



ARBETSMILJÖ  
VERKET

# Lilla guiden

till systematiskt arbetsmiljöarbete

## Vad är systematiskt arbetsmiljöarbete?

Systematiskt arbetsmiljöarbete innebär att man ska undersöka om det finns risker på jobbet. De anställda ska inte skadas, bli sjuka eller må dåligt av sina arbetsuppgifter. Exempel på risker kan vara:

- Tillbud och olyckor
- Skadliga arbetsbelastningar för kroppen
- Psykiska påfrestningar, exempelvis stress.

Om du som chef upptäcker risker måste du åtgärda dem. Ni måste sedan kontrollera att åtgärderna var tillräckliga, annars måste man åtgärda problemen en gång till. Om det finns åtgärder som inte görs på en gång måste de skrivas ner i en handlingsplan.

Systematiskt arbetsmiljöarbete är att:

- Undersöka alla arbetsförhållanden
- Bedöma risker
- Åtgärda
- Göra en handlingsplan
- Kontrollera

## Arbetstagarna och skyddsombudet ska vara med i arbetet

Det är viktigt att chefen får veta hur alla inblandade upplever arbetsmiljön. De anställda och skyddsombudet ska därför vara med när chefen:

- Undersöker och bedömer riskerna
- Planerar vilka åtgärder som måste göras
- Kontrollerar åtgärderna som har genomförts

Om det finns elevskyddsombud på arbetsplatsen ska de också kunna vara med.



Chefen måste självklart ha kunskaper för att kunna bedöma och förebygga olycksfall och sjukdomar på arbetsplatsen. De anställda däremot ska känna till riskerna med arbetet för att undvika att bli skadade eller sjuka av sina arbetsuppgifter.

## Om chefen inte åtgärdar riskerna på en gång

Om det finns risker på arbetsplatsen som chefen inte åtgärdar på en gång, måste han eller hon göra en handlingsplan. I handlingsplanen ska det stå:

- Vilka åtgärder som ska göras
- När åtgärderna ska vara klara
- Vem som ansvarar för att åtgärderna blir utförda

## Hur har ni det på arbetsplatsen?

För att ta reda på hur ni har det med arbetsmiljön på arbetsplatsen kan ni undersöka om det förekommer:

- Buller och störande ljud
- Trasiga verktyg eller maskiner
- Blöta eller skräpiga golv
- Farliga ämnen eller föroreningar i luften
- Arbeten på hög höjd
- Tunga lyft och olämpliga arbetsställningar
- Tidspress

Ni kan också undersöka om det finns för mycket eller för lite att göra, eller om instruktionerna för arbetsuppgifterna är otydliga.

# EXEMPEL PÅ BLANKETT FÖR DET SYSTEMATISKA ARBETSMILJÖARBETET

Resultat av riskbedömning			Handlingsplan			
Riskkällor och risker	Allvarlig risk	Annan risk	Åtgärder	Ansvarig	Klart när	Uppföljning/kontroll

Datum \_\_\_\_\_ Arbetsplats \_\_\_\_\_

Ansvarig chef \_\_\_\_\_ Skyddsombud \_\_\_\_\_

## Hur går en undersökning av arbetsmiljön till?

En undersökning av arbetsmiljön kan gå till på olika sätt. Det vanligaste är att:

- Gå skyddsronder
- Ha personalmöten
- Prata med arbetstagarna

På en skydds rond går chefen på arbetsplatsen och skyddsombudet runt i arbetslokalerna och tar upp frågor om arbetsmiljön med de anställda. Även på personalmötena är det bra om man tar för vana att alltid diskutera arbetsmiljön. Då kan man också prata med varandra om de risker som kanske finns. Att prata med varandra är dessutom ett bra och effektivt sätt att få veta hur alla mår på arbetet.

Ibland behövs det också andra metoder för att undersöka arbetsplatsen, till exempel med hjälp av mätningar och medicinska eller tekniska kontroller.

## När ska undersökningarna göras?

Det är viktigt att undersökningarna och riskbedömningarna görs på vardagar när de anställda är på plats. Undersökningarna bör dessutom ske:

- Regelbundet, gärna genom skyddsronder.
- Efter olycksfall, sjukdomar eller allvarliga tillbud.
- Vid förändringar på arbetsplatsen, till exempel om man ska införa en ny arbetsmetod eller ett nytt tekniskt hjälpmedel.



## Så bedömer ni riskerna

För att bedöma riskerna kan ni svara på följande frågor:

- Hur troligt är det att något kommer att hända?
- Kan flera av de anställda utsättas för risker?
- Vilka arbetsmoment innebär stora risker?
- Hur ofta och hur länge utsätts någon för riskerna?
- Vilket tillbud eller vilken olycka kan inträffa?

## Förebygg riskerna på arbetet

Alla risker i arbetet bör naturligtvis undvikas. Om det inte går att undvika dem helt så måste man förebygga för att minska dem så mycket som möjligt. Det kan man göra genom att använda andra material, andra arbetsmetoder eller en annan arbetsfördelning.

Om riskerna finns kvar bör det finnas noggranna instruktioner för hur arbetet ska utföras. Det bör också finnas personlig skyddsutrustning till de arbetsuppgifter som innebär extra stora risker.



**ARBETSMILJÖ  
VERKET**

**Fler exemplar av denna  
trycksak beställs från**

Arbetsmiljöverket

112 79 Stockholm

Telefon: 010-730 90 00

E-post: [arbetsmiljoverket@av.se](mailto:arbetsmiljoverket@av.se)

**[www.av.se](http://www.av.se)**



Best nr **ADI 585**

Vår vision: Alla vill och kan skapa en bra arbetsmiljö