



Butikker, supermarkeder og varehuse

Indledning

Arbejdstilsynet har lavet denne tjekliste, fortrinsvis til virksomheder med færre end ti ansatte. Den er et redskab, som virksomheden kan bruge, når den skal udarbejde en arbejdspladsvurdering (APV).

Alle virksomheder med ansatte skal udarbejde en APV. Virksomheder med under 10 ansatte skal fra den 1. januar 2009 lave APV. APV'en er virksomhedens eget redskab til at kortlægge, prioritere og løse arbejdsmiljøproblemer.

Tjeklisten indeholder en række spørgsmål, som virksomheden skal svare ja eller nej til. De spørgsmål, som virksomheden svarer ja til, udgør et arbejdsmiljøproblem, der skal indgå i en handlingsplan, som virksomheden skal udarbejde.

Virksomheden bør desuden være opmærksom på at gravide ikke er medtaget i tjeklisten.

Sådan kan virksomheden bruge tjeklisten

- Svar på alle spørgsmålene i tjeklisten.
- Tag stilling til de spørgsmål, som virksomheden har svaret "ja" til, og skriv resultaterne ned i en handlingsplan.
- Overvej, hvad der er årsag til de fundne arbejdsmiljøproblemer.
- Nedskriv løsninger på arbejdsmiljøproblemerne.
- Tag stilling til, hvem der er ansvarlig for at løse arbejdsmiljøproblemerne, og hvornår virksomheden forventer, at de er løst.
- Tag skriftlig stilling til væsentlige arbejdsmiljøproblemer i virksomheden, selv om de ikke fremgår af tjeklisten.

Yderligere information

På Arbejdstilsynets hjemmeside www.at.dk og i de 36 arbejdsmiljøvejvisere kan man få information om, hvor Arbejdstilsynet ser de væsentligste arbejdsmiljøproblemer i de forskellige brancher. I vejviserne kan virksomhederne bl.a. finde information om de vigtigste regler og forslag til, hvordan de kan løse de typiske arbejdsmiljøproblemer i de forskellige brancher.

TUNGE LØFT

1.	Løfter medarbejderne tunge emner eller byrder manuelt, fx på lageret eller ved opfyldning af varer?	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
2.	Bærer medarbejderne tunge emner eller redskaber, mens de går?	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
3.	Løfter medarbejderne mange emner over 3 kg i løbet af en arbejdsdag?	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
4.	Opstår der risikable situationer, når flere personer løfter byrder sammen?	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
5.	Løfter medarbejderne byrder i dårlige arbejdsstillinger, fx langt fra kroppen, over skulderhøjde eller under knæhøjde?	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>

TUNGE SKUB OG TRÆK

6.	Skal medarbejderne bruge mange kræfter til at trække eller skubbe hjælpemidler som fx rullecontainere, sækkevogne eller palleløftere?	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
7.	Er underlaget, dér hvor medarbejderne skal trække eller skubbe hjælpemidler, ujævnt, skråt, blødt, glat, eller er der trin?	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
8.	Er der dårlige pladsforhold ved skub og træk?	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
9.	Er der mange igangsætninger, opbremsninger eller vendinger, når medarbejderne skal skubbe eller trække byrder?	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
10.	Oplever medarbejderne, at de ting, de skubber eller trækker, er tunge?	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
11.	Er hjælpemidlet defekt, eller mangler det vedligeholdelse?	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
12.	Er hjælpemidlet udformet, så arbejdsstillingen bliver dårlig?	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>

ENSIDIGT, GENTAGET ARBEJDE

13.	Er der ensidigt gentaget arbejde på virksomheden – det vil sige arbejde, hvor ensartede bevægelser hyppigt gentages i en stor del af arbejdsdagen?	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
14.	Udfører medarbejderne ensidigt gentaget arbejde i højt tempo eller under tidspres?	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
15.	Er der personer, der udfører intensivt skærmarbejde i det meste af arbejdstiden, fx med at indtaste data?	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>

ARBEJDSSTILLINGER

ja nej

16. Arbejder medarbejderne i ubekvemme arbejdsstillinger?

17. Arbejder medarbejderne med bøjet eller vredet ryg eller bøjet eller vredet nakke?

18. Arbejder medarbejderne med hænderne over skulderhøjde?

19. Arbejder medarbejderne med lange rækkeafstande?

20. Arbejder medarbejderne på hug, knælende eller knæliggende?

21. Arbejder medarbejderne i samme stilling i lang tid?

22. Er der snævre pladsforhold på arbejdspladsen, der begrænser bevægelsesfriheden?

23. Arbejder medarbejderne med hånden bøjet eller drejet eller med fingerspidsgreb?

PSYKISK ARBEJDSMILJØ

STOR ARBEJDSMÆNGDE OG TIDSPRES

24. Er der medarbejdere, som konstant har en stor arbejdsmængde, eller som udsættes for stort tidspres?

25. Sker det ofte, at medarbejderne ikke når deres arbejdsopgaver?

26. Er det tit nødvendigt, at medarbejderne arbejder over?

27. Er det nødvendigt, at medarbejderne arbejder meget hurtigt?

28. Bliver der ofte stillet modstridende krav til medarbejderne?

29. Er målene for arbejdet uklare for medarbejderne?

ENSFORMIGT ARBEJDE

30. Mangler medarbejderne mulighed for at veksle mellem forskellige typer af arbejde?

RINGE INDFLYDELSE PÅ EGET ARBEJDE

ja nej

31. Har medarbejderne ringe indflydelse på beslutninger om eget arbejde?

32. Har medarbejderne ringe indflydelse på, hvordan arbejdet udføres?

33. Har medarbejderne ringe indflydelse på mængden af eget arbejde?

34. Har medarbejderne ringe mulighed for at bestemme, hvornår de holder pause?

KONFLIKTER, MOBNING/SEKSUEL CHIKANE

35. Er der saglige konflikter, som har udviklet sig til personlige konflikter?

36. Er der mobning/seksuel chikane på arbejdspladsen?

MANGEL PÅ RELEVANTE INFORMATIONER

37. Mangler medarbejderne informationer, der er nødvendige for at klare arbejdet tilfredsstillende?

KUNDEKONTAKT (MANGLENDE STØTTE FRA KOLLEGER OG LEDELSE)

38. Bringer arbejdet medarbejderne i følelsesmæssigt belastende situationer?

39. Kræver arbejdet, at medarbejderne skjuler deres følelser?

40. Mangler medarbejderne hjælp og støtte fra kolleger?

41. Mangler medarbejderne hjælp og støtte fra ledelsen?

RØVERI OG BUTIKSTYVERI (VOLD OG TRUSLER OM VOLD)

42. Er medarbejderne udsatte for risiko for vold, trusler eller krænkelser fra kunder?

43. Mangler medarbejderne viden om, hvordan de skal forholde sig i tilfælde af røveri eller butikstyveri, så risikoen for at blive udsat for røveri, vold eller trusler minimeres?

44. Arbejder medarbejderne fysisk alene?

SKIFTEHOLDSARBEJDE OG ARBEJDE PÅ FORSKUDTE ARBEJDS-TIDER

ja nej

45. Er der medarbejdere, der overvejende arbejder uden for normal arbejdstid, fx i de tidlige morgentimer eller om natten?

46. Er der medarbejdere, der arbejder i skiftende vagter med mod-urs-turnus, det vil sige aftenvagter efter nattevagter og dagvagter efter aftenvagter?

47. Bliver arbejdstiden planlagt med kort varsel?

MANGLENDE FORUDSIGELIGHED I ARBEJDET

48. Mangler medarbejderne tilstrækkelig information i god tid, hvis der sker ændringer eller omstruktureringer af arbejdet?

MANGLENDE UDVIKLINGSMULIGHEDER

49. Har medarbejderne ringe eller slet ikke mulighed for at lære nyt gennem arbejdet?

INDEKLIMA

TEMPERATUR

50. Er temperaturen i arbejdsrummet højere end 25 °C eller lavere end 18 °C ved normal udetemperatur?

51. Er der gener på grund af træk?

52. Er der kuldenedfald eller kuldestråling?

53. Stiger temperaturen i arbejdsrummet mere end 4 °C i løbet af dagen?

54. Er der mere end 4 °C forskel mellem gulv- og hovedhøjde?

LUFTKVALITET

55. Ligger der tit støv på vandrette flader?

56. Forhindrer møbler og rod, at der kan gøres ordentligt rent?

57. Er der slidte gulvtæpper eller lodne vægflader, fx med stof eller mineraluld?

ja nej

58. Er der generende lugt fra inventar, bygningen eller omgivelserne?

59. Er der større eller flere printere/kopimaskiner i arbejdsrum uden ventilation?

60. Bliver generende lugt hængende længe i rummet?

61. Er der så mange personer i rummet, at luften bliver dårlig (der lugter)?

FUGT OG SKIMMELSVAMP

62. Sker det, at der siver vand ind gennem tag, vægge og/eller gulv?

63. Er der misfarvninger fra tidligere fugtskader på loft, vægge og/eller gulv?

64. Lugter der ofte muggent?

65. Er der synlig skimmelsvamp?

LYS

66. Er der blænding eller spejlinger i pc-skærme?

67. Er der pc-skærme, der står op mod et vindue?

68. Er der for lidt lys på arbejdspladserne?

69. Blænder lys fra lysarmaturer eller vinduer?

70. Er vinduesarealet mindre end ca. 10 pct. af gulvarealet?

71. Mangler der udsyn fra arbejdsrummet til omgivelserne udenfor?

ULYKKER

ja nej

ULYKKER GENERELT

-
- | | | |
|--|--------------------------|--------------------------|
| 72. Er der medarbejdere, der ikke bruger de krævede personlige værnemidler, fx handsker? | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> |
|--|--------------------------|--------------------------|
-
- | | | |
|---|--------------------------|--------------------------|
| 73. Er der sket ulykker, uden at der er gjort noget for at forhindre, at de kan ske igen? | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> |
|---|--------------------------|--------------------------|
-
- | | | |
|--|--------------------------|--------------------------|
| 74. Er der medarbejdere, der ikke er instrueret og oplært i det arbejde, de udfører? | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> |
|--|--------------------------|--------------------------|
-
- | | | |
|---|--------------------------|--------------------------|
| 75. Er der sikkerhedsmateriel, der ikke jævnligt undersøges for fejl? | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> |
|---|--------------------------|--------------------------|
-
- | | | |
|---|--------------------------|--------------------------|
| 76. Er der medarbejdere, der ikke har tid nok til at udføre opgaverne på en sikkerhedsmæssig forsvarlig måde? | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> |
|---|--------------------------|--------------------------|
-

MASKINER

-
- | | | |
|--|--------------------------|--------------------------|
| 77. Kan medarbejderne uden deres vilje komme til at starte maskiner? | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> |
|--|--------------------------|--------------------------|
-
- | | | |
|--|--------------------------|--------------------------|
| 78. Mangler der brugsanvisninger på grønlandsk og dansk, der fortæller om, hvordan man bl.a. bruger og vedligeholder maskinerne rigtigt? | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> |
|--|--------------------------|--------------------------|
-
- | | | |
|---|--------------------------|--------------------------|
| 79. Er der maskiner, der ikke bliver vedligeholdt, som leverandøren har anvist? | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> |
|---|--------------------------|--------------------------|
-
- | | | |
|--|--------------------------|--------------------------|
| 80. Mangler der lovpligtigt eftersyn på pressere m.m.? | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> |
|--|--------------------------|--------------------------|
-

HÅNDVÆRKTØJ OG ANDRE TEKNISKE HJÆLPEMIDLER

-
- | | | |
|--|--------------------------|--------------------------|
| 81. Arbejder medarbejderne på en uforsvarlig måde med skarpe genstande eller værktøj som glas, plader, knive og mejsler? | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> |
|--|--------------------------|--------------------------|
-
- | | | |
|--|--------------------------|--------------------------|
| 82. Mangler der brugsanvisninger på grønlandsk og dansk, der fortæller om, hvordan man bl.a. bruger og vedligeholder hjælpemidler rigtigt? | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> |
|--|--------------------------|--------------------------|
-
- | | | |
|--|--------------------------|--------------------------|
| 83. Er der tekniske hjælpemidler, der ikke bliver vedligeholdt, som leverandøren har anvist? | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> |
|--|--------------------------|--------------------------|
-

INTERN TRANSPORT OG FÆRDESEL

-
- | | | |
|--|--------------------------|--------------------------|
| 84. Er der rod i form af værktøj, materialer, affald m.v., der ligger dér, hvor man skal færdes, så medarbejderne kan falde? | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> |
|--|--------------------------|--------------------------|
-
- | | | |
|---|--------------------------|--------------------------|
| 85. Er der arbejdsområder og færdselsveje, der ikke er ryddede og ordentlige, eller hvor der ikke er nok lys? | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> |
|---|--------------------------|--------------------------|
-

ja nej

86. Er der glatte gulve og underlag, fx på grund af spildte væsker?

87. Er der arbejdsforhold, der gør, at medarbejderne har risiko for at træde for-
kært, fx genstande på gulvet eller ujævnt underlag?

88. Er der risiko for, at medarbejderne bliver påkørt eller klemt af fx kraner, last-
biler eller trucks på virksomhedens område?

89. Er der køreveje på virksomheden, der ikke er afmærkede?

BELASTNINGER AF KROPPEN M.V.

90. Er der situationer, hvor medarbejderne foretager uhensigtsmæssige vrid eller
drejninger i kroppen?

91. Mangler der løfteredskaber ved løft over 12 kg eller ved uhensigtsmæssige
løft, træk eller skub?

BØRN OG UNGE

INSTRUKTION OG TILSYN

92. Er der unge medarbejdere under 18 år, som ikke har fået en grundig instruk-
tion og oplæring?

93. Arbejder unge under 18 år, uden at en person over 18 år fører tilsyn?

94. Har virksomheden undladt at underrette forældrene om, at den beskæftiger
deres barn under 15 år, eller om at virksomheden beskæftiger deres barn, der
er omfattet af undervisningspligten?

KRAV TIL ALDER

95. Er der ansat børn under 13 år på virksomheden?

96. Er der 13-14-årige eller unge, der er omfattet af undervisningspligten, som
arbejder med andet end lettere arbejde?

MASKINER

97. Er der unge under 15 år, som arbejder med maskiner eller i farlig nærhed af
dem?

98. Er der unge under 18 år, som arbejder med farlige maskiner?

KEMI

ja nej

99. Er der unge under 18 år, som arbejder med farlige kemikalier eller i farlig nærhed af dem?

 ERGONOMI

100. Er der unge under 18 år, som løfter genstande over 12 kg flere gange dagligt?

 ARBEJDSTID M.V.

101. Er der unge under 18 år, der arbejder i tidsrummet mellem kl. 20 og kl. 06?

102. Er der 13-14-årige eller unge, som er omfattet af undervisningspligten, som arbejder mere end to timer på skoledage eller 12 timer i skoleuger?

103. Er der 13-14-årige eller unge, som er omfattet af undervisningspligten, der ikke har en sammenhængende hvileperiode på mindst 14 timer i døgnet?

104. Er der 15-17-årige, som ikke er omfattet af undervisningspligten, der ikke har en sammenhængende hvileperiode på mindst 12 timer i døgnet?

105. Er der unge under 18 år, som ikke har to sammenhængende fridøgn inden for hver periode på syv døgn?

106. Er der unge under 18 år med en arbejdstid på mere end 4 ½ time, som ikke har en pause på mindst 30 minutter?

