

1. AMO skal beslutte, hvad man skal fokusere på i det kommende år.
  2. AMO skal beslutte, hvordan samarbejdet skal foregå, herunder samarbejdsformer og mødeintervaller.
  3. AMO skal vurdere, om det foregående års mål er nået.
  4. AMO skal sætte mål for det kommende års samarbejde.
  5. AMO skal bidrage til kompetenceudviklingsplanen.
- I skal kunne dokumentere overfor Arbejdstilsynet, at I har lavet den.

## SVAR

## SPØRGSMÅL

# Arbejds miljødrøftelsen

Hvad skal den indeholde?

Hvem skal lave den?

Hvor ofte skal den laves?



- Enkelte tunge løft. Fra 10-15 kg og opfter. Sække, dunke, kasser og folieruller  
 Løftehøjden skal være mellem midtår og albuehøjde, og I skal så vidt muligt undgå foroverbøjninger.
- Samlede løftemængder. Gentagne løft af byrder over 3 kg?  
 De skal kortlægges, så I ved, hvor meget der løftes pr. dag pr. person.
- Arbejdsstillinger  
 Kan I undgå gentagne vrid og foroverbøjninger?  
 Bruges indstilligheder og hjælpemidlerne?
- Skub og træk. Udlæsning, paller m.m.  
 Er det for tungt, er der udsyn, er gulvet jævnt m.m.
- Bæring af tunge emner  
 Brug hjælpemidler, hvor det er muligt.

## SVAR

### SPØRGSMÅL

# Hvad ser Arbejdstilsynet typisk efter ved et tilsynsbesøg?



I skal lave en kompetenceudviklingsplan, der beskriver, hvilken viden I har i AMO

Arbejdsmiljøgrupperne skal have tilbudt 1½ dags efteruddannelse hvert år  
Nye skal have 2 dage det første år ud over den obligatoriske uddannelse.  
I kan også spare op, så I tager 3 dage inden for en toårig periode.

Beslut hvad I behøver af viden, når I laver arbejdsmiljødrøftelsen  
I kan tage på kursus. I kan få en ekspert til at holde et kursus/møde for jer  
på virksomheden, eller måske har I en ekspert i eget hus, der kan stå for  
uddannelsen.

I skal kunne dokumentere, at I har tilbudt efteruddannelse til AMO

## SVAR

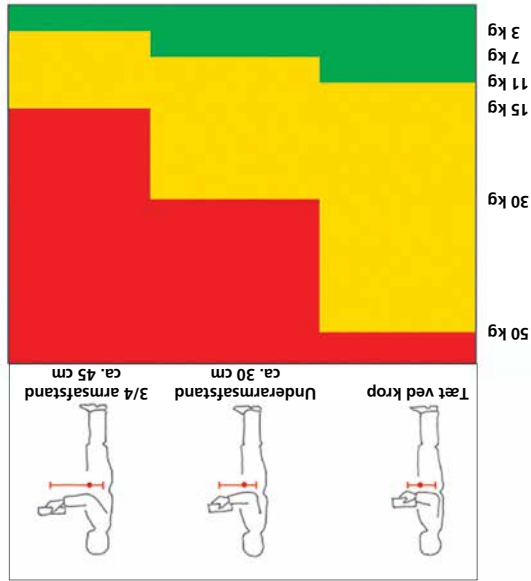
## SPØRGSMÅL



# Supplerende uddannelse og kompetence- udviklings plan

Hvordan er det nu lige?

- Vejledende grænser**
- Byrdens beskaffenhed
  - Vrid
  - Foroverbøjning
  - Løft fra siden
  - Med en hånd
  - Løft under knæhøjde
  - Løftover skulder højde
  - m.m.
- Løftegrænserne gælder, når der ikke er forværende faktorer som:



**SVAR**

- Ca. 10 ton pr. dag for løft tæt ved kroppen
  - Ca. 6 ton pr. dag for løft i underarmsafstand
  - Ca. 3 ton pr. dag for løft i 3/4-armsafstand.
- Der skal træffes foranstaltninger for løftearbejde, hvis den samlede vægt pr. ansat pr. dag overstiger nedenstående retningslinjer:

**SPØRGSMÅL**

**Har I tunge løft?  
 Har I overblik over,  
 hvor meget der løftes?**

