

# Commodia-Nytt

2008.12.13

Från Commodia AB, Utveckling & Hälsa

## Vi välkomnar våra nya medarbetare och samarbetspartners

**Henrik Brodin**, är vår senast anställda psykolog. Han är relativt nyinflyttat i länet och utbildade sig i Lund med inriktning mot KBT. Henrik har tidigare arbetat inom Barn- och ungdomspsykiatri i Östersund.



*Henrik Brodin*

Vi har även anställt **Katharina Brink** som läkarsekreterare. Katharina bor i Fåker och arbetar 50 % hos oss.



*Katharina Brink*

**Anita Hallin** leg.logoped och auktfeldenkrispedagog är ny samarbetspartner till Commodia. Anita kan hjälpa våra kunder med förebyggande röstvård samt röstergonomi och terapi.

**Örjan Jonsson** är företagssköterska och samarbetar med oss på Commodia. Örjan har stor erfarenhet från omställningsarbete och rehabilitering av långtidssjukskrivna.

## Commodia stärker upp i Åre

I Åre samarbetar vi sen tidigare med sjukgymnast **Cecilia Agnvall**. Vi förstärker nu med sjukgymnast **Yvonne Bragner Salén** som även arbetar hos oss inne i Östersund.

Läkare **Bo Salén**, ortopedspecialist, arbetar sedan några månader hos oss. Bosse arbetar precis som Yvonne både i Åre och i Östersund.

**Ulf Eldefors** är förändringskonsult bosatt i Undersåker. Han har varit samarbetspartner med Commodia i några år. Ulf hjälper er gärna med ert systematiska arbetsmiljöarbete, ledarskaps- och grupputveckling m.m.

**Per Mittjas**, leg. psykiatrisjuksköterska, arbetar som samtalsterapeut med KBT-inriktning. Han arbetar med individer som lider av press/stress, känner sig nedstämda eller befinner sig i kris. Per tar emot våra kunder i Åre.

## Kundforum under våren

Vi erbjuder kostnadsfria forum under våren.

### Östersund

- **Henrik Brodin**, leg. psykolog, föreläser om **Att använda KBT i behandling - när var och varför** den 28 jan kl.15.15-17.00 Mittuniversitetet sal G1351.
- **Anna Ottosson**, marknadsstrateg och **Carl-Henry Boström**, leg. psykolog, föreläser om **Förändring och Motivation** den 4 mars kl. 15.15-17.00 Mittuniversitetet sal G1351

### För chefer och fackliga företrädare:

- **Rundabordsamtal** om de nya sjukskrivningsreglerna som trädde i kraft 1/7 2008. Diskussion och erfarenhetsutbyte. Anders Berglund, Susanne Rönngren, Försäkringskassan och Arbetsförmedlingen deltar. 21 jan & 28 jan kl.15.15-17 Mittuniversitetet sal G3358

### Åre

- **Elisabet Adolph**, läkare, föreläser om **Sömnens betydelse för hälsan** den 16 feb kl. 15-17 Lärcentrum sal A01, hus A
- **Anna Ottosson**, hälsostateg och **Carl-Henry Boström**, leg. psykolog, föreläser om **Förändring och Motivation** den 17 mars mellan kl. 15-17 Lärcentrum sal A01, hus A

Platserna är begränsade så anmäl dig så snart du kan för att vara säker på att få en plats. Anmälan görs till [info@commodia.se](mailto:info@commodia.se) senast den 15 jan för forumen i januari och senast 9 feb för övriga. Ange vilket forum du är intresserad av, namn och telefonnummer. Om du får förhinder och ej kan delta, meddela det så snart som möjligt annars utgår en avgift på 150 kr.

**Välkommen!**

När du vill komma i kontakt med våra samarbetspartners ringer du 063-19 43 00 alternativt mailar du: [info@commodia.se](mailto:info@commodia.se)

På vår hemsida [www.commodia.se](http://www.commodia.se) kan du hämta hela vår personalpresentation.

## Varför använder Du/Ni er av handledning?

### Mats Henriksson, ledningsgruppen Deloitte

"För att få ut mer kraft och energi ur gruppen. Det kan göra oss till en bättre grupp. Rätt använd ger handledning stora möjligheter till personlig utveckling."

### Susanne Rönngren, VD Commodia

"För att må bra. Om jag mår bra är jag en bättre ledare. Det gör att Commodias personal mår bättre och då gör vi ett bättre jobb. Jag blir dessutom en gladare mamma och fru."

### Ulla Möller, Marknadschef Jämtkraft

"Jag tar personlig handledning för att kunna utveckla mig själv och för att driva utvecklingsarbete i den grupp av chefer som jag har närmast mig. Vår målsättning är att fungera som ett team som leder hela marknadsenheten. Därmed kan jag vara med och utveckla marknadsenheten så att vi har en gemensam plattform och synsätt för att kunna fungera som ett effektivt team."

### Är du intresserad av individuell handledning eller grupphandledning?

Kontakta Kerstin Holgersson 063-194308, kerstin.holgersson@commodia.se

## Årlig information om Arbetsmiljöverkets Författningssamlingar AFS

Nu kan ni som företag och organisation årligen få information via e-post eller brev om nya AFS från Arbetsmiljöverket. Tjänsten kan köpas genom ett separat avtal (komplement) till det befintliga fhv-avtalet. Avtalet finns att ladda ner från vår hemsida, [www.commodia.se](http://www.commodia.se).

## Indexuppräknig av våra priser

Många företag/organisationer med avtal hos Commodia har en indexklausul som innebär prisuppräknig från den 1 januari 2009. För 2009 är uppräknigen 5,3 %.

*Vi önskar er alla en riktigt God Jul och ser fram mot ett Gott Nytt samarbetsår!*

I stället för att skicka julkort till er sätter vi in ett bidrag till Läkare utan gränser akutinsatser för att stödja de utsatta i Kongo-Kinshasa.



Susanne Rönngren  
VD  
Commodia AB

## Yoga

Yoga är ett sätt att bli

- koppla av och få ny kraft och energi
- förbättra fokusering och koncentration
- bibehålla och förbättra hälsa och livskvalité

Dessutom erbjuder yogans spännande filosofi en mängd redskap som man kan ha nytta av i sin vardag. Anneli Westerlund är vår samarbetspartner och kan anordna yoga i grupp på er arbetsplats. För mer information kontakta hälsostrateg Anna Ottosson Blixth tfn 063-194309

## Commodia - vi lever som vi lär

Vi på Commodia försöker att leva som vi lär. Därför har vi lagt in en gemensam friskvårdstimme en gång varje månad då vi provar på olika aktiviteter. Hittills har vi hunnit med långfärdsskridskor, stadsvandring, cykel, yoga, simning och promenad. Ett härligt sätt att röra på sig tillsammans och umgås utanför arbetsplatsen.

## Öppethållande under Jul- och Nyårshelgerna

Våra tjänster efterfrågas något mindre under jul- och nyårshelgen. Vi erbjuder därför följande öppettider:

23 december: 08.00-12.00

29-30 december 08.00-15.00

2 & 5 januari: Stängt\*

Träningshallen är öppen alla dagar.

Fr.o.m. onsdag 7 januari har vi normala öppettider.

\* Jourtelefon 070-320 15 24 (Kerstin Holgersson)



Commodia AB

Akademigatan 3 • 831 40 Östersund  
Tfn 063-19 43 00 • Fax 063-19 43 10  
[www.commodia.se](http://www.commodia.se) • E-post: [info@commodia.se](mailto:info@commodia.se)



Du som vill läsa mer om Commodia - gå in på vår hemsida [www.commodia.se](http://www.commodia.se)