

Svene Pullverk AS  
3622 Svene  
Att. Geir Marstein

## Ergonomiprojekt - oktober 2017 -

Etter avtale i handlingsplanene mellom Svene Pukkverk og Stamina Helse for året 2017, hadde undertegnede i oktober i år en gjennomgang av de ergonomiske forholdene i bedriften. Den 9.10. foretok jeg en kartlegging av sentrale arbeidssituasjoner og -utfordringer via samtaler med leder og verneombud samt befaringer i arbeidsområdet. Den 17.10. hadde vi så et oppsummerende møte med de ansatte. Hovedtema var der fysiske utfordringer i deres arbeidssituasjon og hvordan de best forholder seg til disse, - forbyggende strategier (se detaljer i påfølgende avsnitt).

### Beskrivelse av arbeid og vurderinger av ergonomiske forhold

Med unntak av arbeidsleder som tilbringer det meste av sin tid med administrasjonsarbeid fra sitt kontor, jobber de ansatte det meste av tiden som førere av maskinelt utstyr; gravemaskin, dumpere, hjullastere og lastebil. Fysisk betyr det at det blir mye sitting, men maskinene oppgraderes jevnlig og har godt tilpassede fører seter med gode justeringsmuligheter og bra inn klima. I tillegg har man organisert jobbene med noe arbeidsrotasjon. Man bytter da for eksempel kjøretøy i forbindelse med lunsjpausene. De er noe støyutsatte, men de ansatte er passelige med å bruke tilpasset hørselvern. Utover selv kjøringen utføres også noe manuelt arbeid med spade, rake og liknende utstyr, samt en del vedlikehold på kjøretøyene. Sistnevnte foregår innendørs.

Arbeidsoppgavene styres mye av framdriften i selve pukkverket (knuseverket) og leveransekrav. Over tid er intensiteten derfor noe varierende, og de ansatte gir uttrykk for at de opplever liten grad av stressituasjoner i hverdagen. Muntlig gis det også uttrykk for en generelt høy grad av trivsel.

Samlet sett vurderes den store andelen av sitting å være en av de mest uheldige fysiske påvirkningene de utsettes for. Slik langvarig sitting kan alene være uheldig for ryggen hvis man ikke er bevisst egen sittestilling og muligheter for noe variasjon. Kombinasjonen med *brå* bevegelser ved kliving inn- og ut av maskinen, eller diverse manuelle oppgaver (løft og likn.), skaper i tillegg en forhøyet akutt skaderisiko.

Dette var noe av hovedtemaene for det oppfølgende møtet vi hadde. Mange av de ansatte hadde også erfaringer med ulike muskel-skjelettplager som i noen grad kan relateres til nevnte arbeidsforhold. En del av rådene som ble gitt dreide seg derfor også om ivaretagelse av egen helse 24 timer i døgnet, - ulik egenaktivitet, spesielt vedrørende mosjonsvaner/fysisk aktivitet. Nærmere detaljer om innhold kan fås på forespørsel.

Kongsberg 18.10.2017



[knut.frodahl@staminagroup.no](mailto:knut.frodahl@staminagroup.no)

HMS-rådgiver / bedriftsfysioterapeut

tlf. +47 92888236

Stamina Helse bedriftshelsetjeneste

Tidemandsgt.2

3616 Kongsberg

[www.staminagroup.no](http://www.staminagroup.no)

Aktuelt regelverk og standarder

[Lov om arbeidsmiljø, arbeidstid og stillingsvern mv. \(arbeidsmiljøloven\).](#)

[Forskrift om organisering, ledelse og medvirkning](#)

[Arbeidsplassforskriften](#)

[Forskrift om utførelse av arbeid](#)

[Arbeidstilsynet: Veiledning om arbeid ved dataskjerm](#)