

# Arbeta hållbart!

---

Allt du behöver veta för att arbeta hållbart med byggnads- och anläggningsarbete, underhållsåtgärder och serviceuppdrag inom Akademiska Hus förvaltningsverksamhet.



AKADEMISKA HUS



## INNEHÅLLSFÖRTECKNING

EN TRIVSAM OCH SÄKER ARBETSPLATS	5
Ditt ansvar på arbetsplatsen	5
VEM ANSVARAR FÖR VAD?	5
Din arbetsgivares ansvar	5
Byggherrrens ansvar	5
RISKHANTERING OCH ANSVAR	6
Innan du påbörjar arbetet	6
Planera åtgärder	6
Värna om allas säkerhet	7
Kontrollera säkerheten	7
Arbete i eller i anslutning till laboratorium	7
RAPPORTERA TILLBUD, OLYCKOR OCH SÄKERHETSRIKER	8
KLÄDSEL OCH PERSONLIG UTRUSTNING	8
ALKOHOL, DROGER OCH RÖKNING	8
MINNESANTECKNING FÖR INTRÄFFAD HÄNDELSE ELLER RISK	9
NÖDLÄGESBEREDSKAP OCH NÖDLÄGESRUTINER	11
Förebygg nödlägen	11
Vid händelse av allvarlig olycka eller brand	11
MINIMERA STÖRNINGAR FÖR VÅRA HYRESGÄSTER	13
Ordning på arbetsplatsen	14
Damm	14
Buller	14
Övriga åtgärder	14
SKYDDSANORDNINGAR, SKYDDSÅTGÄRADER OCH SÄRSKILD KOMPETENS	16
Skyddsanordningar	16
Arbete på hög höjd	16
Heta arbeten	16
Maskiner	17
Dokumenterad kompetens	17
BYGGVAROR, FARLIGA ÄMNEN OCH AVFALL	18
Byggvaror och kemikalier	18
Avfall och rivning	18
STARTKORT - INNAN DU BÖRJAR	21

### Version Juni 2018.

Denna folder har tagits fram av Akademiska Hus  
HR-avdelning (Arbetsmiljö).

# Varmt välkommen till oss!

## VILKA ÄR AKADEMISKA HUS?

Vi tror att kunskap kan förändra världen och att briljanta idéer formar Sverige som kunskapsnation. Vi är ett av landets största fastighetsbolag och med fokus på universitet och högskolor bygger och förvaltar vi hållbara kunskapsmiljöer för hela människan. Genom nyskapande teknik, innovativa idéer och långsiktighet bidrar vi till ett klokare Sverige.

## En trivsamt och säker arbetsplats

Ingen ska behöva skadas på arbetet. Arbetsglädje och en säker och hälsosam arbetsplats prioriteras högt i hela Akademiska Hus verksamhet. Detta gäller inte bara vår egen personal utan även våra hyresgäster, entreprenörer och andra samarbetspartners.

Vår målsättning är att uppnå en helt olycksfri arbetsplats - i våra byggprojekt, i underhåll och service och hos våra hyresgäster. För att nå dit måste vi alla bidra och göra det vi kan för att få en säker arbetsmiljö.

### DITT ANSVAR PÅ ARBETSPLATSEN

Som entreprenör hos oss har du ett ansvar för att utföra arbetet säkert och i enlighet med din arbetsgivares rutiner, arbetsmiljöplanen samt våra regler och riktlinjer. I detta häfte finns de regler och riktlinjer beskrivna som berör dig när du arbetar för oss. Du behöver därför läsa igenom hela häftet och säkerställa att du förstår innehållet innan du påbörjar ditt arbete.

## Vem ansvarar för vad?

Allt hänger inte på dig som individ. Vi förväntar oss att du följer de riktlinjer som gäller enligt detta häfte. Samtidigt har både din arbetsgivare och vi som byggherre också ett ansvar för att skapa en bra arbetsmiljö.

### DIN ARBETSGIVARES ANSVAR

Varje arbetsgivare har ett arbetsmiljöansvar för sin egen personal och ska ha ett systematiskt arbetsmiljöarbete, vilket innebär att arbetsgivaren ska:

- undersöka vilka risker arbetet innebär
- bedöma hur allvarliga riskerna är
- arbeta förebyggande och åtgärda risker som kan uppstå samt ha rutiner för att säkerställa en bra arbetsmiljö
- kontrollera arbetsmiljön

### BYGGHERRENS ANSVAR

Vi som byggherre har också ett övergripande ansvar för att byggnadsarbete, service och underhåll i vår verksamhet sker säkert. Därför har vi satt upp regler och riktlinjer för de som arbetar för oss. Dessa syftar till att skapa säkra och trivsamma arbetsplatser, både för er som utför arbetet och för dem som vistas i lokalerna där arbetet utförs.



## Riskhantering och ansvar

En bra riskhantering är en förutsättning för att vi ska kunna ha säkra och olycksfria arbetsplatser. Nedan kan du läsa om vad din roll är i riskhanteringen.

### INNAN DU PÅBÖRJAR ARBETET

Innan arbetet påbörjas ska du se till att du är medveten om riskerna med det arbete du ska utföra. I vissa lokaler finns särskilda skyddsföreskrifter som även du som entreprenör behöver följa, t. ex. användning av skyddsglasögon i laboratorier.

Tänk på risker för såväl dig själv som för kollegor och förbipasserande. Information om risker kopplat till ditt arbete och vilka åtgärder som ska vidtas hittar du:

- i arbetsmiljöplanen. En arbetsmiljöplan ska upprättas om arbetet omfattar särskilda byggregrelaterade risker.
- i din arbetsgivares riskbedömning för arbetsuppgiften och era rutiner för arbetet.
- i din egen riskbedömning. Fundera själv på vilka risker som arbetet kan innebära. Använd frågorna på startkortet i slutet av häftet och säkerställ att du kan svara ja på alla frågor innan du påbörjar arbetet.

Vidta alla de åtgärder som är nödvändiga för att minimera riskerna. Bedömer du att arbetet inte kan utföras säkert, kontakta beställaren eller din arbetsledare.

### PLANERA ÅTGÄRDER

En arbetsberedning ska alltid genomföras inför ett särskilt riskfyllt eller kvalitetskritiskt arbetsmoment, eller då det anges i arbetsmiljöplanen. Arbetsberedning innebär att man gör en detaljplanering av hur momentet ska utföras, vilka skyddsåtgärder som ska vidtas och hur

man t. ex. ska spärra av området. De som ska medverka i arbetsmomentet ska delta i arbetsberedningen.

Vid avspärrningar av hissar, dörrar, del av korridorer m.m. bör du använda koner och Akademiska Hus avspärrningsband för att säkert kunna utföra arbetet. Detta är särskilt viktigt vid arbete från stege.

### VÄRNA OM ALLAS SÄKERHET

För att skapa en trivsam och säker arbetsplats behöver vi värna om varandras säkerhet. Säg till om du ser någon agera riskfyllt eller kontakta arbetsledningen.

Utgör pågående arbete en omedelbar fara för liv och hälsa ska du genast stoppa arbetet och säkerställa så att ingen kan drabbas och omedelbart underrätta arbetsledningen på arbetsstället.

### KONTROLLERA SÄKERHETEN

Kontrollera löpande att den fysiska arbetsmiljön är säker ur din och andras synvinkel. I mer omfattande byggnadsarbeten kan det vara nödvändigt att genomföra skyddsronder, enligt överenskommelse med beställaren.

### ARBETE I ELLER I ANSLUTNING TILL LABORATORIER

Vid arbete i laboratoriemiljö eller i kontakt med frånluft från laboratorier ska du säkerställa att du känner till de risker som är kopplade till den specifika laboratoriemiljön och vilka åtgärder som behövs vidtas för att förebygga riskerna.

Begär in riskanalys och genomgång av riskerna från verksamheten innan arbetet ska utföras. Ta alltid kontakt med hyresgästens samordningsansvarige innan du går in i lokalerna.





## Rapportera tillbud, olyckor och säkerhetsrisker

Du ska omedelbart informera närmaste chef om alla tillbud, olyckor, skador och säkerhetsbrister. Tillbud och olyckor ska även rapporteras vidare till beställaren.

Akademiska Hus rapporterar in tillbud och olyckor för både arbetsmiljö och miljö via IA-systemet. Möjlighet finns för entreprenörer att göra rapporteringen direkt i IA-appen. Beskrivning om hur man gör finns på Akademiska Hus hemsida under ”upphandling”.

Följande information är viktig att få in för respektive händelse:

- Typ av händelse: tillbud, olycka eller miljö
- Plats där händelsen skett
- När skedde händelsen
- Beskrivning av vad som hänt
- Rapportörens uppfattning om varför händelsen skett
- Rapportörens förslag till eventuella åtgärder
- Ta gärna bilder och bifoga, det underlättar vid utredning av händelsen.
- Säkerhetsbrister som bör åtgärdas av beställaren ska skyndsamt framföras till beställaren.



## Klädsel och personlig skyddsutrustning

Gör alltid en bedömning av vilka risker som finns med arbetet som ska göras och vilken personlig skyddsutrustning som behövs för att jobbet ska kunna utföras på ett säkert sätt. Vid alla byggnadsarbeten, inklusive ombyggnad, service- och underhållsåtgärder samt rivnings- och anläggningsarbete, ska skyddsskor med spiktrampskydd och skyddståhätta användas. Skyddshjälm och varselkläder på överkropp ska användas då det inte är uppenbart onödigt. Även övrig skyddsutrustning som godkända skyddsglasögon, skyddshandskar, hörselkåpor etc. ska användas efter behov och utifrån direktiv från BAS-U.

Alla som utför byggnadsrelaterade arbeten ska bära ID06 väl synligt.



## Alkohol, droger och rökning

- Det får inte förekomma rusdrycker eller droger på eller i anslutning till arbetsplatsen.
- Personer som är påverkade av rusdrycker eller droger får inte vistas på arbetsplatsen.
- Rökning får inte förekomma inomhus eller vid entréer.



## Exempel på minnesanteckning:

Alla inträffade olyckor och tillbud ska rapporteras till arbetsledningen och till beställaren. Skriv ned minnesanteckningar över inträffade händelse eller iakttagen risk och ta upp det med din arbetsledare. Här är ett exempel på saker att notera:

Arbetsplats: \_\_\_\_\_

Datum: \_\_\_\_\_

Händelse eller iakttagen risk: \_\_\_\_\_

Kort beskrivning av händelsen/risken: \_\_\_\_\_

Blev någon skadad:                      Ja                      Nej

Namn på skadade: \_\_\_\_\_

Åtgärder som vidtagits: \_\_\_\_\_



# Nödlägesberedskap och nödlägesrutiner

## FÖREBYGG NÖDLÄGEN

Orientera dig alltid om var utrymningsvägar och brandsläckningsmaterial finns och säkerställ att du vet hur de ska hanteras innan du påbörjar ett arbete.

Se till att alltid hålla utrymningsvägarna fria.

Gas- och gasolflaskor ska, när de inte används, förvaras på särskilt anvisad plats som är varningsskyldad.

## VID HÄNDELSE AV ALLVARLIG OLYCKA ELLER BRAND

# 1

### RÄDDA

- Sätt nödställd person i säkerhet och se till att den skadade får första hjälpen.
- Livräddande första hjälp består bl. a. av att:
  - stoppa blödningar
  - ge hjärt- och lungräddning, ev. med hjärtstartare
  - lägga personen i stabilt sidoläge som ger fri luftväg och förhindrar kvävning.

# 2

### LARMA

- Ring 112 och uppge adress.

# 3

### SLÄCK OM MÖJLIGT, VARNA ANDRA OCH SÄKRA AVSPÄRRNING

- Försök släcka eller begränsa eventuell brand, om det kan göras utan att äventyra din egen och andras säkerhet
- Varna andra. Sätt personer i säkerhet - utrym byggnaden om det behövs.
- Se till att riskområden spärras av.

# 4

### KONTAKTA ARBETSLEDNING OCH BESTÄLLAREN

- Meddela din egen arbetsledning och beställarens kontaktperson.



## Minimera störningarna för våra hyresgäster

Byggnadsarbete, underhåll och reparationer i byggnader med pågående verksamhet medför ofta störningar för hyresgästerna. Vårt mål är att minska störningarna så gott det går.

På Akademiska Hus anser vi att den personliga kontakten med våra hyresgäster och brukare är A och O. Därför ber vi alla som arbetar i våra lokaler att följa nedanstående riktlinjer:

- Informera alltid husansvarig drifttekniker I GOD TID innan arbetet påbörjas så att vi i vår tur kan berätta och avisera för vår hyresgäst när ett arbete ska utföras.
- Presentera dig för hyresgästerna i lokalerna på den aktuella arbetsplatsen och berätta att du är där på uppdrag av Akademiska Hus.
- Bär ID06 väl synligt.
- Beskriv vad du ska göra, samt när du beräknar vara klar.
- Håll arbetsstället så städat och prydligt som möjligt, hyresgästen måste kunna bedriva sin verksamhet. Skyddstäck arbetsområdet vid behov.
- Meddela hyresgästen på arbetsplatsen när du är klar och går därifrån.
- Vid arbeten som skulle kunna utlösa brandlarm, t ex dammande arbeten, ta kontakt med husansvarig drifttekniker för att planera arbetet.
- Var proaktiv, dvs. meddela husansvarig drifttekniker eller förvaltare eventuella fel eller brister i lokalen/byggnaden, eller teknik, som du upptäcker när du utför ditt uppdrag.
- När ni representerar Akademiska Hus är det viktigt att ni bär arbetskläder/profilkläder med ert företagsnamn/logotyp synligt. Undvik kläder med reklamtryck.

## ORDNING PÅ ARBETSPLATSEN

Det är viktigt att ha god ordning på arbetsplatsen, både ur ett säkerhetsperspektiv och för allas trivsel. I de fall som hyresgästens verksamhet pågår under tiden för arbetet ska korridorer och berörda utrymmen hållas rena från byggmaterial och damm.

Det är viktigt att plocka undan och lämna arbetsplatsen välstädad vid dagens slut, även om arbetet kommer fortsätta följande dag. Detta inkluderar att plocka undan verktyg och arbetsmaterial då dessa ska förvaras oåtkomliga för obehöriga.

Disponering av arbetsområdet och placering av containrar ska planeras tillsammans med beställaren och samordningsansvarig hos hyresgästen.

Var noga med att aldrig blockera släck- och räddningsutrustning eller utrymningsvägar. Detta innebär att material placeras på anvisade platser och fordonsparkering sker på anvisad plats.

Kontrollera att dörrar och fönster är stängda och låsta när du lämnar arbetsområdet.

## DAMM

För att minska byggdamm är det viktigt att utföra dammskydd mot angränsande lokaler eller de utrymmen då det krävs med hänsyn till omgivning och arbetsmiljö. Målet är att reducera eller helt skärma av dammande arbeten så nära källan som möjligt. Detta kan ske genom integrerat utsug på maskinen/verktyget, dammsugning, punktutsug, vattenbegjutning eller bevattning av väg. Tänk också på att dammande arbeten kan utlösa brandlarm.



## BULLER

Målet är att minska buller i samband med arbetet, dels genom att använda lämpliga maskiner och utrustningar men också genom att avskärma speciellt bullrande arbeten.

Det är viktigt att kompressorer och andra bullrande hjälpmedel är ljudisolerade och att de placeras i samråd med beställaren. Även bilning och liknande arbete ska utföras i samråd med beställaren.

Radioapparater eller liknande får inte användas inom byggnaden eller inom universitets-/högskoleområdet.

## ÖVRIGA ÅTGÄRDER

Om arbetet kan antas skada ytskikten är det viktigt att golven skyddas. Det är också entreprenörens ansvar att efterlägga de skador som uppkommit under det egna arbetet.

Om behov uppstår att koppla ur el, vatten, värme, kyla eller larm ska skriftligt medgivande hämtas in från beställaren.





# Skyddsanordningar, skyddsåtgärder och särskild kompetens

## SKYDDSANORDNINGAR

Innan ett arbete påbörjas ska alltid ev. skyddsanordningar kontrolleras för att säkerställa att de är korrekta och säkert utförda.

Flytta inte avspärningar och gå inte in i avspärrade områden utan tillstånd från arbetsledningen.

Du får inte ta bort en skyddsanordning utan godkännande från ansvarig och du är alltid skyldig att återställa den. Om skyddsanordning inte omedelbart kan återställas ska detta omgående rapporteras till arbetsledningen.

Alla genomgående golvöppningar ska täckas och markeras. Materialet som täcker hålen ska sättas fast och kunna bära tänkbar belastning.

## ARBETE PÅ HÖG HÖJD

Vid risk för fallskador ska risken i första hand minskas genom ställningar med skyddsräcken, skyddstäckningar eller andra tekniska skyddslösningar. I andra hand ska skyddsnet eller annat kollektivt skydd användas och i tredje hand används personlig fallskyddsutrustning.

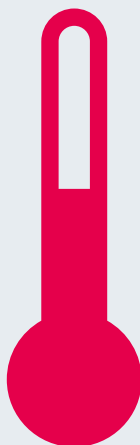
Endast den som har genomgått särskild utbildning får använda personlig fallskyddsutrustning och montera förankringspunkter och fasta fallskydd såsom skyddsräcken och fallskyddsnet.

Arbete med personlig fallskyddsutrustning får aldrig utföras som ett ensamarbete. En plan för räddningsinsats ska upprättas innan arbete påbörjas.

Stegar får endast användas vid kortvariga arbeten (exempelvis vid byte av trasig lampa eller enstaka monteringsarbete). Endast typgodkända stegar, arbetsbockar och ställningar får användas.

## HETA ARBETEN

Du får endast utföra Heta arbeten om du har ett aktuellt utbildningscertifikat och har fått tillstånd från tillståndsansvarig för brandskydd. Även den som är brandvakt ska ha giltigt certifikat. Du ska följa anvisningar från tillståndsansvarig på arbetsplatsen.



## MASKINER

Utrustningar av en typ som kräver besiktning får endast användas om uppgift om godkänd besiktning finns. Besiktningstyg ska kunna uppvisas.

Där förarbevis krävs ska detta uppvisas för beställaren. vid arbete med maskindrivna lyftanordningar ska även arbetsgivarens tillstånd uppvisas.

## ELSÄKERHET

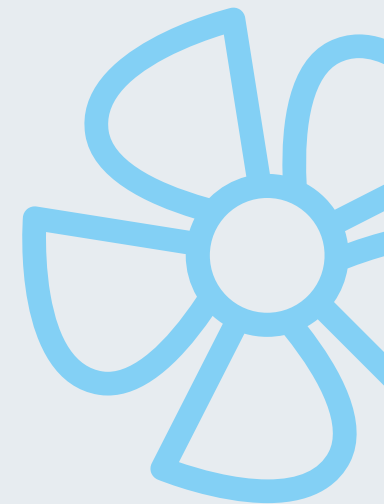
Försiktighet ska iakttas vid allt arbete med elinstallationer och vid användning av elektrisk utrustning. Elektriska verktyg, utrustningar och kablage ska kontrolleras regelbundet.

Defekt utrustning (skadade kablar etc.) ska omedelbart tas ur bruk. Elkablar ska i möjligaste mån täckas eller hängas upp för att minska snubbelrisken.

Alla arbeten eller åtgärder på starkströmsanläggningar ska utföras på ett sådant sätt att kraven på nödvändig säkerhet för personer och egendom uppfylls. Du som utför elarbeten ska omfattas av ditt företags egenkontrollprogram för elinstallationer.

## DOKUMENTERAD KOMPETENS

Du som utför arbete som kräver särskild behörighet eller tillstånd ska kunna styrka detta genom skriftlig dokumentation.



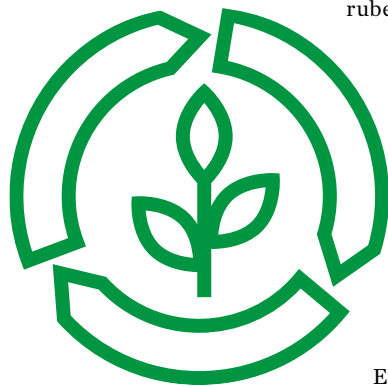
# Byggvaror, farliga ämnen och avfall

## BYGGVAROR OCH KEMIKALIER

Byggvaror som inte har föreskrivits av beställaren skall miljöbedömas med hjälp av Byggvarubedömningen, [www.byggvarubedomningen.se](http://www.byggvarubedomningen.se). Miljöbedömningen skall omfatta byggvaror som byggs in i grundkonstruktion, stomme, ytterväggar, yttertak och innerväggar om de ingår i någon av de produktkategorier (t.ex. murverk och av termoisolervaror m.m.) som anges i ramavtalet. Byggvaror som uppfyller nivå Rekommenderad ska väljas i första hand. I andra hand väljs byggvaror som uppfyller nivån Accepterad.

Om avsteg från kravet ovan är nödvändig ska en avvikelserapport upprättas, vilken ska godkännas av beställaren.

Alla byggvaror som byggs in i byggnaden ska registreras i Byggvarubedömningens projektdatabas.



Säkerhetsdatablad för byggvaror som utgör kemiska produkter ska finnas tillgängliga hos entreprenören under entreprenadtiden.

Du får bara hantera kemiska produkter/ farliga ämnen enligt riskbedömning/ arbetsberedning och instruktioner i tillhörande säkerhetsdatablad. Säkerställ att du har fått tillräcklig information om säker användning.

Eventuellt spill av kemikalier ska omedelbart omhändertas enligt instruktioner i säkerhetsdatablad.

## AVFALL OCH RIVNING

Anvisade uppsamlingsställen för avfall ska användas. Verksamhetens avfallsutrymmen får inte användas för avfall från entreprenaden.

Kemikalierester och farligt avfall ska omhändertas och bortforslas av den som utför arbetet. Uppgift om uppkommet farligt avfall och transportdokument för farligt avfall ska lämnas till beställaren senast två veckor före slutbesiktning eller avlämnande av entreprenaden.

Om du upptäcker förekomst av farliga ämnen som kan skada miljö och hälsa skall du omedelbart skriftligen anmäla det till beställaren och anordna erforderliga skydd.



Du tittar på personen  
som är ansvarig för  
säkerheten



You are looking at the person  
responsible for safety

Du är en del av vårt säkerhetsarbete



AKADEMISKA HUS

## Startkort - innan du påbörjar ett nytt arbetsmoment

STÄLL DIG FÖLJANDE FRÅGOR INNAN DU PÅBÖRJAR ETT NYTT ARBETSMOMENT:

1. Känner du till vilka risker arbetet innebär för dig?
2. Har du koll på vilka risker arbetet kan medföra för andra i omgivningen?
3. Vet du vilka åtgärder som du behöver vidta för att undvika riskerna?
4. Finns det möjlighet och rätt förutsättningar för att vidta åtgärderna?

Svarar du **JA** på alla frågor ovan kan du påbörja arbetet.

Svarar du **NEJ** på någon fråga ovan så måste du ta reda på mer innan du får påbörja arbetet.

Nu är du redo att börja jobba.  
Välkommen!







AKADEMISKA HUS