



20 KONKRETE TIPS TIL EN SIKRERE KONTORPLASS

Kontorarbeid er kanskje ikke det du assosieres mest med risiko, men det kan være mange skjulte farer også på kontorplassen.

Vi har samlet 20 tips til hvordan du kan innføre tiltak for å redusere risiko for personalskader.

1-6

FALL

De aller fleste ulykker som forekommer på kontor er relatert til fall. Dersom de ansatte blir observante på det, kan det i seg selv være med på å redusere risiko for skade blant de ansatte.

Følgende tiltak kan innføres:

1. Hold kontoret rent og ryddig
2. Unngå å stå på stoler for å hente ting
3. Hold korridorer og fellesområder fri for hindringer
4. Legg tepper og matter på gulv for å hindre skli-skader

Ting som faller ned:

5. Lukk skuffer og skap
6. Stable på en sikker måte

7-9

ERGONOMISKE SKADER

De fleste som jobber på kontor er kjent med det stillesittende arbeidet dette innebærer. Dette kan føre til muskelbelastning og andre skader tilknyttet holdning og gjentakende bevegelser. Ergonomiske skader kan være vanskelig å forutse, derfor er det viktig å innføre tiltak som for eksempel:

7. Tildele utstyr som kan justeres (bord, stoler, matter eller annet utstyr)
8. Instruer personalet i hvordan de best stiller inn utstyret for å hindra at skade oppstår
9. Innfør pauser og skap en kultur for at personalet kan utføre enkle øvelser for å redusere muskelspenninger

10-13

SYNSPROBLEMER

- 10. Still på lyset og benytt arbeidslamper
- 11. Plasser skjermene korrekt ved pultene
- 12. Bruk briller med rett styrke
- 13. Ta pauser for å hvile øynene fra skjermbruk

14-17

BRANNSIKKERHET

- 14. Sørg for at alle kabler er i god stand
- 15. Unngå bruk av levende lys
- 16. Aldri blokker sprinkleranlegg
- 17. Aldri blokker rømningsveier eller branndører

18-20

ADMINISTRATIVE KONTROLLER

- 18. Utfør sikkerhetsrunder
- 19. Hold øye med tegn på belastningsskader
- 20. Snakk med de ansatte om hva som er best for dem og gjør tilpasninger deretter

Gjør det systematiske arbeidsmiljøet enklere

Safety Manager gjør det mulig for deg å registrere alle disse hendelsene i ett enkelt system.

Skap en tryggere arbeidsplass ved å bruke digitale sjekklister for sikkerhetsrunder, risikovurderinger og ved rapportering av hendelser og arbeidsulykker.

Tilpass eller lag dine egne maler eller bruk en av de ferdige malene laget av EcoOnlines erfarne eksperter.

**Test gratis
i 14 dager!**



EcoOnline