



Tema: **Belastningsergonomi**

Assemblin

Viktig info

Jobba smart och undvik skador

Många skadar sig varje år på grund av för dålig ergonomi. Förebyggande riskbedömningar och planering ökar chanserna för ett skadefritt arbetsliv. Din arbetsgivares är skyldig att skydda dig så att du kan arbeta säkert. Under Arbetsmiljöverkan genomför Byggnads extra kontroller över hela landet.

Tänk på att:

- ✓ Se till att du får rätt instruktioner och utbildning för att lyfta rätt.
- ✓ Arbetsrotera! Då undviker du belastning på samma kroppsdelar.
- ✓ Använd de ergonomiska hjälpmedel som ska finnas på din arbetsplats.
- ✓ Din kropp ska hålla hela livet - ta hand om den!