

**KOLLEGAHJÄLPEN**  
020-59 60 00

**Tel 020-59 60 00**  
till någon som lyssnar  
om olyckan är framme



# En normal reaktion på en onormal händelse

Du som har Din arbetsplats på vägen utsätter Dig varje dag för stora risker i trafiken. Trafiken är världens farligaste arbetsplats. Det handlar inte endast om trafikolyckor utan på senare år har rån och överfall mot lastbilsförare tyvärr blivit allt vanligare, i Sverige och i övriga Europa.

Den som har varit inblandad i en allvarlig händelse i trafiken behöver ofta hjälp att prata om det. Det är genom att prata om det som vi människor bearbetar svåra händelser.

Går Du och bär på händelser i trafiken som Du har svårt att skaka av Dig, tveka därför inte att ringa **Kollegahjälpen**.

**Kollegahjälpen** är ett nätverk av frivilliga åkeriföretagare och lastbilsförare som har till uppgift att hjälpa till att bearbeta upplevelserna hos de lastbilsförare som varit inblandade i en trafikolycka eller ett rån/överfall.

**Kollegahjälparna** har fått genomgå en särskild utbildning för att förstå chockreaktioner och lära sig samtalstekniker. De kommer från hela landet men har ett gemensamt: de är beredda och villiga att hjälpa och stödja sina kollegor. De vet också vad det innebär att arbeta på vägen och många av dem har egna erfarenheter av trafikolyckor eller rån/överfall.

Det handlar inte om något "hokus-pokus". Deras uppgift är att vara medmänniska. Att lyssna, lyssna och åter lyssna.

*Kom ihåg: att må dåligt efter en allvarlig händelse i trafiken är inget konstigt. Det är endast en normal reaktion på en onormal händelse.*

För mer information:

Sveriges Åkeriföretag

Tel: 08-753 54 00

E-post: [info@akeri.se](mailto:info@akeri.se)

Inger Kalin, 08-753 54 47

Annika Persson, 031-58 51 05

Dick Sundberg, 0920-149 74

Transportfackens Yrkes- och Arbetsmiljönämnd

Tel: 08-734 52 00

E-post: [info@tya.se](mailto:info@tya.se)

Maria Vigren, 08-734 52 32



**Per Sandberg, Kris- och Traumacentrum**, är leg psykolog och ansvarar för utbildningen av Kollegahjälparna.

”Många människor konfronteras med svåra situationer, som hot, rån, våld och olyckor av olika slag i sitt arbete. Lastbilsförare är en i dessa avseenden utsatt grupp. Erfarenheter visar att ett bra omhändertagande i direkt anslutning till händelsen kan bespara den drabbade ett onödigt långt psykiskt lidande. Kollegahjälparen kan också vara en betydelsefull länk till professionell hjälp, för de förare som är i behov av detta. Jag är imponerad över Kollegahjälparnas engagemang och för det arbete de har lagt, och lägger ned”.

## Därför stödjer vi Kollegahjälpen



**Thomas Smedäng, Trygg-Hansa:**

”Det är självklart för ett försäkringsbolag att stödja projekt som syftar till att stötta de personer som råkar ut för en olycka eller ett rån.

Kollegahjälparna kan hjälpa försäkringsbolagen att hitta de som behöver professionell hjälp. Vi har nu många års erfarenhet av Kollegahjälpen i praktiken och jag tycker att det har fungerat mycket bra.”



**David Axelsson, Länsförsäkringar:**

”Som kundägt bolag är det viktigt för oss att stödja projekt som verkar för transportbranschens utveckling och välmående. Kollegahjälpen är ett oerhört viktigt projekt eftersom det handlar om att stödja enskilda individer som i sin yrkesroll råkat ut för en traumatisk upplevelse. Kollegahjälpen fyller en viktig funktion som inte finns att få genom det allmänna och kompletterar den professionella hjälp som erbjuds i försäkringen. Vi vet av erfarenhet att det är till stor hjälp för den drabbade att få stöd av någon med samma yrkesbakgrund.”

## Du når en kollegahjälpare på 020 – 59 60 00

Det är SOS Alarm i Eskilstuna som hjälper oss att förmedla kontakten. Om Du har varit inblandad i en trafikolycka eller utsatt för rån/överfall under arbetstid, tveka inte att ringa.

**Obs! Kollegahjälpen nås endast via 020-59 60 00, ej via 112.**



SVERIGES ÅKERIFÖRETAG



i samarbete med



Länsförsäkringar

TRYGG  HANSA