

## Riskbedömning räddar liv

### – Ditt liv!

Gör Riskbedömning till en naturlig del i ditt arbete. En pilot skulle inte drömma om att taxa ut sitt plan utan att ha gjort en noggrann säkerhetskontroll – det ska inte du heller göra! Din hälsa är din bästa tillgång för ett gott liv, men också oändligt sårbar.

Starta varje arbetsdag med att kartlägga vilka arbetsmoment du ska utföra och vilka riskmomenten i det arbetet är. Ta sedan med dig den skyddsutrustning och ordna de säkerhetsåtgärder som behövs för att du ska vara trygg nog att taxa ut din kropp på banan.

Ha en bra arbetsdag!

*Anmäl alla incidenter och olyckor till din arbetsgivare och skyddsombudet. Annars får vi aldrig en sann bild av livet på jobbet!*

*Stress är en av de värsta farorna på jobbet. Den lurar överallt, den förändrar din personlighet! Du kan faktiskt göra en hel del för att inte stressa dig igenom den här arbetsdagen också!*



#### Checklista för Nolltolerans

### Stress

- Vänligt klimat, uppskattning!
- Bra kompisskap! Dialog!
- Bra ledning! Dialog!
- Bra arbetsplatsorganisering!
- Omedelbar konfliktlösning!
- Återhämtningspauser!!
- Bra planering & framförhållning!
- Övertidsstopp & Vikarier!
- Tillräckligt antal anställda!

*Det farligaste för hörseln är inte det buller du hör. Det är det som alltid finns där och blir en del av "miljön"!*

*Vilket buller blir ditt värsta idag?*



#### Checklista för Nolltolerans

### Buller

- Rätt hörselskydd – ALLTID!
- Varna innan "PANG"!
- Minimera bakgrundsljud!
- Ha ljudkoll runt om dig!
- Radiodisciplin!
- Skapa tystnad!
- Kartlägg "oljudszoner".

*Skador från kemikalier, svets och strålning är plågsamma. Ska du jobba med det idag?*

*Har du rätt skydd med dig ut?*



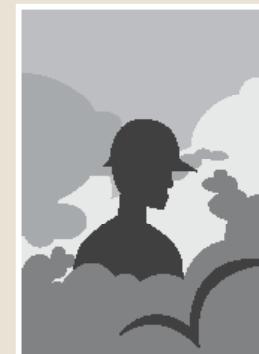
#### Checklista för Nolltolerans

### Kemi & Strålning

- Korrekta ögonskydd!
- Korrekta ansiktsskydd!
- Kunskap om produkterna!
- Ofarligt, bara om du själv VET!
- Arbetsberedning!
- Tydliga innehållsdeklarationer!
- Korrekta gas/kemskydd!!
- VARNINGSTEXTER!

*En lömsk mördare som gömmer sig i luften du andas! Och följer med dig hem i hud, hår och lungor!*

*Vilka skydd behöver du idag?*



#### Checklista för Nolltolerans

### Glasfiber & Stenull

- Täck alla hudpartier!
- Avskärma arbetsplatsen
- Effektiv dammsugning!
- Rätt arbetsmetod!
- Byt arbetskläder direkt!
- Använd andningsskydd!
- Använd skyddskläder!
- VARNINGSSKYLT fiberhaltigt damm!

*Skadliga förhållanden som du inte kan påverka ensam kan du och dina arbetskamrater ändra på tillsammans med skyddsombudet! • Skadliga förhållanden som du inte kan påverka ensam kan du och dina arbetskamrater ändra på tillsammans*

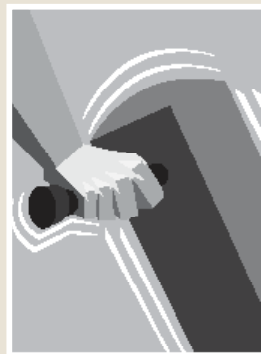
*Belastningsskador bryter sakta ner din kropp. Du har makten att skydda dig! Varje dag!*

*'Vibbe', en annan lömsk mördare!  
Ska du 'vibba' idag?  
Lura 'Vibbe' - skydda dig!*

*Ska du jobba från höjd idag? Se till att du inte blir näste man i den svarta fallstatistiken.  
Ta inga risker, chans inte!!!*

*Varje arbetslag bör ta fram: gemensamma rutiner för koll på verktyg och säkringskontroller. Då slipper någon dö av den orsaken på ditt jobb!*

**NOLLTOLERANS  
ARBETSSKADA**



*Checklista för Nolltolerans*

### **Belastning**

- Rätt arbetsställning!
- Uppvärmning, täta mikropauser!
- Växla mellan arbetsmoment
- Lyft rätt – inte ensam!
- Stresseliminering!
- ”Tungt lyft”: 15 kg!
- Ställ krav på rätt hjälpmedel!!
- Ergonomikunskap!
- Rätt verktyg, rätt hanterat!

*Checklista för Nolltolerans*

### **Vibrationer**

- Vibrationshandskar PÅ!
- Specialverktyg NU!
- Bilningsnorm: 15-40 min./dag!
- Borrningsnorm: 15-40 min./dag!
- Skrota alla gamla maskiner!
- Låt Robotar göra lyften!
- Hyr bara MODERNA maskiner!

*Checklista för Nolltolerans*

### **Fallskador**

- UNDVIK STEGE - ALLTID HJÄLM!
- Arbetsplattform/korg!
- Säkerhetslina dig!
- Titta först, förflytta dig sen!
- Skyddsräcken & ställningar!
- Materialkontroll!
- Glidskydd på stegen – rätt vinkel!
- Jämnt underlag, extra stödben!

*Checklista för Nolltolerans*

### **Fallande föremål**

- Säkra dina grejor!
- Korrekt hantering!
- Se upp – VARNA!
- HJÄLM PÅ!
- Kommunicera!
- Skyddsskor PÅ!
- Håll koll på dina verktyg!
- Påtala slarv du ser!

**DIN PERSONLIGA  
CHECKLISTA FÖR  
RISKBEDÖMNING  
PÅ BYGGET**