

Vi månar om dig och din arbetsmiljö.

Innan du påbörjar ett uppdrag som personlig-tränare eller inom dans/yoga rekommenderar vi att du föranmäler uppdraget till oss. Det gör det möjligt för oss att i god tid kontrollera att arbetet täcks av våra försäkringar. Det underlättar också vid till exempel handläggning av eventuell sjuklön och vid anmälan av eventuella arbetsskador till Försäkringskassan.

Vi rekommenderar även att du upprättar ett uppdragsavtal med din uppdragsgivare. På så sätt minimerar du risken för missförstånd kring uppdraget.

Risker:

- Brist på kompetens, lär ut fel
- För mycket träning/fel kost samt skador
- Stress/utmattning vid för mycket arbete

Tänk på:

- Du behöver se till så att du besitter rätt kunskaper och utbildning i ditt område och att du ansvarar över olika individer. Se till att se över kundernas hälsa och eventuella medicinska statusar och du behöver bedöma själv om du har rätt kunskap.
- Du behöver se till så att rätt information ges angående vikten av vila samt kost och även tänka på detta själv för att minska riskerna för skador under ditt arbete.
- Det är viktigt att du tänker på att ditt arbete är fysiskt och att du inte arbetar för många timmar utan att få den vilan du behöver.

Om olyckan är framme är det viktigt att den rapporteras och utreds så att nödvändiga åtgärder kan vidtas och eventuella arbetsmiljörisker lokaliseras. Även tillbud, en händelse som kunde ha lett till skada eller ohälsa, ska rapporteras i förebyggande syfte.

Vid olycka eller tillbud, fyll i blanketten som nås via länken nedan. Beskriv det som inträffat noggrant och skicka blanketten skyndsamt efter att händelsen inträffat via mejl eller post till adressen längst ner på blanketten.

[Blankett för olycka och tillbud \(PDF\)](#)

Här hittar du mer information om [arbetsmiljö](#) och [försäkringar](#).

Din arbetsmiljö är viktig, så tveka inte att höra av dig om du undrar över något. Lycka till med dina uppdrag.

Vänliga hälsningar,
Frilans Finans