

Tjekliste til brug for små virksomheders arbejdspladsvurdering

Fysioterapeutklinikker og kiropraktorer



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.

ERGONOMISK ARBEJDSMILJØ

ja nej

ARBEJDSSTILLINGER

Arbejder medarbejderne i ubekvemme arbejdsstillinger?	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Arbejder medarbejderne med bøjet eller vredet ryg eller bøjet eller vredet nakke?	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Arbejder medarbejderne med hænderne over skulderhøjde?	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Arbejder medarbejderne med lange rækkeafstande?	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Arbejder medarbejderne på hug, knælende eller knæliggende?	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Arbejder medarbejderne i samme stilling i lang tid?	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Er der snævre pladsforhold på arbejdspladsen, der begrænser bevægelsesfriheden?	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Arbejder medarbejderne med hånden bøjet eller drejet eller med fingerspids-greb?	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>

TUNGE LØFT

Løfter medarbejderne tunge emner eller byrder manuelt?	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Løfter eller holder medarbejderne tunge 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, hvor 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 eller i forbindelse med manuel behandling?	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
---	--------------------------	--------------------------

ja nej

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?

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?

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?

PSYKISK ARBEJDSMILJØ

STOR ARBEJDSMÆNGDE OG TIDSPRES

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?

RINGE INDFLYDELSE PÅ EGET ARBEJDE

Har medarbejderne ringe indflydelse på beslutninger om eget arbejde?

ja nej

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?

PATIENTER OG KLIENTER MED SVÆRE PROBLEMER

Bringer arbejdet medarbejderne i følelsesmæssigt belastende situationer?

Kræver arbejdet, at medarbejderne skjuler deres følelser?

Mangler medarbejderne mulighed for at bearbejde kontakt til klienter med svære problemer? (fx gennem supervision)

VOLD, TRUSLER OG ANDRE TRAUMATISKE BEGIVENHEDER

Er medarbejderne udsatte for risiko for vold, trusler eller krænkelser fra klienter/patienter/kunder/passagerer?

Arbejder medarbejderne fysisk alene?

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

Mangler der en beredskabsplan for, hvordan I vil håndtere vold, trusler eller andre alvorlige begivenheder, så det er klart for ledelse og medarbejdere, hvordan sådanne oplevelser skal håndteres i virksomheden?

RISIKO FOR ULYKKER

ja nej

ULYKKER GENERELT

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

INTERN TRANSPORT OG FÆRDESEL

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

BELASTNINGER AF KROPPEN mv.

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

ANDRE FARER FOR ULYKKER

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

SYGGEFRAVÆR

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
- Hånd-arm vibrationer
- Indeklima
- Kemi
- Hudbelastninger
- Risiko for ulykker
- Støj

