

Kultur og sport

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'en 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.

RISIKO FOR ULYKKER

ja nej

ULYKKER GENERELT

Er der medarbejdere, der ikke bruger de krævede personlige værnemidler?	☐	☐
Er der sket ulykker, uden at der er gjort noget for at forhindre, at de kan ske igen?	☐	☐
Er der medarbejdere, der ikke er instrueret og oplært i det arbejde, de udfører?	☐	☐
Er der sikkerhedsmateriel, der ikke jævnligt undersøges for fejl?	☐	☐
Er der medarbejdere, der ikke har tid nok til at udføre opgaverne på en sikkerhedsmæssig forsvarlig måde?	☐	☐

FALD OG SNUBLEN

Er der rod i form af værktøj, materialer, affald m.v., 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?	☐	☐
Er der risiko for, at medarbejderne kan styrte ned ved arbejde i højden, fx fra stiger?	☐	☐
Mangler der rækværk på tage, platforme, reposer m.v., så der er risiko for, at medarbejderne kan styrte ned?	☐	☐
Er der risiko for, at medarbejderne kan styrte ned gennem et usikkert underlag?	☐	☐

HÅNDVÆRKTØJ OG ANDRE TEKNISKE HJÆLPEMIDLER

Arbejder medarbejderne på en uforsvarlig måde med skarpe genstande eller værktøj som glas, knive og mejsler?	☐	☐
Arbejder medarbejderne på en uforsvarlig måde med værktøj, der river, saver, høvler, skærer, snitter e.l.?	☐	☐
Mangler der brugsanvisninger på dansk, der fortæller om, hvordan man bl.a. bruger og vedligeholder hjælpemidler rigtigt?	☐	☐

ja nej

Er der tekniske hjælpemidler, der ikke bliver vedligeholdt, som leverandøren har anvist?

☐ ☐

BELASTNINGER AF KROPPEN, FALD MV.

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, hvor genstande, som ikke er understøttede, spændt fast eller på anden måde beskyttede, kan falde ned?

☐ ☐

ERGONOMISK ARBEJDSMILJØ

TUNGE LØFT

Løfter 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?

☐ ☐

TUNGE SKUB OG TRÆK

Skal medarbejderne bruge mange kræfter til at trække eller skubbe hjælpemidler som fx rullecontainere, sækkevogne eller palleløftere?

☐ ☐

Er underlaget, dér hvor medarbejderne skal trække eller skubbe hjælpemidler, ujævnt, skråt, blødt, glat, eller er der trin?

☐ ☐

Er der dårlige pladsforhold ved skub og træk?

☐ ☐

ja nej

Er der mange igangsætninger, opbremsninger eller vendinger, når medarbejderne skal skubbe eller trække byrder?

☐ ☐

Oplever medarbejderne, at de ting, de skubber eller trækker, er tunge?

☐ ☐

Er hjælpemidlet defekt, eller mangler det vedligeholdelse?

☐ ☐

Er hjælpemidlet udformet, så arbejdsstillingen bliver dårlig?

☐ ☐

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?

☐ ☐

Arbejder medarbejderne med håndleddet bøjet eller drejet eller med fingerspids-greb?

☐ ☐

ENSIDIGT, GENTAGET ARBEJDE

Er der ensidigt gentaget arbejde på virksomheden – det vil sige arbejde, hvor ensartede bevægelser hyppigt gentages i en stor del af arbejdsdagen?

☐ ☐

Udfører medarbejderne ensidigt gentaget arbejde i højt tempo eller under tidspres?

☐ ☐

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?

☐ ☐

ja nej

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

☐ ☐

Mangler der støjskærme mellem støjklender og arbejdsområder?

☐ ☐

Forsømmer virksomheden at indkøbe de mest støjsvage maskiner på markedet?

☐ ☐

Er der medarbejdere, der ikke bruger hørevern, 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?

☐ ☐

PSYKISK ARBEJDSMILJØ

STOR ARBEJDSMÆNGDE OG TIDSPRES

Er der medarbejdere, som konstant har en stor arbejds mængde, 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?

☐ ☐

Kræver arbejdet vedvarende opmærksomhed eller koncentration om bestemte opgaver, fx ved kvalitetskontrol eller præcisionsarbejde?

☐ ☐

ja nej

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?

☐☐

VOLD, TRUSLER OG TRAUMATISK HÆNDELSER

Er der arbejdsopgaver, hvor der er særlig fare for, at medarbejderne udsættes for, eller bliver vidne til alvorlige ulykker?

☐☐

Mangler I en beredskabsplan for, hvordan I vil håndtere alvorlige ulykker eller dødsfald, så det er klart for ledelse og medarbejdere, hvordan sådanne oplevelser skal håndteres i virksomheden?

☐☐

Er medarbejderne udsatte for risiko for vold, trusler eller krænkelser fra kunder eller besøgende?

☐☐

Arbejder medarbejderne fysisk alene?

☐☐

KONFLIKTER OG MOBNING/SEKSUEL CHIKANE

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

☐☐

Er der mobning/seksuel chikane på arbejdspladsen?

☐☐

SKIFTENDE ARBEJDSTIDER OG NATARBEJDE

ja nej

Er der medarbejdere, der overvejende arbejder uden for normal arbejdstid, fx i de tidlige morgentimer eller om natten?

☐☐

Er der medarbejdere, der arbejder i skiftende vagter med mod-urs-turnus, det vil sige aftenvagter efter nattevagter og dagvagter efter aftenvagter?

☐☐

Bliver arbejdstiden planlagt med kort varsel?

☐☐

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 kuldenedfald 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?

☐☐

Bliver generende lugt hængende længe i rummet?

☐☐

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

☐☐

FUGT OG SKIMMELSVAMP

ja nej

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?

☐ ☐

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



APV-tjekliste – Handlingsplan

Årsag til problem eller problemer	Løsning	Ansvarlig	Frist og prioritering

Virksomheden skal tage stilling til, hvordan der skal følges op på handlingsplanen, om handlingsplanen har haft den ønskede effekt, eller om der skal ske justeringer. Arbejdspladsvurderingen skal som minimum revideres hvert tredje år, eller hvis der sker ændringer i arbejdet, arbejdsmetoder eller arbejdsprocesser, som har betydning for sikkerheden og sundheden under arbejdet.

Udført af:

<i>Arbejdsgiver</i>	<i>Dato</i>	<i>Medarbejder</i>	<i>Dato</i>
---------------------	-------------	--------------------	-------------

Arbejdstilsynet har udarbejdet 36 brancherettede arbejdsmiljøvejvisere som supplement til udarbejdelsen af tjeklisten. Er der behov for yderligere tjeklister til brug for virksomhedens APV, kan vi henvise til Arbejdstilsynets øvrige tjeklister, der omfatter alle brancher samt ca. 50 underbrancher/brancheområder.

På Arbejdstilsynets hjemmeside findes At-vejledning D.1.1, der oplyser om regler og krav til APV'en.