

Undervisning

Indledning

Denne tjekliste er et redskab, som virksomheden kan bruge, når den skal udarbejde en arbejdspladsvurdering (APV).

Alle virksomheder med ansatte skal udarbejde en APV. APV er virksomhedens eget redskab til at kortlægge, prioritere og løse arbejdsmiljøproblemer.

Tjeklisten indeholder en række spørgsmål, som virksomheden skal svare ja eller nej til. De spørgsmål, som virksomheden svarer ja til, udgør et arbejdsmiljøproblem, der skal indgå i en handlingsplan, som virksomheden skal udarbejde.

Sådan kan virksomheden bruge tjeklisten

- Svar på alle spørgsmålene i tjeklisten.
- Tag stilling til de spørgsmål, som virksomheden har svaret "ja" til, og skriv resultaterne ned i en handlingsplan.
- Overvej, hvad der er årsag til de fundne arbejdsmiljøproblemer.
- Nedskriv løsninger på arbejdsmiljøproblemerne.
- Tag stilling til, hvem der er ansvarlig for at løse arbejdsmiljøproblemerne, og hvornår virksomheden forventer, at de er løst.
- Tag skriftlig stilling til væsentlige arbejdsmiljøproblemer i virksomheden, selv om de ikke fremgår af tjeklisten.

Arbejdstilsynet har lavet tjeklister til de 36 branchegrupper samt yderligere ca. 50 brancheområder, fortrinsvis til virksomheder med færre end ti ansatte. Tjeklisterne tager udgangspunkt i de arbejdsmiljøforhold, der er typiske for branchen. Hvis en virksomhed har aktiviteter inden for forskellige brancheområder, er det en god idé at udfylde flere tjeklister.

Yderligere information

På Arbejdstilsynets hjemmeside www.at.dk og i de 36 arbejdsmiljøvejvisere kan man få information om, hvor Arbejdstilsynet ser de væsentligste arbejdsmiljøproblemer i de forskellige brancher. I vejviserne kan virksomhederne bl.a. finde information om de vigtigste regler og forslag til, hvordan de kan løse de typiske arbejdsmiljøproblemer i de forskellige brancher.

PSYKISK ARBEJDSMILJØ

ja nej

STOR ARBEJDSMÆNGDE, MODSTRIDENDE ELLER UKLARE KRAV

Er der medarbejdere, som konstant har en stor arbejdsmængde, eller som udsættes for stort tidspres?

Sker det ofte, at medarbejderne ikke når deres arbejdsopgaver?

Er det tit nødvendigt, at medarbejderne arbejder over?

Er det nødvendigt, at medarbejderne arbejder meget hurtigt?

Bliver der ofte stillet modstridende krav til medarbejderne?

Er målene for arbejdet uklare for medarbejderne?

RINGE INDFLYDELSE PÅ EGET ARBEJDE

Har medarbejderne ringe indflydelse på beslutninger om eget arbejde?

Har medarbejderne ringe indflydelse på, hvordan arbejdet udføres?

Har medarbejderne ringe indflydelse på mængden af eget arbejde?

Har medarbejderne ringe mulighed for at bestemme, hvornår de holder pause?

MANGLENDE STØTTE FRA KOLLEGER OG LEDELSE

Mangler medarbejderne hjælp og støtte fra kolleger?

Mangler medarbejderne hjælp og støtte fra ledelsen?

ELEVER MED SVÆRE PROBLEMER OG KONFLIKTER MED ELEVER

Bringer arbejdet medarbejderne i følelsesmæssigt belastende situationer?

Kræver arbejdet, at medarbejderne skjuler deres følelser?

KONFLIKTER OG MOBNING/SEKSUEL CHIKANE

ja nej

Er der saglige konflikter, som har udviklet sig til personlige konflikter?

Er der mobning/seksuel chikane på arbejdspladsen?

VOLD OG TRUSLER OM VOLD

Er medarbejderne udsatte for risiko for vold, trusler eller krænkelser fra elever eller forældre?

Arbejder medarbejderne fysisk alene?

INDEKLIMA

TEMPERATUR

Er temperaturen i arbejdsrummet højere end 25 °C eller lavere end 18 °C ved normal udetemperatur?

Er der gener på grund af træk?

Er der kuldnedfald eller kuldestråling?

Stiger temperaturen i arbejdsrummet mere end 4 °C i løbet af dagen?

Er der mere end 4 °C forskel mellem gulv- og hovedhøjde?

LUFTKVALITET

Ligger der tit støv på vandrette flader?

Forhindrer møbler og rod, at der kan gøres ordentligt rent?

Er der slidte gulvtæpper eller lodne vægflader, fx med stof eller mineraluld?

Er der generende lugt fra inventar, bygningen eller omgivelserne?

Er der større eller flere printere/kopimaskiner i arbejdsrum uden ventilation?

ja nej

Bliver generende lugt hængende længe i rummet?

Er der så mange personer i rummet, at luften bliver dårlig (der lugter)?

FUGT OG SKIMMELSVAMP

Sker det, at der siver vand ind gennem tag, vægge og/eller gulv?

Er der misfarvninger fra tidligere fugtskader på loft, vægge og/eller gulv?

Lugter der ofte muggent?

Er der synlig skimmelsvamp?

LYS

Er der blænding eller spejlinger i pc-skærme?

Er der pc-skærme, der står op mod et vindue?

Er der for lidt lys på arbejdspladserne?

Blænder lys fra lysarmaturer eller vinduer?

Er vinduesarealet mindre end ca. 10 pct. af gulvarealet?

Mangler der udsyn fra arbejdsrummet til omgivelserne udenfor?

STØJ

Er der medarbejdere, der er udsatte for støj, der er så høj, at de må råbe for at kommunikere med en person, der står ½-1 m væk?

Kan virksomheden dæmpe eller indkapsle støjklenderne, eller kan de placeres i særskilte rum?

Mangler der støjskærme mellem støjklender og arbejdsområder?

ja nej

Forsømmer virksomheden at indkøbe de mest støjsvage maskiner på markedet?

Er der medarbejdere, der ikke bruger høreværn, selv om støjen er kraftig?

AKUSTIK/GENERENDE STØJ

Mangler der lyddæmpning af lofter i støjbelastede rum?

Er der lokaler, hvor lyden "runger" (giver let ekko)?

Er der lokaler, hvor det er svært at opfatte tale, når der er flere, der taler?

Er der installationer, der støjer, så det generer medarbejderne, når de taler almindeligt?

Er der generende støj fra personer, maskiner eller installationer?

Er der generende støj udefra?

ERGONOMISK ARBEJDSMILJØ

ARBEJDSSTILLINGER

Arbejder medarbejderne i ubekvemme arbejdsstillinger?

Arbejder medarbejderne med bøjet eller vredet ryg eller bøjet eller vredet nakke?

Arbejder medarbejderne med hænderne over skulderhøjde?

Arbejder medarbejderne med lange rækkeafstande?

Arbejder medarbejderne på hug, knælende eller knæliggende?

Arbejder medarbejderne i samme stilling i lang tid?

Er der snævre pladsforhold på arbejdspladsen, der begrænser bevægelsesfriheden?

COMPUTERARBEJDE

ja nej

Er der ensidigt belastende arbejde på virksomheden fx computerarbejde?

TUNGE LØFT, TRÆK OG SKUB

Løfter, trækker eller skubber medarbejderne tunge emner eller byrder manuelt?

Løfter eller holder medarbejderne tungt værktøj eller redskaber under arbejdet?

Bærer medarbejderne tunge emner eller redskaber, mens de går?

Løfter medarbejderne mange emner over 3 kg i løbet af en arbejdsdag?

Opstår der risikable situationer, når flere personer løfter byrder sammen?

Løfter medarbejderne byrder i dårlige arbejdsstillinger, fx langt fra kroppen, over skulderhøjde eller under knæhøjde?

Er der dårlige pladsforhold ved skub og træk?

RISIKO FOR ULYKKER

ULYKKER GENERELT

Er der sket ulykker, uden at der er gjort noget for at forhindre, at de kan ske igen?

FALD OG SNUBLEN

Er der rod i form af legeværktøj, materialer, affald mv., der ligger dér, hvor man skal færdes?

Er der arbejdsområder og færdselsveje, der ikke er ryddede og ordentlige, eller hvor der ikke er nok lys?

Er der arbejdsforhold, der gør, at medarbejderne har risiko for at træde forkert, fx genstande på gulvet eller ujævnt underlag?

Er der glatte gulve og underlag, fx på grund af spildte væsker?

MANUEL HÅNDTERING

ja nej

Er der situationer, hvor medarbejderne foretager uhensigtsmæssige vrid eller drejninger i kroppen?

Mangler der løfteredskaber ved løft over 11 kg eller ved uhensigtsmæssige løft, træk eller skub?

ANDRE FARER FOR ULYKKER

Arbejder medarbejderne på en uforsvarlig måde med værktøj, der river, saver, høvler, skærer, snitter e.l.?

SYGEFRAVÆR

Er der forhold i arbejdsmiljøet, der kan medvirke til sygefravær?

Kan virksomheden ændre i arbejdsmiljøet, så sygefraværet mindskes?

ANDET

Virksomheden bør desuden være opmærksom på følgende emner, der ikke er medtaget i tjeklisten, men som kan være vigtige at forholde sig til for at opnå et ordentligt arbejdsmiljø:

- Unge
- Gravide
- Biologi
- Helkropsvibrationer
- Hudbelastninger
- Hånd-arm vibrationer
- Kemi

