

Abata, Anders Bergström

Från: Abata, Anders Bergström [anders@abata.se]
Skickat: den 29 juni 2016 11:01
Till: Abata hälsar
Ämne: Sommartips från Abata

Vi vill önska alla kunder, kollegor och övriga kontakter en riktig skön och givande sommar.



Här kommer lite tänkvärda tips inför sommaren.

Bluffakturor

Under sommaren dyker upp lite extra mycket bluffakturor och försök till andra bedrägerier. Som företagare eller ansvarig för ekonomin kan det vara bra att få både egna och vikarie-rutiner inför sommaren. Så se till att ha ordentliga och genomgångna rutiner för den som ska sköta fakturor och avtal.

Läs gärna [mer](#)

Håll avstånd på vägen

Semestertider är ju stora resetider. Och vi har ju så bråttom :-). MEN det går inte fortare bara för att du ligger nära framförvarande bil. Se till att du har möjlighet till att hinna bromsa snabbt om det skulle behövas. *3 sekunders-regeln finns av en anledning.* Det är också väldigt stressande för de framför att ha någon nära bakom. Låt resan ta tid och lägg till extra tid i planeringen.

Håll koll på värdesakerna

En stor del av semestern kan ju gå åt till att shoppa. Då är det bra att tänka på:

- Skaffa ett extra kort med kredit eller bankkort med begränsat insatta pengar och använd pengar så lite som möjligt.
- Om du har pengar med dig, förvara dessa nära kroppen och inga plånböcker eller mobiltelefoner i backfickan.
- Använd gärna en "rånarplånbok" med lite pengar som du kan bli av med.
- Bläddra inte med plånboken vid kassadisken, utan förbered betalningen innan. Ha gärna bankkortet i egen liten plånbok lättillgänglig men nerstoppad.
- Ha handväskans rem diagonalt över axlarna och locket mot kroppen framför, med handen på väskan hela tiden, helst under kappa/jacka.
- Undvik en ryggsäcksväska där du har värdesakerna på ryggen.
- Plocka ur handväskan hemma på det som inte behövs just nu.
- Håll koll på era kassar. Lämna inte utan uppsikt. Även när ni ställer ner dem vid kassan och när ni tittar på varor mm.
- Tänk även på påsar som ligger i bilen. Se till att de inte syns.
- Lägg inte in det ni handlar i bilen och gå till nästa butik. Tjuvar håller uppsikt. Det kanske är bättre att packa bilen, sätta sig i och åka en liten bit och parkera på nytt.

Vuxenvett på badstranden

Det stora dilemmat just nu är föräldrarnas bristande prioritering av att hålla koll på badande barn för tittande i mobiler och surfplattor mm. För många är det viktigare att vara ute på sociala medier i stället för att ha en vakande öga på barnen. Det tar inte många sekunder innan en olycka är framme. Så är du på stranden med dina barn, så är du minst 2 meter ifrån dem hela tiden.

Prioritera det viktigaste och värdefullaste du har.

Öppna inte okända e-post och e-postbilagor. Nu kommer det mycket bedrägeriförsök och försöken ökar hela tiden. Så var uppmärksam och klicka inte i onödan och av nyfikenhet. Tänk på att myndigheter och seriösa företag inte begär om uppgifter via e-post.

Råd och tips från [Stöldskyddsföreningen](#). Ta dig tid och titta igenom på det som berör dig. Många bra tips och mycket att tänka på. Slentrian är vår värsta fiende, var uppmärksam och ifrågasättande.

Information om HLR- [artikel](#) med Lotta i tidningen Sporthälsa (läs även många bra tränings- och hälsotips på deras hemsida www.sporthalsa.se).

Kom även ihåg den dagliga motionen.

Hur ser höstens kursplanering ut för er? Var ute i god tid och därför har vi öppet hela sommaren för bokningar (e-posten läses varje dag).

Med önskan om en skön och trygg sommar
Anders Bergström

abata

Munkhagsgatan 116
587 25 Linköping
013 15 11 23
070 555 27 77
anders@abata.se
www.abata.se

Gilla oss på [facebook](#)

