



"JAG MÅSTE SLÄNGA I MIG LUNCHEN!"

Om bristande möjligheter till pauser
och återhämtning i optikbranschen

RAPPORT

NOVEMBER 2021

SRAT

Ett fackförbund inom Saco



Sammanfattning

Rätten att ha pauser och raster i arbetet är viktig att slå vakt om. Därför har SRAT genomfört en enkätundersökning om anställdas återhämtning i privata optikföretag under 2021. SRAT:s undersökning visar att alltför många inte får den återhämtning i arbetet som krävs för att arbetsmiljön ska vara hållbar – detta trots det lägre kundtrycket under pandemin.

Hela 14 procent svarar att de även mår dåligt på sin fritid av att inte få tillräcklig återhämtning under arbetsdagen. Det är alarmerande och en tydlig varningssignal till arbetsgivaren. Hela 5 procent av respondenterna säger att de inte kunnat ta lunchrast under ett arbetspass som är fem timmar eller längre. Många vittnar i frisvaren om att inplanerade raster är svåra att få till i praktiken eller att det är svårt att få vara ostörd på sin lunchrast.

Vår undersökning visar också att bara nio procent av de anställda har kunnat ta paus varje dag under sina arbetsdagar det senaste halvåret. Hela 14 procent svarar att de aldrig kunnat ta paus i arbetet och 30 procent uppger att de sällan haft möjlighet till paus.

SRAT ser med oro på vilka konsekvenser bristen på återhämtning kan få för anställdas hälsa. Flera respondenter beskriver att det bara är möjligt att ta paus om butiken inte nått upp till önskat bokningsläge eller om det blir många avbokningar från kunder. Det är inte en rimlig planering från arbetsgivarens sida.

Arbetsmiljön är arbetsgivarens och inte enskilda individers ansvar. Arbetsledande chefer är ansvariga för att se till att arbetsbelastningen inte blir ohälsosam och att arbetstidens förläggning inte leder till ohälsa bland anställda. SRAT förväntar oss att arbetsgivare i optikbranschen vidtar åtgärder för att leva upp till Arbetstidslagens och Optikeravtalets skyldigheter när det gäller raster, pauser och anställdas möjligheter till återhämtning i arbetet.

SRAT vill:

- Att arbetsgivare i optikbranschen vidtar åtgärder för att leva upp till Arbetstidslagens och Optikeravtalets skyldigheter när det gäller raster, pauser och anställdas möjligheter till återhämtning i arbetet.
- Att Svensk Handel tar del av resultaten i vår enkät och vidtar åtgärder som underlättar för företag i optikbranschen att leva upp till sitt arbetsmiljöansvar.
- Att SRAT och arbetsgivare i optikbranschen arbetar gemensamt för en god organisatorisk och social arbetsmiljö med tillräckliga möjligheter till återhämtning och ett hållbart arbetsliv för anställda.

Om rapporten

SRAT skickade ut en enkät om raster och pauser till våra medlemmar i Svensk Optikerförening våren 2021. Syftet var att undersöka vilka möjligheter till återhämtning i arbetet som anställda i privata optikföretag har. Enkäten skickades ut till 942 respondenter varav 395 personer svarade, vilket innebär en svarsfrekvens på 42 procent. Respondenterna arbetar i hela landet och majoriteten (93 procent) arbetar i butik.

Varför en rapport om återhämtning?

Rätten att ha raster och pauser är väldigt viktig att värna. SRAT tog fram rapporten "Arbetsdag och återhämtning för optiker i butik" år 2018. Vår tidigare rapport visade att de allra flesta optiker har möjlighet till lunchrast men att mer än en tredjedel aldrig eller sällan hinner ha pauser eller annan återhämtning under arbetsdagen. Dessutom uppgav hela 10 procent av optikerna år 2018 att de mår dåligt på sin fritid för att de inte får tillräcklig återhämtning under arbetsdagen.

SRAT menar att så oroväckande resultat behöver följas upp. Frågorna i den här enkäten är till stor del likalydande som i vår tidigare undersökning för att vi ska kunna undersöka om det skett några förändringar.

Att göra en enkät mitt i en pandemi

När enkäten skickades ut befann vi oss mitt i den pandemi som fortfarande dominerar en stor del av vår tillvaro. Optikbranschen har klarat sig relativt väl från permitteringar och ökad sjukfrånvaro, men har ändå haft betydligt färre kunder än normalt. SRAT är därför försiktigt med att dra alltför långtgående slutsatser av enkäten. De resultat vi presenterar i denna rapport går inte fullt ut att jämföra med vår tidigare enkät. Enkätsvaren kan inte heller fullt ut spegla den arbetssituation eller bokningsläge som normalt råder i optikbranschen.

Men vår enkät visar att alltför många anställda inte får den återhämtning i arbetet som krävs för att arbetsmiljön ska vara hållbar – trots det lägre kundtrycket under pandemin. Det är viktigt för SRAT att noggrant följa upp resultaten i enkäten och fortsätta att ställa krav på arbetsgivare så att de fullföljer sina skyldigheter när det gäller det systematiska och förebyggande arbetsmiljöarbetet.

SRAT:s krav på arbetsgivare i optikbranschen

En undersökning om möjligheterna till återhämtning i arbetet har inget självändamål. För SRAT är det oerhört viktigt att arbetsgivare i optikbranschen får ta del av resultaten i den här enkäten och att de också vidtar åtgärder för att ta sitt arbetsmiljöansvar fullt ut.

SRAT vill:

- Att arbetsgivare i optikbranschen vidtar åtgärder för att leva upp till Arbetstidslagens och Optikeravtalets skyldigheter när det gäller raster, pauser och anställdas möjligheter till återhämtning i arbetet.
- Att Svensk Handel tar del av resultaten i vår enkät och vidtar åtgärder som underlättar för företag i optikbranschen att leva upp till sitt arbetsmiljöansvar.
- Att SRAT och arbetsgivare i optikbranschen arbetar gemensamt för en god organisatorisk och social arbetsmiljö med tillräckliga möjligheter till återhämtning och ett hållbart arbetsliv för anställda.

Svårt och stressigt att hinna ta lunch

På arbetspass som är längre än fem timmar är det en rätt enligt lag att anställda får en obetald rast då man också kan lämna arbetet. Vi frågade därför om anställda haft möjligheten att ta rast de dagar de arbetat mer än fem timmar.

Bland respondenterna svarar 95 procent att de har haft rast för att ta lunch det senaste halvåret. Men hela 5 procent säger att de inte kunnat ta lunchrast under ett arbetspass som är fem timmar eller längre. Det är så många som 10 procent av de anställda som säger att de "ofta" eller "ibland" inte kan ta luncher. I frisvaren vittnar många om svårigheten att få till sin rast och att också få vara ostörd under rasten. Många beskriver också att rasterna är inplanerade, men att de är svåra att få till i praktiken. Några av frisvaren:

.....

"Hinner oftast inte ta min fulla rast (obetald tid) pga att det är så tajt bokat att man inte hinner skriva klart journaler och ev remisser. Bokningarna är löpande bands princip. Man får kasta i sig maten"

" (...) Att det FINNS schemalagd lunch är inte samma sak som att man FÅR hela sin lunchtimme... :-("

"Tidboken fullbokad utan luckor, om jag jobbar snabbt hinner jag få en paus"

.....

Oroväckande att luncherna naggas i kanten

Vår undersökning visar att de allra flesta har möjlighet till den längre rasten. Men det är tydligt att många inte får vara ostörda under sin rast eller kan få ut hela den planerade tiden. Det är oroväckande att så många beskriver att de ofta blir störda på lunchen, måste kasta i sig maten eller bara kan få ut sin lunch om tidboken inte är fulltecknad.

De anställda som inte har möjlighet att få ut sin rast, inte kan lämna arbetsplatsen under lunchen eller ständigt blir störda på sin rast behöver ha en dialog med sin arbetsgivare. Lag och avtal är solklara på detta område – anställda har rätt till en rast om de arbetar mer än fem timmar. Om det inte är möjligt att få ut rasten måste den anställde kompenseras.

Knappt var tionde kan ta pauser varje dag

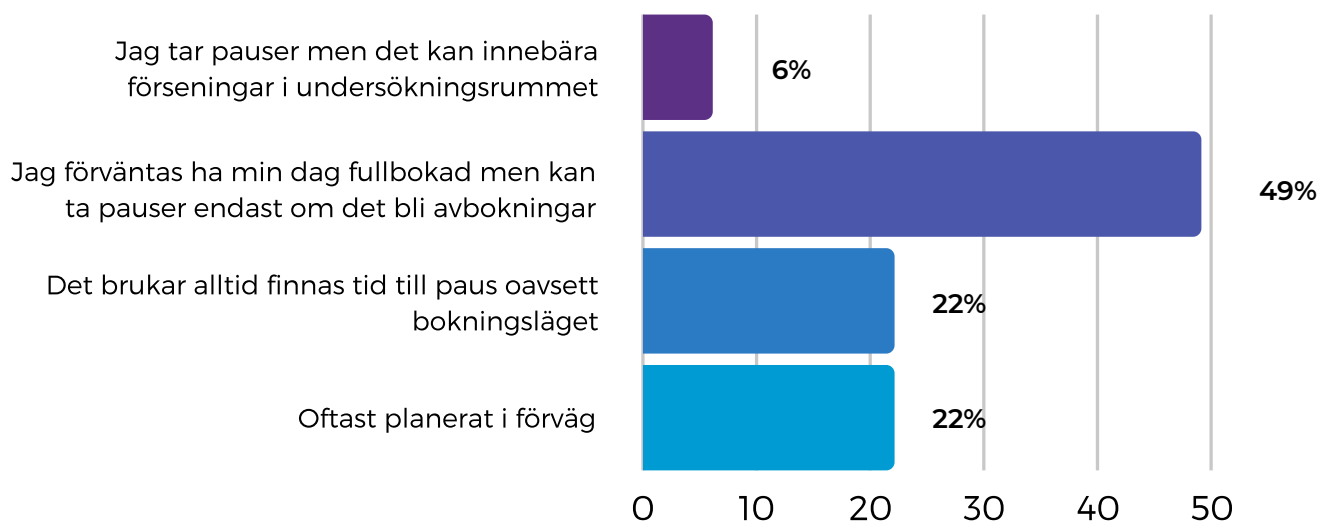
Utöver raster är det också viktigt att få pauser i arbetet under arbetsdagen. En god arbetsmiljö förutsätter att det ska vara möjligt för anställda att sitta ner en stund, ta en nypa luft eller dricka en kopp kaffe. Pauser sker på betald arbetstid och innebär i normalfallet att man måste stanna på arbetsplatsen.

Bara nio procent av de anställda svarar att de kunnat ta paus varje dag under sina arbetsdagar det senaste halvåret. Hela 14 procent svarar att de aldrig kunnat ta paus i arbetet och 30 procent uppger att de sällan haft möjlighet till paus.

Att anställda inte har pauser verkar dessutom vara ett återkommande och regelbundet problem. Bland respondenterna svarar 11 procent att de haft någon arbetsdag varje vecka där de inte haft någon paus och 15 procent svarar att de bara har paus "någon eller några dagar per vecka". Bland dem som kunnat ta paus är det dessutom bara 20 procent som har haft möjlighet till att ta mer än en paus under arbetsdagen.

Möjlighet till paus under arbetsdagen

Fråga 10: De dagar du har haft möjlighet till paus under arbetsdagen har det varit:



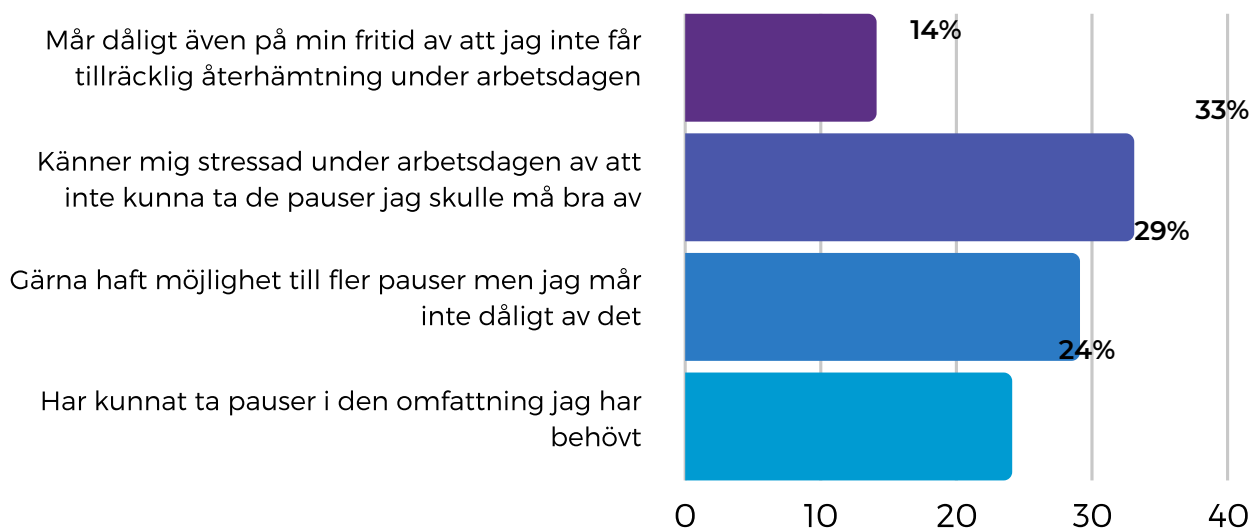
Arbetsdagen upplevs som stressig av alltför många

Behovet av att få släppa arbetet och få en stunds vila under arbetsdagen är individuellt. Vi har olika upplevelse av vad som är tillräcklig återhämtning – det är i högsta grad varierande och subjektivt. Därför ville vi ringa in hur anställda ser på sitt behov av raster. För att veta om arbetsgivare gett anställda tillräckliga möjligheter till pauser ställde vi också frågor om hur anställda upplever sitt eget behov av återhämtning.

Respondenterna fick ta ställning till fyra påståenden som gällt för dem under det senaste halvåret. Här svarar 24 procent att de har kunnat ta pauser i den omfattning de behövt, medan 29 procent säger att de gärna haft möjlighet till fler pauser men att de inte mår dåligt. Drygt en tredjedel svarar att de känner sig stressade under arbetsdagen av att inte kunna ta de pauser de skulle må bra av. Allra mest alarmerande är att 14 procent svarar att de även mår dåligt på sin fritid av att inte få tillräcklig återhämtning under arbetsdagen. Det är en tydlig varningssignal till arbetsgivaren som har arbetsmiljöansvaret, men också för individen själv.

Anställdas upplevelse av återhämtning

Fråga 11: Jag tycker generellt under det senaste halvåret som jag arbetat att jag:



Arbetsgivare måste möjliggöra pauser i arbetet

Vi ville också ta reda på i vilken utsträckning arbetsgivare möjliggör pauser i arbetet. Respondenterna fick därför ta ställning till ett antal påståenden om arbetsplatsens schemaplanering och kundbokningar. Knappt hälften av alla respondenter svarar att de förväntas ha dagen fullbokad och bara kan ta sin paus om det blir avbokningar. Samtidigt har 22 procent inplanerade pauser enligt vår enkät. Lika hög andel svarar att det brukar finnas tid till paus under arbetsdagen oavsett bokningsläget. En mindre andel, sex procent av de svarande, säger att de tar pauser men att det kan innebära förseningar i undersökningsrummet.

Ett stort antal av respondenterna har utvecklat vad de tycker är viktigt när det gäller återhämtning i arbetet. Vi har fått in oroväckande många berättelser om att det aldrig finns tid för återhämtning på arbetsplatsen. Några vittnar om att de förväntas svara på mejl även vid vård av barn eller sjukdom. Många beskriver hur både raster och pauser ofta inskränks på grund av arbete med remissshantering eller annan administration.

Det faktum att många arbetar utan några luckor mellan kundbokningarna är en orsak till att det blir svårt att gå ifrån. Det höga bokningsläget gör att många får svårt att vare sig hinna med kunderna eller ta pauser och raster. Ibland finns det inte tid för att gå på toaletten eller dricka lite vatten. Några beskriver sina stressymptom i form av andfåddhet eller känslan av att vara helt utmattad efter arbetsdagen. Några exempel från frivaren:

.....

"För att pausen ska kunna generera en stunds återhämtning måste den vara planerad och inte bara dyka upp om tillfälle ges. Det är mer avstressande att veta att om t ex 30 min kan jag gå på toa eller dricka än att det bara sker på "naturligt" uppstådda luckor."

"Är bokad i princip varje minut under arbetsdagen förutom de 60 min som är blockade för lunch. (...) skulle gärna se att jag istället kunde gå och ta kopp te eller hinna äta en frukt för återhämtning men inga såna tillfällen finns (...) Ofta har jag huvudvärk efter arbetsdagen"

"Tyvärr är de planerade pauserna oftast den enda möjligheten att hinna ikapp med journalföring/remissshantering eller andra ärenden som byggs på under dagen..."

.....

Kollektivavtalet anger inte att pauser måste planeras och inte heller när de ska ligga under dagen. Men trots fullbokade dagar måste det ändå vara möjligt för anställda att ta pauser i arbetet. Arbetsgivare har det övergripande arbetsmiljöansvaret och måste se till att det finns möjlighet till återhämtning under arbetsdagen. Utan återhämtning i form av pauser och ostörda raster riskerar arbetsbelastningen att bli ohälsosam.

Arbetsgivaren har övergripande arbetsmiljöansvar

Arbetsgivare har det övergripande arbetsmiljöansvaret och måste systematiskt arbeta med den organisatoriska och sociala arbetsmiljön. Arbetsmiljöverkets föreskrifter om organisatorisk och social hälsa (AFS 2015:4) är bindande regler som alla arbetsgivare måste följa. Föreskrifterna syftar till att främja en god arbetsmiljö. De ska förebygga risker för ohälsa på grund av organisatoriska och sociala förhållanden i arbetsmiljön. Här finns också allmänna råd och tips om hur föreskriften kan användas i praktiken. Dessa rekommendationer är inte bindande men kan peka på vad arbetsgivare kan genomföra för att till exempel främja en rimlig arbetsbelastning i arbetet.

Arbetstidsförläggning enligt lag och avtal

Arbetstidslagen (1982:673) och EU-direktivet 2003/88/EG ställer krav på arbetstagares dygns- och veckovila. Lagen säger att anställda ska ha sammanhängande ledighet, så kallad dygnsvila, på 11 timmar under en 24-timmarsperiod. Dessutom har anställda rätt till en så kallad veckovila på 36 timmar. Det innebär att ska man ska ha 36 timmars sammanhängande ledighet under en sjudagarsperiod. Arbetstidslagen har även regler om raster och pauser som är införda i kollektivavtalet för optiker.

Kollektivavtalet som gäller för privatanställda optiker innebär att anställda har rätt till rast om arbetsdagen är längre än fem timmar. Det går att göra undantag från avtalet men då bör den berörde anställda få kompensation, till exempel i form av ledighet. Arbetsgivaren ansvarar för att i förhand bestämma hur lång rasten ska vara och när under arbetsdagen den ska läggas in. En rast räknas inte in i arbetstiden och då ska anställda kunna lämna arbetsplatsen fysiskt.

Till skillnad från raster så ingår pauser i arbetstiden, det vill säga att de inte ska ge löneavdrag. En relativt ny förstärkning i Optikeravtalet förtydligar vad som gäller för pauser:

.....

"En god arbetsmiljö förutsätter att det, utöver rasterna, är möjligt att ta pauser under arbetsdagen. Pauser räknas in i arbetstiden."

.....

Återhämtning är viktigt för att må bra och prestera

Arbetsgivare ska se till att det råder balans mellan krav och resurser i arbetet. Det innebär att arbetsledande chefer är ansvariga för att se till att arbetsbelastningen inte blir ohälsosam och att arbetstidens förläggning inte leder till ohälsa bland anställda.

Chefer måste tänka på möjligheterna till pauser och raster när arbetspass och schemaläggning planeras. Balans och möjlighet till återhämtning under arbetstid ska vara målet. Det måste finnas en sund pauskultur, där man inte hoppar över raster och där anställda helt kan koppla bort arbetet. Arbetsintensiteten varierar på de flesta arbetsplatser, så balansen går inte att uppnå varje dag. Men det får inte råda obalans under lång tid, eftersom arbetsbelastningen då riskerar att bli ohälsosam.

Det finns forskning som visar att återhämtning och inflytande över arbetstiden är viktig för individers hälsa. En hög grad av inflytande över arbetstiden förbättrar balansen mellan arbete och privatliv. Det ger också lägre sjukfrånvaro och bättre självrapporterad hälsa. Det är alltså viktigt att anställda kan påverka när man ska ta rast och pauser och har inflytande över när arbetsdagen ska börja och sluta. (1)

(1) Stressforskningsinstitutet 2010: Arbetstider, hälsa och säkerhet - en uppdatering av aktuell forskning

Arbetsmiljön är inte individens ansvar

Arbetsmiljön är arbetsgivarens och inte enskilda individers ansvar. Det räcker inte att enskilda anställda uppmanas att säga nej eller sätta gränser när arbetsbelastningen blir för hög. Arbetsgivare har det övergripande arbetsmiljöansvaret och måste systematiskt arbeta med den organisatoriska och sociala arbetsmiljön. På varje arbetsplats måste chefer ta ansvaret för att driva ett systematiskt och förebyggande arbetsmiljöarbete för att förebygga ohälsa i arbetet.

Risker för anställdas hälsa

Det är allvarligt att många arbetar utan att få återhämtning under dagen. SRAT ser med oro på vilka konsekvenser det kan få för anställdas hälsa. Flera respondenter beskriver att det bara är möjligt att ta paus om butiken inte nått upp till önskat bokningsläge eller om det blir många avbokningar från kunder. Det är inte en rimlig planering från arbetsgivarens sida. Varje individ har rätt att kunna ta pauser under arbetsdagen. Tillräcklig vila och återhämtning, också under arbetsdagen, är helt centralt för en god och hållbar arbetsmiljö. Här har arbetsgivare ett stort och viktigt ansvar för att förebygga ohälsa bland de anställda.

Arbetsgivare i optikbranschen måste agera

SRAT kommer att se till att arbetsgivare, företrädare för Svensk Handel och olika optikkedjor kommer att få del av resultaten i denna enkät. Vi förväntar oss att arbetsgivare i optikbranschen vidtar åtgärder för att leva upp till Arbetstidslagens och Optikeravtalets skyldigheter när det gäller raster, pauser och anställdas möjligheter till återhämtning i arbetet.

Vi vill också uppmana enskilda anställda att ställa krav på sin arbetsgivare om det inte är möjligt att ta raster och pauser i arbetet. Det är viktigt att veta att det inte bara är individens skyldighet att bidra till en god arbetsmiljö. Det finns också en rad formella rättigheter i lag och avtal som är till för att förebygga ohälsa för anställda.

En god arbetsmiljö med tillräckliga möjligheter till återhämtning är viktigt av flera skäl. Att kunna ta rast på jobbet måste kunna vara självklart i alla branscher. Det förebygger ohälsa och underlättar återhämtning när arbetsbelastningen är hög. Att erbjuda en god arbetsmiljö är en del av att vara en attraktiv arbetsgivare som kan locka till sig framtidens optiker.

SRAT är fackförbundet för akademiker i samhällsbärande professioner. Vi finns på hela arbetsmarknaden och en av våra professionsföreningar är Svensk Optikerförening.

Svensk Optikerförening arbetar med att tillvarata optikerns intressen i fackliga och yrkesrelaterade frågor. Optikern ska ges trygghet, frihet, höjd yrkesstatus och bra löneutveckling, genom att föreningen bevakar, informerar och kommunicerar med medlemmar, arbetsgivare, myndigheter, skolor och övriga berörda parter.

Om du har frågor om rapporten, skicka e-post till kansli@srat.se

SRAT

Ett fackförbund inom Saco

