Arbetsmiljö-quiz:

Är du en *arbetsmiljöhjälte* eller *arbetsmiljöpirat*?

1 **Vad är grundtanken med Systematiskt Arbetsmiljöarbete (SAM)?**

1. Att gömma alla arbetsmiljöproblem i en pärm märkt ”Övrig verksamhet”.
X. Att vänta med arbetsmiljöarbetet tills någon blir arg, sjuk eller intervjuad av lokalpressen.
2. Att regelbundet undersöka, riskbedöma, åtgärda och följa upp arbetsmiljön.

2 **Vem har huvudansvaret för arbetsmiljön på arbetsplatsen?**

1. Arbetsgivaren.
X. Skyddsombudet eller den som vann arbetsmiljöquizet.
2. Den som råkar vara sist kvar på fredagsfikat.

3 **När ska en riskbedömning göras?**

1. När stjärnorna står rätt enligt chefens horoskop.
X. Först när tre arbetstagare samtidigt säger ”det här kommer aldrig att fungera”.
2. Innan förändringar i verksamheten som kan påverka arbetsmiljön genomförs.

4 **Vad handlar föreskrifterna om organisatorisk och social arbetsmiljö främst om?**

1. Arbetsbelastning, arbetstidens förläggning och kränkande särbehandling.
X. Möbleringen i fikarummet och kvaliteten på kaffet.
2. Att alla ska vara glada exakt 100 procent av tiden.

5 **Vad behövs när tiden inte räcker till alla arbetsuppgifter?**

1. Tydliga besked om vad som ska prioriteras, vem som kan ge stöd och därefter utreda orsaken och vidta åtgärder för att minska belastningen.
X. Skriva arbetsordern på något spexigt sätt för att lätta upp stämningen.
2. Uppmuntra arbetstagarna att arbeta ”lite snabbare och lite mer”.

6 **Varför är återhämtning så viktig?**

1. För att arbetsdagen ska kännas kortare.
X. För att förebygga ohälsa och arbetsolyckor och återfå fysisk och mental energi.
2. För att hinna leta efter det enda fungerande verktyget på arbetsplatsen.

7 **Vilket uppdrag har skyddsombudet?**

1. Att kontrollera att alla använder rätt färg på pennorna.
X. Att avgöra vem som får sista kakan på möten.
2. Att företräda arbetstagarna i arbetsmiljöfrågor.

8 **Vad är kränkande särbehandling enligt OSA?**

1. Att chefen inte skrattar åt alla skämt på personalfesten.
X. Att någon får höra att deras favoritlag spelar dåligt.
2. Handlingar som riktas mot någon på ett kränkande sätt och kan leda till ohälsa eller att personen hamnar utanför gemenskapen.

9 **Hur ofta ska arbetsgivaren arbeta med SAM och OSA?**

1. Löpande i samverkan mellan chef och skyddsombud som en naturlig del av verksamheten och särskilt inför förändring av verksamheten.
X. Endast när Arbetsmiljöverket annonserar inspektionsbesök.
2. Vart fjärde år, tillsammans med företagets festplaneringsgrupp.

10 **Om en arbetstagare signalerar stress och ohälsosam arbetsbelastning ska arbetsgivaren:**

1. Sätta upp en inspirerande poster med texten ”Kämpa på!”.
X. Rekommendera fler energidrycker.
2. Ta signalerna på allvar och undersöka och åtgärda orsakerna.

Facit

1: 2, 2: 1, 3: 2, 4: 1, 5: 1,
6: X, 7: 2, 8: 2, 9: 1, 10: 2

Resultat

9–10 rätt: *Arbetsmiljöhjälte!* Du kan sannolikt prata SAM och OSA även före första kaffekoppen.

6–8 rätt: *Kompetent arbetsmiljökämpe.* Du har koll, men kanske behöver putsa hjälmen lite.

3–5 rätt: *Arbetsmiljöpraktikant.* Du är på rätt väg, men bör nog läsa några föreskrifter innan nästa skyddsrond.

0–2 rätt: *Arbetsmiljöpirat.* Du navigerar efter gamla sjökort och hoppas på det bästa. Dags för arbetsmiljöutbildning!

Bonusfråga: Hur många gånger per år säger någon på arbetsplatsen: ”Det där borde vi ha riskbedömt först”? .....

© Landsorganisationen i Sverige 2026
Grafisk form: LO Produktion och tryck: Bantorget Grafiska AB, Stockholm 2026 ISBN 978-91-566-3836-7 LO 26.09 1000