

## TJEKLISTE - Instruktion af nye medarbejdere i arbejdsstillinger og -bevægelser

Medarbejder - løn nr.: \_\_\_\_\_

Ansættelsesdato: \_\_\_\_\_

Teoretisk	Gennem- gået	Forstået	Behov for op- følgning
<p>■ <b>Juridiske pligter og ansvar i forbindelse med at udføre opgaverne sikkert og sundt:</b></p>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
<p><u>Arbejdsgiver:</u></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>▪ Planlægge og tilrettelægge arbejdet, så det kan udføres sikkerheds- og sundhedsmæssigt fuldt forsvarligt.</li> <li>▪ At der benyttes egnede tekniske hjælpemidler.</li> <li>▪ De ansatte får oplysning om risici ved arbejdet.</li> <li>▪ De ansatte får den fornødne oplæring og instruktion inden de begynder at arbejde.</li> </ul> <p><u>Arbejdsleder:</u></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>▪ Medvirke til at arbejdet er sikkerheds- og sundhedsmæssigt fuldt forsvarligt indenfor sit arbejdsområde – både i forhold til indretning, oplæring og brug af tekniske hjælpemidler.</li> <li>▪ At regler og administrative beslutninger om arbejdsmiljø overholdes.</li> </ul> <p><u>Medarbejder</u></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>▪ Medvirke til at fremme sikkerheden og sundheden inden for sit arbejdsområde.</li> <li>▪ Overholde reglerne på arbejdspladsen.</li> <li>▪ Følge arbejdslederens og sikkerhedsorganisationens anvisninger og administrative beslutninger.</li> <li>▪ Meddele fejl og mangler til arbejdslederen eller sikkerhedsrepræsentanten.</li> </ul>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
<p>■ <b>Gennemgang af film og pjecer (<a href="http://www.bryggryg.dk">www.bryggryg.dk</a>):</b></p>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
<ul style="list-style-type: none"> <li>▪ På baggrund af film nr. 1, 2, 5 og 6 og tilhørende pjecer gennemgås teori om løft og bæring. Herunder: rækkeafstande, løftehøjde og arbejdsstillinger under løft (hvilke tekniske hjælpemidler der kan benyttes, gå tæt på, hold ryggen ret, løft med begge hænder, hold tæer og næse i samme retning osv.).</li> </ul>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>

<ul style="list-style-type: none"> <li>▪ På baggrund af film nr. 7 og tilhørende pjeces gennemgås teori om træk/skub. Herunder: Hvor meget må træk/skub, arbejdsstillinger ved træk/skub (hvilke tekniske hjælpemidler der kan benyttes, gå tæt på, undgå løftede skulder og bøjet ryg, hold tæer og næse i samme retning osv.).</li> </ul>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
<ul style="list-style-type: none"> <li>▪ På baggrund af film nr. 3, 4, 7 og 8 og tilhørende pjecer gennemgås teori om arbejdsstillinger og arbejdsbevægelser. Herunder: Arbejdsstillinger i lastvogn, på truck, på el. hunde osv.</li> </ul>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
<ul style="list-style-type: none"> <li>■ <b>Sundhed som forebyggelse af nedslidning.</b></li> </ul>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
<ul style="list-style-type: none"> <li>▪ Snak om hvordan fysisk form, vægt, ryg og alkohol kan have en sammenhæng med fysisk nedslidning.</li> </ul>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
<ul style="list-style-type: none"> <li>■ <b>Udlevere drikkevarebranchens vejledning om håndtering af øl og læskedrikke.</b></li> </ul>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
<p><u>Gennemgå særligt vigtige regler, herunder:</u></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>▪ Regler for pladsforhold (bredde og højde)</li> <li>▪ Regler for underlag</li> <li>▪ Regler for transport på trapper</li> <li>▪ Regler for hvor højt man må stable</li> </ul>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>

Praktisk	Afprøvet	Opfølgning ved side- mandsop- læring.
<ul style="list-style-type: none"> <li>■ <b>Manuelle løft af forskellige emballagetyper</b></li> </ul>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
<ul style="list-style-type: none"> <li>■ <b>Demonstration og gennemgang af brug af håndvogn, multi håndvogn og 1/4-palleløfter</b></li> </ul>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
<ul style="list-style-type: none"> <li>▪ Nedtagning fra paller.</li> <li>▪ Kørsel med byrde (husk retningsskift).</li> </ul>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
<ul style="list-style-type: none"> <li>■ <b>EI. hund/stabler</b></li> </ul>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
<ul style="list-style-type: none"> <li>▪ Afprøvning med byrde.</li> <li>▪ Forsvarlig kørsel.</li> </ul>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
<ul style="list-style-type: none"> <li>■ <b>Trappekravler (chauffører)</b></li> </ul>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
<ul style="list-style-type: none"> <li>▪ Indstillinger (step-by-step/trinløst, bremsen, hastighed).</li> <li>▪ Afprøvning uden og med byrde.</li> <li>▪ Batteri.</li> <li>▪ Vedligehold.</li> </ul>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
<ul style="list-style-type: none"> <li>■ <b>Vacuumløfter/kransystemer (lager)</b></li> </ul>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
<ul style="list-style-type: none"> <li>▪ Afprøvning på forskellige emballagetyper</li> </ul>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>

Gennemført:

Medarbejder, dato

Superbruger, dato

Opfølgning:

Medarbejder, dato

Superbruger, dato