

Grundkurs i arbetarskydd, Mariehamn Program

Tisdag 2.6.2026

8.15 – 8.30

Anmälan och morgonkaffe med semla

8.30 – 9.00

Kursöppning – kursens målsättning och presentation

Kursledare Helena Nyman, Arbetshälsoinstitutet

9.00 - 9.45

Arbetarskyddets mål, organisation, samarbete och ansvar

Specialarbetshygieniker Beatrice Bäck och Helena Nyman, Arbetshälsoinstitutet

9.45 – 10.00

Paus

10.00 - 10.45

Arbetarskyddets mål, organisation, samarbete och ansvar fortsätter

10.45 - 11.45

Lunch

11.45 - 12.30

Riskbedömning på arbetsplatsen

- Lagstiftning, definitioner
- Tillvägagångssätt
- Hantering av risk

Specialarbetshygieniker Beatrice Bäck, Arbetshälsoinstitutet

12.30 - 12.35

Bensträckarpaus på plats

12.35 - 13.20

Riskbedömning på arbetsplatsen fortsätter

13.20 - 13.35

Kaffepaus

13.35 - 14.35

Kemiska faktorer på arbetsplatsen

- Klassificering och märkning av kemikalier
- Bedömning av exponering – gränsvärden
- Riskbedömning av arbete med kemikalier

Specialarbetshygieniker Beatrice Bäck, Arbetshälsoinstitutet

14.35 - 14.50

Paus

14.50 – 16.00

Personlig skyddsutrustning

- Lagstiftning
- Grunder för val och användning av personliga skydd

Specialarbetshygieniker Beatrice Bäck, Arbetshälsoinstitutet

16.00

Dagen avslutas

Program

Onsdag 2.6.2026

8.00-8.15

Morgonkaffe

8.15-9.30

Fysisk arbetsmiljö

- Bestämmelser och rekommendationer
- Bedömning av belastning, riskbedömning av den fysiska arbetsmiljön
- Förebyggande åtgärder

Föreläsare meddelas senare

9.30 – 9.45

Paus

9.45 – 10.45

Fysikaliska faktorer på arbetsplatsen

- Buller och vibration
- Ventilation, belysning och optisk strålning
- Riskbedömning

Expert Tom Johnsson, Tapaturva Oy

10.45-11.45

Lunch

11.45 – 12.45

Fysikaliska forts.

12.45-13.00

Paus

13.00-14.00

Organisering och utveckling av arbetarskyddsverksamheten

- Ledningssystem för bättre säkerhet och hälsa på arbetsplatsen

Tom Johnsson

14.00 – 14.15

Kaffepaus

14.15 -15.00

Företagshälsovårdssamarbete

- Mål, lagstiftning, behörighetskrav och innehåll
- Samarbete med arbetarskyddet på arbetsplatsen

Kursledare, specialexpert Helena Nyman Arbetshälsoinstitutet

15.00-15.15

Paus

15.15-16.00

Företagshälsovårdssamarbete forts.

16.00

Dagen avslutas

Program

Torsdag 4.6.2026

8.15-8.30

Morgonkaffe

8.30 – 9.30

Tillstånds- och tillsynsverkets verksamhet:

Arbetarskyddsavdelningen

Inspektör Hanna Vainio-Hietanen, Tillstånds- och tillsynsverket

9.30 -9.45

Paus

9.45-10.45

Psykosocial arbetsmiljö

- Psykiska, kognitiva och sociala faktorer på arbetet
 - Att identifiera faktorer, som stöder och/eller tär välbefinnandet i arbetet
 - Förebyggande åtgärder
- Olika aktörers roll och samarbete
- Utmaningar och aktuella frågor

Specialexpert Liisa Puskala, Arbetshälsoinstitutet

10.45 - 11.45

Lunchpaus

11.45 - 12.45

Psykosocial arbetsmiljö forts.

12.45 - 13.00

Kaffepaus

13.00 - 14.00

Psykosocial arbetsmiljö fortsätter

14.00 - 14.15

Paus

14.15 - 15.15

Avslutande diskussion, feedback och intyg

Helena Nyman