



Ryggsäcken med minidatorn sitter på under normala arbetsmoment. Flera mätningar görs.



Tore Gustavsson fäster elektroderna.



Genom att registrera toppvärdet när armarna höjs och vilovärdet när de vilar sänkta får Tore Gustavsson två gränsvärden.



Personalchef Pia Kadfalk och produktionsledare Göran Karlsson med några av företagets knivar och isborrar.



Daniel och Victoria fick likadana knivar i bröllopspresent.

## Teknik vässar arbetshälsa

Elektroderna fästs på nacken till maskinoperatör Inga-Mai Björkman. Sladdarna löper under tröjan till en minidator i en ryggsäck.

Företagssjukgymnast Tore Gustavsson låter för första gången personalen vid knivtillverkaren Mora of Sweden testa EMG, Elektromyografi. Ett verktyg för mäta och förhindra belastningsningsskador.



på varje medarbetares egna förutsättningar och eventuella besvär, säger Tore Gustavsson och fortsätter:

– EMG görs också tillsammans med en observation av arbetsplats och arbetssätt. Gör man det får man verkligen ett gott underlag för vilka moment som rent faktiskt orsakar spänningar i musklerna. Svart på vitt.

Något som förvånat Inga-Mai under mätningarna är att de stunder hon trott varit vilsamma för musklerna faktiskt inte varit det. Exempelvis under de 8-10 sekunder hon väntar på att formsprutan ska bli klar med skaften till specialknivarna för isolerskärning.

– Har jag händerna framför kroppen, liksom beredda att lägga in så fort luckan lyfter, belastar jag musklerna. Likadant om jag håller händerna efter sidorna men har fem, sex knivblad i nypan. Nu väntar jag med händerna rakt ner i 6-8 sekunder och fattar bladen precis innan de ska in. En liten sak, men den gör skillnad, konstaterar Inga-Mai som för övrigt

varit besvärsfri under samtliga sina 34 år på företaget.

### Friskt företag

Det anrika företaget heter idag Mora of Sweden. Men rötterna i Frost Knivfabrik och KJ Eriksson går 120 år tillbaka i tiden. I dag svarar isborrar för cirka 30 procent av omsättningen. Knivar av hundratals olika sorter för resten. Storsäljaren är fortfarande Morakniven med en miljon per år. – Vi är ett starkt varumärke och har väldigt låga sjuktal och sjukskrivningar, men vi kan och vill alltid förbättra oss. Att erbjuda god arbetshälsa är en självklarhet. Alla arbetsplatser, och förändringar av arbetsplatser, går igenom ur ett ergonomiskt perspektiv. Vi jobbar också med arbetsplatsrotation. Man jobbar inte två dagar med samma moment, konstaterar Pia Kadfalk, personalchef.

**Fakta/  
Siljagruppen  
Arbetshälsan  
på Mora of Sweden**

Sjuksköterska.  
Sjukgymnast.  
Beteendevetare.  
KBT-terapeut.  
Arbetsmiljöterapeut.  
Arbetsmiljöingenjör.  
[www.moraofsweden.se](http://www.moraofsweden.se)  
[www.siljagruppen.se](http://www.siljagruppen.se)

Arbetskamraterna tittar och frågar lite när Inga-Mai går upp till sin arbetsplats. Den hör till de nyaste på företaget. Golvet är höj- och sänkbart liksom vattenbadet där knivarna sticks ner efter att ha fått sina skaft i formverktyget. Även arbetsbordet mitt emot formsprutan kan justeras.

– Att vi testat det här beror bland annat på att vi satsat på de nya borden. Vi är nyfikna på att se hur de påverkar arbetsmiljön, säger produktionsansvarige Göran Karlsson.

### Mäter musklerna

Enkelt uttryckt mäter EMG elektriska spänningar i musklerna. Genom att ta fram referensvärden där Inga-Mai får lyfta armarna maximalt upp över huvudet och sedan försöka inta en helt avslappnad position (med händerna hängande) kan hennes värden under olika arbetssituationer analyseras och jämföras med dessa referensvärden.

– Metoden har funnits i 20 år och naturligtvis finns det massor av olika tester och resultat från olika håll. Men det viktiga är att behålla fokus

**Här finns dina  
hjälpmedel till  
kontorsarbetsplatsen:**

Mouse Trapper  
Belysning  
Stolar  
Ergonomi



**Rabatt till Företags-  
hälsövårdskunder!**

**A-Miljö Gävle-Dala  
Telefon: 0243-827 00  
[www.amiljo-gavledala.se](http://www.amiljo-gavledala.se)**

**SILJA  
GRUPPEN  
ARBETSHÄLSAN**

Produktion  
Hälsa och Trivsel

Har Du tänkt på hur hälsan och trivseln hos Dina anställda påverkar kvaliteten på de produkter eller tjänster som produceras?

Hos Siljagruppen Arbetshälsan finns resurserna för att hjälpa företaget att nå högsta kvalitet.

**Kom ihåg!**

Vi har också möjlighet att hjälpa till med exempelvis körkortsintryg och vaccinationer. Gäller såväl företag som för privat ändamål.

Kontakta oss på 0250-389 10 så berättar vi mer.

Du hittar oss i Polishuset på Vasagatan 31 A i Mora eller på [www.siljagruppen.se](http://www.siljagruppen.se)