



Det skal være rart at gå på arbejde

Det er vigtigt, at du trives i et sundt og godt arbejdsmiljø. For at du trives i dit arbejde og kan levere en ydelse af høj kvalitet, er det vigtigt, at dit fysiske og psykiske arbejdsmiljø er i orden. Så læs med her.

Du skal kunne tilrettelægge din arbejdsdag og udføre dine opgaver, uden at det går ud over dit helbred. Det kan fx være belastninger og nedslidning af ryg, knæ, skuldre og albuer. Det er også vigtigt, at du føler dig værdsat - det skal være rart at gå på arbejde og have et godt samarbejde med leder og kolleger.

Hvad har betydning for dit arbejdsmiljø

Her får du en tjekliste over de forhold i køkkenet, som har betydning for dit arbejdsmiljø. Du finder også henvisninger til relevant materiale og vejledninger, hvor du kan søge viden om regler og anvisninger på vejen mod et godt arbejdsmiljø. Du kan bruge tjeklisten i en dialog med din leder eller din arbejdsmiljø/tillidsrepræsentant om dine arbejdsforhold, opgaver og samarbejdsrelationer på din arbejdsplads.

De fysiske rammer

- Hvorledes er køkkenet placeret ift. resten af institutionen?
- Er der plads nok til at udføre arbejdet sikkert og effektivt?
- Har du hæve-sænkebord?
- Er der ordentlige personalefaciliteter (pauserum, garderobe, omklædning)?
- Hvordan står det til med indeklima, ventilation og støj?

Maskiner og udstyr

- Har du det rette produktionsudstyr – fx ovn, gryder, pander, røremaskine, kogeø/bord m.v.?
- Matcher maskiner og udstyr den mængde mad, du skal tilberede, og har du mulighed for et effektivt produktionsflow?
- Har du tilstrækkelig fryse- og lagerkapacitet?
- Har du maskiner og udstyr, som du kan bruge, uden at skulle udsætte dig for belastende arbejdsstillinger?

Trivsel og arbejdsglæde

- Føler du dig som en del af arbejdspladsen, og bliver dit arbejde værdsat og anerkendt på lige fod med det øvrige personale?
- Deltager du på personalemøder og/eller statusmøder med din leder?
- Får du afholdt den årlige MUS-samtale med din leder?
- Har du et godt samarbejde med det pædagogiske personale om mad og måltider til børnene?
- Oplever du at blive inddraget og lyttet til, når der skal træffes beslutninger, der vedrører dit arbejdsfelt?
- Har du indflydelse på mængden af opgaver i dit arbejde?

Få flere oplysninger

Du kan finde mange nyttige oplysninger om krav til bl.a. indretning og produktionsudstyr i daginstitutionskøkkener i branchevejledningen 'Godt arbejdsmiljø i det gode køkken'. Den finder du på www.arbejdsmiljoweb.dk

Her kan du også få inspiration og hjælp til områder som samarbejde, roller og opgaver i branchevejledningen 'Det pædagogiske køkken'.

Hvordan får jeg indflydelse ved ombygning og renovering af køkkenet?

- Arbejdsmiljøgruppen skal tages med i planlægning ved fx ombygning og renovering
- Da din arbejdsmiljørepræsentant og leder ofte har pædagogisk baggrund, kan de med fordel inddrage dig, da du har den køkkenfaglige ekspertise og erfaring
- Det gælder også ved indkøb af inventar, maskiner og øvrigt udstyr

Hvad gør jeg, når der er problemer med det fysiske arbejdsmiljø?

- Kontakt og fortæl din arbejdsmiljørepræsentant (AMR) om problemet, og hvad det betyder for dit arbejde.
- Gå sammen med AMR i dialog med din leder for at finde mulige løsninger.
- Inddrag om nødvendigt arbejdsmiljøansvarlig i kommunens HR-afdeling – brug AMR.
- Få beskrevet problemerne i en arbejdspladsvurdering (APV)
- Kontakt evt. Arbejdstilsynet – www.at.dk
- Kontakt Kost og Ernæringsforbundet på 31 63 66 00

Arbejdspladsvurdering (APV) – hvad er det?

Arbejdspladsvurderingen er et vigtigt værktøj i forhold til at forebygge dårligt arbejdsmiljø. Formålet med en APV er at finde ud af, om der er risiko for, at de ansatte kan blive syge, nedslidte eller komme til skade på arbejdet.

En APV omfatter både det fysiske og psykiske arbejdsmiljø og skal gennemføres løbende og minimum hvert 3. år. APV består af fem forskellige faser:

1. Identifikation og kortlægning
2. Beskrivelse og vurdering af arbejdsmiljøproblemer
3. Inddragelse af arbejdsmiljørelateret sygefravær
4. Prioriteringer af løsninger – handlingsplan
5. Opfølgning på handlingsplan

Gør opmærksom på, at køkkenrelaterede forhold bør indgå i APV, eller at der udarbejdes særskilt APV for køkkenet. På www.arbejdsmiljoweb.dk og Arbejdstilsynets webside www.at.dk kan du finde meget mere information.

Hvem kan hjælpe dig?

- Arbejdsmiljørepræsentant/tillidsrepræsentant
- Kost og Ernæringsforbundet og din regionsformand
- Lokale netværk for kostfagligt eneansvarlige m.v.
- Arbejdstilsynet
- Den lokale fødevareregion

Synliggør dit arbejde

Ved din ansættelse fik du sikkert en beskrivelse af dine arbejdsopgaver. Måske står det også i din ansættelseskontrakt. Men der kan være sket ændringer over årene, som gør, at du har fået flere eller anderledes opgaver. Og måske matcher det ikke længere det antal timer, du er ansat til. På de kommende sider finder du en liste over de mulige opgaver, du udfører. På den måde kan du få et fuldt overblik over de opgaver, du varetager dagligt, månedligt og årligt.

	Ved ansættelse	Aktuelt
Timer i køkkenet		
Timer til andre opgaver		
Antal børn, du tilbereder mad til		
Antal voksne, du tilbereder mad til		

Måltider

- Morgen
- Formiddag
- Frokost
- Eftermiddag
- Sen eftermiddag

- Madpakker
- Bålmad

- Personalekaffe
- Personale møder
- Fester og andre arrangementer

- Mad ved ferie – fryseren
- Events fx madvalg

Køkken

- Planlægning af menu
- Formidling af menu
- Tage imod varer
- Tilberedning af udvalgte måltider
- Pakke vogn

- Opvask
- Rengøring
- Egenkontrol

- Økonomi
- Økoregnskab

- Affaldshåndtering (pap, glas, bio, skrald)

Indkøb

- Intro til indkøbssystem – også til kollegaer
- Indkøb af fødevarer
- Indkøb af emballage
- Indkøb af maskiner og andet materiel
- Indkøb af service (tallerkner, bestik, glas, kander etc.)

Øvrige indkøb

- Rengøringsmidler
- Værnemidler

Andre opgaver

- Tilkalde håndværkere
- Vise håndværkere rundt
- Åbne institution
- Lukke institution
- Passe telefon

- Vaske sengetøj
- Vaske viskestykker og klude
- Vaske legetøj
- Rengøring
- Oprydning

- Indgå i eller tage initiativ til udviklingsopgaver fx køkkenhave, eksperimenter, mad-dannelse, inddrage børn i madlavning, Middag

- Timer på stuerne
- Træde til på stuerne
- Spise sammen med børn

- Elever
- Praktikanter
- Flexmedarbejdere/ressourcemedarbejdere

- Samtaler med forældre

- Tage imod Corona-test personale

- Deltage i forældremøder, personalemøder eller andre møder
- Deltage i netværksmøder, TR-møder m.v.

Kompetenceudvikling

- Følge med på www.altomkost.dk, Guide til sundere mad i daginstitutionen
- Følge med på Sundhedsstyrelsen – www.sst.dk
- Besøge messer
- Søge generel inspiration fx blade, bøger, nettet
- Deltage i aktivitetsudvalg kommunen, klyngen
- Deltage i arrangementer i kommunen, klyngen
- Deltage i arrangementer i Kost og Ernæringsforbundet
- Deltage i andre arrangementer _____

**Har du spørgsmål, er du velkommen til at ringe til
Kost og Ernæringsforbundet på 31 63 66 00.**

**Du kan også kigge forbi www.kost.dk/boerns-maaltider, her finder
du en masse inspiration om ernæringsprofessionelles opgaver
omkring børns måltider.**

[Overskrift 1]

[Tekst]