

Riskbedömning för Lokalvårdare

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 föranmäla 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 lokalvårdare.

Riskområde	Beskrivning av risk	Åtgärder för att minska risken
Fysisk belastning och ergonomi	<ul style="list-style-type: none"> Rygg- och leddskador vid lyft av tunga föremål eller vid långvarigt arbete i olämpliga arbetsställningar, såsom böjd rygg eller upprepade rörelser. Överbelastning av armar, axlar och handleder vid arbete med tung eller vibrerande utrustning som dammsugare, moppar och skurmaskiner. 	<ul style="list-style-type: none"> Användning av ergonomiska hjälpmedel som höj- och sänkbara mopphandtag och lättare utrustning för att minska belastningen. Utbildning i lyftteknik och ergonomiska arbetsställningar för att förebygga skador. Regelbundna pauser och växling mellan arbetsuppgifter för att undvika monotona rörelser och statiska arbetsställningar.
Kemikaliehantering	<ul style="list-style-type: none"> Hudirritation, allergier eller andningsbesvär vid exponering för starka rengöringsmedel eller desinfektionsmedel. Risk för kemiska brännskador vid spill eller stänk av frätande ämnen. 	<ul style="list-style-type: none"> Användning av personlig skyddsutrustning (PPE) som handskar, skyddsglasögon och andningsskydd när kemikalier används. Noggrann utbildning i korrekt hantering, förvaring och blandning av kemikalier för att minska risken för olyckor. Användning av mildare och miljövänliga rengöringsmedel där det är möjligt.
Halk- och fallrisker	<ul style="list-style-type: none"> Halkolyckor på våta golv eller halkiga ytor, särskilt vid användning av vattenbaserade rengöringsmedel. Fall från stegar eller andra höga ytor vid fönsterputsning eller rengöring av svårtillgängliga områden. 	<ul style="list-style-type: none"> Användning av halkfria skor och tydlig markering av våta golv med varningsskyltar. Se till att rätt typ av stegar används och att dessa är i gott skick. Stegar ska också vara korrekt placerade och säkrade innan användning. Implementering av rutiner för att omedelbart torka upp spill och att ha en plan för halkskydd i riskområden.
Arbete i dålig arbetsmiljö	<ul style="list-style-type: none"> Dålig ventilation, som kan leda till andningssvårigheter eller förvärrad exponering för damm och kemikalier. Exponering för buller från utrustning, såsom dammsugare eller skurmaskiner. 	<ul style="list-style-type: none"> Säkerställ att arbetsplatserna har god ventilation, särskilt i små och slutna utrymmen. Användning av hörselskydd vid arbete i bullriga miljöer och underhåll av utrustning för att minimera buller. Bedömning av arbetsmiljön innan arbete påbörjas, och vid behov användning av luftrenare eller dammsugare med HEPA-filter.

Psykosociala risker	<ul style="list-style-type: none"> • Stress eller psykologiska påfrestningar vid arbete under tidspress eller med höga krav på noggrannhet och resultat. • Ensamarbete som kan leda till känslor av isolering och ökad risk vid olyckor. 	<ul style="list-style-type: none"> • Planering och tidsanpassning av arbetet för att undvika onödig stress och pressade tidsramar. • Möjlighet att arbeta i team där det är möjligt och regelbundna avstämningar med arbetsledare. • Tillgång till stödresurser som företagshälsovård och samtalsterapi för att hantera stress och andra psykosociala problem.
Smittorisker	Exponering för smittämnen, särskilt vid städning av offentliga eller sanitetsutrymmen, vilket kan leda till infektioner eller smittspridning.	<ul style="list-style-type: none"> • Användning av engångshandskar och vid behov munskydd eller visir för att minska risken för smittspridning. • Strikta hygienrutiner inklusive frekvent handtvätt och användning av handdesinfektion. • Utbildning i säker hantering av avfall och kontaminerat material samt säker bortskaffning av detta.
Arbete i höga temperaturer eller fuktiga miljöer	Risk för värmeslag eller uttorkning vid arbete i varma och fuktiga miljöer, som bastur eller tvätterier.	<ul style="list-style-type: none"> • Se till att arbetstagare har tillgång till vatten och kan ta regelbundna pauser i svalare miljöer. • Användning av lämpliga arbetskläder som är lätta och andas bra. • Övervakning av arbetstagarnas hälsa under extremt varma eller fuktiga förhållanden och omfördelning av arbetstider vid behov.

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 lokalvårdare och kontakta oss om du undrar över något. Tillsammans gör vi din arbetsmiljö bättre.