

Risker i arbetet - förskollärare/barnskötare/dagbarnvårdare

Tunga lyft:

Barn som vill bli buren.

Lyft av barn upp och ned från skötbord, i och ur barnvagn och barnstol.

Stolar, upp och ned från bordet vid städning.

Vid påklädning och avklädning.

Skador:

Ute på vintern i pulkbacken, halkskador.

Förslitningsskador:

Axlar, rygg och nacke. Handleder, speciellt vid skötbordet.

Tänk på att:

Böja på knäna när vi lyfter upp barn. Lyfta barnen rakt och inte snett.

Använda det höj och sänkbara skötbordet eller låt barnen klättra upp själv.

Använda rullpallar vid påklädning och avklädning.

Låt barnen klättra i och ur vagnarna, upp och ner från stolarna själv.

Organisera hur vagnarna ska stå efter barnens tider.

Dra in vagnarna innan vi tar upp barnen om det är möjligt.

Ha bra skor på vintern

Stress:

Arbetstempo. Krav på sig själv och utifrån.

Ljudnivån.

Ta på sig för mycket arbetsuppgifter-för hög arbetsbelastning.

Tänk på att:

Planera arbetet så att man hinner det man vill och klarar av. Dela in barnen i mindre grupper så sänks ljudnivån. Vara ute varje dag, det gör att barnen gör av med mer energi och blir lite lugnare inne.

Planera efter barngrupp och enhetens mål.

Använda årshjulet i arbetet med planering av verksamheten.

Kommunicera inom arbetslaget utifrån verksamhetens planering för att ev. utjämna arbetsbelastning och arbetsuppgifter.

Struktur i verksamheten underlättar.

Ibland måste man vara flexibel i arbetet.

Fysisk träning kan göra att du klarar av stress på ett bättre sätt

Smittorisk

Sjukdomar av olika slag kan spridas.

Tänk på att:

Var noggrann med handhygien.

Använd handskar vid maginfektioner.

Övrigt

Vid användning av rullpallen är det viktigt att ha rätt sitthöjd.

Flik 19, uppdaterad 180205