

# Nätverksträff för ergonomer

## Tema – Ljusets betydelse för hälsan och ny forskning kring synergonomi

**AMM Örebro bjuder in till digital nätverksträff torsdagen den 23 januari!**

Vad passar inte bättre i mörka januari än att prata om ljusets betydelse för hälsan samt få ta del av rykande färsk forskning kring synergonomi vid bildskärmsarbete?

**Arne Lowden**, docent, ljus- och sömnspecialist, Psykologiska institutionen, Stressforskningsinstitutet, Stockholms universitet, inleder med föreläsning om ljusets betydelse för hälsan generellt och för arbetsmiljö. **Inger Arvidsson**, docent och ergonom, Arbets- och miljömedicin i Lund och Lunds universitet, kommer att berätta om två aktuella studier kring synergonomi och bildskärmsarbete för personer i olika åldrar. Vi avslutar nätverksträffen med information/medskick från Arbetsmiljöverket om rapporter kring riskbedömning, nya regelstrukturen, handintensivt arbete samt information från oss på AMM.

### Program

09:00 – 09:15 Programstart och inledning  
09:15 – 10:15 Arne Lowden, ljusets betydelse - hälsa och arbete  
10:15 – 10:30 Paus  
10:30 – 11:00 Inger Arvidsson, synergonomi - bildskärmsarbete  
11:00 – 11:10 Paus  
11:10 – 12:00 Information från AMM och Arbetsmiljöverket

Teamslänk skickas till alla som anmält sig någon dag innan mötet.

### Varmt välkomna!

Carina Hjärtström, ergonom  
[carina.hjartstrom@regionorebrolan.se](mailto:carina.hjartstrom@regionorebrolan.se)

Gunilla Käller, ergonom  
[gunilla.kaller@regionorebrolan.se](mailto:gunilla.kaller@regionorebrolan.se)

Emma Nilsing-Strid, fysioterapeut  
[emma.nilsing-strid@regionorebrolan.se](mailto:emma.nilsing-strid@regionorebrolan.se)

**Plats:** Digitalt möte

**Datum:** Torsdagen den 23 januari 2025

**Tid:** Kl. 9.00 – 12.00

**Avgift:** Avgiftsfritt

**Målgrupp:** Ergonomer inom företagshälsovård eller motsvarande i regionerna Värmland, Västmanland, Södermanland och Örebro län. Eftersom mötet är digitalt är även andra välkomna!

**Anmälan senast:** 17 januari 2025

**Länk till anmälan:**  
[Anmälan ergonominätverksträff](#)

**Kontaktperson:**  
Carina Hjärtström  
[carina.hjartstrom@regionorebrolan.se](mailto:carina.hjartstrom@regionorebrolan.se)  
Tfn: 0721 – 45 91 11

[Så hanterar vi dina personuppgifter](#)

Arbets- och miljömedicin  
Universitetssjukhuset Örebro  
701 85 Örebro

Besöksadress: S Grev Rosengatan  
Telefon: 019-602 10 00 (växel)  
019-602 24 69 (reception)  
[www.regionorebrolan.se/amm](http://www.regionorebrolan.se/amm)