

LØSNINGSFORSLAG – Test deg selv – 13 Arbeidsmiljøutfordringer[Klikk her ...](#)

Læreboka side 284	1
Læreboka side 289	1

Læreboka side 284**1 Hvilket hovedkrav stiller arbeidsmiljøloven til arbeidsmiljøet?**

Hovedkravet i arbeidsmiljøloven når det gjelder arbeidsmiljøet er at arbeidsgiveren skal sørge for et fullt forsvarlig arbeidsmiljø. Trygt og meningsfylt arbeid er viktig for de ansatte.

2 Nevn eksempler på fysiske utfordringer i arbeidsmiljøet.

Eksempel på fysiske utfordringer i arbeidsmiljøet er støy og belastning.

3 Nevn eksempler på psykososiale utfordringer i arbeidsmiljøet.

Eksempel på psykososiale utfordringer i arbeidsmiljøet er stress, mobbing og mangel på åpenhet.

4 Hva er et godt arbeidsmiljø?

Et godt arbeidsmiljø er kjennetegnet ved at:

- ☐ De ansatte har en sikker arbeidsplass
- ☐ Det er rom for variasjon i arbeidet
- ☐ Gode lønnsvilkår
- ☐ Rom for arbeidsfellesskap
- ☐ Plass for personlig vekst og ansvar
- ☐ Åpner for medbestemmelse

5 Nevn noen symptomer på stress.

Symptomer på stress kan være irritasjon, tør i hals og munn, mangel på konsentrasjon, kronisk tretthet, rastløshet og nakke- og ryggsmarter.

6 Nevn noen motivasjonsfaktorer.

Eksempel på motivasjonsfaktorer er knyttet til jobbinnholdet, anerkjennelse, vekstmuligheter og ansvar.

Læreboka side**1 Nevn de fire fasene i HMS-arbeidet.**

De fire HMS-fasene består av å igangsette, kartlegge, planlegge og prioritere og følge opp.

2 Hvilken rolle har arbeidsgiveren i HMS-arbeidet?

Det er arbeidsgiveren som har ansvar for at arbeidsmiljøet er fullt forsvarlig og i samsvar med regelverket som er gitt i arbeidsmiljøloven med forskrifter.

3 Hvilken rolle har arbeidstakeren i HMS-arbeidet?

Arbeidstakeren plikter til å medvirke til å gjennomføre HMS-tiltak som setes i verk og delta i det organiserte vernearbeidet. Arbeidstakerne har plikt til å følge de verneinstrukser som er fastsatt.

4 Hvilken rolle har verneombudet i HMS-arbeidet?

Verneombudet representerer arbeidstakerne i HMS-spørsmål og skal ivareta deres interesser i saker om arbeidsmiljøet.

5 Hvilken rolle har Arbeidstilsynet i HMS-arbeidet?

Arbeidstilsynet er et offentlig organ som fører tilsyn med at reglene i arbeidsmiljøloven blir fulgt.

6 Hva er et flerkulturelt arbeidsmiljø?

Et flerkulturelt arbeidsmiljø er en arbeidsplass hvor det er samhandling mellom personer fra ulike kulturer.