

**RÅDGIVNING  
OG  
SUPPORT**

5A ApS kan hjælpe med rådgivning om sikkert og sundt arbejdsmiljø indenfor

- ergonomi, trivsel og psykisk arbejdsmiljø
- støj og arbejdsulykker
- kemi
- arbejdspladsvurdering - APV
- arbejdsmiljøorganisation - AMO
- årlig arbejdsmiljødrøftelse
- undervisning og information om arbejdsmiljø

**RÅDGIVNING DER FRIGIVER RESSOURCER TIL UDVIKLING  
AF DINE FORRETNINGSOMRÅDER**

Skal du indrette nye lokaler eller købe nyt inventar?

Har du lavet din arbejdspladsvurdering?

Er du øm i nakke eller skuldre – eller er dine medarbejdere?

Er dine øjne irriterede?

Er du i tvivl om din arbejdsplads er indrettet korrekt?

Har du for stor arbejdsmængde eller er du stresset?

**SÅ KONTAKT 5 A – VI KAN HJÆLPE MED RÅDGIVNING TIL ET GODT  
ARBEJDSMILJØ**

5A ApS  
Usserød Kongevej 97 A  
2980 Hørsholm  
49 14 44 04  
[www.aaaaa.dk](http://www.aaaaa.dk)  
[info@aaaaa.dk](mailto:info@aaaaa.dk)

Arbejdsmiljø  
Arbejdssikkerhed  
Arbejdssundhed  
Arbejdstrivsel  
Arbejdsudvikling



**AUTORISERET ARBEJDSMILJØRÅDGIVER**

Rådgivning om arbejdsmiljø på

## Kontor og IT virksomheder

Arbejdsmiljørådgivning



**Vi gør arbejdsmiljø enkelt**

# Rådgivning der arbejder for dig

VI LEVERER TILPASSEDE ARBEJDSMILJØLØSNINGER, SÅ DU KAN FOKUSERE PÅ UDVIKLING SARBEJDET OG FORRETNINGEN

Som arbejdsgiver vil man gerne sikre, at de ansatte går lige så raske hjem fra arbejde, som de kom. Både af hensyn til den enkelte ansatte, og fordi arbejdsskader og fravær kan være både dyrt og ubehageligt for en arbejdsgiver.

I en travl hverdag kan det være tidskrævende at sætte sig ind i, hvordan lokaler og arbejdspladser skal indrettes for at de er sikre og sunde - og opfylder de krav som der er i Arbejds miljølovgivningen.

Derfor kan det være en god ide at få rådgivning eller support. Så er du sikker på, at arbejdsmiljøet i er orden – også fra starten, når du starter op eller indfører større ændringer i din virksomhed.

## Fleksible supportløsninger til dine forretningsmæssige behov, fx

- Rådgivning med gennemgang af kontorets arbejdsområde og generel **vejledning om indretning af skærmarbejdsplads**
- Rådgivning om **konkret indretning og belysning ved jeres kontor- og IT – arbejdspladser**
- Rådgivning om **indkøb af inventar**
- Rådgivning med gennemgang af arbejdsområde, **generel vejledning om udarbejdelse af APV, årlig arbejdsmiljødrøftelse og AMO,**
- Rådgivning med gennemgang af arbejdsområde, **konkret bistand til udarbejdelse af APV, årlig arbejdsmiljødrøftelse og AMO,**
- Rådgivning, når I løbende har behov,
- Rådgivning efter aftale - tilpasset jeres behov - fx hvis der er behov for undersøgelse af trivsel og psykisk arbejdsmiljø

## ARBEJDSMILJØKRAV TIL IT- OG KONTORARBEJDSPLADSER

### INDRETNING AF ARBEJDSPLADS OG UDFØRELSE AF ARBEJDET

Emne	Krav
Arbejde ved computer	Ved skærmarbejde som har et omfang på mere end 2 timer dagligt er der særlige bestemmelser for <ul style="list-style-type: none"><li>• Indretning af skærmarbejdsplads</li><li>• Arbejdets tilrettelæggelse</li><li>• Undersøgelse af de ansattes øjne og syn</li></ul>
Trivsel	Arbejdet skal udføres sikkerheds- og sundhedsmæssigt forsvarligt ud fra en vurdering af bl.a. de psykosociale forhold i arbejdsmiljøet, som kan have indvirkning på den psykiske sundhed.

### VURDERING AF ARBEJDET, MÅL OG ORGANISATORISKE KRAV

Emne	Krav
Arbejdspladsvurdering APV	Alle virksomheder med ansatte skal udarbejde en arbejdspladsvurdering – en risikovurdering
Årlig arbejdsmiljødrøftelse	Alle virksomheder med ansatte skal holde en årlig arbejdsmiljødrøftelse om mål for næste år
Arbejds miljøorganisation AMO Højst 9 ansatte	I virksomheder med højst ni ansatte skal samarbejdet om sikkerhed og sundhed systematiseres, men der er ikke pligt til at danne en arbejdsmiljøorganisation.
Arbejds miljøorganisation AMO Mellem 10 og 35 ansatte	I virksomheder med 10-34 ansatte består en AMO af en eller flere arbejdsledere, der er udpeget af arbejdsgiveren, og en eller flere arbejdsmiljørepræsentanter, der er valgt af de ansatte.
Arbejds miljøorganisation AMO 35 ansatte eller derover	I virksomheder med 35 eller flere ansatte skal der oprettes en AMO i to niveauer med arbejdsmiljøgrupper og arbejdsmiljøudvalg.

24-03-2015