

Göteborg Mölndal Partille Kungsbacka Alingsås Frölunda
Varberg Lerum Hyrås Vellinge
Åkarp Staffansborg Högås Ängelholm
Visby Eskilstuna Katrineholm Strängnäs Örebro Västerås
Lindesberg Sala Fagersta Knivsta Uppsala Örebro Örebro Solna
Stockholm Örebro Köndal Färsa Hägersten
Huddinge Jorsborg Bromma Vällingby Täby Kungsängen

Hela Sverige jobbar rätt!

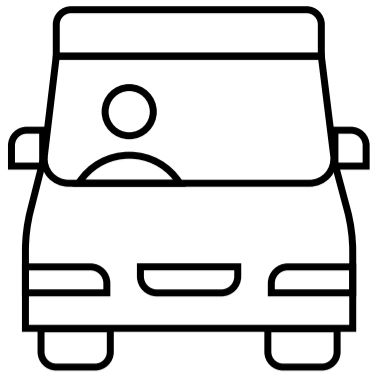
ERGONOMI

Utan en frisk kropp klarar du inte av ditt jobb!

Tänk på det här när du jobbar:

- Ha god belysning över arbetsytan.
- Packa inte backarna överfulla.
- Jobba inte över axelhöjd och under knähöjd.
- Använd de hjälpmedel som finns för att flytta posten.
- Lyft rätt!





Göteborg Mölndal Partille Kungsbacka Alingsås Frölunda
Varberg Lerum Hyringe Vellinge
Åkarp Staffanbolmen Högås Åkeri Ängelholm
Visby Eskilstuna Katrineholm Strängnäs Örebro Västerås
Lindesberg Sala Fagersta Knivsta Uppsala Örebro Örebro Solna
Stockholm Örebro Köndal Färsa Hägersten
Huddinge Jorsborg Bromma Vällingby Täby Kungsängen

Hela Sverige jobbar rätt!

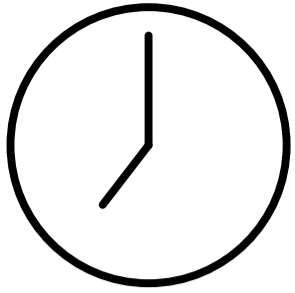
FORDON

Följ trafikreglerna och hantera ditt fordon rätt!

Tänk på det här när du jobbar:

- Genomför fordonskontroll och rapportera brister.
- Följ trafikreglerna som gäller för ditt fordon.
- Använd rätt skyddsutrustning.
- Ställ in fordonet så du sitter rätt och arbetar ergonomiskt.
- Lasta och lyft rätt!





Göteborg Mölndal Partille Kungsbacka Alingsås Frölunda
Varberg Lerum Hyrås Vellinge
Åkarp Staffanäs Hjo Ångelholm
Visby Eskilstuna Katrineholm Strängnäs Örebro Västerås
Lindesberg Sala Fagersta Knivsta Uppsala Örebro Örebro Solna
Stockholm Örebro Köndal Färsa Hägersten
Huddinge Jorsborg Brönna Vällingby Täby Kungsängen

Hela Sverige jobbar rätt!

ÖVERTID, SCHEMA OCH RAST

Följ ditt schema och ta din rast - övertid ska vara beordrad och frivillig

Tänk på det här när du jobbar:

- Rasten är obetald tid, jobba inte gratis under din rast.
- Ett avbrott i arbetet är positivt för din kropp och ditt humör.
- Fyll på med energi, både ät- och drickbart.
- Det krävs särskilda skäl för övertidsarbete. Övertid ska vara beordrad i förväg eller godkännas i efterhand.
- Arbeta enligt schema om inget annat tillfrågas
- säkra din vila och återhämtning!

