

LET BELASTNINGEN

TE-X1-06-172-DA-D

Prisuddeling for god praksis

I kampagnen »Let belastningen« indgår den årlige uddeling af priser virksomheder og organisationer, der på fremragende og nyskabende vis har arbejdet med systematisk håndtering af muskel- og skeletbesvær, herunder med at forebygge samt fastholde, rehabilitere og reintegrere arbejdstagere med muskel- og skeletbesvær.

Hvordan kan du deltage?

- Download vores kampagnemateriale fra webstedet.
- Brug dette materiale til at udvikle en strategi til at øge opmærksomheden om problemet muskel- og skeletbesvær og til at finde løsninger for at undgå eller begrænse dem. Webstedet indeholder eksempler på afprøvet og testet god praksis samt fora, hvor man kan udveksle idéer og høre, hvad andre gør.
- Kontakt dit nationale focal point for yderligere oplysninger og støtte.

Yderligere oplysninger om kampagnen fås på vores »Let belastningen«-websted på:
<http://ew2007.osha.europa.eu>

På webstedet kan du finde:

- flersprogede informationspakker, faktablade og informationsblade med praktiske tips til, hvordan du kan organisere og styre aktiviteter, samt andre nyttige oplysninger
- idéer til aktiviteter og aktioner i løbet af Den Europæiske Arbejdsmiljøuge
- eksempler på god praksis
- links til relevante websteder og meget andet.

National focal point i Danmark

For yderligere oplysninger og bestilling af en kampagnepakke kan du kontakte agenturets focal point i Danmark.

Kontaktoplysningerne findes på agenturets websted på:
<http://ew2007.osha.europa.eu/nationalcontacts>

Om Det Europæiske Arbejdsmiljøagentur

Det Europæiske Arbejdsmiljøagentur fungerer som en katalysator i forbindelse med udarbejdelse og udbredelse af information, som skal forbedre arbejdsmiljøet i Europa. Ved at samle repræsentanter for statslige myndigheder, arbejdsgiver- og arbejdstagerorganisationer samt ledende arbejdsmiljøeksperter i hver af de 27 EU-medlemsstater og lande uden for Europa udgør agenturet en pålidelig, afbalanceret og upartisk kilde til arbejdsmiljøinformation.

Den europæiske kampagne støttes af det tyske og det portugisiske EU-formandskab i 2007 og af Europa-Parlamentet, Europa-Kommissionen og de europæiske arbejdsmarkedsparter.

Yderligere oplysninger om Det Europæiske Arbejdsmiljøagentur og Den Europæiske Arbejdsmiljøuge fås på:
<http://ew2007.osha.europa.eu>

LET BELASTNINGEN



En europæisk kampagne om muskel- og skeletbesvær

<http://ew2007.osha.europa.eu>



Det Europæiske
Arbejdsmiljøagentur

<http://osha.europa.eu>



LET BELASTNINGEN

Kampagnen »Let belastningen«

Målet for denne europæiske kampagne er at fremme virksomhedernes arbejde med systematisk at forebygge muskel- og skeletbesvær. Samtidig skal der tages hånd om at fastholde, rehabiliter og reintegrere arbejdstagere med muskel- og skeletbesvær.

Kampagnen »Let belastningen« er organiseret af Det Europæiske Arbejdsmiljøagentur og henvender sig til arbejdsgivere, arbejdstagere, sikkerhedsrepræsentanter, arbejdsmiljørådgivere, politiske beslutningstagere og andre, der arbejder med forebyggelse af muskel- og skeletbesvær på arbejdspladsen.

Kampagnen kulminerer med Den Europæiske Arbejdsmiljøuge, der afholdes den 22.-26. oktober 2007, og er en god mulighed for at gøre de europæiske arbejdspladser sikrere og sundere.

Hvad er muskel- og skeletbesvær?

Muskel- og skeletbesvær dækker et bredt spektrum af helbredsproblemer. De vigtigste arbejdsrelaterede problemer er rygbesvær samt besvær i nakke, skuldre og arme. Derudover kan også ben og hofter være udsatte.

Muskel- og skeletbesvær er en helbredsmæssig konsekvens af dårligt arbejdsmiljø.

De fleste problemer ville kunne forebygges og begrænses, hvis den gældende arbejdsmiljølovgivning og vejledning i god praksis blev fulgt.

Hvorfor er det et problem?

Muskel- og skeletbesvær er det mest almindelige arbejdsrelaterede problem i Europa. Næsten 24 % af arbejdstagerne i de 25 EU-medlemsstater melder om rygmerter, og 22 % klager over muskelsmerter. Disse lidelser forekommer hyppigst i de nyeste medlemsstater, hos henholdsvis 39 og 36 % (!). Muskel- og skeletbesvær medfører ikke blot personlig lidelse og tab af indkomst, men også høje omkostninger for virksomhederne og de nationale økonomier. Alle arbejdstagere kan få muskel- og skeletbesvær, men det kan forebygges ved at se nærmere på arbejdsopgaverne, træffe forebyggende foranstaltninger og sikre, at disse foranstaltninger bliver ved med at være effektive.

Tal fra EU viser, at millioner af arbejdstagere på tværs af alle beskæftigelsessektorer lider af muskel- og skeletbesvær, men problemet er særlig udbredt inden for bygge- og anlægssektoren, servicesektoren,

detailhandelsbranchen, sundhedssektoren, uddannelsesområdet og inden for hotel-, restaurations- og cateringbranchen.

Hvad bør der gøres?

Der er behov for en helhedsorienteret tilgang til muskel- og skeletbesvær, som både omfatter forebyggelse, fastholdelse, rehabilitering og reintegrering på arbejdspladsen af arbejdstagere med muskel- og skeletbesvær.

Den nuværende tilgang til muskel- og skeletbesvær fokuserer på den samlede belastning af kroppen. Kampagnen »Let belastningen« fokuserer på, hvad der kan gøres for at lette belastningen. Med dette forstås ikke blot belastningen ved løft, men også andre belastninger, som kroppen udsættes for, f.eks. ved flytning af emner, samt andre risici som eksempelvis kulde, vibrationer og den hastighed, hvormed arbejdet udføres.

Det er også vigtigt at være opmærksom på, at der er sammenhæng mellem muskel- og skeletbesvær og arbejdsbetinget stress.

Det er normalt ikke en enkelt risikofaktor, der fører til muskel- og skeletbesvær. Manuel håndtering er f.eks. ikke den eneste årsag til rygmerter — der er mange andre risikofaktorer, som bidrager hertil, såsom stress, kulde, arbejdets tilrettelæggelse osv. Det er derfor vigtigt at tage samtlige risikofaktorer i betragtning og behandle dem under ét.

Forebyggelse af risikofaktorer samt undervisning og opmærksomhed

Målet med kampagnen er at fremme sikkerhed og sundhed på arbejdspladsen ved at involvere alle aktører.

Systematisk arbejde med muskel- og skeletbesvær omfatter tre vigtige elementer:

- samarbejde mellem arbejdsgivere, arbejdstagere og statslige myndigheder om at håndtere muskel- og skeletbesvær
- fokus på den samlede belastning på kroppen, der forårsager muskel- og skeletbesvær
- ledelsesmæssig styring af fastholdelse, rehabilitering og reintegrering af arbejdstagere, som har eller har haft muskel- og skeletbesvær.

Hvem kan deltage?

Kampagnen er åben for alle organisationer og enkeltpersoner på lokalt, nationalt og europæisk plan, herunder:

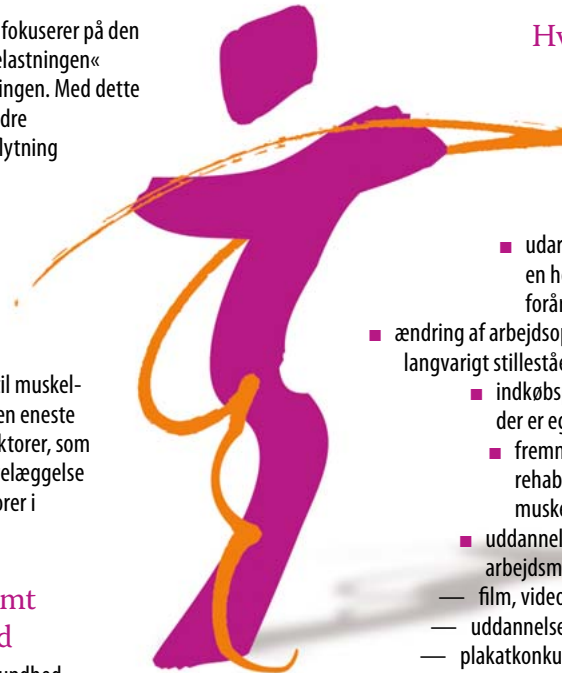
- arbejdsgivere i den offentlige og private sektor, inklusive små og mellemstore virksomheder
- ledere, mellemledere og arbejdstagere
- fagforeninger og sikkerhedsrepræsentanter
- arbejdsmiljøinstitutioner
- arbejdsmiljøfagfolk
- uddannelsesudbydere og uddannelsesinstitutioner
 - regionale og lokale arbejdsmiljørådgivere og forsikringssselskaber.

Hvad kan du gøre?

Der er mange mulige initiativer og aktiviteter.

Her er blot nogle få idéer:

- foretage en arbejdspladsvurdering (APV) — for at afdække alle risici
- udarbejde handlingsprogrammer — for at opnå en helhedsorienteret tilgang til de risici, som kan forårsage muskel- og skeletbesvær
- ændring af arbejdsopgaverne — for at undgå eller reducere langvarigt stillestående eller siddende arbejde
 - indkøbsplaner — for at anskaffe maskiner og udstyr, der er egnede til såvel bruger som opgave
 - fremme af fastholdelse, reintegrering og rehabilitering af arbejdstagere, som har haft muskel- og skeletbesvær
 - uddannelse og oplysning — som led i et systematisk arbejdsmiljøarbejde — ved hjælp af:
 - film, video og multimedier
 - uddannelse, seminarer og workshopper
 - plakatkonkurrencer og quizzer
 - ordninger, hvorefter der kan fremsættes forslag
 - udstillinger og åben hus-dage
 - reklamekampagner og fremstød
 - pressekonferencer og medieaktiviteter.



(!) Det Europæiske Institut til Forbedring af Leve- og Arbejdsvilkårene. Fjerde europæiske arbejdsmiljøundersøgelse 2005.