

# Riskbedömning för Artist

## Var trygg i din arbetsmiljö

Förutom ett fullgott försäkringsskydd, en flexibel tjänstepensionslösning och en generös friskvårdshantering så är arbetsmiljön och arbetsvillkoren en förutsättning för en god hälsa.

Tänk på att föränmäla ditt uppdrag och få det godkänt av oss innan det påbörjas. Då gäller försäkringsskyddet och vi har då också möjlighet att anmäla en eventuell arbetsskada hos försäkringskassan.

Det är också viktigt att du upprättar ett uppdragsavtal mellan dig och din uppdragsgivare gällande bland annat ersättning, arbetsuppgifter och andra arbetsvillkor.

För att undvika ohälsa och olyckor är det viktigt att du känner dig trygg på din arbetsplats och är medveten om de risker som finns och hur de kan undvikas. Följande riskbedömning har gjorts för dig som är artist.

Riskområde	Beskrivning av risk	Åtgärder för att minska risken
Fysisk hälsa	<ul style="list-style-type: none"> <li>Skador på stämbanden vid överansträngning, särskilt under intensiva turnéer eller repetitioner.</li> <li>Muskel- och ledsador, speciellt för artister som dansar eller hanterar tunga instrument.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>Regelbunden röstvård och röstträning samt tillräcklig vila mellan uppträdanden.</li> <li>Ergonomisk träning, såsom stretching och styrketräning, för att stärka kroppen och förebygga skador.</li> <li>Användning av ergonomiska verktyg och utrustning under framträdanden och repetitioner.</li> </ul>
Psykisk hälsa	<ul style="list-style-type: none"> <li>Hög stress på grund av press att prestera, långa arbetsdagar, och frekventa resor.</li> <li>Risk för utbrändhet, ångest eller depression vid långvarig överbelastning.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>Regelbundna pauser och planering av rimliga arbetsdagar för att balansera arbete och fritid.</li> <li>Tillgång till psykologiskt stöd, såsom samtalsterapi eller coachning.</li> <li>Hantering av förväntningar genom tydlig kommunikation med management och publik.</li> </ul>
Utrustning och teknisk säkerhet	<ul style="list-style-type: none"> <li>Elektriska stötar, brandrisk eller skador från fallande utrustning vid uppträdanden.</li> <li>Skador vid installation eller nedmontering av scen- och ljusutrustning.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>Regelbunden inspektion och underhåll av all teknisk utrustning.</li> <li>Säkerställ att all installation av utrustning görs av utbildade tekniker, och att all utrustning är korrekt fäst och stabil.</li> <li>Användning av korrekt skyddsutrustning, såsom handskar och säkerhetsskor, vid hantering av tunga eller elektriska komponenter.</li> </ul>
Publik och säkerhet	<ul style="list-style-type: none"> <li>Risk för trängsel, våldsamma incidenter eller intrång från publiken under och efter framträdanden.</li> <li>Risk för överbelastning av utrymningsvägar i händelse av en nödsituation.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>Anlita tillräcklig säkerhetspersonal för att hantera publiken och upprätthålla ordning.</li> <li>Säkerställ att scenen är korrekt avspärrad från publiken, och att nödutgångar är tydligt markerade och fria från hinder.</li> <li>Genomföra säkerhetsgenomgångar och riskbedömningar före varje framträdande, särskilt vid större evenemang.</li> </ul>
Belysning och pyroteknik	<ul style="list-style-type: none"> <li>Ögonskador eller brännskador från starka ljuskällor eller pyroteknisk utrustning.</li> <li>Brandrisk vid felaktig hantering av pyroteknik.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>Användning av utbildade tekniker för hantering och installation av belysning och pyroteknik.</li> <li>Användning av skyddsglasögon och annan skyddsutrustning när det behövs.</li> </ul>

		<ul style="list-style-type: none"><li>• Upprätta säkerhetszoner runt pyroteknisk utrustning och säkerställ att brandbekämpningsutrustning finns tillgänglig.</li></ul>
Arbete på höga höjder	Fallrisk vid uppträdanden på upphöjda scener eller vid riggning av utrustning.	<ul style="list-style-type: none"><li>• Användning av säkerhetssele och annan fallskyddsutrustning vid arbete på höga höjder.</li><li>• Säkerställ att all riggning och upphöjda strukturer är stabila och korrekt installerade.</li><li>• Genomföra utbildning i arbete på höga höjder för alla involverade personer.</li></ul>
Exponering för buller	Hörselskador från långvarig exponering för hög musik eller bullriga miljöer.	<ul style="list-style-type: none"><li>• Användning av hörselskydd vid repetitioner och framträdanden med hög ljudnivå.</li><li>• Regelbundna hörselkontroller för att upptäcka eventuella skador i ett tidigt skede.</li><li>• Bevakning av ljudnivåer och anpassning av volymen där det är möjligt.</li></ul>

Trots åtgärder för att minimera risken kan tillbudet eller olyckan vara framme. Då är det viktigt att rapportera och utreda händelsen så att nödvändiga åtgärder kan vidtas.

Använd följande blankett för att rapportera händelsen och skicka till oss via epost.

[Blankett för inrapportering av tillbud eller olycka \(pdf för utskrift\)](#)

[Blankett för inrapportering av tillbud eller olycka \(ifyllningsbar wordfil\)](#)

Lycka till i uppdraget som artist och kontakta oss om du undrar över något. Tillsammans gör vi din arbetsmiljö bättre.