

Checklista för arbetsmiljöron/skyddsron

Checklistan är ett hjälpmedel för att snabbt och enkelt skaffa sig en överblick var riskerna i arbetsmiljön finns och vad som måste rättas till. Hoppa över frågor som inte är aktuella för den egna arbetsplatsen. Har ni behov av att särskilt belysa specifika områden finns ytterligare checklistor, till exempel för stress.

Vid arbetsmiljöron/skyddsron ska chef och skyddsombud delta.

Riskbedömning och handlingsplan

I samband med arbetsmiljöron/skyddsron ska arbetsgivaren upprätta ett dokument genom att fylla i blanketten riskbedömning. Det är där problemen som kommer fram i denna checklista ska noteras. En handlingsplan ska också upprättas vid behov. Den ska upprättas för åtgärder över tid med lokala budgetmedel. Den ska också användas för att skicka vidare till förvaltningsledning om åtgärden inte kan genomföras med lokala budgetmedel.

En rutin vid förberedelse av arbetsmiljöron bör vara att gå igenom tidigare dokument och notera ärenden som ännu är ouppklarade.

Checklista arbetsmiljöfaktorer

Arbetsplats	Exempel
Arbetslokaler	Placering, utförande, storlek Anpassade till verksamheten Förrådsutrymmen Ordning och städning
Personalutrymmen	Tvätt- dusch- omklädnings-, lunch- och vilrum
Belysning/ Ljushållande	Allmän belysning Plats-/punktbelysning Bländning
Inomhusklimat/ Ventilation	Temperatur Drag Luftfuktighet
Arbetsplatsens ut- formning	Belastande arbetsrutiner Tillräckliga arbetsytor Anpassning till medarbetarna Finns utrymme för arbetsmaterial Finns de hjälpmedel som behövs
Belastningsergonomi	Finns utrymme för arbetsrörelser Arbetshöjden anpassad till arbetsuppgift och kroppsstorlek Synförhållandena anpassade till arbetets krav

	<p>Långvarigt eller återkommande arbete i ansträngande kroppsställning eller kropps rörelse</p> <p>Upprepat, långvarigt eller obekvämt bärande eller dragande av bördor</p> <p>Finns hjälpmedel som kan underlätta arbetet</p>
Datorarbetsplats	<p>Bildskärmens placering</p> <p>Har bildskärmen bra läsbarhet/är fri från flimmer</p> <p>Tangentbordets placering</p> <p>Musens placering</p> <p>Alla som arbetar minst 1 tim/dag vid bildskärm har rätt till synundersökning och vid behov glasögon</p> <p>Finns de ergonomiska hjälpmedel som behövs</p>
Ljud	<p>Finns störande ljud</p> <p>Är sekretesskraven uppfyllda</p> <p>Förekommer ljud som försvårar samtal/telefonsamtal</p> <p>Finns bullerkällor i verksamheten eller utanför</p> <p>Allmän bullernivå</p>
Kemikalier och kemisktekniska produkter	<p>Finns aktuell förteckning över märkningspliktiga kemikalier och kemisktekniska produkter</p> <p>Finns tillgång till säkerhetsdatablad för alla märkningspliktiga kemikalier och kemisktekniska produkter</p> <p>Hanteringsproblem</p> <p>Avfallsproblem</p> <p>Ögondusch/helkroppsduch</p>
Luftföroreningar	<p>Damm, rök (dimma), ångor</p> <p>Gaser</p> <p>Lukt</p>
Hygien	<p>Utrustning/lokaler</p> <p>Riskavfall/avfall - uppsamling, förvaring och hantering</p>
Olycksfallsrisker	<p>Brännskador, kylskador</p> <p>Klämskador, stickskador, skärskador</p> <p>Hudåkommor, eksem eller dylikt</p> <p>Fall- och halkskador</p> <p>Golv och golvmaterial</p>
Strålskydd	<p>Finns skyddsutrustning</p>
Transportvägar	<p>Är framkomligheten bra</p> <p>Är golv och trappor utformade så att olycksrisker är minimala</p> <p>Är utrymnings- och reservutgångar skyltade och framkomliga</p> <p>Är personalen informerad om rutiner vid utrymning</p>

Personlig skyddsutrustning	Andningsskydd Ögonskydd Hörselskydd Förbandsmaterial
Arbetsorganisation	Exempel
Arbetsbelastning och stress	Förekommer övertidsarbete ofta/eller regelbundet Är arbetsbelastningen jämt fördelad över arbetsdagen/veckan Upplevs arbetet jäktigt eller tidspressat Har personalen tillräcklig utbildning, kompetens eller stöd för att klara kraven Är sjukfrånvaron anmärkningsvärt hög Är personalomsättningen anmärkningsvärt hög
Variation i arbetet	Finns möjlighet till variation och omväxling Upplevs arbetsuppgifterna enformiga Kan man själv styra eller påverka sina arbetsuppgifter
Samarbete och trivsel	Hjälper och stöttar man varandra Är stämningen god och otvungen Förekommer konflikter eller samarbetssvårigheter
Särbehandling	Förekommer det inom arbetsplatsen att enstaka medarbetare eller någon grupp utsätts för utfrysning, förtal eller medvetet undanhålls information Förekommer tecken på sexuella trakasserier Förekommer annan form av kränkande behandling baserat på kön, etnisk härkomst, religiös uppfattning eller annat sätt
Arbetsledning	Exempel
Mål och delegering	Finns tydliga mål och följs målen Är målen kända av alla medarbetarna Sker delegering av ansvar, befogenheter tydligt och genomtänkt Finns balans mellan ansvar, befogenheter och resurser
Information och kommunikation	Ges regelbunden information Finns rutiner så alla medarbetare får tillgång till nödvändig information Är kommunikationen mellan chef och medarbetare god Får medarbetarna veta om de gör ett bra eller dåligt jobb Är det fritt att ha synpunkter på verksamheten Uppmuntras idéer och förslag
Utveckling, kompetens	Har samtliga medarbetare haft resultat- och utvecklingssamtal (RUS) Har utveckling och kompetens diskuterats under samtalet Har medarbetarens arbetsmiljö diskuterats

Säkerhet och Kris	Exempel
Brandskydd	Brandposter Brandsläckare – förvaring och märkning Branddörrar – öppna/uppställda Utrymningsvägar - blockerade/låsta Nödbelysning Gasflaskor – förvaring, uppställning, skyltning Övrig varselmärkning – nödstopp, nöddusch, reservutgångar Brännbart material – förvaringsplats Alarmering – utrymning
Hot och våld	Har riskbedömning gjorts för hot och våld Finns arbetsmoment med ökad risk för hot och våld Har hot och våld förekommit Finns rutiner för omhändertagande i samband med hot och våld Har medarbetarna kännedom om vilka rutiner som finns om säkerhetsregler och hur man ska agera vid hot- eller våldssituation
Säkerhet och Kris	Exempel
Ensamarbete	Händer det att någon arbetar ensam Finns det särskilda risker för våld och hot vid ensamarbete Har riskbedömning gjorts för ensamarbete Händer det att minderåriga arbetar ensamma Finns rutiner för ensamarbete Finns möjlighet att snabbt få kontakt med andra personer (fysiskt) Har skyddsombud underrättats
Uppenbara smittorisker	Blodsmitta Övriga smitta Finns rutiner för att minska risker
Kris och krisstöd	Finns fungerande krisgrupp Finns relevant krisplan som är känd av medarbetarna Finns uppdaterade telefonlistor till medarbetare och anhöriga Finns intern och/eller extern kompetens för krisstöd