

Kapow! Næste...

Serena Williams satte serverekord med 202 km/t, da den forsvarende mester lyn-ekspe-
rede 16-årige Tatiana Golovin ud af Wimbledon med 6-2, 6-1. ► 23



WWW.URBANAVIS.DK

ONSDAG 30. JUNI 2004 · 3. ÅRGANG · UGE 27 · NR. 126

Færre sygedage ved hjemmearbejde

Helbredet bliver bedre, når de ansatte arbejder hjemmefra ind imellem, viser en undersøgelse fra Teknologisk Institut.

AF MIE STAGE

HJEMMEARBEJDE · En undersøgelse, som Dansk Teknologisk Institut (DTI) har foretaget blandt distancearbejdere i Danmark og fire andre

europæiske lande, viser, at virksomheder kan glæde sig over færre sygedage, hvis de flytter en del af arbejdet til hjemlige omgivelser.

Hver fjerde person i undersøgelsen kan direkte føle, at helbredet bliver bedre, og mindre stress nævnes som en af hovedgevinsterne.

»Medarbejdere, der er forkølede, kan stadigvæk sende et par e-mails og ordne lidt småting fra hjemme-

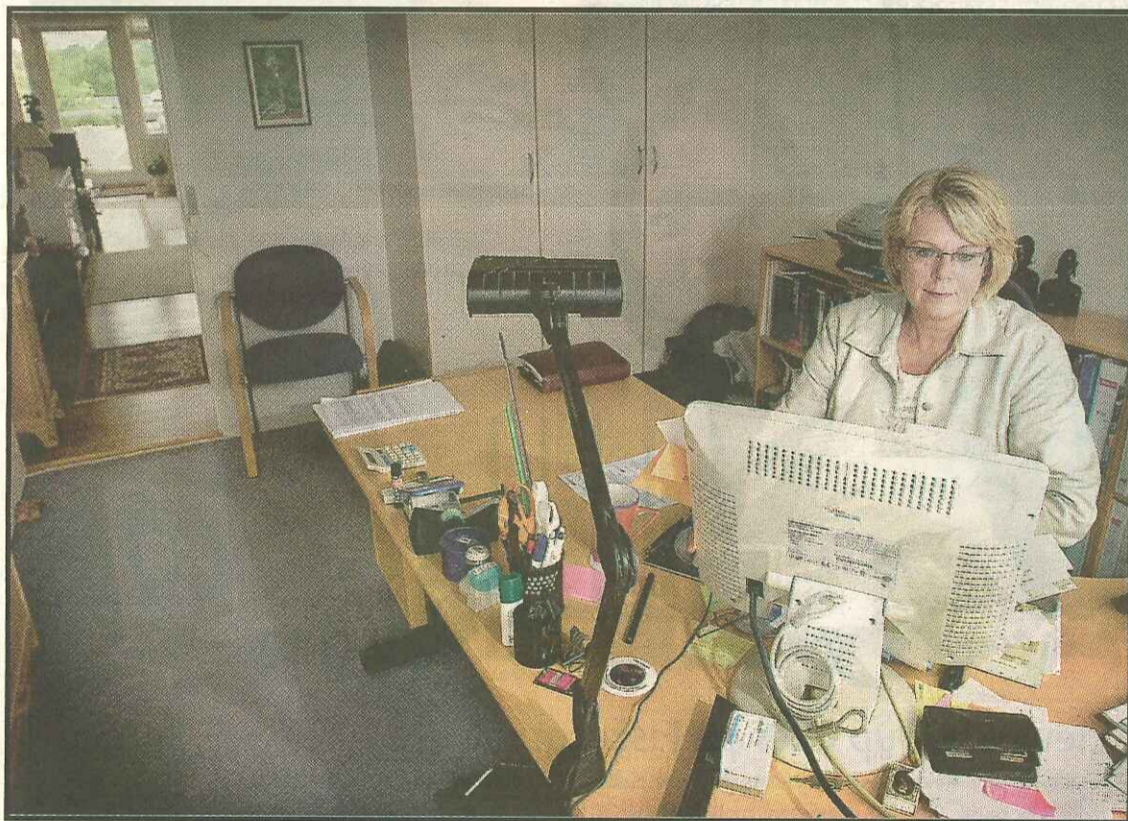
pc'en, selvom de er utilpasse,« siger konsulent på DTI-projektet, Lars Schmidt, der skønner, at en til to sygedage om måneden er et godt bud på virksomhedens fortjeneste ved at lade de ansatte passe pligterne hjemme.

Herhjemme er TDC blandt de virksomheder, der kan mærke, at sygefraværet bliver lavere ved indførelse af hjemmearbejdspladser.

Indretningsarkitekt Estrid Elsted fra arkitektfirmaet Abita advarer dog mod dårlige vaner ved indretning af sit hjemmekontor.

Danskerne har desværre for vane at tilslutte hjemme-pc'en i køkkenet eller soveværelset.

»Virksomhederne bekymrer sig langt fra nok om, hvordan medarbejderne sidder og arbejder derhjemme,« siger Estrid Elsted. ► 27



KARIN ILLUM arbejder udelukkende ved sin arbejdsplads i hjemmet, der er indrettet af indretningsarkitekt Estrid Elsted. FOTO: NIELS AHL-MAN OLESEN

It-rådgiver: Pas på ubudne gæster

Uanset om man bruger sin hjemme-pc lidt eller meget, er det vigtigt, at sikkerheden er i top.

AF MIE STAGE

SIKKERHED · Hver eneste dag bliver der opfundet nye computervira, som kan lamme alt fra et enkelt dokument til en hel virksomheds styresystemer. Derfor er det vigtigt, at sikkerheden også er på plads, hvis man tager arbejdet med sig hjem. Og det uanset om man arbejder lidt eller meget fra hjemmet.

Her er nogle gode råd til, hvad man skal være opmærksom på, hvis man arbejder hjemmefra:

Hjemme-pc

Hvis man blot arbejder hjemmefra få timer om ugen, er der mange virksomheder, der tilbyder en hjemme-pc, som medarbejderen selv betaler en del af. Denne pc bliver typisk brugt til både professionelt og privat brug, og derfor er det en god idé at have flere forskellige adgangskoder til computeren afhængigt af, hvem der bruger pc'en, lyder rådet fra marketingchef hos it-virksomheden Top Nordic, Torben K. Sørensen.

Mange bruger desuden memorykort til at lagre dokumenter på i stedet for en almindelig diskette, og også her skal man være opmærksom på huller i sikkerheden, fortæller divisionsdirektør hos Ementor, Bo Niel-

sen. Har et familiemedlem downloadet programmer, som indeholder virus, hopper det let over på memorykortet uden om de almindelige funktioner i en firewall. Når man så sætter det i computeren på kontoret, risikerer man at overføre ormen til virksomhedens systemer. Derfor er det vigtigt at sikre firewallen ekstra mod sådanne angreb.

Distancearbejdsplads

Hvis man udfører alt sit arbejde fra hjemmet, vil virksomhederne ofte gerne have mere end en enkelt finger med i spillet, hvad angår indholdet på pc'en. Denne computer bliver brugt fuldtids, og derfor er det ekstra vigtigt, at computeren er under konstant beskyttelse bag en kraftig firewall. Ved disse løsninger bruger mange desuden de såkaldte e-tokens, som er en lille dims, der husker alle de utallige adgangskoder for brugeren, så man kan bruge, så mange man vil.

Kombiløsninger

Nogle virksomheder vælger at udstyre medarbejderen med en bærbar pc, som både kan bruges på kontoret og hjemme. Derved behøver man ikke at samkøre programmerne, da hele arbejdspladsen uden bøvvl kan flyttes fra det ene skrivebord til det andet. Bærbare er efterhånden blevet en meget benyttet løsning, og beskyttelsen skal ligne begge de andre løsninger. INMENTE

Indret aldrig kontoret i soveværelset

Danskerne har for vane at slutte hjemme-pc'en til i soveværelset eller i køkkenet. Det er en stor fejl, siger indretningsarkitekt.

AF MIE STAGE

Ansatte, der en gang imellem snupper en arbejdsdag hjemme, har ofte elendige arbejdsforhold. Møblerne er forkerte, lyset for skarpt, eller lydniveauet er for højt.

Det oplever indretningsarkitekt hos arkitektfirmaet Abita i København Estrid Elsted, når hun indretter hjemmekontorer.

»Efter min mening bekymrer virksomhederne sig

langt fra nok om, hvordan medarbejderne sidder og arbejder derhjemme. Nogle sidder måske ved et gammelt skrivebord i soveværelset eller i køkkenalrummet, og det er bestemt ikke hensigtsmæssigt,« siger hun.

Hvis man arbejder hjemme gennemsnitlig en dag om ugen, gælder Arbejdstilsynets krav til borde, stole og skærmstillinger.

Det er imidlertid ikke alle, der har et helt rum til rådighed til reoler, papirbunker og ergonomiske hæve-sænkeborde, men det er vigtigt ikke at lave nødløsninger, påpeger Estrid Elsted.

»Hvis man er nødt til at arbejde i soveværelset, er det

vigtigt, at man kan pakke udstyret væk, når man holder fri. Man skal ikke se på stakke af papirer, før man skal sove, for det giver bare stress og dårlig samvittighed,« siger hun.

Ud af stuen

Selv bor hun i en treværelses lejlighed i Lyngby, hvor hun har indrettet hjemmekontor i et af værelserne. Selvom hun kun udfører et minimum af det daglige arbejde hjemmefra, har hun alligevel sørget for at stille computeren korrekt i forhold til vinduet og at indstille højden på kontorstolen. Papir og mapper er gemt væk i en reol.

Skrækscenariet for hende er, hvis folk sætter sig midt i stuen og arbejder en hel dag på en almindelig spise-stuestol. Endnu værre er det at blive siddende der, når børnene kommer hjem og vil se tv i stuen, og helt skidt er det, hvis man tilmed blot skubber papirerne væk, når aftensmaden skal på bordet.

»Som regel arbejder man hjemmefra for at få fred og ro, og så kan det ikke nytte noget at sætte sig midt i cirruskuset. Man skal kunne lukke døren bag sig, når man arbejder, så man kan adskille arbejde og fritid,« lyder rådet fra Estrid Elsted.

INMENTE