

Forebyg nedslidning og arbejdsulykker i private virksomheder



*Få inspiration til projekter om
godt arbejdsmiljø*


AVIDENZ
AUTORISERET ARBEJDSMILJØRÅDGIVER

Kontaktinformationer:

Avidenz A/S

Telefon 66 17 34 55

E-mail: info@avidenz.dk

www.avidenz.dk

Få tilskud til at forebygge nedslidning og arbejdsulykker

Der er penge i et godt arbejdsmiljø. Når der er styr på arbejdsmiljøet, sker der færre uheld, der er mindre spildtid og medarbejderne trives. Desuden undgår man ubehagelige overraskelser, når Arbejdstilsynet kommer forbi.

Men det kan være svært at finde ressourcerne i en travl tid. Derfor er der nu indført en tilskudsordning for mindre virksomheder, som gerne vil have et bedre arbejdsmiljø.



Op til 80 procent i tilskud

Private virksomheder med op til 50 ansatte har således fra slutningen af marts 2021 mulighed for at søge tilskud til projekter, der forebygger fysisk og psykisk nedslidning samt arbejdsulykker.

En ny tilskudspulje finansierer 80 procent af omkostningerne til rådgivning og undervisning ved en autoriseret arbejdsmiljørådgiver, leje af udstyr, der prøves af og til sundhedsfremme på arbejdspladsen. Der gives ikke tilskud til opfyldelse af lovkrav som f.eks. APV og kemisk risikovurdering (APV).

Her får du idéer og de rette kompetencer

Hos Avidenz skaber vi sikkert arbejdsmiljø og trivsel i danske virksomheder. Vores klare mål er at være den bedste samarbejdspartner, når virksomheder vil udvikle deres arbejdsmiljø.

Vi hjælper jer gennem hele processen

Vi står klar til at hjælpe jer igennem hele processen fra start til slut.

Det drejer sig om følgende:

- Vi hjælper jer med at planlægge indsatsen, inden der søges tilskud
- Vi hjælper i ansøgningsprocessen
- Vi udarbejder en projektbeskrivelse ud fra jeres ønsker og behov
- Vi rådgiver jer hele vejen igennem projektet
- Vi hjælper med det afsluttende regnskab

I dette katalog finder I en række forslag til projekter, hvor vi sammen med jer kan skabe værdi for jeres arbejdsplads.

INDHOLD

Indholdet i kataloget er inddelt i de 5 indsatsområder, der kan søges tilskud til.

<i>1. Forebyggelse af fysisk nedslidning</i>	6
<i>2. Forebyggelse af psykisk nedslidning</i>	8
<i>3. Forebyggelse af arbejdsulykker</i>	12
<i>4. Sundhedsfremme i form af fysisk træning</i>	16
<i>5. Leje og afprøvning af tekniske hjælpemidler</i>	18

Forebyggelse af fysisk nedslidning

Hvert år bliver der anmeldt mellem 16-18.000 erhvervssygdomme. Godt en 1/3 af anmeldelserne vedrører påvirkning af kroppens muskler og led. Den hyppigst registrerede anmeldelse handler om løft, bæring, skub og træk, og de områder, der scorer højest, er gener fra ryg, skuldre, albuer og knæ.

Ved at forebygge muskel- og skeletbesvær fastholdes medarbejderne på arbejdspladsen, og I undgår, at de får varige skader på led, sener og muskler.

Den rette forebyggelse bidrager til:

- Mindre sygefravær
- Færre menneskelige konsekvenser
- Positiv effekt på virksomhedens produktivitet og økonomi



Med dette forslag til indsats får I nogle gode redskaber til at planlægge og prioritere indsatsen på det ergonomiske område på både kort og lang sigt.

Vi tilbyder indsatser på forskellige niveauer i jeres organisation:

- Kortlægning af ergonometri på de forskellige arbejdsområder for virksomhed, udekørende medarbejdere, byggepladser, kontor, produktion, lager, hjemmearbejde etc.
- Uddannelse af eksempelvis AMO, medarbejdere eller ressourcepersoner indenfor ergonometri og fysisk træning
- Implementere forebyggende ergonomiske tiltag ved hjælp af adfærdsdesign og nudging

- Finde tilpassede løsninger ift. tunge løft, bæring samt træk og skub som giver mening, motiverer medarbejderne og forebygger fysisk nedslidning
- Input til valg og afprøvning af forskellige hjælpemidler

Forløbet startes op med en uddybende snak om, hvor jeres udfordringer er. Vi sammensætter herefter i samarbejde med jer et forløb, der er målrettet jeres behov, som inddrager medarbejderne, og som forebygger fysisk nedslidning af jeres medarbejdere.

Forebyggelse af psykisk nedslidning

I stort set alle danske virksomheder er medarbejderne den vigtigste ressource. Uden dygtige og engagerede medarbejdere kan mange virksomheder ikke producere og servicere deres kunder.

Dårligt psykisk arbejdsmiljø og dårlig trivsel kan føre til:

- Personlige omkostninger for den enkelte medarbejder
- Psykisk nedslidning af gode og dygtige medarbejdere
- Demotiverede medarbejdere
- Lange sygemeldinger
- Medarbejderne forlader virksomheden
- Økonomiske omkostninger for jeres virksomhed



Forslag til projekter som fremmer trivslen

1. Forebyg stress, og opnå bedre trivsel for medarbejderne

Desværre er det faktisk, at mange virksomheder oplever stressede og overbelastede medarbejdere – og det er for mange virksomheder overraskende og uforståeligt, at det kan ske for netop dem. Stress og overbelastning har store konsekvenser for de berørte medarbejdere, kollegerne og virksomheden.

Det er en god investering at forebygge stress og forbedre trivslen i jeres virksomhed – både for jeres virksomhed og jeres medarbejdere.

I et projekt om stress og trivsel kan bl.a. indgå:

- Hvordan spotter vi en medarbejder, der er på vej mod stress?
- Hvordan håndterer vi en medarbejder, der udviser tegn på stress?
- Hvilke hensyn skal der tages?
- Hvilke forhold kan vi arbejde med for at fremme trivslen og dermed forebygge stress?

2. Udvikling af en positiv kultur for god omgangstone i jeres organisation

”Krænkende handlinger, herunder bl.a. mobning og uønsket seksuel opmærksomhed samt trusler om vold, hører ikke hjemme på vores virksomhed, og vi vil ikke acceptere dette”. Det er en klar og tydelig udmelding fra de fleste virksomhedsledere.



Desværre forekommer krænkede handlinger og trusler om vold stadig på danske arbejdspladser på trods af ledelsens klare udmelding.

Det kan en indsats for en positiv kultur og god omgangstone bidrage til få rettet op på.

Nogle af de ting, der kan arbejdes med i løbet af projektet, er:

- Hvordan spotter vi det og handler hurtigt og konkret, hvis det forekommer?
- Hvordan opnår vi en kultur, der ikke tillader krænkende handlinger?
- En klar og positiv kultur for god omgangstone og åbenhed om, hvordan vi omgås hinanden
- Hvordan gør vi vores kommunikation åben, direkte og fremadrettet?
- Hvordan bruger vi konflikthåndtering i forebyggelsen?

3. Bedre samarbejde og trivsel i jeres virksomhed

Dårligt samarbejde, medarbejdernes oplevelse af manglende opbakning fra ledelse eller kolleger, oplevelse af ulighed eller uretfærdighed kan medvirke til et psykisk dårligt arbejdsmiljø og kan have negativ indvirkning på trivslen og arbejdsglæden for de ansatte.



Det kan også være forandringer i virksomheden, som skaber utryghed. Nye opgaver, nye it-systemer, fusioner osv. stiller i dag også store krav til medarbejderne. Det gælder om at styrke samarbejdet både i drift og udvikling, så man undgår, at medarbejdere forlader virksomheden i utide.

Undersøgelser viser, at virksomheder, der har fokus på god trivsel og arbejdsglæde, ofte klarer sig bedre økonomisk og er mere omstillingsparate end virksomheder, der ikke arbejder med udvikling af trivsel og har fokus på et godt psykisk arbejdsmiljø.

Et projekt kan med fordel omhandle:

- Hvordan kan vi styrke samarbejdsrelationerne i vores virksomhed mellem medarbejderne i de enkelte afdelinger, på tværs af afdelinger og ikke mindst mellem ledelse og medarbejdere?
- Hvordan skaber vi gode og udviklende rammer og jobindhold for de enkelte medarbejdere?
- Hvordan tackler vi bedst forandringer/skaber gode forandringer?

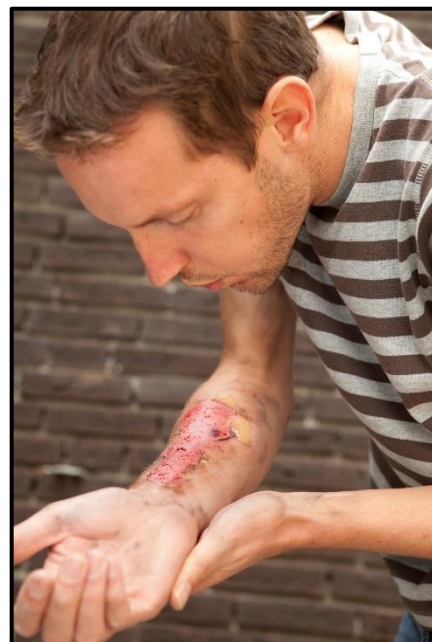
Forebyggelse af arbejdsulykker

Der bliver hvert år anmeldt over 40.000 arbejdsulykker i Danmark.

De fleste virksomheder er klar over, at arbejdsulykker er dyre. I gennemsnit kan man regne med følgende udgifter:

- Ca. en månedsløn
- Vikarbetaling, arbejdsomlægning m.m.

Selvom man ikke har mange ulykker på den enkelte virksomhed, så giver de risici, der kan medføre ulykker også en masse bøvvl i det daglige arbejde. Når medarbejderne hele tiden skal være opmærksomme på f.eks. rod, manglende sikring af maskiner samt udstyr, der ikke rigtigt virker, så spilder de kostbar tid, som kunne bruges på at gøre et godt stykke arbejde.



I forebygger bedst ulykker ved at lade sikkerhed være en fælles opgave, som alle i virksomheden bidrager til.

Ulykker er ikke hændelige uheld – de kan altid forebygges.

Der er flere måder at arbejde med forebyggelse på, og vi er klar til at planlægge et projekt, der støtter op om jeres virksomhed og jeres behov.

1. Forebyg ved hjælp af risikovurderinger og sikkerhedsrundring

Et vigtigt led i forebyggelse af ulykker er at fjerne risikoen. Her er det vigtigt at have et overblik over hvilke områder, der indebærer en risiko, hvor kan det gå galt. F.eks. om det er fald fra højden, i forbindelse med intern færdsel på virksomheden eller noget helt tredje.

Vi kan bl.a. sætte fokus på:

- At styrke vidensniveauet i virksomheden om hvilke farlige situationer, der er. Dette kan f.eks. gøres via træning i sikkerhedsrundringer og observationer

- Træning i risikovurderinger, også ved indførelse af nye arbejdsgange, maskiner m.m.
- Daglige risikovurderinger, inden en opgave startes op
- Metoder til oplæring og instruktion
- Dialog om hvilke tiltag, der kan træffes

2. Styrk sikkerhedskulturen

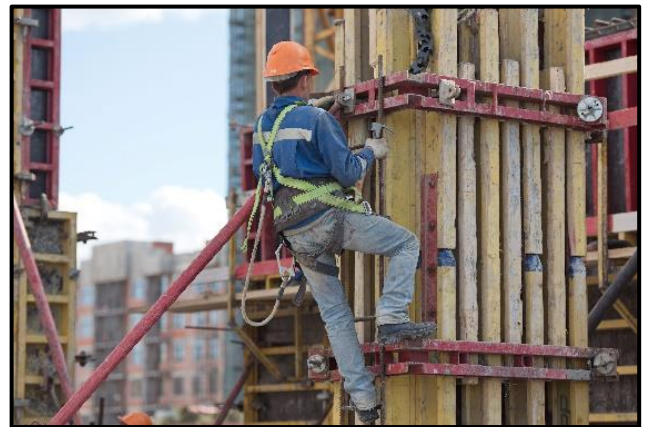
Virksomheder med en god sikkerhedskultur har færre arbejdsulykker.

Mange ulykker sker nemlig som følge af uhensigtsmæssig adfærd, hvor medarbejderne efterfølgende fortæller:

”Jeg skulle bare lige”,

”Det plejer jo ikke at gå galt” eller

”Jeg havde ikke lige fået det rigtige udstyr med”.



Så styrk sikkerhedskulturen blandt jeres medarbejdere, og oplev færre arbejdsulykker. Læs mere om hvordan herunder.

Der er 3 vigtige forudsætninger for at skabe en god sikkerhedskultur:

1. Dialog om sikkerhed mellem ledelse og medarbejdere
2. En ledelse, der tydeligt prioriterer sikkerheden
3. At sikkerhed tænkes ind i alle arbejdsopgaver hele tiden

For at få det bedste udgangspunkt i projektet, vil vi sætte fokus på at undersøge, hvordan sikkerhedskulturen er hos jer. Dette kan bl.a. gøres ved at gennemføre en undersøgelse/test af sikkerhedskulturen og via observationer/sikkerhedsmålinger.

Forebyg nedslidning og arbejdsulykker

For at styrke sikkerhedskulturen kan vi i projektet f.eks. gennemføre kurser/temamøder rettet mod ledelsen, arbejdsmiljøorganisationen og medarbejderne.

Kurser/temamøder planlægges ud fra jeres behov og kan f.eks. indeholde følgende:

- Hvorfor sker der ulykker?
- Hvor er I i forhold til arbejdsmiljøindsatsen, og hvor vil I gerne hen?
- Hvordan efterspørger vi sikkerhed i det daglige arbejde?
- God introduktion af nye medarbejdere
- Oplæring og instruktion
- Vigtigheden af planlægning

Pas på dig selv og dine kolleger med fokus på, hvad medarbejderne kan bidrage med.

3. Bliv bedre til at analysere ulykker og nærved-ulykker, og få medarbejderne til at indberette farlige situationer

Det er vigtigt, at virksomheden lærer af eventuelle ulykker og nærved-ulykker. Hvad gik galt, og hvad kan gøres bedre?

Vi oplever, at det kniber med at få medarbejderne til at fortælle om nærved-ulykker og farlige situationer på rigtig mange virksomheder.



Fokuspunkterne i forbindelse med et projekt kan være:

- Dialog om, hvordan vi kan få medarbejderne til at indberette nærved-ulykker og farlige situationer
- Implementering af redskaber til brug for analyse af ulykker og nærved-ulykker
- Træning i analyse af ulykker
- Opfølgning

Sundhedsfremme i form af fysisk træning

Træning på arbejdspladsen kan forebygge muskel- og skeletbesvær og forebygge nedslidning. Det giver mindre sygefravær og gladere medarbejdere.

Få minutters styrketræning på arbejdet kan ifølge Det Nationale Forskningscenter for Arbejds miljø:

- Forebygge og mindske smerter i muskler og led med op til 50% samt forbedre arbejdsevnen



Nye analyser viser desuden, at der også er andre sidegevinster ved træningen. Styrketræning sammen med kolleger på arbejdspladsen og i arbejdstiden skaber nemlig også:

- Mere veloplagte og mindre udslidte medarbejdere
- Et mindre konfliktfyldt og mere opmuntrende og støttende socialt klima

Træning i arbejdstiden kan altså bidrage til en arbejdsmiljøindsats med flere bundlinjer.

- Men hvilken træning virker bedst?
- Hvor meget eller hvor lidt træning, skal der til?
- Hvordan sikrer vi, at alle er med på idéen?
- Kan vi undgå et A- og et B-hold?
- Hvordan fastholder vi motivationen for at træne?

Dette er nogle af de spørgsmål vi ofte får, når virksomheder overvejer at opstarte træning på virksomheden. Vi tilbyder at hjælpe med at få skabt et godt fundament for at opstarte træningen på jeres arbejdsplads. Et vigtigt parameter her er, at der er et engagement og en aktiv deltagelse af ledelsen.

Forebyg nedslidning og arbejdsulykker

Vi bidrager med faglig viden omkring træning og motivation på forskellige niveauer i jeres organisation, afhængig af hvad jeres behov er.

Dette kan eksempelvis være:

- Udarbejde tilpassede træningsforløb for virksomheden samt sikre fastholdelse
- Uddannelse af eksempelvis AMO, medarbejdere eller ressourcepersoner indenfor træning
- Afdække og motivere den enkelte medarbejders ønsker og behov ved hjælp af et sundhedstjek

Vi vil i samarbejde med jer sammensætte et forløb, der er målrettet jeres behov, som inddrager medarbejderne og som forebygger fysisk nedslidning af jeres medarbejdere.

Leje og afprøvning af tekniske hjælpemidler

I kan søge tilskud til leje og afprøvning af tekniske hjælpemidler, som kan medvirke til at forbedre de ergonomiske forhold, forebygge nedslidning, mindske ensidigt belastende arbejde og reducere risikoen for arbejdsulykker.



Det giver sig selv at medarbejdere, der bruger løfteudstyr, har godt indrettede arbejdsstationer og i det hele taget bruger tekniske hjælpemidler i stedet for at slide på kroppen med tungt eller besværligt arbejde, holder længere og har det bedre. Desuden stiger produktiviteten, fordi de tekniske hjælpemidler som regel kan klare mere end den enkeltes krop.

Vi kan bidrage med faglig viden og erfaring i valg af tekniske hjælpemidler samt afprøvning, afhængig af hvad jeres behov er.

Dette kan eksempelvis være:

- Afdækning af de ergonomiske belastninger, rådgivning omkring mulige tekniske hjælpemidler samt udbytte for medarbejder og virksomhed
- Sikre medarbejderinddragelse ved afprøvning og valg af tekniske hjælpemidler og derved forbedre det ergonomiske arbejdsmiljø
- Uddannelse af eksempelvis AMO, medarbejdere eller ressourcepersoner indenfor tunge løft, bæring, træk og skub ift. at forebygge nedslidning og reduktion af arbejdsulykker

Kontakt Avidenz

Kontakt os for en snak om, hvordan et projektforsløb hos jer kan sammensættes bedst muligt, så det lever op til jeres ønsker og behov.

Avidenz A/S
Telefon 66 17 34 55
E-mail: info@avidenz.dk
www.avidenz.dk

Vi hjælper over hele landet



Avidenz A/S
Telefon 66 17 34 55
E-mail: info@avidenz.dk
www.avidenz.dk

