



Riskbedömning räddar liv – ditt liv!



1.

BELASTNING

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

2.

FALLSKADOR

Ska du jobba på hög höjd idag? Se till att du inte blir näste man i den svarta fallstatistiken. Ta inga risker, chansa inte!

3.

STRESS

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.

4.

KEMISK EXPONERING

Skador från kemikalier, svets och strålning är plågsamma. Ska du jobba med det idag? Se till att ha rätt skydd!

8.

BULLER

Tillfälliga oljud är inte värst för din hörsel, det är bakgrundsbullret som finns där och blir en del av arbetsmiljön. Använd hörselskydd!

7.

VIBRATIONER

Visste du att 50% av alla arbetssjukdomar beror på vibrationer? Skadorna kan bli permanenta så kräv moderna maskiner. Arbeta aldrig länge med ett verktyg och se till att arbetsrotera!

6.

ASBEST & KRISTALLINA FIBER

En lömsk mördare som gömmer sig i luften du andas! Den följer med dig hem i hud, hår och lungor. Vid misstänkt asbest - var försiktig! Använd alltid godkända skyddskläder och byt om efteråt.

5.

KVARTSDAMM

Det förekommer höga halter av kvartsdamm på de flesta byggarbetsplatserna. Exponering av kvartsdamm är en av de vanligaste exponeringar som byggnadsarbetare utsätts för.

1. BELASTNING

INNAN:

- » Arbetsgivare ska tillhandahålla ergonomikunskap
- » Rätt verktyg, rätt hanterat
- » Ställ krav på rätt hjälpmedel
- » Rätt arbetsställning
- » Lyft rätt - inte ensam
- » Tunga lyft [15 kg] kräver tekniska hjälpmedel

UNDER:

- » Eliminera stress
- » Uppvärmning, täta mikropauser
- » Växla mellan arbetsmoment

2. FALLSKADOR

INNAN:

- » Arbetsgivaren ska förebygga risker
- » Använd personlig skyddsutrustning
- » Materialkontroll, använd skydds-räcken och ställningar
- » Undvik stege
- » Bär alltid hjälm
- » Glidskydd på stege, rätt vinkel
- » Vid ojämnt underlag - extra stödben

UNDER:

- » Titta först, förflytta dig sedan

3. STRESS

INNAN:

- » Arbetsgivaren ska främja en god arbetsmiljö och främja risk
- » Vänligt klimat uppskattning
- » Bra laganda och dialog
- » Bra ledning och dialog
- » Bra arbetsplatsorganisering
- » Bra planering & framförhållning

UNDER:

- » Tillräckligt antal anställda, övertidsstopp och vikarier
- » Omedelbar konfliktlösning
- » Återhämtningspauser

4. KEMISK EXPONERING

INNAN:

- » Arbetsgivaren ska säkerhetsställa att senaste produkterna används
- » Korrekta ögonskydd, korrekta andningsskydd
- » Tydlig instruktion före användning
- » Kunskap om produkt genom skyddsombud el arbetsgivare
- » Läs varningstexter på produkt eller produktblad
- » Korrekt skyddsutrustning från arbetsgivaren

5. KVARTSEXPONERING

INNAN:

- » Arbetsgivaren måste planera och riskbedöma. Damm måste tas upp i arbetsmiljöplanen
- » Arbetsgivaren skall eliminera risker och ta bort dammet

UNDER:

- » Skydda dig med godkänd skyddsutrustning
- » Raka dig alltid, skägg förhöjer risken för läckage
- » Om det dammar - kontakta arbetsgivare eller skyddsombud

6. ASBEST & KRISTALLINA FIBER

INNAN:

- » Arbetsgivaren ska riskbedöma samt förebygga med medicinsk kontroll - sanktionsavgift
- » Avskärma arbetsplatsen
- » Varningsskylt: Varning för fiberhaltigt damm
- » Täck hudpartier med skyddskläder
- » Använd godkända andnings-skydd-minst halvmask

UNDER:

- » Undertrycksarbete- förbud mot sopkvast

EFTER:

- » Byt arbetskläder direkt, kläder i deponipåse märkt asbest

7. VIBRATIONER

INNAN:

- » Arbetsgivaren ska riskbedöma, tidsreglera och utföra medicinsk kontroll
- » All borr och bilningsarbete enligt tillverkarens anvisning

UNDER:

- » Kräv att din arbetsgivare byter omoderna maskiner
- » Använd Byggnads "vibrationssticka"

8. BULLER

INNAN:

- » Arbetsgivaren ska minimera bullret vid dess källa
- » Rätt hörselskydd
- » Kartlägg ljudszoner

UNDER:

- » Radiodisciplin
- » Varna kollegor innan "PANG"
- » Vid sprängning ljudsignalera

Gör riskbedömning till en naturlig del i ditt arbete

En pilot skulle inte drömma om att flyga iväg 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. Använd alltid rätt skyddsutrustning och

ordna de säkerhetsåtgärder som behövs för att du ska vara trygg. Ha en bra arbetsdag!

Osäker? Prata med skyddsombud eller kika på arbetsmiljöplanen som alltid ska sitta uppsatt på din arbetsplats. Anmäl alltid incidenter och olyckor till arbetsgivare och skyddsombud.