



Jobbade 80 timmar i veckan – nära att dö i hjärtinfarkt

2026-07-19

Optional[© Göteborgs-Posten]

Alla artiklar är skyddade av upphovsrättslagen. Artiklar får ej distribueras utanför den egna organisationen utan godkännande från Retriever eller den enskilde utgivaren.

Klicka här för att läsa artikeln.

14

SÖNDAG 19 JULI 2026

Ekonomi

| E-post: ekonomired@gp.se

Arbete



När Andreas Kviby arbetade som allra mest sov han och hans kollegor i skift på kontoret.

Jobbade 80 timmar i veckan – nära att dö i hjärtinfarkt

Göteborg: På 90-talet levde han start-up-drömmen. Jobba 80-timmars veckor, resa konstant och sova på kontoret. Men till slut ta kroppen stopp. Livsstilen kostade honom både relationen med frun och nästan livet. Nu ställer techentreprenören Andreas Kviby sig kritisk inför idealet att jobba många timmar.

– Det var så fruktansvärt nära att jag faktiskt dog, berättar han.

Att arbeta "996" – alltså från 09.00 till 21.00, sex dagar i veckan – har praktiserats av start-upgründare i Silicon Valley i flera år.

Techentreprenörer bygger dygnet-runt-öppna kaféer på sina kontor för att de anställda inte ska behöva lämna sin arbetsplats. De inreder kontoren med sängar och låter kandidater provjobba på lördagar för att se hur hängivna de är.

Kanske är det den typen av uppoffringar som krävs för att lyckas. Men 72 timmar på jobbet varje vecka tår på livet.

– Jag förstår ju de här ivriga unga

som får hundra miljoner på banken och bara springer. Men jag brukar alltid säga att de ju ger bort sin tid och investerar i någonting. Kanske mest av alla, men får väldigt lite tillbaka, säger techentreprenören Andreas Kviby.

På 1990- och 2000-talen drev han flera företag inom techbranschen. Han drev bland annat ett framgångsrikt webb utbildningsföretag och hade under en period 40 anställda. På den tiden spenderade han större delen av sitt liv på jobbet.

– Jag körde säkert dubbla arbetspass. Det var säkert över 80 timmar i veckan. Dessutom i olika länder.

Vi inredde faktiskt ett övernattningsrum på kontoret i Stockholm. Så då turades vi ofta om att gå och lägga oss och sova i pauser.

Till slut kostade den krävande livsstilen honom både relationen med familjen och hälsan – vid 42 fick han hjärtinfarkt.

"996"-trenden har sitt ursprung i Kinas starkt växande techindustri. Under 2010-talet ska anställda på bland annat e-handelsföretaget Alibaba och Tencent ha uppmunats följa modellen. Men efter protester från arbetstagare slog Kinas högsta domstol 2021 fast att arbetsgivare

inte får tvinga anställda att arbeta 72 timmar i veckan.

Det kinesiska domslutet har dock inte hindrat trenden från att spridas till techjättarna i Silicon Valley. Det är oklart hur utbrett fenomenet är i Sverige, men det finns tydliga tecken på att det förekommer.

I DIs podd Technokratin säger Sabina Wizander, partner på det svenska riskkapitalbolaget Creandum:

– Work-life balance är ju tyvärr ute.

Andreas Kviby lärde sig programera som barn på en Commodore 64 som han fick av sina föräldrar. Under tonåren startade han några mindre företag, men karriären tog ordentlig fart i slutet av 1990-talet när han grundade ett utbildningsföretag tillsammans med en grupp riskkapitalister.

– Vi hade ett enormt kontor i World Trade Center i Stockholm, kontor i London, kontor i Amsterdam. Vi höll på att starta upp i Österrike. Så jag pendlade runt till de

ställena konstant. Jag var hemma vissa lördagar och söndagar och fick kläderna tvättade och bytte resväska mer eller mindre. Sen var det bara iväg igen.

2001 gick företaget i konkurs när it-bubblan sprack. Men Andreas Kviby fortsatte att driva företag i samma anda, framför allt inom techbranschen. 2014 fick han dock en rejäl ögonöppnare.

Under en videokonferens i hemmakontoret fick han kraftiga smärtor i bröstkorgen och fick åka akut in till sjukhuset. Andreas Kviby

”
Jag förstår ju de här ivriga unga som får hundra miljoner på banken och bara springer



BILDER: NIKLAS MAUPOIX

Fakta: Så mycket får du jobba

Är man egenföretagare finns det ingen gräns för hur mycket man får jobba, men är man anställd så finns tydliga regler i Arbetstidslagen.

- Ordinarie arbetstid får vara högst 40 timmar per vecka.
- Övertid får vara högst 48 timmar under fyra veckor,
- 50 timmar på en månad och totalt 200 timmar per kalenderår
- Den totala arbetstiden (inklusive övertid) får aldrig överstiga i genomsnitt 48 timmar i veckan under en fyramånadersperiod.
- Man har rätt till minst elva timmars sammanhängande dygnsvila per dygn minst 36 timmars sammanhängande veckovila varje sju dagarsperiod.



Efter att ha arbetat 70 till 80 timmar i vecka gav Andreas Kviby hjärta upp. Hade hans fru inte kört honom snabbt till akuten hade han kanske inte levt idag.

hade drabbats av en hjärtinfarkt, bara 42 år gammal.

– Det var så fruktansvärt nära att jag faktiskt dog. Det var tur att min fru tog beslutet att köra på en gång. Hade vi äkt en kvart senare då hade det nog inte gått så bra. Jag såg dem som kommer in och som sedan inte kommer ut igen. Det var en ganska lång rad med folk. Det gör något med en.

Det visade sig senare, efter hans pappas bortgång, att han hade ärftliga anlag som ökade risken för hjärtinfarkt.

”996”-trenden kommer med flera risker både för kroppen och arbetsmarknaden. Carolyn Chen, sociolog vid University of California, säger till The Independent att prestationskraven kan vara särskilt svåra att leva upp till för personer som exempelvis behöver ta hand om barn eller anhöriga.

Det riskerar i sin tur att göra teknikbranschen mer homogen och exkluderande.

Enligt en brittisk studie sjunker även produktiviteten efter för många timmars arbete. Gränsen går vid 60 timmar i veckan. Därefter riskerar produktiviteten att minska, eftersom de anställda börjar prestera sämre.

Även WHO varnar för att personer som arbetar mer än 55 timmar i veckan löper 35 procent högre risk att drabbas av stroke och 17 procent högre risk att dö i hjärtsjukdom jämfört med dem som arbetar en

normal arbetsvecka på 35–40 timmar.

Andreas Kviby berättar att anledningen till att han orkade arbeta så mycket var hans eget dåliga omdöme och pressen från investerare och från honom själv.

– Det fanns en aktiemäklare i New York som sa på 90-talet: ”Sleep is for losers.” Och det körde jag på, på riktigt, under en ganska lång period. Tyckte att det där är ju bara slö-

”

Ofta är löftena att slita ihjäl dig nu och sen så kommer belöningen. Men det är ganska få som får den belöningen.

seri att ligga och sova.

– Under vissa perioder så har det varit ganska hög press från investerare. De vill ju se resultat, och gärna ganska fort. Men jag tror att den största pressen har kommit från mig själv, att leverera på andras önskemål.

I dag ångrar han sina beslut.

– Det är klart att jag skulle inte göra om det. Det skulle jag inte göra. Den tiden där på 90-talet och in på 00-talet så försakade jag både fru och barn.

I dag driver Andreas Kviby ett antal AI-bolag under samma koncern och är noggrann med vem han väljer att arbeta med. De måste ha samma syn på arbetstider.

– Är det stämpelklocka 8 till 17, fem dagar i veckan, då är det inte aktuellt för min del för det stressar mig mer. Känner jag att nu kanske jag har jobbat lite för mycket, då måste jag kunna ta en dag ledigt.

”996”-trenden, eller ”997”, som också har börjat synas i branschen, har han inte mycket till övers för.

– Ofta är löftena att slita ihjäl dig nu och sen så kommer belöningen. Men det är ganska få som får den belöningen, om man ska se det procentuellt sett. De ger bort en väldigt stor del av sin tid och sitt liv och relationer.

– Du skulle ju nästan aldrig någonsin ta alla besparingar och ägodelar och pantsätta ditt hus och lägenhet och allt du äger och har, för att satsa på en idé som du själv inte vet om den kommer att fungera. Men din hälsa och ditt liv och din tid, det gamblar du med otroligt enkelt.

I dag jobbar Andreas Kviby enligt ”434” – fyra timmars arbete på förmiddagen, tre timmars lunch och sedan fyra timmars arbete på eftermiddagen. Dessutom tar han tidig helg på fredagar. Det blir knappt 40 timmar i veckan.

Måns Eriksson
mans.eriksson@gp.se

Handel

Butik i Göteborg stänger – rear ut allt

Göteborg: Efter fyra år på Linnégatan stänger butiken sina dörrar. Nu säljs hela sortimentet ut i en stor utförsäljning.

Efter fyra år i Linnéstan är det snart slut för klädbutiken L&S i Göteborg. Nu har butiken inlett en stor utförsäljning där hela sortimentet säljs ut inför stängningen.

L&S har profilerat sig med fest- och balklänningar och marknadsför sig med sloganen ”Festklänningar till alla”. Bredvid verksamheten i Göteborg har de också en butik i Malmö.

Nu meddelar företaget att verksamheten i Göteborg upphör. På sociala medier har butiken publicerat en video där beskedet om stängningen lämnas.

– Efter fyra fantastiska år har butiken i Göteborg tyvärr valt att stänga igen sina dörrar, vår sista dag blir den 18:e juli, en lördag, men fram tills dess har vi mellan 50 och

70 procent på allt i butiken, säger de.

Precis som det sägs i klippet, sitter en lapp på butikens fönster: ”Butiken upphör. 50-70% på ALLT”.

I ett meddelande till GP skriver de:

”Det känns såklart tråkigt att stänga butiken i Göteborg, men samtidigt ser vi fram emot nästa kapitel. Framåt kommer vi att lägga allt vårt fokus på att fortsätta utveckla och satsa på vår butik i Malmö.”

Vad som händer med lokalen på Linnégatan är ännu oklart. I ett mejl till GP skriver Poseidon, som äger lokalen:

”Det finns inget nytt avtal påskrivet för lokalen på Linnégatan 22, men samtal pågår. I september kan vi förhoppningsvis presentera vem den nya hyresgästen blir.”



Anna Bengtsson
anna.bengtsson@gp.se



Klänningarna i butiken reas ut inför att butiken ska stänga.

BILD: ANNA BENGTSSON

Ekonomi

Nvidias vd:s jacka såld för jättesumma

Världen: En svart skinnjacka som burits av Nvidias vd Jensen Huang har sålts för 960 000 dollar på en auktion i New York under fredagen – långt över det förväntade slutpriset.

Jensen Huangs svarta skinnjacka från Tom Ford såldes för cirka 9,3 miljoner kronor. Jackan hade värderats till 60 000 dollar inför auktionen, men ett intensivt budgivningskrig mellan 45 samlare drev upp priset långt över förväntningarna till 960 000 dollar.

Precis som Apples grundare Steve Jobs blev känd för sina svarta polotröjor och Metas vd Mark Zuckerberg för sin till synes ändlösa garderob av grå t-shirts har Jensen Huang gjort skinnjackan till en del av sin signaturstil. Han bär en så-



Jensen Huang i en skinnjacka, oklart om det är den som såldes.

ARKIVBILD: CHIANG YING-YING / AP/TT

dan vid nästan varje offentligt framträdande.

Intäkterna går till en ideell organisation som bland annat undervisar i affärsmetoder.

TT