

# Tjekliste til brug for virksomheders arbejdspladsvurdering



## Engros

### 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](http://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, fx hjelme?	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Er der sket ulykker, uden at der er gjort noget for at forhindre, at de kan ske igen?	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Er der medarbejdere, der ikke er instrueret og oplært i det arbejde, de udfører?	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Er der sikkerhedsmateriel, der ikke jævnligt undersøges for fejl?	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Er der medarbejdere, der ikke har tid nok til at udføre opgaverne på en sikkerhedsmæssig forsvarlig måde?	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>

## MASKINER

Kan medarbejderne uden deres vilje komme til at starte maskiner?	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Er der maskiner med bevægelige dele, der ikke er sikret med afskærmning, lysgitter e.l.?	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Er der maskiner, der ikke har nødstop?	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Mangler der brugsanvisninger på dansk, der fortæller om, hvordan man bl.a. bruger og vedligeholder maskinerne rigtigt?	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Er der maskiner, der ikke bliver vedligeholdt, som leverandøren har anvist?	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Mangler der lovpligtigt eftersyn på kraner, trucks, pressere m.m.?	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Er der medarbejdere, der bruger køretøjer, som de ikke har certifikat til?	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>

## HÅNDVÆRKTØJ OG ANDRE TEKNISKE HJÆLPEMIDLER

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

ja nej

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

 

## INTERN TRANSPORT OG FÆRDSEL

Er der rod i form af værktøj, materialer, affald mv., der ligger dér, hvor man skal færdes, så medarbejderne kan falde?

 

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 risiko for, at medarbejderne bliver påkørt eller klemt af fx kraner, lastbiler eller trucks på virksomhedens område?

 

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

 

## BELASTNINGER AF KROPPEN 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?

 

## EKSPLOSION, BRANDFARE, ÆTSNING OG FORGIFTNING

Er der situationer, hvor medarbejderne ikke følger brugsanvisningens sikkerhedsregler for kemikalier eller tekniske hjælpemidler?

 

Arbejder medarbejderne med kemikalier, der indebærer risiko for ætsningsskader på huden, fx ved sprøjt, spild, udsivning, overkogning eller fordampning?

 

## ANDRE FARER FOR ULYKKER

Kan medarbejderne komme i kontakt med strøm, der kan give elektrisk stød, fx ved kortslutning?

 

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

# ERGONOMISK ARBEJDSMILJØ

ja nej

## TUNGE LØFT

Løfter medarbejderne tunge emner eller byrder manuelt?	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Løfter eller holder medarbejderne tungt værktøj eller redskaber under arbejdet?	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Bærer medarbejderne tunge emner eller redskaber, mens de går?	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Løfter medarbejderne mange emner over 3 kg i løbet af en arbejdsdag?	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Opstår der risikable situationer, når flere personer løfter byrder sammen?	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Løfter medarbejderne byrder i dårlige arbejdsstillinger, fx langt fra kroppen, over skulderhøjde eller under knæhøjde?	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>

## TUNGE SKUB OG TRÆK

Skal medarbejderne bruge mange kræfter til at trække eller skubbe hjælpemidler som fx rullecontainere, sækkevogne eller palleløftere?	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Er underlaget, dér hvor medarbejderne skal trække eller skubbe hjælpemidler, ujævnt, skråt, blødt, glat, eller er der trin?	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Er der dårlige pladsforhold ved skub og træk?	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Er der mange igangsætninger, opbremsninger eller vendinger, når medarbejderne skal skubbe eller trække byrder?	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Oplever medarbejderne, at de ting, de skubber eller trækker, er tunge?	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Er hjælpemidlet defekt, eller mangler det vedligeholdelse?	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Er hjælpemidlet udformet, så arbejdsstillingen bliver dårlig?	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>

## 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?	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Udfører medarbejderne ensidigt gentaget arbejde i højt tempo eller under tidspres?	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>

ja nej

Er der personer, der udfører intensivt skærmarbejde i det meste af arbejdstiden, fx med at indtaste data?

## 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?

## 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?

Bliver der ofte stillet modstridende krav til medarbejderne?

Er målene for arbejdet uklare for medarbejderne?

## ENSFORMIGT ARBEJDE

ja nej

Mangler medarbejderne mulighed for at veksle mellem forskellige typer af arbejde?

## 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?

## KONFLIKTER, MOBNING/SEKSUEL CHIKANE

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

Er der mobning/seksuel chikane på arbejdspladsen?

## 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
- Indeklima
- Kemi
- Støj.



