



Vi

*ønsker deg lykke til
med svangerskapet
– og ser frem til å ha deg
tilbake etter permisjonen!*



Kontaktinformasjon BHT:

BHT er en tverrfaglig sammensatt gruppe
med bedriftslege, bedriftssykepleiere og
bedriftsfysioterapeut tilgjengelig.

Telefon 534 18 901



www.akersolutions.com



Gravid i jobb

– Informasjon til ansatte
i Aker Solutions



Gratulerer med graviditeten!

Vi i Aker Solutions ønsker at du skal føle deg trygg og ivaretatt på jobb gjennom hele svangerskapet. Hos Aker Solutions ønsker vi å tilrettelegge for at du skal kunne være i arbeid så lenge som mulig – med nødvendige justeringer tilpasset dine behov.

1 Tidlig dialog

- Meld fra til personalansvarlig leder så tidlig som mulig.
- Leder kontakter BHT for oppstart av tilrettelegging og samtaler.

2 Oppfølgingssamtaler med leder og BHT

Det oppfordres til **tre samtaler** i løpet av svangerskapet:

Tidspunkt	Innhold
Samtale 1 (så tidlig som mulig)	Kartlegging av arbeidsoppgaver, tilretteleggingsbehov og utarbeidelse av oppfølgingsplan
Samtale 2 (ca. uke 20)	Evaluerer av tiltak, oppdatering av plan
Samtale 3 (ca. uke 28)	Justeringer, permisjonsplan og avklaringer før foreldrepermisjon

3 Tilrettelegging

Eksempler på mulige tilpasninger:

- Redusert fysisk belastning (f.eks. tunge løft)
- Flere pauser eller kortere arbeidsdager
- Skjerming fra støy eller farlige stoffer
- Tilpasning av arbeidsoppgaver eller arbeidstid
- Leder har ansvaret for forebyggende oppfølgingsplan
- Bedriften tilbyr ammerom

4 Spørsmål du bør vurdere før samtalene

- Hva trenger jeg for å kunne stå lengst mulig i jobb?
- Er noen oppgaver blitt for krevende?
- Har jeg kontakt med kjemiske stoffer eller er utsatt for støy?
- Opplever jeg stress eller høyt arbeidspress?
- Hva kan jeg selv gjøre for å bedre arbeidssituasjonen?

5 Dine rettigheter

- Rett til tilrettelegging etter **Arbeidsmiljøloven (§§ 4-1, 4-2, 4-6)**
- Vern mot diskriminering etter **Likestillings- og diskrimineringsloven**
- Rett til **svangerskapspengene** etter **Folketrygdløven (§ 14-14)** ved risiko for fosteret
- Rettighetene for permisjon (**AML § 12-1 til §12-8**)

6 Roller og ansvar

Du som er gravid:

- Gi tidlig beskjed
- Delta i planlegging og samtaler
- Prøv foreslåtte tiltak

Leder:

- Tilrettelegge arbeid og miljø
- Kalle inn til samtaler
- Samarbeide med BHT og deg

Bedriftshelsetjenesten (BHT):

- Nøytral støttepart
- Kartlegging og rådgivning
- Deltar i alle samtaler

7 Før oppstart etter permisjon

Senest 4 uker før du starter i jobb igjen skal du og lederen din ha en samtale for å planlegge tilbakekomsten.