



Furesø Boligselskab  
Vester Voldgade 17  
1552 København V

Arbejdstilsynet  
Tilsynscenter Øst  
Landskronagade 33  
2100 København Ø

T 70 12 12 88  
at@at.dk  
www.at.dk

CVR 21481815

6. februar 2018

## Vejledning

Arbejdstilsynet var på tilsynsbesøg den 31. januar 2018 hos Furesø Boligselskab, Palholmterrasserne 15, 3520 Farum. Vi talte med arbejdsgivere/arbejdsgiverrepræsentanter Betina Darlslund, Palle Rye og Jan Erik Andersen, samt følgende ansatte Ivan Petersen og Lis Damgaard.

En vejledning er ikke en afgørelse, men alene information om arbejdsmiljøreglerne eller anbefalinger til, hvordan et bestemt arbejdsmiljøproblem kan forbedres.

Som vi oplyste på besøget, vil vi gerne vejlede jer om følgende arbejdsmiljøforhold:

### Vejledning om løft

Ved besøget blev drøftet håndtering af storskrald samt løft af dunke med sprinklervæske.

Arbejdstilsynet kunne på det foreliggende grundlag ikke konstatere en overtrædelse af arbejdsmiljøloven, men anbefaler et vedvarende fokus på løft og arbejdsstillinger samt brug af tekniske hjælpemidler ved håndtering af storskrald samt løft af dunke med sprinklervæske, og vil derfor vejlede om emnet.

Ved planlægning og tilrettelæggelse af arbejdet bør virksomheden samtidig sikre, at der er instruering i gode arbejdsteknikker til de løft, der er nødvendige, samt sikre at disse teknikker anvendes.

Det bør ligeledes tilstræbes, at der er egnede tekniske hjælpemidler som for eksempel rulleborde, opfyldningsvogne og lignende, og at disse anvendes, således at alle funktioner, der er forbundet med arbejdet, kan udføres sikkert og med forsvarlige arbejdsstillinger og arbejdsbevægelser. Når man skal vurdere, hvorvidt et løft indebærer en sundhedsrisiko, ser man på følgende forhold:

- Byrdens vægt og beskaffenhed (hvordan er byrden at holde på, kan man få ordentligt fat, byrdens størrelse etc.).
- Rækkeafstand, det vil sige, hvor langt byrden er fra personens ryg. Man skelner her mellem løft tæt på kroppen, i underarmsafstand (ca. 30 cm

### Sag

20170069900/3

Ansvarlig:

Søren Nielsen

CVR 24298213

P 1003014760

Side 1/3

fra kroppen) eller 3/4 arms afstand (ca. 45 cm fra kroppen). Løft tæt side 2/3 på kroppen er det mindst belastende for medarbejderens ryg.

- Hvor ofte den ansatte udfører løftearbejde.
- Om der er forværende faktorer. En forværende faktor kan for eksempel være, at løftet foregår over skulderhøjde eller under knæhøjde, samt om der løftes med foroverbøjning og vrid i ryggen.

Det er vigtigt at sørge for, at:

- Bruge egnede tekniske hjælpemidler, ved tungt arbejde, fx rulleborde.
- På den måde kan bæring og uhensigtsmæssige arbejdsstillinger undgås ved at planlægge og tilrettelægge arbejdet, så det er muligt at bruge hjælpemidlerne.
- Sikre gode pladsforhold, stabilt, plant underlag og god belysning at ensidigt, belastende arbejde og ensidigt, gentaget arbejde er tilrettelagt med passende variation eller pauser i løbet af arbejdsdagen.
- Langvarigt stående eller stillesiddende arbejde afbrydes af pauser med fysisk aktivt arbejde eller anden fysisk aktivitet, fx ved jobrotation eller sundhedsfremmeaktiviteter, at arbejdspladsen er indrettet hensigtsmæssigt og tilpasset medarbejderen.
- Være opmærksom på længerevarende knæliggende arbejde.
- Alle, også nyansatte og vikarer, er instrueret og oplært i at bruge de vigtige hjælpemidler og arbejdsmetoder.

For yderligere vejledning henvises til Arbejdstilsynets At-vejledning nr. D.3.1 om "Løft, træk og skub" på

<https://arbejdstilsynet.dk/da/regler/at-vejledninger/l/d-3-1-loft-traek-og-skub>.

Der henvises ligeledes til Arbejdstilsynets publikationer – herunder Atvejledninger, kan findes på Arbejdstilsynets hjemmeside [www.at.dk](http://www.at.dk) under fanebladet "Regler".

Vi opfordrer jer til at orientere arbejdsmiljø- og tillidsrepræsentanter, der er berørt af vejledningen, om den.

**Følg jeres sag digitalt**

Side 3/3

Få overblik over denne sag og eventuelle andre sager med Arbejdstilsynet på [OnlineAt](#).

**Ring, hvis I har spørgsmål**

I er velkomne til at ringe til Arbejdstilsynet på 70 12 12 88, hvis I har spørgsmål til vejledningen.

Venlig hilsen

Søren Nielsen  
Tilsynsførende