde sammanföra de olika verksamheterna och tillföra den forskning, utveckling och erfarenhet som finns dels vid Högskolan i Gävle, dels hos alla organisationer, inrättningar, inte minst personal och brukare, berättar Lars Björklund.

Intresset för idén är stort och delas av HiG, Landstinget Gävleborg och länets kommuner, Region Gävleborg, Länsstyrelsen, näringslivet i form av privata vårdgivare och många organisationer och alla kan tillföra resurser, inte minst kunskap. Det mesta som kan utmärka en tillväxtbransch.

Nader Ahmadi, prefekt för Institutionen för vårdvetenskap och sociologi, tänkte på idén och anställde Mohammed Abusagr som projektledare två dagar i veckan, Lars Björklund som biträdande dito en dag.

Som en inledning har be-



Mohammed Abusagr, projektledare, (t. v.) och Lars Björklund, biträdande, lägger de första bitarna på plats för Humanparken som är tänkt som ett forum för brukare, vårdare och forskare inom äldreomsorgen.

stämts att IT ska vara en tydligt initial profil på projektet. Lars Björklund ler en aning över min uppenbara reaktion – ytterligare ett IT-projekt – men förklarar:

– Ta något så enkelt som att vårdpersonal i glesbefolkade Ljusdal har klagat på att de måste åka ända in till centrum för att hämta en nyckel när de ska besöka någon vid länsgränsen. I längden kostar det massor av tid och pengar som aldrig kommer någon brukare till godo.

Man kan säkert hitta någon annan IT-baserad teknik som enkelt räddar till detta, förklarar Mohammed Abusagr. Här finns ett tydligt exempel på samarbete med Teknikparken.

– Idéer finns det förstås många av bland personalen men hittills har ingen fångat upp dem. Det kan Humanparken göra, där kan anställas forskare inte minst från Högskolan.

Men även det privata näringslivet har en stor plats i projektet.

## IT-stöd bra för demensvården

– Nu kan vi hoppas att det blir ett regionalt samarbete kring forskningen på området.

Det säger forskaren Maria Engström vid Institutionen för vårdvetenskap och sociologi om inrättandet av Humanparken.

Maria Engström har forskat om just IT-stöd inom vården av dementa. Hon beskriver resultatet i sin avhandling A Caregiver Perspective on Incorporating IT Support into Dementia Care.

Bland de olika IT-stöd som ingick i studien kan nämnas passagelarm, fallsensorer, belysning kopplad till sänglarm, större tillgång till datorer för personal, gemensam hemsida och möjlighet till kommunikation via e-post mellan personal och närstående.

### Tillfredsställelse men också brister

Det är inte tekniken som sådan som undersökts utan personalens och anhörigas uppfattning om IT-stödet före, under och efter införandet.

Forskningen visar att personalen upplevde större tillfredsställelse och bättre vårdkvalitet med stödet. Man upplevde även att tryggheten ökade.

– Men där fanns också brister som visar att det är viktigt att fortsätta att utveckla och utvärdera IT-stöd inom vården för att främja en användar- och behovsdriven teknikutveckling.

– Då är det desto roligare för mig som forskare att Humanparken valt just IT-stöd inom vården som första inriktning.

HiG ingår numera tillsammans med Högskolan Dalarna, Örebro universitet och Ersta Sköndal högskola i två program vid forskarskolan Värde, vård och omsorg,

OVE WALL

## FÖRST – stort samarbetsprojekt

Under våren drar Högskolan i gång det stora samverkansprojektet FÖRST som syftar till att stärka högskolans engagemang i det regionala tillväxtarbetet.

FÖRST står för FÖRstärkt Samverkan mellan högskolan och regionen för Tillväxt och innebär att Högskolan tar ett nytt grepp om samverkansarbetet.

Genom FÖRST ska Högskolans resurser göras tillgängliga i större utsträckning än tidigare. Nya samverkansformer för högskola, näringsliv och offentlig sektor ska prövas och utvecklas, i nära samarbete med regionens

företag och organisationer, för att stärka den regionala konkurrenskraften och bidra till ökad kompetens, nytänkande och innovationer.

Projektets övergripande mål är att stärka och utveckla regionens arbetsliv samt initiera och utveckla regionala mötesplatser, nätverk och team för samverkan.

Under projektets gång ska Högskolan även testa en ny struktur för samverkan.

Den innebär en förstärkning av Högskolans samverkansfunktion genom ökat engagemang och flera initiativ från institutionerna. Vi ser in-

stitutionerna som en mycket viktig motor i det fortsatta arbetet och det innebär att högskolans studenter, lärare och forskare kommer att få mer näringslivskontakter, exempelvis genom arbetslivsintegrerad utbildning, branschråd, alumner, examensarbeten, uppdragsutbildning och uppdragsforskning.

Efter ansökan har projektet prioriterats av EU:s strukturfondspartnerskap och finansieras av Nutek och av Högskolan, Region Gävleborg samt ett antal kommuner.

LILI ANDRÉ  
ERIKA ENGVALL  
PROJEKTLEDARE

### Hälsingeföretagare

Den 1 april besöktes Högskolan i Gävle av 25 företagare och tjänstemän från Hudiksvall. Dessa bjöds på smakprov från Högskolan och fick träffa lärare och studenter för att diskutera samarbete.

– Det är viktigt att etablera samarbete mellan företag och högskolan, sa Janne Ström, ordförande i företagarna i Hudiksvall. Det är till nytta både för oss och Högskolan. Vid hemresan konstaterades att det fanns idéer om fyra fem samverkansprojekt som noden i Hudiksvalls kommun Tommy Näsmark och Kontaktorget kommer att arbeta vidare med. Besöket var ett samarrangemang av Kontaktorget, Centrum för utveckling och lärande och företagarna i Hudiksvall.

## Kontaktorget

### Anna Bäcklund – högskolemäklare i Hälsingland

ALMI Företagspartner som arbetar med företagsutveckling för små- och medelstora företag har i projektet "Hälsingland for business" anställt en högskolemäklare med placering i Ljusdal.

Anna Bäcklund har nyligen tillträtt tjänsten som Högskolemäklare och har redan börjat arbeta med att bygga upp organisationen enligt "Clara Vallis"-modellen.

– Clara Vallis-modellen innebär att det skapas attraktiva förslag på examensarbeten och uppsatser som studenter vill genomföra, samt att det finns modell för hur studenterna tas emot lokalt i kommunerna. Jag kommer att vara länken mellan studenterna och företagen lokalt på plats i Hälsingland, säger Anna Bäcklund.

Clara Vallis i Ljusdal har testat metoden under många år och det visade sig att det var fler studenter som intresserade sig för de förslag på examensarbeten man hade



Anna Bäcklund är en av HiG:s högskolemäklare. Hon siktar på 40 företagskontakter i år.

och dessutom blev fler examensarbeten genomförda.

– Jag har redan börjat ta kontakt med olika företag och det börjar komma in förslag. Målet är att skapa ett 40-tal kontakter under första året, säger Anna.

Första tiden har inneburit att informera

företag i Hälsingland om högskolemäklaren och även att skapa kontakter med olika högskolor och universitet.

**Vad är då skillnaden mellan en högskolemäklare och en högskolenod?**

Den primära skillnaden är att högskolemäklaren initialt fokuserar på frågor och aktiviteter kring examensarbeten, medan noderna har ett bredare arbetsfält rörande högskolerelaterade frågor. Högskolemäklaren kommer att samarbeta med noder och organ liknande Kontaktorget vid olika högskolor.

– I Ljusdals kommun har det totalt genomförts 46 examensjobb sedan 2001 av studenter från tolv lärosäten. Ungefär hälften av studenterna kom ifrån Högskolan i Gävle, säger Leif Rydman, numera ALMI men tidigare Clara Vallis, och slår därmed fast att HiG är en viktig part i sammanhanget.

JOAKIM HELMBRANT

# HiG:s externa webbplats och intranätet byggs om – beräknas vara klart till 2009

Bättre struktur och navigationsmöjligheter, omarbetad innehåll och nytt utseende. Högskolans webbplatser ska byggas om. Undervåren startar ett högskoleövergripande projekt för att ta fram nya versioner av intranätet och den externa webbplatsen hig.se.

Högskolans webbplatser har funnits i över tio år. De har vuxit och består idag av mer än 30 000 sidor. Tillväxten har dock skett utan att informationsstrukturen har utvecklats. Nu är det dags att skapa en modern struktur som bättre tillgodoser behoven av att kommunicera både internt och med omvärlden.

## Gemensam kultur

– Vi behöver utveckla vårt sätt att kommunicera och webben är idag ett strategiskt verktyg för stora organisationers kommunikation och varumärkesbyggande arbete. Intranätet ska underlätta den interna dialogen, förankra verksamhetens mål och strategier och medverka till att skapa en stark gemensam kultur. Vår externa webbplats ska bidra till att stärka förtroendet för högskolan hos studenter – befintliga, presumtiva och före detta – och hos näringslivet och samhälle, säger kommunikationschef Johan Ahlgren.

Det första steget i projektet är att byta ut det egenhändigt tillverkade publiceringsverktyget Isidor mot ett av de mest använda standardverktygen på marknaden. Med ett publiceringsverktyg som används av ett brett urval organisationer tillförsäkras sig högskolan löpande uppdatering och support samt nödvändiga anpassningar. Något som är mycket kostsamt med egna verktyg.

## Sex delprojekt

Ansvar för Projekt Nya webbplatser 2008 ligger hos avdelningen för Kommunikation och Samverkan. Projektet organiseras i sex delprojekt – struktur, innehåll, utseende (grafisk formgivning och design), organisation, webbpolicy samt teknik.

Medarbetare från Kommunikation och Samverkan bemanar varje delprojekt. Men för att förankra webbarbetet och hämta in behov och kunskaper från alla delar av organisationen måste varje delprojekt också förstärkas med medarbetare bland annat från samtliga institutioner.

Projektledare är Mats Hyvönen, adjunkt i medie- och kommunikationsvetenskap vid Institutionen för humaniora och samhällsvetenskap.

## Policy ses över

För att stödja utvecklingen av webbplatserna behövs samtidigt en översyn av kommunikationsplattformen, i första hand kommunikationspolicy och grafisk profil.

– Det här är komponenter som behövs för att tydliggöra hur vi ska förhålla oss till kommunikation och den bild som vi förmedlar av högskolan, vilken roll intern och extern kommunikation ska spela. På sikt behöver vi en kommunikationsstrategi som slår fast våra prioriteringar för att sända starka och enhetliga budskap till de viktigaste målgrupperna.

Internt finns det många förväntningar på högskolans webbplatser. Behovet av utveckling är stort.

– Att skapa nya webbplatser är inte enbart ett kommunikations- eller IT-projekt. Det



Webbplatsen www.hig.se har sett ungefär likadan ut i tio år. Nu ska den göras om. Projektledare är Mats Hyvönen från avdelningen för kommunikationsvetenskap vid Institutionen för humaniora och samhällsvetenskap. Arbetet ska vara klart i februari 2009.

kanske låter stort, men ytterst handlar det om ett projekt som förändrar vår interna kultur. Det finns mycket att vinna på att ut-

veckla Högskolan i Gävle på Intranätet, säger Johan Ahlgren.

## Serietecknarna till källaren

Under sommaren lämnar Serie och bildberättarprogrammet vid HiG sin utpost i västra länet och flyttar in i nya lokaler på Kungsbäck.

Avståndet har varit tidigare om inte överstigit så en aning obekvämt under de år programmet legat kvar i Hofors efter byte av huvudman från Hofors kommun till HiG.

De omkring 55 studenterna kommer att husera i källarplanet i hus 31.

– Källaren passar oss bra ef-

tersom vi ändå helst har egen belysning vid arbetsborden, säger Johan Höjer, huvudlärare på programmet.



Teckning: Johan Höjer

## Doktorsavhandling

# Miljövänligt? Nja, inte riktigt...



Har satsningen på lågenergilampor för att spara miljön gått över styr?

Det kan man kanske säga, menar forskaren i miljöekonomi Jonas Kågström som i den doktorsavhandling han just nu färdigställer pekar på riskerna med förenklade miljöbudskap till en allt mer miljömedveten allmänhet.

För något år sedan bestämde sig Ikea tillsammans med världsnaturfonden att dela ut en miljon lågenergilampor till det svenska folket.

Behjärtansvärt tyckte många. Men vad som inte var och är särskilt känt, är att det även betydde en miljon små behållare med kvicksilver som delades ut bortom kontroll.

– Det betydde en potentiell ökning av det svenska kvicksilverutsläppet med tio till trettio

procent, säger Jonas Kågström.

För att ge kvicksilverutsläppet ett perspektiv kan nämnas att Sverige 1985 släppte ut tre ton kvicksilver.

– Den senaste pålitliga siffran jag sett är från 2003 då mängden uppgick till 20 kg.

Men ändå, man borde ha tänkt ett steg längre när man kampanjade med lågenergilamporna, menar Kågström.

För att ge ytterligare ett perspektiv borde, enligt Jonas Kågström, människor som aktar sig för att äta fisk på grund av kvicksilverfaran i stället byta ut sina lågenergilampor mot LED-belysning. En sprucken lågenergilampa i hemmet motsvarar i värsta fall 1 000 dagsransoner kvicksilver från maten.

– Inte alla lampor går sönder men det sker tillräckligt lätt, om inte hemma så kanske i transporten till återvinningscentralerna, för att ett byte till LED-lampor kan motiveras.

## Trevligare belysning

Just LED-belysning kan också motiveras av andra orsaker:

– Färgen på ljuset från lågenergilampor är inte trevlig, närmast otäck, men med LED-lampor kan man numer få nästan samma färg på belysningen som vi vant oss vid ända sedan vi satt vid lägereldarna. Dessutom går inte lamporna sönder. De är dels för små, dels är plasten eller glaset förhållandevis tjockt. De är lite dyrare men drar i gengäld bara en bråkdel så mycket el och har dessutom en brinntid på minst 50 000 timmar – nära sex år, minst fem gånger längre en en vanlig lampa – och

kostnaden tjänas in under det första av dem.

Av dessa anledningar går man i Kina och på flera håll i USA över till LED-teknik i offentlig belysning. Kanske något för miljö- och klimatmedvetna beslutsfattare även i Sverige att överväga, frågar sig Jonas Kågström?

## Farlig hantering

Konstigt nog är det få som vet hur lågenergilampor ska hanteras.

– Det är ju riskavfall och kvicksilvret finns i gasen inuti lamporna. Om en lampa skulle falla i golvet och gå sönder rekommenderar amerikanska myndigheter att man genast öppnar fönstret och stänger dörren under en kvart till en halvtimme. Där efter ska man använda en fuktad engångstrasa och torka upp skärvorna.

– Ta aldrig fram dammsugaren! Det finns inget effektivare sätt att sprida kvicksilvret i lägenheten, varnar Jonas Kågström som brukar rysa inför åsynen av stora återvinningsbehållare fulla med trasiga lågenergilampor.

OVE WALL

## FAKTA

▶ LED är den engelska förkortningen för lysdiod. Lamporna innehåller inga miljöfarliga ämnen och är mycket stöttåliga då de saknar glödtråd. Hållbarheten är hundra gånger bättre än vanliga lampor och tio gånger bättre än lågenergilampor och de drar bråkdelen så mycket energi.

## Svend Erik Mathiassen, CBF:

– Är man så pressad av sitt arbete att man inte har tid med annat än att sitta fram för datorn, då hjälper det föga att man egentligen vet vad man borde göra.



Kontorsarbete med stillasittande bildskärmsarbete är en vanlig orsak till smärta och värk i nacke, axlar och skuldror. Nutalas det också alltmer om synstress.

Belastningsskador som orsakas av bildskärmsarbete är ett stort problem idag. Att sitta länge vid datorn på jobbet, utan paus och variation, är lika riskabelt

som felaktiga och tunga lyft. Lägg därtill att många av oss tillbringar en hel del tid framför datorn hemma.

Det finns mycket att göra i den fysiska arbetsmiljön som kan minska riskerna för belastningsskador vid lågbelastande men enahanda arbete. Man kan skaffa höj- och sänkbart bord, se till att ha rätt belysning och rätt inställd kontorsstol. Vi kan

också själva försöka skapa variation i arbetet – ta pauser, gå i trapporna, nyttja friskvården.

**Arbetsgivarens ansvar**  
Men, påpekar Svend Erik Mathiassen, professor och forskningschef vid HiG:s Centrum för belastningsskadeforskning, CBF, det är viktigt att se bortom den enskildes ansvar. Ansvaret för att skapa en arbetsmiljö som

faktiskt gör det möjligt att nyttja de råd och den kunskap som finns ligger på arbetsgivaren.

– Individuella råd i all ära, men arbetssituationen måste vara ordnad så att det är möjligt att följa de goda råden. Är man så pressad av sitt arbete att man inte har tid med annat än att sitta fram för datorn, då hjälper det föga att man egentligen vet vad man borde göra.

Varför ska företag och organisationer lägga ner tid och pengar på att arbeta med arbetsmiljö och ergonomi?

Det finns flera skäl. På sikt minskar kostnaderna för sjukskrivning och rehabilitering, produktiviteten påverkas positivt, och dessutom har en god arbetsmiljö blivit allt viktigare i konkurrensen om arbetskraft.

### Tjäna pengar

– Jag är övertygad om att det går att tjäna stora pengar på en god arbetsmiljö, säger Svend Erik Mathiassen. Inte bara på grund av de ”klassiska” faktorerna som bättre hälsa och produktivitet, utan även därför att konsumenterna gärna betalar extra för produkter som är tillverkade med etiken i behåll. Se bara på framgången för rättvisemärkta varor!

### Vem agerar hur?

Men hur ska forskarnas kunskap och de goda råden komma till nytta i företag, till exempel inom handeln och industrin? Inom ramen för CBF:s projekt Ergo-priset, kommer forskarna att titta på hur företag tänker kring ergonomi i sitt förändringsarbete, hur beslut fattas, vilka nyckelpersonerna är och så vidare i syfte att skapa bra förutsättningar för intervention.

### Blir spännande

– Vi måste förstå vem som tänker och agerar hur på företagen, för att kunna sikta in oss på rätt målgrupp med rätt budskap. Det ska också bli intressant att följa om den profilerade mot Hälsofrämjande arbetsliv som målas upp i Högskolans strategidokument leder till en egen satsning på ett hälsofrämjande arbetsliv för personalen och studenterna, säger Svend Erik Mathiassen.

LENA ÅMINNE

## Några tips för att må bättre framför datorn

Vad kan du själv göra för att må bättre framför datorn? Här är några tips från forskarna på CBF:

- ▶ Variation och aktiva pauser – rör på dig ofta, ta små avbrott från datorarbetet med jämna mellanrum, lyft ner en tung pärm från en hylla, byt arbetsställning ofta.
- ▶ Man vet att det finns risk för belastningsskador om arbetet är enahanda och innehåller för lite variation. Det som verkar mest effektivt är att göra något som ökar belastningen på musklerna en stund, till en nivå som är mycket högre än de 0-5 procent av den maximala kapaciteten som datorarbetet kräver. Den positiva effekten kan då vara att cirkulationen och syresättningen i muskeln blir bättre och tröttheten i musklerna minskar. Detta har bland annat studier vid CBF visat.
- ▶ Fysisk aktivitet – ta en promenad på lunchen, nyttja möjligheter till friskvård på jobbet.
- ▶ En förklaring till att fysisk aktivitet har en positiv effekt i arbetet kan vara att man för in ett moment som skapar variation. Om man tränar för att öka sin kapacitet, är det annat som gäller. För att träningen ska bli effektiv krävs att man tränar minst en gång i veckan, helst 2-3 gånger. Utebliven effekt av träning kan bero på att man hoppar över att träna varje vecka, vilket är vanligt när man tränar helt själv. Studier har visat att kvinnor som har ett arbete med låg belastning och brist på variation kan få en positiv effekt på besvär i nacke och skuldra om de tränar styrka och uthållighet 1-2 gånger i veckan.
- ▶ Synstress – med synstress menas besvär som sveda och värk i ögonen, röda ögon, eller om det känns grusigt och torrt. Det kan också bli svårt att läsa text på skärmen, eller att det blir suddigt att se på långt håll. Dålig arbetsbelysning, felplacerad bildskärm och stressad arbetssituation kan orsaka symtomen.
- ▶ När vi anstränger ögonen vid bildskärmsarbete, spänner vi förmodligen musklerna i axlar och nacke extra. Forskning vid CBF tyder på att det finns en koppling mellan synbelastning och muskelbelastning.

## Sök Swedish Research Links

Swedish Research Links är ett forskningsbidrag som syftar till att utveckla samarbeten mellan svenska forskare och forskare i Asien, Mellanöstern, Nordafrika och Sydafrika.

Swedish Research Links handlar om kunskaps- och teknikutbyte av gemensamt intresse för svenska forskare och forskare i dessa länder. Projektansökningarna kan gälla alla ämnesområden och görs gemensamt av forskare i Sverige och i samarbetsländerna. Medlen från Swedish Research Links ska täcka

merkostnaderna för samarbetet.

Eftersom projekt inom medicin och natur- och teknikvetenskap hittills har dominerat ser vi gärna fler ansökningar inom humaniora, samhällsvetenskap och utbildningsvetenskap.

Sista ansökningsdag är den 6 maj 2008.

Swedish Research Links finansieras av Sida i Sverige och administreras av Vetenskapsrådet.

Läs mer på [www.vr.se](http://www.vr.se)

## Nordiskt arbetsmiljöforum

Den 4-5 september hålls ett nordiskt arbetsmiljöforum på HiG. Detta är en årligt återkommande träff för representanter för arbetsgivare och fackförbund med anknytning till landstingskommunal verksamhet om arbetsmiljöfrågor.

I år är Sverige värd för mötet, som alltså förlagts till Gävle och HiG. Vid en av de två dagarna kommer CBF att presentera delar av sin forskning, bland annat behandling av nacksmärta med sensorisk träning, variation i monotont arbete samt förändringsarbete i städsektorn.

# Världsomfattande standard- ändring – HiG redan i gång

Det kan ses som en revolution, men en särdeles tyst sådan, när standarden för ip-nummer, det så kallade internetprotokollet, byts från nuvarande version 4 till version 6.

Varje dator och mobiltelefon lokaliserar på internet via sitt ip-nummer. Utan detta skulle inte en server veta vart någonsans den skulle skicka det vi vill se på skärmen. Numren är

med nuvarande standard, kallad IPv4, indelad i fyra grupper siffror med punkter mellan. Problemet med det är att numret tar slut om några få år.

Därför finns en ny standard, IPv6.

– Där finns betydligt fler nummer. Man räknar med att det i princip finns 800 nummer för varje gram av jordens massa, så det ska räcka, säger Petter Lindqvist, nätverksansvarig vid HiG.

Övergången kommer vi användare knappast att märka någonting av.

– Faktum är att IPv6 redan körs på vissa håll på Högskolan. Exempelvis på Studentportalen och studenternas mejlserver.

– Men det finns också på N-institutionen. En av fördelarna för IPv6 är att det har inbyggt stöd för mycket avancerad kryptering.

OVE WALL

## Stress och hälsa i färsk avhandling

Stefan Holmström, Institutionen för psykologi vid Umeå universitet, disputerar 9 maj. Hans avhandling har titeln "Workplace stress measured by Job Stress Survey and the relationships to musculoskeletal complaints".

Stefan Holmström har arbetat med att hitta ett instrument som kan användas för att mäta stress både praktiskt i organisationer och företag, och i forskning. Det instrument han har provat har utvecklats i USA och heter JSS, Job Stress Survey, och han har testat det inom vårdsektorn och inom metallindustrin.

Stefan har i en av sina studier tittat på frågor som stress och belastningsskador, och då samarbetat med HiG:s Centrum för belastningsskadeforskning, CBF, vilket även har inneburit mätningar av smärta och värk i nacke och axlar hos personalen vid två företag i Västerbotten. Bihandledare i projektet har Margareta Barnekow Bergkvist från CBF varit.

I sin avhandling har Stefan Holmström bland annat kommit fram till att JSS instrument väl lämpar sig för studier av relationen mellan arbetsrelaterad stress och hälsa. En fördel är att frågeformuläret inte är så omfattande och därför kan besvaras ganska snabbt och enkelt.

LENA ÅMINNE

## Kvinnor vid HiG ledarskapsutvecklas

Att tre av tolv chefer är kvinnor är inte jämställt. Därför har HiG satsat 200 000 kronor i ett tvåårigt utvecklingsprojekt för 24 kvinnor.

– Det visar att man prioriterar den här frågan, säger Liza Bratt, samordnare för lika villkor vid HiG.

Ledarskapsutveckling för kvinnor vid HiG heter satsningen som började under senkvintern. Syftet med det tvååriga projektet är att öka andelen kvinnor

i ledande positioner vid Högskolan. För att kunna kallas jämställt bör fördelningen mellan könen ligga i förhållandet 40/60.

– I dag vid HiG är tre av tolv chefer kvinnor och det är alltså inte jämställt.

Ledarskapsutvecklingen består framför allt av föreläsningar av olika slag.

– Vi har haft två träffar och kommer att träffas ytterligare tre gånger innan sommaren. Den 28 april kommer ledarskapskonsul-

ten Britt-Inger Ejdeholm för att presentera en metod för att göra personliga profilanalyser.

Närvaron under träffarna har skiftat, som mest har 16 av de kvinnor som utsetts eller föreslagits av sina respektive chefer närvarat.

– Någon hundra procent närvaro har vi inte kunnat hoppas på så vi känner oss rätt så nöjda, säger Liza Bratt.

I projektet ingår även ett mentorsprogram.

## Friskvårdstävling

### Tävling i friskvård – vinn spadag i Högbo

Var med och tävla om fina priser genom att utöva någon form av fysisk aktivitet – exempelvis promenad – under april och maj månad. Friskvårdsgruppen lottar bland annat ut en dag på spa i Högbo bland dem som är med och tävlar.

Se mer information på följande sida:  
<http://intranet.hig.se/n/tavling.html>

Anmälningsblankett Aktivitetssammanställning, på vilken du skriver ned dina förehavanden, finns i ett fikarum nära dig.

**Friskvårdsgruppen**

## Kalendarium

28/4, 13–15. 33:202.

"People" i FP7. Information om och diskussion kring stödmekanismerna för forskarrollighet och karriärutveckling i EU's 7:de ramprogram för forskning.

29/4, 20/5 och 27/5 fortsätter föreläsningsserien **Internationella utblickar – Socialt välfärdsarbete** med professor Lena Dominelli, professor Terry Hokenstad och associate Professor Karen Healy i Valhall kl 13–16 samtliga tillfällen. Alla intresserade är välkomna!

6–8/5, IT-avdelningen står värd för TREFFpunkt och SUSEC vårmöte, en konferens inom Sunet, det svenska universitetsdatanätet, som behandlar olika teknologier inom Sunet (TREFFpunkt) och säkerhet (SUSEC).

15/5, 13.15–15.00, 11:320.

Seminarieledare: docenten i nordiska språk **Hans Rudsänger**, HiG. Diskussionsämne: satslösningar i skolgrammatiken.

28/5 kl 13-15, 33:202. Förvaltningsmöte. Inbjudna: förvaltningens medarbetare 11/6, Lärarkonferens matematik med temat överbyggnad gymnasie till högskola. Professor **Hans Wallin** föreläser. För mer information och anmälan, kontakta Kjell Björk 026–64 89 21.

## Personalföreningen

För den som har väldigt mycket att göra kan det var dags att pricka in den 15 augusti redan nu, för då har personalföreningen bestämt att det ska hållas kräftskiva ute på Limön i Gävles lilla skärgård.

Tipspromenad innan ska garantera aptiten.

Nu är det förhoppningsvis ett bra tag till dess varför man för att hålla sig i trim kan anmäla sig till grillkvällen i Soldathemmet den 4 juni. Solen skiner just oftast denna dag, hävdar föreningen och vi andra hoppas att den har rätt.

Förutom maten ingår "någon enklare dans".

Och fram till dess kan man ju alltid försäkra sig om att man verkligen är medlem i föreningen. Det gör man på hemsidan: <http://intranet.hig.se/aa/it/pfindex.html>.



## Klubbat i nämnden

Vid **NT-nämndens** sammanträde 2008-03-13 behandlades bland andra följande ärenden:

- ▶ Verksamhet och budget för budgetåret 2008
  - ▶ Nämndens fortsatta arbete med Forsknings- och utbildningsstrategier
  - ▶ Direktiv till beredningsgrupp för fördelning av medel för forskning och forskarutbildning budgetåret 2009
  - ▶ Anställningsordningen
  - ▶ Befattningsutredningen
  - ▶ Utvecklingsarbetet med Trädgårdsmästarprogrammet
  - ▶ Översynen av programorganisationen
  - ▶ Magisterrättsgruppens arbete bland annat med kommande masterexamensrättsansökningar
- Nästkommande sammanträde är den 8 maj. Protokoll med mera finner ni på [www.hig.se/organisation/utbildningschef/programkansliet/NT-namnden/NT-namnden.htm](http://www.hig.se/organisation/utbildningschef/programkansliet/NT-namnden/NT-namnden.htm). Frågor kring nämndens arbete besvaras av ordförande Bahram Moshfegh eller sekreterare Kjell Ekström.

Vid **Läroverstyrelsens** sammanträde 2008-04-01 behandlades bland andra följande ärenden:

- ▶ LuN ställer sig bakom förslaget om en ny inriktning för fritidspedagoger
  - ▶ Riksdagen har beslutat att studenter skall ha registerutdrag ur brottsregistret vid VFU-placering
  - ▶ Ny utbildningsplan för Lp90
  - ▶ Ny utvärderingspolicy
  - ▶ Beslut om skrivstuga för studenter
  - ▶ LuN:s och LuK:s ansträngda budgetläge diskuterades
- För mer information se: [www.hig.se/ufk/lu/protokoll/LUN.html](http://www.hig.se/ufk/lu/protokoll/LUN.html). Frågor besvaras av ordförande Carin Röjdalen eller sekreterare Carina Franzon.

Vid **HVS-nämndens** sammanträde 2008-03-11 beslutades bland annat i följande ärenden:

- ▶ Motfinansiering av doktorand inom media under förutsättning av ytterligare finansiering. Anders Flykts ansökan om medel för docentmeritering beviljades
  - ▶ Nämnden beslutade att utse Anna Löfmark som ny ordförande i högskolans forskningsetiska råd från 11 mars till årsslutet 2010
  - ▶ Nämnden beslutade att via UFK bjuda in kollegiet att inkomma med förslag till ansökningar om masterexamensrätt senast den 15 april 2008. Vid nämndens maj-sammanträde tas beslut om vilka förslag till ansökningar som skall stödjas
  - ▶ Referensgruppen för OPUS får fortsatt stöd
- Protokollet i sin helhet finner ni på [www.hig.se/forskning/FoN.htm](http://www.hig.se/forskning/FoN.htm). Nästkommande sammanträde är den 6 maj. Handlingar till nämndens sammanträde skall vara nämndens sekreterare tillhanda senast 3 veckor innan sammanträdet.

Frågor kring nämndens arbete besvaras av nämndens ordföranden, Mårten Eriksson ([meo@hig.se](mailto:meo@hig.se)) eller nämndens sekreterare, Björn Karlsson ([bko@hig.se](mailto:bko@hig.se)).

**B**

SVERIGE

Porto  
betalt

## JONAS SANDLUND DISPUTERAR

Jonas Sandlund, doktorand vid CBF, disputerar 22 maj vid institutionen för kirurgi och perioperativ vetenskap, idrottsmedicinska enheten, Umeå universitet.

Titeln på Jonas avhandling är Position-matching and goal-directed reaching acuity of the upper limb in the people with chronic neck pain – associations with symptoms and self-rated characteristics.

Disputationen äger rum klockan 09.30 i hörsalen på Johan Bures väg 5, Umeå. Opponent är Professor Alf Torstensson vid GIH, gymnastik- och idrottshögskolan, i Stockholm.



20221635

## Trädgårdsmästarna tog tredjepriset

Trädgårdsmästarprogrammet vid HiG deltog även detta år i den stora mässan i Älvsjö, Nordiska Trädgårdar. Förra året tog studenterna hem förstapriset för bästa monter.

I år var deras tema Grodden – manuset till ett drama, och montern byggde visuellt på mängder av alfalfagroddar, mägärtsgroddar och svartögda böngroddar och begåvades med tredje pris.

## Kvarvarande forskningsmedel

Sedan förra året finns 1,2 miljoner kronor (av totalt drygt 72 miljoner) kvar av forskningsbudgeten. Vid högskolestyrelsens senaste möte beslutades att 750 000 av dessa ska användas för att bekosta E-institutionens doktorander. Resterande summa, knappt en halv miljon, går till Läraryttningsnämnden och HVS-nämnden för bland annat utveckling av kvalitetskriterier för forskningen.

## Nytt laboratorium

Placeringen av en ny stor laboratoriebyggnad utreds just nu av Gävle kommun. En mycket tänkbar plats är ytan intill den stora parkeringen öster om campus. I bästa fall står byggnaden klar omkring 2011.

**baktänke**

Vem sa att datorer inte kan vara ironiska?

## Sista aprilfirande i Regementsparken

Även i år infaller den traditionsenliga bränningen av uttjänta lastpallar ute på udden i Regementsparken.

Brasan tänds klockan 21.00. En kvart senare sjunger Gefle Drängar och halv tio håller landshövding Barbro Holmberg talet som följs av kårordförande Therese Klaars dito.

Allmänheten hälsas välkommen!

## Seniorer!

En liten påminnelse.

Du som ännu inte meddelat att du vill ha tidningen HÖGAKTUELLT i din brevlåda gör det nu till vår e-postadress [senior@hig.se](mailto:senior@hig.se) eller till Liss-Britt Landén 026-64 86 24.

Liss-Britt vill också gärna ha era eventuella e-postadresser för att kunna förenkla kontakten.

### Idélåda

Har du några ideer och förslag när det gäller aktiviteter för HiG-seniorena ?

Välkommen med dina förslag till e-post  
[senior@hig.se](mailto:senior@hig.se)