

# MIA – Arbejdsmiljø og aktiviteter i Mejeribranchen

Laura Raundorf, Partskonsulent DI

Merete Kaffka, Partskonsulent 3F



# MIA arbejder med:

## Konferencen

Den årlige  
arbejds miljøkonference for  
mejeriindustrien (MIA-K)

C1

## Kurser + uddannelse

Arbejds miljøuddannelsen

Kursus i psykisk arbejds miljø

Ergonomiambassadør-  
uddannelsen

C2

## Aktiviteter 2024

Kemipakker

Indsats om intern Færdsel

Revision af materiale og årlig  
opdatering af faktaark

Kommunikation og ny  
hjemmeside

C3

## Kommende aktiviteter

Indsats om faldulykker

Materiale om inklusion og adfærd

Nyt format på faktaark

C4

# Den lovpligtige Arbejdsmiljøuddannelse

[baujordtilbord.dk/brancher/mejeriindustri/Uddannelser](http://baujordtilbord.dk/brancher/mejeriindustri/Uddannelser)

## Hvem

Arbejdsmiljøgruppens medlemmer

(...skal gennemgå en obligatorisk arbejdsmiljøuddannelse indenfor 3 måneder efter udpegelsen)

# 01

## Formål

At være klædt godt på til arbejdet i arbejdsmiljøgruppen. Denne uddannelse tones mest muligt efter mejeriindustriens aktuelle sikkerheds- og sundhedsmæssige spørgsmål.

# 02

2+2 dage inkl. kost & logi

M1: 3.-4. marts + 31. marts-1.april

M2: 5.-6. maj + 2.-3. juni

M3: 1.-2. sept. + 29.-30. september

M4: 3.-4. nov. + 1.-2. december

# 03

# Ergonomiambassadør-uddannelsen

[baujordtilbord.dk/brancher/mejeriindustri/Uddannelser](http://baujordtilbord.dk/brancher/mejeriindustri/Uddannelser)

## Hvem

Alle med interesse i ergonomi

Bygger videre på den supplerende del af arbejdsmiljøuddannelsen

01

## Formål

At kunne vejlede og vurdere hvordan man forebygger:

- Skader ved løft og håndtering
- Nedslidning af kroppen

02

2 dage. Ingen logi

E1: 3.-4. februar

Måske flere på vej

03

# Kursus i psykisk arbejdsmiljø

[baujordtilbord.dk/brancher/mejeriindustri/Uddannelser](http://baujordtilbord.dk/brancher/mejeriindustri/Uddannelser)

## Hvem

Arbejdsmiljøorganisationen  
(AMO) i mejeriindustrien

01

## Formål

Viden om og træning i at  
øge trivsel og arbejdsglæde  
Spotte og håndtere  
mistrivsel/stress

02

## 1 dags kursus

PA1: Onsdag 12. marts

PA2: Torsdag 22. maj

PA3: Onsdag 1. oktober

03

# Tilmelding - hvor – hvad – hvordan?



Mejeriindustri [baujordtilbord.dk/brancher/mejeriindustri](http://baujordtilbord.dk/brancher/mejeriindustri)

## Mejeriindustri

På disse sider kan du finde du information om og værktøjer til arbejdet med arbejdsmiljø inden for mejeriindustrien. Materialerne omfatter blandt andet branchevejledninger, film og faktaark.  
Har du spørgsmål eller kommentarer, er du meget velkommen til at tage kontakt til os.



## Emner



Arbejdsmiljøkonferencerne



Viden og værktøjer



Uddannelser



Faktaark



Branchevejledninger



Kontakt

**Tilmelding =  
Modtaget bekræftelse**

**Faktura – hvortil?**



## Kemi i mejeriindustrien

### - Sikkert og sundt arbejde med kemi

September 2021- december 2024

11 “Kemipakker” aktiveret

Faglig rådgiving v/JobLife

#### Status:

- 76 besøg på mange sites
- “før og eftermåling” samles i rapport



## Intern færdsel

- Materialer til indsats omkring forebyggelse af ulykker ved intern færdsel
  - Kort film der sætter fokus på sikker adfærd
  - Tegninger der har fokus på 3 typiske risikosituationer
  - Kan bruges til infoskærme, ophæng samt ifm. instruktion og oplæring
  - Lancering i 2. kvartal 2025





# Aktiviteter 2024 - fortsat

## • Kommunikation

- Nyt logo
- Ny hjemmeside (slut januar 2025)

## • Nyt materiale

- Faktaark om
  - Natarbejde
  - Hånd- og fingreskader
  - Mobning

## • Revision og opdatering

- Årlig opdatering af faktaark
- Samling af materiale om helbreds kontrol og natarbejde

VÆRKTØJ

## Alt om helbreds kontrol og natarbejde - for medarbejdere

### Det er så vigtigt. Det ved du allerede! Men ved du hvorfor?

Arbejder du mere end 300 timer om året om natten dvs. mindst 3 timer af din daglige arbejdstid i perioden mellem kl. 22:00 og 05:00, skal du til en helbreds kontrol før påbegyndelsen af natarbejde og desuden minimum hvert tredje år.

Reglerne om helbreds kontrol ved natarbejde er fastlagt via overenskomster, og ellers via Arbejdstilsynets.

Som medlem af DI Mejeri (tidligere Mejeribrugets Arbejdsgiverforening), skal ansatte, der arbejder om natten, og ansatte som påbegynder natarbejde, deltage ved en gratis helbreds kontrol.

Det Nationale Forskningscenter for Arbejdsmiljø anbefaler:

- Højest tre nattevagter i træk
- Højest 9 timer ad gangen
- Mindst 11 timer mellem to vagter

Kan disse anbefalinger ikke overholdes, er der krav om at medarbejderen får tilbudt en helbreds kontrol hvert år, og at deltagelse skal ske minimum hvert andet år.

Desuden er der særlige krav til helbreds kontrollen når medarbejderen er over 50 år.

### Helbreds kontrollen skal følges, for at du kan:

- Forebygge dine sundheds problemer ved tidligt at opdage potentielle sundhedsrisici.
- Få skræddersyet sundhedsrådgivning og målrettede råd baseret på dine specifikke resultater og behov.
- DIN helbreds status er anonym, men sikrer, at vi finder de EKSakte risici ved natarbejde, specifikt i mejerindustrien.
- Husk at deltage ligesom dine kolleger, så vi får det bedste nuancerede billede af hvad jeres arbejdstider gør ved jer, der arbejder i mejerindustrien.

Du kan opfordre din arbejdsplads, til at i alle automatisk bliver tilmeldt, og den kan foregå på jeres arbejdsplads, så I ikke behøver tage fri.

Her kan du læse om helbreds undersøgelsen

Her er MIAs nyeste faktaark om natarbejde

Vil du vide mere kan du læse BFA Transports fine folder her

.. eller CO-Industri folderen her

... læse endnu mere på Arbejdstilsynets hjemmeside

.. eller endeligt på JobLifes hjemmeside her



### Fakta om natarbejde

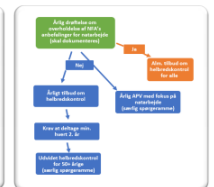


#### Krav

Medarbejdere i mejerindustrien skal generelt tilbydes helbreds kontrol ved ansættelsen samt hvert 2. år. Årligt - eller når nyt natarbejde startes - skal vurderes, om virksomheden kan overholde anbefalingerne for natarbejde fra Det Nationale Forskningscenter for Arbejdsmiljø, NFA. Hvis dette ikke er muligt, skal virksomheden desuden:

- Udføre særlig APV for natarbejde årligt.
- Tilbyde helbreds kontrol hvert år, og det er obligatorisk at deltage hvert 2. år. For personer på 50+ år skal der anvendes særlig spørgeskema.

Gravide må max have natarbejde 1 gang pr. uge (træder i kraft senest 1. januar 2025).



#### Gode råd

- Vurder og dokumentér, om NFA's anbefalinger kan overholdes, fx på et SU-møde, da der er krav om underskrift af tillidsmand. AMO kan med fordel involveres. Der er metodefrit til dokumentationen.
- Dokumenter tilbud om helbreds kontrol samt styr deltagelsen i helbreds kontrollen for natarbejdere.
- Den årlige APV samt helbreds kontrollen for 50+ årige skal udføres efter særlig spørgeskema.
- Gravide skal om muligt ompliceres til dagarbejde, eller den gravide har ret til fravær. Den særlige APV for gravide kan med fordel skabe overblik over, hvilke arbejdsopgaver en gravid kan udføre.
- Søvn er en vigtig parameter, når man har natarbejde. 7-9 timers søvn er optimalt i løbet af en døgnrytme, evt. i 2 perioder/blokke i løbet af dagen. Søvnkvalitet og -kvalitet har primær betydning for vores fysiske og mentale funktionsniveau og robusthed. Undlad kaffe, te, alkohol og andre stimulanser minimum 2 timer før søvn.

#### Overenskomstkrav

Medarbejdere, der arbejder om natten, er pr. 1. marts 2024 omfattet af særlige krav via overenskomsten for mejeribranchen, hvis NFA's anbefalinger, ikke kan overholdes. Anbefalingerne er:

- Højest tre nattevagter i træk
- Højest 9 timer ad gangen
- Mindst 11 timer mellem to vagter

Natarbejdere, der lider af helbreds problemer, skal om muligt overføres til dagarbejde.

Når en virksomhed får kendskab til graviditeten, skal denne hurtigst muligt, og senest to uger efter, ændre den gravides arbejdstid, så den gravide højst arbejder en nattevagt pr. uge. Hvis det ikke er muligt, har den gravide ret til fravær for nattevagter ud over én nattevagt om ugen.

#### Hvad er natarbejde?

Natarbejde er regelmæssigt at udføre mindst tre timer af sin daglige arbejdstid mellem kl. 22:00 og kl. 05:00, eller at arbejde mindst 300 timer i dette tidsrum inden for en periode på 12 måneder.

#### Relevante links

- [Natarbejde - dokumentationsskema](#) (valgfrit at anvende)
- [Særlig APV om natarbejde](#) (krav om brug af spørgeskema)
- [Helbreds kontrol til medarbejdere for 50+ årige](#) (krav om brug af spørgeskema)



# Aktiviteter 2025-2026



Materiale om  
adfærd og inklusion

Indsats om  
faldulykker

Nyt format på  
faktaark

## Fakta om natarbejde

August 2024

### Krav

Medarbejdere i mejeriindustrien skal generelt tilbydes helbreds kontrol ved ansættelsen samt hvert 2. år.

Årligt – eller når nyt natarbejde startes - skal vurderes, om virksomheden kan overholde anbefalingerne for natarbejde fra Det Nationale Forskningscenter for Arbejds-miljø, NFA.

Hvis dette ikke er muligt, skal virksomheden desuden:

- Udarbejde særlig APV for natarbejde årligt.
- Tilbyde helbreds kontrol hvert år, og det er obligato-risk at deltage hvert 2. år. For personer på 50+ år skal der anvendes særlig spørgeramme.

Gravide må max have natarbejde 1 gang pr. uge (træder i kraft senest 1. januar 2025).



### Gode råd

- Vurdér og dokumentér, om NFA's anbefalinger kan overholdes, fx på et SU-møde, da der er krav om underskrift af tillidsmand. AMO kan med fordel involveres. Der er metodefrihed til dokumentationen.
- Dokumentér tilbud om helbreds kontrol samt styr deltagelsen i helbreds kontrol for natarbejdere.
- Den årlige APV samt helbreds kontrol for 50+ årige skal udføres efter særlig spørgeramme.
- Gravide skal om muligt placeres til dagarbejde, eller den gravide har ret til fravær. Den særlige APV for gravide kan med fordel skabe overblik over, hvilke arbejdsopgaver en gravid kan udføre.
- Søvn er en vigtig parameter, når man har natarbejde. 7-9 timers søvn er optimalt i løbet af en døgn cyklus, evt. i 2 perioder/blokke i løbet af et døgn. Søvnkvalitet og -kvalitet har primær betydning for vores fysiske og mentale funktionsniveau og robusthed. Undlad kaffe, the, alkohol og andre stimulanter minimum 2 timer før søvn.

### Overenskomstkrav

Medarbejdere, der arbejder om natten, er pr. 1. marts 2024 omfattet af særlige krav via overenskomsten for mejeribranchen, hvis NFA's anbefalinger, ikke kan overholdes.

Anbefalingerne er:

- Højest tre nattevagter i træk
- Højest 9 timer ad gangen
- Mindst 11 timer mellem to vagter

Natarbejdere, der lider af helbreds problemer, skal om muligt overføres til dagarbejde.

Når en virksomhed får kendskab til graviditeten, skal denne hurtigst muligt, og senest to uger efter, ændre den gravides arbejdstid, så den gravide højst arbejder en nattevagt pr. uge. Hvis det ikke er muligt, har den gravide ret til fravær for nattevagter ud over én nattevagt om ugen.

### Hvad er natarbejde?

Natarbejde er regelmæssigt at udføre mindst tre timer af sin daglige arbejdstid mellem kl. 22:00 og kl. 05:00, eller at arbejde mindst 300 timer i dette tidsrum inden for en periode på 12 måneder.

### Relevante links

- Natarbejde – dokumentationsskema (valgfrit at anvende)
- Særlig APV om natarbejde (krav om brug af spørgsmål i spørgeramme)
- Helbreds kontrol til medarbejdere for 50+ årige (krav om brug af spørgeramme)

# HUSK online evaluering - DIN mening er VIGTIG

Arbejdsmiljøkonferencen 2024

