

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 <i>Kursledare Helena Nyman, Arbetshälsoinstitutet</i> |
| 9.00 - 9.45 | Arbetarskyddets mål, organisation, samarbete och ansvar <i>Specialarbetshygieniker Beatrice Bäck och Helena Nyman, Arbetshälsoinstitutet</i> |
| 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 <ul style="list-style-type: none">• Lagstiftning, definitioner• Tillvägagångssätt• Hantering av risk <i>Specialarbetshygieniker Beatrice Bäck, Arbetshälsoinstitutet</i> |
| 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 <ul style="list-style-type: none">• Klassificering och märkning av kemikalier• Bedömning av exponering – gränsvärden• Riskbedömning av arbete med kemikalier <i>Specialarbetshygieniker Beatrice Bäck, Arbetshälsoinstitutet</i> |
| 14.35 - 14.50 | Paus |
| 14.50 – 16.00 | Personlig skyddsutrustning <ul style="list-style-type: none">• Lagstiftning• Grunder för val och användning av personliga skydd <i>Specialarbetshygieniker Beatrice Bäck, Arbetshälsoinstitutet</i> |
| 16.00 | <i>Dagen avslutas</i> |

Program

Onsdag 3.6.2026

| | |
|---------------|--|
| 8.00-8.15 | Morgonkaffe |
| 8.15-9.30 | Fysisk arbetsmiljö <ul style="list-style-type: none">• Bestämmelser och rekommendationer• Bedömning av belastning, riskbedömning av den fysiska arbetsmiljön• Förebyggande åtgärder <i>Fysioterapeut Johanna Lundberg, Rehab City</i> |
| 9.30 – 9.45 | Paus |
| 9.45 – 10.45 | Fysikaliska faktorer på arbetsplatsen <ul style="list-style-type: none">• Buller och vibration• Ventilation, belysning och optisk strålning• Riskbedömning <i>Expert Tom Johnsson, Tapaturva Oy</i> |
| 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 <ul style="list-style-type: none">• Ledningssystem för bättre säkerhet och hälsa på arbetsplatsen <i>Tom Johnsson</i> |
| 14.00 – 14.15 | Kaffepaus |
| 14.15 -15.00 | Företagshälsovårdssamarbete <ul style="list-style-type: none">• Mål, lagstiftning, behörighetskrav och innehåll• Samarbete med arbetarskyddet på arbetsplatsen <i>Kursledare, specialexpert Helena Nyman Arbetshälsoinstitutet</i> |
| 15.00-15.15 | Paus |
| 15.15-16.00 | Företagshälsovårdssamarbete forts. |
| 16.00 | <i>Dagen avslutas</i> |

Program

Torsdag 4.6.2026

| | |
|----------------------|---|
| 8.15-8.30 | Morgonkaffe |
| 8.30 – 9.30 | Tillstånds- och tillsynsverkets verksamhet: Arbetskyddsavdelningen <i>Inspektör Hanna Vainio-Hietanen, Tillstånds- och tillsynsverket</i> |
| 9.30 -9.45 | <i>Paus</i> |
| 9.45-10.45 | Psykosocial arbetsmiljö <ul style="list-style-type: none">• Psykiska, kognitiva och sociala faktorer på arbetet<ul style="list-style-type: none">• Att identifiera faktorer, som stöder och/eller tär välbefinnandet i arbetet<ul style="list-style-type: none">• Förebyggande åtgärder• Olika aktörers roll och samarbete• Utmaningar och aktuella frågor <i>Specialexpert Liisa Puskala, Arbetshälsoinstitutet</i> |
| 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 <i>Helena Nyman</i> |