

# Ergonomi i byggbranschen

Många arbeten inom byggbranschen är fysiskt krävande och på den här föreläsningen går vi igenom ergonomi och hur kroppen kan hålla hela arbetslivet. Vi går i genom arbetsgivarens och det egna ansvaret samt hjälpmedel och skyddsutrustning.

## Innehåll

- ◆ Säkerhetskultur för ett hållbart arbetsliv
- ◆ Ansvaret för en bra arbetsmiljö
- ◆ Belastningsergonomi (AFS 2012:2)
- ◆ Statistik för olyckor och sjukdom i branschen
- ◆ Kartläggning och riskbedömning
- ◆ Att arbeta ergonomiskt
- ◆ Tips på bra hjälpmedel
- ◆ Träning för att hålla ett helt yrkesliv
- ◆ Vikten av återhämtning



Vi skräddarsyr innehållet i föreläsningarna så att de ska passa just era behov. Vi riktar oss både till yrkesarbetare och tjänstemän. Föreläsning är cirka två timmar men kan också genomföras som en längre utbildning efter överenskommelse. Självklart kan vi även genomföra föreläsningen digitalt. Andra teman vi utbildar inom är hälsa, rehabilitering & försäkring samt organisatorisk och social arbetsmiljö.

Kontakta oss för mer information och offert.

**Mer information om föreläsningarna finns på:**  
<https://galaxenbygg.se/forelasningar/>

**Kontaktperson:** [Per Poulsen](#), 031-16 54 50