

**EKSPERTBISTAND**

Inko sykefraværshjelp – din vei mot lavere sykefravær

A photograph of two women sitting on black metal stools at a long wooden table in front of a large window. The woman on the left is wearing a green long-sleeved top and dark pants, looking towards the other woman. The woman on the right is wearing a blue patterned blouse and dark pants, looking back. They appear to be in a professional setting, possibly a meeting or consultation. The window behind them shows a blurred outdoor scene with a white car.

Vi hjelper til med å  
løse krevende og fastlåste  
sykefraværssituasjoner

**NYHET!**  
Ingen kostnad  
for bedriften.  
Alle kan søke!



## Fastlåste utfordringer kan løses

Flere virksomheter opplever til tider fastlåste utfordringer med lange eller hyppige og gjentakende sykefravær. Årsakene kan være flere. Høyt sykefravær kan være krevende både for den som er syk og bedriften. Inko Karrierehuset arbeider for at arbeidstakere skal fungere i arbeidslivet selv om det kan være krevende helse- eller livssituasjoner.

## Hva er ekspertbistand?

Bedriften og den ansatte kan få hjelp til å "rydde" og se nye muligheter i en arbeidssituasjon som oppleves som håpløs og vanskelig.

Inko Karrierehuset hjelper alle virksomheter, liten eller stor, privat eller offentlig.

Vi tilbyr hjelp i sykemeldingssaker som ved hyppig sykefravær eller i saker hvor det er fare for ny sykemelding. Dette er et supplement til bedriftshelsetjenesten, og skal ikke erstatte deres rolle.

Bedriften din får refundert de timene Inko Karrierehuset hjelper dere i sykefraværssaker opp til et fast beløp. Se satsene på: [arbeidsgiver.nav.no/veiviserarbeidsgiver/tiltak/ekspertbistand](https://arbeidsgiver.nav.no/veiviserarbeidsgiver/tiltak/ekspertbistand)

Tiltaket avsluttes med en sluttrapport hvor forslag til tiltak og veien videre beskrives.

## Vi har erfaring med

- Kartlegging av arbeidsplass og oppgaver
- Tilretteleggingsmuligheter
- Tydelighet i forventninger og krav
- Lovverk og rettigheter
- Samarbeid med NAV, fastlege o.l.
- Arbeidsoppgaver som kan føles uoversiktlig
- Karriereveiledning
- Konflikthåndtering og de vanskelige samtalen
- Stresshåndtering/mestring

## Sykefravær er ressurs- og kostnadskrevende

Det å få hjelp fra en fagperson kan være en kjærkommen avlastning, for de aller fleste. Er det i tillegg en underliggende årsak til fraværet må det gjerne en ekstern person til for å få en avklaring. Sist, men ikke minst, så er vi i Inko Karrierehuset kjent med flere typer tiltak som vi vet virker.

Vi skal være en nøytral, men ærlig samarbeidspartner. Dette er viktig for å bidra til å løse krevende og fastlåste situasjoner.



### **Annette Ekman**

Coach/Karriereveiledning/Konfliktløser  
Lederoppfølging

Telefon: 482 42 023

E-post: annette.ekman@inkoas.no



### **Kathrine Kanebog Thorsen**

Coach/Bedriftsjordmor/Stressmestring  
Konfliktløser/Lederoppfølging

Telefon: 472 75 197

E-post: kathrine.kanebog.thorsen@inkoas.no



### **Kine Søreng Mørken**

Coach/Ergonomi/Karriereveiledning  
Arbeidsrettet rehabilitering

Telefon: 975 19 788

E-post: kine.morken@inkoas.no

## **MER OM EKSPERTBISTAND**

[www.inkokarrierehuset.no/tjenester/inko-sykefravaershjelp/](http://www.inkokarrierehuset.no/tjenester/inko-sykefravaershjelp/)

## **ANDRE TJENESTER I INKO KARRIEREHUSET**

- Personlig utvikling og teamutvikling
- Styrkebasert coaching som lederutvikling
- Lederskolen
- Bedriftsjordmor til utleie
- Tiltak for NAV og oppfølging

[www.inkokarrierehuset.no](http://www.inkokarrierehuset.no)