

”Lyft dig själv och lyft varandra”

Växadagarna 2026 Umeå

Ebba Zettergren, ebba.zettergren@lantlyftet.se, 070-761 59 95

Olof Persson, olof.persson@vxa.se, 010-471 07 05



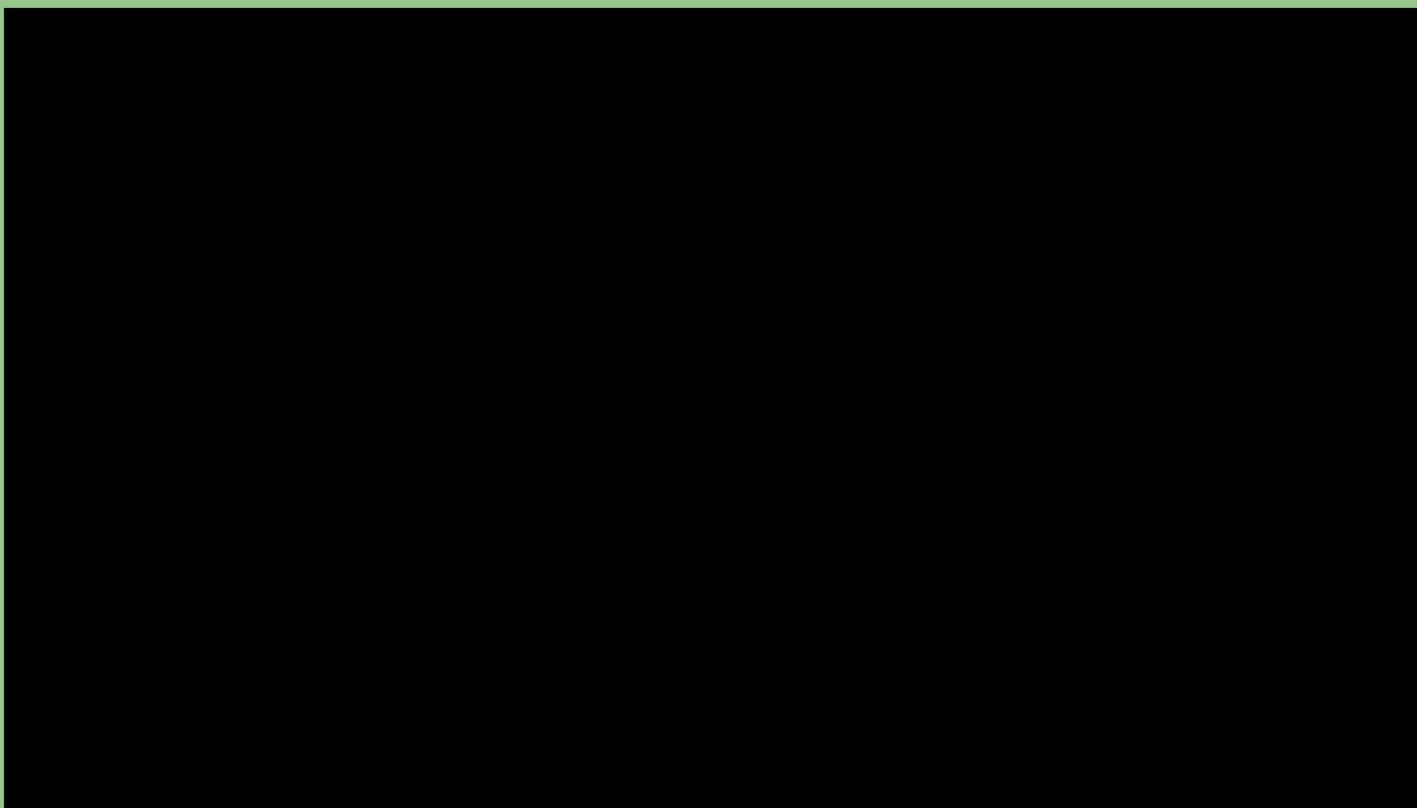
**Men vi börjar med
lite...**

TRAKTORGYMPA!

*(pst! Fler bra filmer hittar du på vår
youtubekanal!)*



Lanseringsfilm Lantlyftet



**En samlad bransch för
arbetsmiljö inom jordbruks-
och trädgårdsnäringen.**

Av näringen för näringen.



Medfinansieras av
Europeiska unionen



ARBETSGIVARE





Bakgrund: Undersökning av lantbrukares psykiska hälsa



84%

***De flesta är nöjda och
trivs med sina jobb
men...***





- **23% hade råkat ur för skada** eller incident, i samband med att de varit **stressade** eller mått sämre psykiskt.
- **17%** av lantbrukarna hade medelsvåra eller svåra **depressiva symtom**.
- **11%** uppgav att de någon gång under det senaste året **känt att livet inte var värt att leva**.
- **8% har** någon gång, sedan de blev lantbrukare, **allvarligt övervägt att ta sitt liv**.
- **Särskilt drabbade** var främst: **yngre**, mindre än 10 års erfarenhet, **kvinnliga** lantbrukare, **djurägare** – speciellt de med **mjolkproduktion** samt lantbrukare i **Norrland**.





Uppdraget - Att ändra ett beteende

Vad

- Psykosociala aspekter
- Arbetssjukdomar
- Arbetsolyckor

Var

- Hela Sverige
- Lokalt

När

2024–2028

Varför

Skapa beteendeförändring som leder till färre olyckor, färre arbetssjukdomar, bättre psykisk hälsa.

Budget

- 47 000 000 SEK
- SLU 3 000 000 SEK, Kartläggning psykisk hälsa

Målsättning

- 1000 individer deltagit i Erfa-träff
- 75 % av målgruppen fått kännedom om strategin 2028
- 50 handledare utbildats i konceptet för Erfa-träffar
- Förändrad attityd kring psykosocial hälsa – mer normaliserat och mindre tabubelagt
- Färre arbetsskador skett på gårdsnivå
- Ökad frekvens av antalet inrapporterade olyckor



”Av näringen för näringen!”





Statens Jordbruksverk
Gröna arbetsgivare
LRF
Arbetsmiljöverket
SLU

STYRGRUPP

REFERENSGRUPP

Agroväst
Gröna arbetsgivare
Gård & Djurhälsan
Hushållningssällskapen
Livs
LRF
Säker arbetsmiljö Sverige
Växa Sverige

Ansvarig organisation Arbio AB/Gröna arbetsgivare

Lena-Liisa Tengblad, vd

Camilla Backlund,
arbetsmiljöexpert

Uppföljning och utvärdering

Löpande lärande utvärdering

SWECO

Forskningsorienterat lärande

SLU och Rise

Fackexpertis – Kunskapsbaserad utveckling

Förändringsledning – psykosociala aspekter

Feelgood

Förändringsledning – samhällsutvecklande uppdrag, kommunikation

Reform Society

VERKSAMHETSGRUPP

Verksamhetsledare

Sara Westholm

Förändringsledare

Åsa-Lina Nordlund

Kommunikatör

Ebba Zettergren

Ekonom

Elaine Broberg, Carmel Mellquist



Erfa-träffar

Utarbeta koncept, utbildning av handledare, genomföra träffar

Kurser för arbetsgivare

Ämnesstyrda, paketeras, främst digitala, geografisk täckning, avgift kan tas ut

Informationsaktiviteter psykisk hälsa

Sprida kunskap - faktablad, föreläsa, forskningsresultat

Informationsaktiviteter

Webbinarier, föreläsningar vid branschträffar, maskinvisningar, poddar, filmer, konferenser

Kampanj, varumärke

Kommunikationsstrategi, mässor och event, sociala medier, tryckt material, logotyp, webb

Arbetsmiljöveckan

Årlig aktivitet där arbetsmiljö, hälsa och säkerhet lyfts extra mycket.

Benchmark

Hämta och tillgängliggöra forskning
Implementera nordiska/internationella best practice

Utvärdering och lärande

Processutvärdering och löpande justering, deltagarutvärdering, måluppfyllelse, slutrapport

Av näringen för näringen!



Hushållnings
sällskapet



LANTBRUKARNAS
RIKSFÖRBUND

RI.
SE



Livs

LIVSMEDELS • ARBETAREFÖRBUNDET



Vad är på gång?



Medfinansieras av
Europeiska unionen



ARBETSGIVARE





På gång 2026

- Handledarutbildning – Erfakoncept
- Fortsättning Erfaträffar – vt och ht i hela landet
- Arbetsmiljöutbildningar, digitalt 3 & 5 februari
- Utbildning *Första hjälpen psykisk hälsa (MHFA)*, tillsammans med LRF, 3-4 februari Uppsala
- Arbetsmiljövecka v.12
- Hållbart arbetsliv (frukostwebbinarium)
- Mässor och branschdagar
- Tävling ÅRETS LANTLYFT - Elmia



Håll dig uppdaterad!

Hemsida www.lantlyftet.se

Gemensam plattform

Kalender

Nyheter / Nyhetsbrev

Kunskapsbank / Lantbrukets kunskapsbank

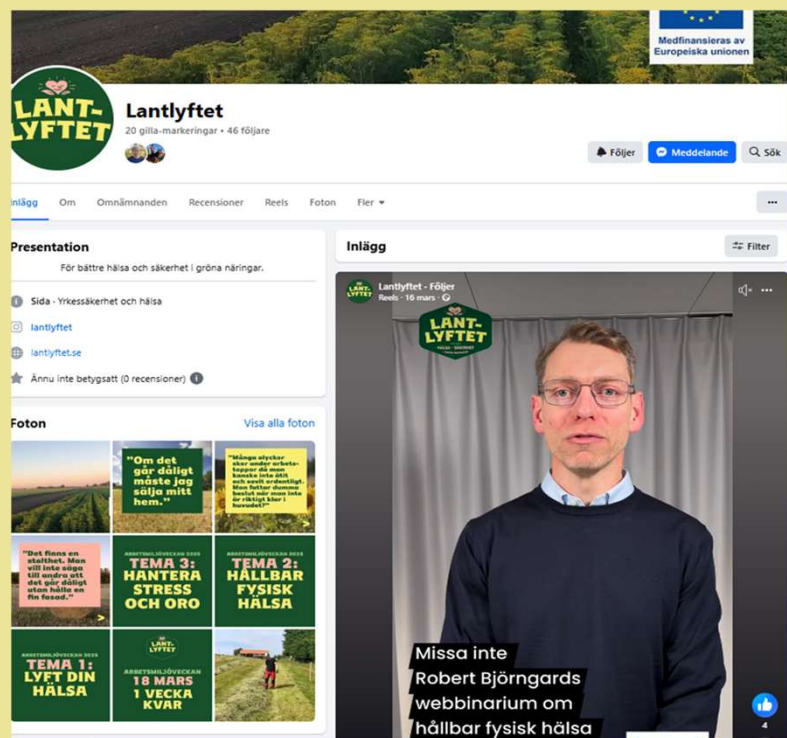
Öppen materialsida med broschyrer och informationsblad

Sociala medier

Facebook, Instagram, LinkedIn

YouTube – webinarier, informationsfilmer, filmer om psykisk hälsa.

Kommunikation: Pressmeddelanden, annonser, mässor, branschdagar, kommunikatörsnätverk



ERFA-koncept

”Tre träffar för bättre
hälsa och säkerhet”



Medfinansieras av
Europeiska unionen



ARBETSGIVARE



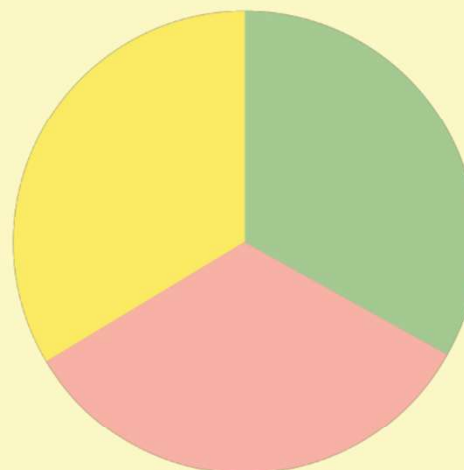
Erfa - koncept Tre träffar

VI LYFTER VIKTIGA FRÅGOR OM LIVET

Fokus är att träffas, diskutera och byta erfarenheter om vad som är viktigt på riktigt.

Det handlar om det hållbara livet – som företagare, med familjen på gården, med de frågor och tankar som kommer upp när man driver en verksamhet på landsbygden. Det handlar också att ta hand om och skydda livet – sin hälsa och säkerhet – för dig, familjen, kollegorna, bygden och för Sverige.

Med hälsan i fokus, en god arbetsmiljö och säkerhet i vardagen skapas trygghet, trivsel och effektivitet vilket gör livet enklare, roligare och lönsammare. Som företagare är du ditt bästa verktyg – att investera i dig själv är också en direkt investering i verksamheten!



INNEHÅLL

Del 1

Lyft din hälsa

Del 2

Arbetsmiljö och säkerhet

Del 3

Psykisk hälsa – hantera stress och oro



Erfareshetsutbyte

Små grupper (8-12 st), lantbruks- och trädgårdsföretagare. Tre träffar á 2,5 timmar



**LYFT DIN
HÄLSA I
FEM STEG**

1

Balansbordet
Värna din balans

2

Energibalans
Vad tar och ger
energi?

3

Återhämtning
Tvärtomaktiviteter

4

**Socialt stöd
och umgänge**
Våga ta hjälp,
dela glädje och
motgångar

5

**Mål, motivation
och mikrovanor**
Vart vill jag nå, mitt
varför och vad blir
första steget.

Fördjupande material



Lantlyftet.se

Webbinarium med
fokus på hållbar hälsa
hela livet. Ledd av
Filippa Risbecker på
Feelgood.

Mer info på lantlyftet.se



Lantlyftets handledare finns redo för er!



**Totalt 42 st utbildade handledare
varav 11 st från Växa Sverige**

Skåne/Halland: Helena Lans

Skåne/Blekinge: Sara Fors-Jadin

Halland/Laholm: Emma Berndtsson

Halland/Småland (Bredaryd): Katarina Gran

Halland/Varberg: Jannica Krafft

Gotland: Jenny Stjärnerud

V-G (Falköping): Anna Johansson

V-G (Vänersborg): Peter Gullin

Ö-G (Linköping): Christine Hernblom

Sörmland: Jenny Hammarlund

Västerbotten (Umeå): Evelina Viklund



Mer info och intresseanmälan på lantlyftet.se/kalender



The screenshot shows the Lantlyftet website. The header is dark green with the Lantlyftet logo on the left and navigation links: Kalender, Kunskapsbank, Om Lantlyftet, Material, Kontakta oss, and a Nyhetsbrev (Newsletter) button with an envelope icon. The main content area features a large image of hands holding wheat grains in front of green foliage. To the right of the image, the text reads: **VÄLKOMMEN TILL LANTLYFTET!** Vi verkar för en bättre hälsa och säkerhet i gröna näringar. Below this, a paragraph states: Lantlyftet ska förverkliga Jordbruksverkets arbetsmiljöstrategi och arbetar under fyra år med att förbättra arbetsmiljön inom Sveriges lantbruks- och trädgårdsnäring. Med hälsan i fokus, den fysiska såväl som den psykiska, en god arbetsmiljö och säkerhet i



Även på Vxa.se/kalender



[Om oss](#) [Medlem](#) [Kalender](#) [Kontakta oss](#) [Webbshop](#)

[Gårdsnära tjänster och produkter](#) [Rådgivning och kurser](#) [Fakta och statistik](#)

[Växa](#) / [2025](#) / [Lantlyftet stärker arbetsmiljön i lantbruket](#)

Lantlyftet stärker arbetsmiljön i lantbruket

Lantbruket är en bransch med stora arbetsmiljöutmaningar – från tunga moment och maskiner till hög arbetsbelastning och stress. För att skapa en tryggare och mer hållbar vardag för lantbrukare har satsningen Lantlyftet startats.

Dela:    

För en hållbar och långsiktigt lönsam arbetsmiljö

Arbetsmiljön inom lantbruket är ofta både krävande och komplex. Tung moment, stora djur och maskiner i rörelse innebär risker som kan leda till olyckor eller ohälsa. Samtidigt visar en ny rapport från SLU,



Medfinansieras av

Tack!



Medfinansieras av
Europeiska unionen

