

Allmän checklista

Checklistan är framtagen till dig som jobbar inom egenanställning, för att du snabbt ska kunna stämma av din arbetsmiljö på uppdrag som du gör.

Upptäcker du något på din arbetsplats som brister behöver du ta detta med skyddsombudet på arbetsplatsen eller annan ansvarig på arbetsplatsen, om du inte får svar eller undrar något så ber vi dig att kontakta oss.

Känner du dig trygg i din arbetsmiljö?

Ja Nej Ej relevant

Åtgärd: _____

Vet du vem du ska kontakta vid frågor/problem gällande den befintliga arbetsmiljön?

Ja Nej Ej relevant

Åtgärd: _____

Har du tillräcklig information/utbildning för att utföra alla arbetsmoment och hantera alla maskiner som du behöver?

Ja Nej Ej relevant

Åtgärd: _____

Har du korrekt skyddsutrustning för dina arbetsuppgifter/maskiner och vet du hur du ska använda dem?

Ja Nej Ej relevant

Åtgärd: _____

Är du informerad om risker för fall/halkolyckor på din arbetsplats och hur du kan undvika dem?

Ja Nej Ej relevant

Åtgärd: _____

Är arbetsbord och stolar av god ergonomisk standard, till exempel anpassningsbara, höj- och sänkbara?

Ja Nej Ej relevant

Åtgärd: _____

Finns det en lämplig plats för arbetspaus/matplats och tar du regelbundna arbetspauser?

Ja Nej Ej relevant

Åtgärd: _____

Tar du tillräcklig dygnsvila mellan dina uppdrag?

Ja Nej Ej relevant

Åtgärd: _____

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

Ja Nej Ej relevant

Åtgärd: _____

Finns brandskyddsutrustning tillgänglig och i fullgott skick?

Ja Nej Ej relevant

Åtgärd: _____

Finns det minst två utrymningsvägarna som är markerade, märkta med upplysta skyltar, fria och öppningsbara utan nyckel?

Ja Nej Ej relevant

Åtgärd: _____

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

Ja Nej Ej relevant

Åtgärd: _____

Vid truckkörning, har du truckutbildning, skyddsskor och uppdragsgivarens tillstånd att köra?

Ja Nej Ej relevant

Åtgärd: _____

Är du osäker på vad som gäller kring din arbetsmiljö så hör av dig till oss för vägledning.

Mer information och riskbedömningar för vanliga yrken finns på vår hemsida

<https://www.frilansfinans.se/arbetsmiljo/>

På Prevents hemsida finns utökade checklistor för specifika yrken

<https://www.prevent.se/jobba-med-arbetsmiljo/checklistor/>