

Arbetsmiljöchecklista

Allmän checklista för egenanställda

Denna checklista är ett interaktivt verktyg för att säkerställa en god arbetsmiljö inför och under ditt uppdrag. Kryssa i Ja, Nej eller Ej relevant för varje fråga. Ange åtgärd vid behov. Kontakta Eloria på hej@eloria.nu om du har frågor eller känner dig otrygg.

Namn:

Datum:

Uppdrag:

Uppdragsgivare:

1. Fysisk arbetsmiljö

Är arbetsplatsen fri från uppenbara risker (halka, buller, damm)?

Ja Nej Ej relevant

Åtgärd:

Finns tillräcklig belysning på arbetsplatsen?

Ja Nej Ej relevant

Åtgärd:

Är temperatur och ventilation acceptabla?

Ja Nej Ej relevant

Åtgärd:

Är arbetsplatsen ordnad och städad?

Ja Nej Ej relevant

Åtgärd:

Finns tillgång till toalett och möjlighet till rast?

Ja Nej Ej relevant

Åtgärd:

Är nödutgångar markerade och tillgängliga?

Ja Nej Ej relevant

Åtgärd:

2. Utrustning och skydd

Finns nödvändig personlig skyddsutrustning tillgänglig (hjälm, skyddsskor, hörselskydd)?

Ja Nej Ej relevant

Åtgärd:

Är maskiner och verktyg i gott skick med rätt skyddsanordningar?

Ja Nej Ej relevant

Åtgärd:

Har uppdragsgivaren gett instruktioner för utrustningen?

Ja Nej Ej relevant

Åtgärd:

Finns förstahjälpenutrustning tillgänglig på arbetsplatsen?

Ja Nej Ej relevant

Åtgärd:

Finns brandsläckare tillgänglig och i fullgott skick?

Ja Nej Ej relevant

Åtgärd:

Finns det minst två utrymningsvägar som är markerade och öppningsbara?

Ja Nej Ej relevant

Åtgärd:

3. Introduktion och information

Har uppdragsgivaren gett en introduktion till arbetsplatsen?

Ja Nej Ej relevant

Åtgärd:

Har du informerats om specifika risker på arbetsplatsen?

Ja Nej Ej relevant

Åtgärd:

Vet du vem du ska kontakta vid frågor eller problem?

Ja Nej Ej relevant

Åtgärd:

Har du fått instruktioner för hur arbetet ska utföras säkert?

Ja Nej Ej relevant

Åtgärd:

Har rutiner vid brand eller annan nödsituation kommunicerats?

Ja Nej Ej relevant

Åtgärd:

Finns rutiner för första hjälpen som är kända av de som jobbar på arbetsplatsen?

Ja Nej Ej relevant

Åtgärd:

4. Psykosocial arbetsmiljö

Känner du dig trygg på arbetsplatsen?

Ja Nej Ej relevant

Åtgärd:

Är arbetsbelastningen rimlig för uppdraget?

Ja Nej Ej relevant

Åtgärd:

Har du möjlighet att ta pauser vid behov?

Ja Nej Ej relevant

Åtgärd:

Upplever du någon form av hot eller kränkande behandling?

Ja Nej Ej relevant

Åtgärd:

Har du kontaktuppgifter till Eloria om du behöver stöd?

Ja Nej Ej relevant

Åtgärd:

5. Ensamarbete

Om du arbetar ensam: finns rutiner för inrapportering?

Ja Nej Ej relevant

Åtgärd:

Har du mobiltelefon eller annat sätt att nå hjälp?

Ja Nej Ej relevant

Åtgärd:

Är arbetsgivare och/eller uppdragsgivare informerade om ensamarbete?

Ja Nej Ej relevant

Åtgärd:

6. Kemikalier och farliga ämnen

Om kemikalier hanteras: finns säkerhetsdatablad tillgängliga?

Ja Nej Ej relevant

Åtgärd:

Finns rätt skyddsutrustning för kemikaliehantering?

Ja Nej Ej relevant

Åtgärd:

Har du fått instruktioner om hantering och förvaring?

Ja Nej Ej relevant

Åtgärd:

Har uppdragsgivaren bedömt och informerat dig om risker med vibrerande maskiner?

Ja Nej Ej relevant

Åtgärd:

7. Ergonomi

Är arbetsplatsen anpassad för att undvika tunga lyft och felaktiga arbetsställningar?

Ja Nej Ej relevant

Åtgärd:

Vid kontorsarbete: är stol, bord och skärm ergonomiskt inställda?

Ja Nej Ej relevant

Åtgärd:

Har du möjlighet att variera arbetsställning under dagen?

Ja

Nej

Ej relevant

Åtgärd:

Övrigt / Kommentarer:

Jag har gått igenom ovanstående punkter och bedömer att arbetsmiljön är godtagbar.

Underskrift:

Datum:

Eloria / Bjernvall & Andersson HB | hej@eloria.nu | Denna checklista är en del av Elorias systematiska arbetsmiljöarbete i enlighet med Arbetsmiljölagen (1977:1160) och AFS 2001:1.