



TYPARBETSPLATS
PLOCK OCH PACK

PLOCK- OCH PACKARBETSPLATSEN

Plockstationer och packarbetsplatser har under de senaste åren genomgått en stor förändring. På dessa arbetsplatser var arbetsuppgifterna tidigare många gånger väldigt tidskrävande, men med dagens digitalisering samt smarta förpackningslösningar har arbetsmomenten kunnat effektiviseras betydligt.

Trots att mycket är gjort på dessa arbetsplatser finns det fortfarande många saker att göra för att förbättra arbetsmiljön. Det visar sig inte minst när man pratar med arbetskollabor på plock- och packarbetsplatser som klagat över tunga och många lyft, huvudvärk och värk i axlar, nacke och rygg. De påtalar faktorer som att belysningen är dålig, arbetsmattor ligger i vägen, det finns inga lyfthjälpmiddel trots att man hela

tiden flyttar kartonger på upp till 50 kg, eller att det inte finns någon vagn att hämta material med. Det kommer även fram att det är stökigt och dålig ordning eller att det ligger en massa saker under borden. Var någonstans vågen ska placeras vid packborden för att få ett effektivt flöde tycks även vara ett vanligt förekommande problem, samt även höjden på vågen.



INNEHÅLL:

ERGONOMI..... 6

LJUS..... 8

BULLER & AVSKÄRMNING..... 9

MATERIALHANTERING..... 10

LYFT..... 12

5S..... 13

FÖRVARING..... 14



ANALYS

Tjänster &
utbildning

LÖSNING

Uppföljning

Leverans

DRIFT- SÄTTNING

GIGANT

Med 20 års erfarenhet vet vi på Gigant vad som gör en bra arbetsplats ännu bättre. Vi har kunskapen och utrustningen som gör arbetsmiljön säkrare, jobbet effektivare och dig som arbetsgivare mer attraktiv – för både medarbetare och kunder. Den självklara experten på morgondagens industriarbetsplats.

KONTAKTA OSS FÖR MER INFORMATION: GIGANT@GIGANT.SE



ING

AGERA INNAN SKADAN ÄR SKEDD

Med vår metod säkerställer du att investeringen hamnar rätt. Vi utgår från användaren, arbetet och ambitionen. Vi arbetar systematiskt och hela vägen från analys till driftsättning.

ANALYSEN: RISKBEDÖMNING OCH FÖRUTSÄTTNINGAR

Vi börjar med att kartlägga arbetsplatsen och arbetsuppgifterna i en grundlig behovsanalys. Detta gör vi för att få en helhetsbild och hitta riskmomenten så att vi kan föreslå rätt åtgärder.

I den fortsatta analysen går vi igenom vilka användarna är, vi undersöker arbetets art och tittar på arbetsställningar. Stående eller sittande? Dynamisk eller statisk belastning? Vi tar fram ett underlag med både hårda och mjuka värden för att hitta rätt lösning.

LÖSNINGEN: ENLIGT STANDARD OCH KUNDANPASSAT

Alla lösningar börjar och slutar med användaren och vår behovsanalys. Vem är det som jobbar här, vilka krav ställs, hur ser miljön ut och vad säger lagen? Med analysen som grund

ritar vi upp en lösning i vårt eget visualiseringsverktyg Gigant 3D. Zon för zon skapar vi en ergonomi-anpassad arbetsstation med bord, lyfthjälpmiddel, stol, matta och belysning, arbetsuppgifterna bestämmer. Vi ser även över om arbetsplatsen behöver miljösäkras med avfallsbehållare m.m. För lösningen använder vi produkter ur vårt breda och kvalitetssäkrade sortiment. Om det behövs kan vi också konstruera och tillverka kundunika lösningar med samma höga kvalitet.

DRIFTSÄTTNING: INKÖRNING OCH UPPFÖLJNING

Lösningen är bara början, arbetet med att skapa en bra arbetsmiljö pågår hela tiden. En riktig installation och introduktion är en förutsättning för att lösningen ska göra jobbet enklare och en självklar del i vårt erbjudande. För att skapa kontinuitet krävs kunskap, rutiner och regelbundna uppföljningar. Vi hjälper er med att få in plock- och packarbetsplatsen som en del i det systematiska arbetsmiljöarbetet.

ERGONOMI

Arbetet med plock och pack innefattar många lyft, vilket kan få konsekvenser för ergonomin om de inte utförs på rätt sätt och med rätt hjälpmedel. Med hjälp av flexibla och genomtänkta lösningar får du en mer välmående personal samtidigt som du effektiviserar arbetet.

UTMANINGEN: MÅNGA LYFT

På packarbetsplatsen flödar dagligen ett stort antal produkter, påsar och kartonger igenom, många gånger med olika omfång och vikt. Under arbetet med att packa och skriva ut fraktsedlar sker många lyft, mellan vagn eller pall, bord, våg och bandare, vilka dessutom många gånger sitter på olika höjder.

LÖSNINGEN: HJÄLPMEDEL FÖR MINSKAD BELASTNING

Det finns hjälpmedel som inte bara effektiviserar det många gånger tidskrävande packarbetet, utan även minimerar ohälsosam belastning på kroppen. Med hjälp av rätt arbetsplatsutrustning kan även många onödiga lyft elimineras.

BORD:

Fast bord – för en stående arbetsplats, vilket är en bra lösning när packarbetsplatsen endast används för att någon gång då och då under arbetsdagen packa ett paket.

Höj- och sänkbart – när packarbetsplatsen är en del i flödet och man packar mycket bör ett höj- och sänkbart bord väljas så att den som arbetar enkelt kan variera sin arbetsställning mellan stående och sittande samt att arbetsplatsen enkelt justeras efter arbetstagare, storlek på paket som ska hanteras eller hur flödet ser ut.

TIPS

Välj en grå matta istället för en svart. Detta bidrar till en ljusare arbetsplats, eftersom den svarta färgen på mattan annars sväljer väldigt mycket ljus.

Bordsskiva – laminat är det bästa alternativet för en packarbetsplats. Denna bordsskiva är lätt att rengöra samt att kartonger och paket glider lätt.

Påbyggnadssystem – fäst en skärmhållare och en tangentbordshylla för att kunna hantera packinformation, adressinformation osv. Genom att sätta en djup hylla mellan två packbord som står mittemot varandra får man enkelt plats med etikettskrivare för båda borden. Hållare för pappersrullar, skärreggregat m.m. kan fästas i påbyggnadssystemet, men allt eftersom packarbetet mer och mer utförs med hjälp av kartonger är hyllor med avdelare för hantering av dessa kartonger ofta viktigare. Packas mycket i påse kan det vara bra att fästa en hylla under bordet för förvaring av påsar, därmed sliter det mindre på axlar och rygg jämfört om man behöver sträcka sig upp till de övre hyllplanen. För att få in små komponenter som ska packas till det inre arbetsområdet bör en svängarm användas. Komplettera även påbyggnaden med eluttag då det behövs ström till allt från belysning till skrivare. Används exempelvis en häftapparat regelbundet fästs denna med fördel i ett balansblock för att undvika belastning.

Våg – bör generellt klara ca 60 kg för att kunna hantera paketen som packas. För att undvika onödiga lyft kan vågen med fördel fällas in i bordsskivan. På så vis är den alltid bra placerad och alltid i rätt höjd.

Kulrullar – utrusta delar av bordsskivan med kulrullar för att underlätta flytten av paket.

E-lyftbord – justeras i höjd allt eftersom pallen fylls med pa-

ket så att man aldrig ska behöva arbeta med böjd rygg eller med armarna över axelhöjd. Enkelt att hämta och lämna pallar med truck och pallyftare från detta lyftbord.

Bandningsmaskin – komplettera packarbetsplatsen med en halvautomatisk bandningsmaskin, fungerar för olika kollistorlekar utan att behöva ställa om den. För att enkelt kunna flytta den mellan arbetsstationer och därmed undvika onödiga lyft, bör den ha hjul.

MATTA:



Vid packarbetsplatser står personalen i regel hela tiden. En matta som är avlastande för kroppen är därför mycket viktig. Vid denna arbetsplats är det i regel inte så smutsigt och det förekommer inga skärvätskor eller liknande, vilket möjliggör att mattvalet kan ske utifrån andra funktioner. En matta med en bulformad yta ger väldigt bra stimulans och ökar blodcirkulationen hos den som står och arbetar.



LJUS

Underskatta inte effekten av rätt belysning! Med enkla medel kan rätt ljuslösning skapa en betydligt bättre arbetsmiljö där jobbet dessutom kan kvalitetssäkras.

UTMANINGEN: SVÅR PLACERING

Placeringen av belysning kan vara problematisk då det ofta är någon lyftkran som måste kunna löpa fritt för att hämta eller lämna paket, stora otympliga kartonger förvaras på kartonghyllor långt upp på påbyggnadssystemet osv.



TIPS

Sidobelysning kan vid behov exempelvis fästas på en svängbar arm istället för på en fast arm och därmed enkelt skjutas undan för att göra plats för en svängkran.

LÖSNING: KOMBINERA OLIKA BELYSNINGAR

För att komma åt alla olika ytor på arbetsplatsen från golv upp till de högsta hyllorna är en kombination av olika belysningar den bästa lösningen.

Dimbar – möjliggör att anpassa belysningen efter behov beroende på arbetsuppgift och vem som utför arbetet. Tänk på att ju äldre medarbetaren är desto mer ljus behövs. Däremot kan samma ljusmängd för en yngre medarbetare innebära bländning.

Vinklingsbar – belysningen kan justeras samt anpassas efter behov.

Sidobelysning – gör att skuggbildning undviks.

Linjär belysning – används separat eller för att komplettera sidobelysningen i de fall bordet är större, alternativt om extra mycket ljus behövs.

LÄS MER OM LJUS
PÅ GIGANT.SE



BULLER & AVSKÄRMNING

Det är bevisat att buller leder till sämre arbetsprestation, stress, trötthet och irritation. Buller försämrar också kommunikationen mellan medarbetarna. Hör man inte varandra, innebär det fler misstag men också onödiga risker och olyckor. Såväl avskärmning som minskat buller kan på många sätt bidra till en effektivare produktion.

UTMANINGEN: RISK FÖR FELPLOCK OCH TEMPERATURSKILLNADER

Är det hög ljudnivå på plockarbetsplatsen påverkar det lätt stressnivån på medarbetarna och risken för felplock ökar. Packarbetsplatsen ligger många gånger i nära anslutning till gods ut och portar, vilket kan medföra stora skillnader i temperatur.

LÖSNINGEN: FLEXIBLA PANELER

Fäst bullerdämpande paneler i de fall då arbetsplatsen är utmed en fast vägg. Den bullerdämpande panelen tar mycket effektivt upp höga ljud, men även det lite dovare bullret. Finns ingen fast vägg används de bullerdämpande väggarna att sätta upp utmed arbetsplatsen.

Stripesridåer – håller effektivt kyla alternativt värme ute samt minimerar drag, utan att hindra flödet och trafiken. Välj transparenta stripesridåer för att förbättra sikten och öka säkerheten.



LÄS MER OM
BULLER
PÅ GIGANT.SE

LÄS MER OM
AVSKÄRMNING
PÅ GIGANT.SE

TIPS

På plock- och packarbetsplatsen är det optimalt med en öppen yta eftersom det är mycket gods som ska passera här. Ofta är det väldigt högt i tak. Pendla ner taket med hjälp av ett bullerdämpande tak för att minska ljudnivån, utan att behöva bygga upp väggar som hindrar åtkomst till arbetsplatserna för vagnar, truckar m.m. Det nerpendlade taket är även optimalt att fästa belysning i.



MATERIALHANTERING

En stor del av arbetsuppgifterna på en plock- och packarbetsplats består av att transportera material, detta är även många gånger den mest tidskrävande arbetsuppgiften. Mer än 10 % av ett projekts produktionskostnader kan enligt studier relateras till arbetsrelaterade skador och sjukdomar där bristande ergonomi är orsaken.

UTMANINGEN: VARIERAT MATERIAL OCH OBEKVÄMA ARBETSSTÄLLNINGAR

Stora mängder gods flödar dagligen igenom en plock- och packarbetsplats. Här hanteras såväl mindre produkter, komponenter och paket till stora kartonger. Många gånger kan godset vara tungt. Plocken kan ske från hyllor långt upp eller vid golvnivå. Många gånger med en arbetsställning och belastning på kroppen som är allt annat än bra. Därefter ska det som plockats flyttas till packbänkar eller direkt till gods ut.

LÖSNING: HANTERING ANPASSAD EFTER MATERIAL

Beroende på flöde och storlek på paketen bör de hanteras på olika sätt.

Plockvagn – enkel att flytta med sig. Beroende på storleken på godset som packas kan vagnen utrustas med olika antal hyllor. Komplettera vagnen med en stege för att effektivt komma åt och kunna plocka från högre hyllor. Används plocklistor så kan vagnen utrustas med en dokumenthållare.

Rullcontainer – för att packa ner påsar ifrån plockstationerna. Containern bör vara utrustad med fyra sidor varav en är nedfällbar för att nå en god ergonomi och för att ingen ska behöva sträcka ut armen över axelhöjd, vilket är en väldigt dålig arbetsställning.

Bordsvagn – en flexibel vagn att exempelvis hämta och lämna större paket med.

Pallyftare – för att lyfta ut färdigpackade pallar med paket ut till godsutlämningen.

Mobil multiarbetsplats – utför hela plock- och packarbetet

vid en plockstation, genom att utrusta den med scanner-, skärm-, tangentbords- och klienthållare, hylla för etikettskrivare m.m. Arbetsplatsen är höj- och sänkbar och kan därmed snabbt anpassas efter den som arbetar. Eftersom arbetsplatsen är mobil kan hela arbetet utföras där plocket görs.

Rullbana – när det finns flera packstationer är det många gånger fördelaktigt och mer effektivt att ha en rullbana mellan för att lägga färdigpackade påsar på för att sedan på ett och samma ställe lägga över detta på pall eller i en vagn.



TIPS

Utrusta din plockvagn med en scannerhållare för att effektivisera och kvalitetssäkra plocket.



LYFT

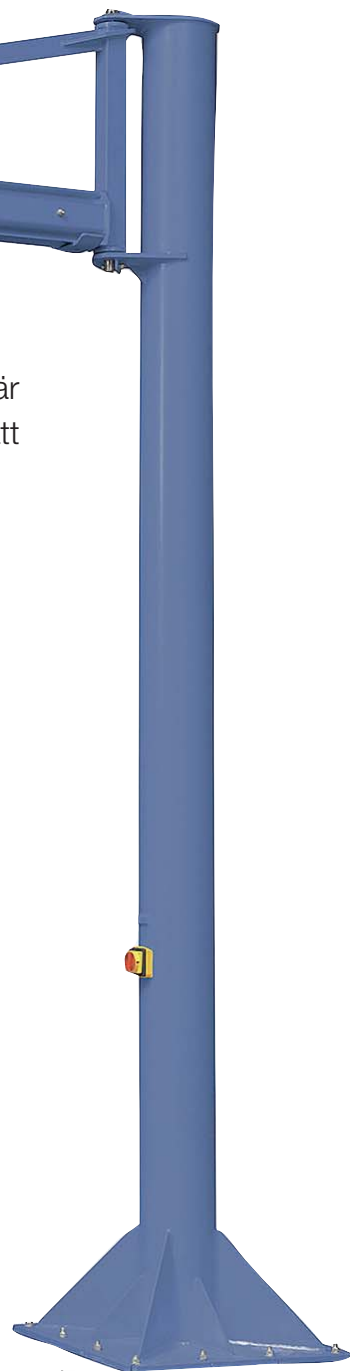
Manuella lyft är fortfarande vanligt förekommande ute i industrierna. Här finns stora vinster att göra med mer genomtänkta lyftlösningar. Med rätt lyfthjälpmedel effektiviseras lyften. På köpet kommer riskminimering av skador och olyckor.

UTMANINGEN: OUNDVIKLIGA LYFT

Under en dag packas många paket och även om packarbetsplatsen bör utformas så att flödet fungerar så bra som möjligt utan att man ska behöva lyfta paketen och enbart skjuta dem, så är vissa lyft oundvikliga.

LÖSNINGEN: UNDERLÄTTANDE LYFTHJÄLPMEDEL

En pelarsvängkran alternativt en vägghängd svängkran löser möjligheten till tunga lyft. Kranen bör utrustas med Gigants EQ-lift som är en vakumlyft speciellt utvecklad för pakethantering. Lyften hanterar en stor variation av paket och liknande föremål. Den greppar ifrån alla sidor och kan roteras 360 grader för flexibel användning och bästa åtkomlighet.



TIPS

För hantering av säckar finns ett specialutvecklat tillbehör till EQ-liften, vilket med hjälp av två sugproppar enkelt lyfter säckar oavsett om de är i plast eller papp.

LÄS MER OM LYFT
PÅ GIGANT.SE



5S

Att skapa ordning på denna arbetsplats är oerhört viktigt då felplock eller felsändelser snabbt kan generera stora kostnader och betydande badwill.

UTMANINGEN: MANUELLA PLOCK BLAND MÅNGA KOMPONENTER

När manuella plock utförs är risken för felplock alltid stor.

LÖSNINGEN: STRUKTUR OCH DIGITALA HJÄLPMEDEL

Utrusta plockvagnar och plockstationer med scannerhållare, iPadhållare alternativt hållare för skärm för att kunna använda digitaliserade hjälpmedel löpande under plocket. Märk upp lagerlådor, lagerplatser på hyll- och pallställ m.m. för att minimera felplock.

Lagerlådor samt modulbackar – för att skilja komponenter åt är det bra att använda sig av olika färger på backarna.

Golvmarkeringstejp – skapa ordning på arbetsplatsen genom att tydligt markera var pallar och vagnar ska stå. Det är i regel även mycket trucktrafik på denna arbetsplats, så det är extra viktigt att tydligt markera truckgångar.



TIPS

Använd lock till lagerlådor och modulbackar för att hålla innehållet rent.

Dekaler – förse sopkärl med dekaler för att tydliggöra innehåll. De är färgkodade med såväl bild som text för att säkerställa att alla ska förstå.

Avfallsbehållare – använd olika färger på avfallsbehållare för olika innehåll.



LÄS MER OM 5S
PÅ GIGANT.SE





TIPS

Ta hjälp av din Gigantsäljare för att rita upp plockarbetsplatsen med pall- och hyllställ i 3D. Med hjälp av denna ritning kan man enkelt effektivisera utrymmet samt säkerställa att avstånd i gångar uppfyller de säkerhetskrav som finns.

FÖRVARING

Med rätt layout på plockstationens förvaring kan arbetet enkelt effektiviseras. Många gånger är emellertid säkerhetsarbetet det som är absolut viktigast då olycksstatistiken stadigt ökar.

UTMANINGEN: OSÄKER ARBETSMILJÖ

Olyckor i samband med lager och förvaring är ett växande problem. Enligt en inspektion av Arbetsmiljöverket hos närmare 650 arbetsplatser år 2012 visade det sig att åtta av tio företag inte hade en godkänd arbetsmiljö. Orsakerna var främst bristande arbetsmiljöarbete, rutiner, policy, riskbedömning, åtgärdsarbete samt överbelastade och skadade pall- och hyllställ. Plockarbetet är många gånger väldigt tidskrävande samt orsakar ofta belastningsskador p.g.a de många, otympliga och svårtillgängliga plock som utförs under en dag.

Plockarbetsplatserna är ofta uppbyggda av hyllställ, men kan beroende på storlek av gods samt mängden gods även innehålla pallställ.

LÖSNING: TILLRÄCKLIGT UTRYMME FÖR PAKET OCH PERSONAL

När plockningen sker med hjälp av orderplocktruckar, vagn-tåg eller liknande, var noga med att se över avstånd mellan pall- och hyllställ i gångar så att tillräckligt utrymme finns och att risken för att man kör emot ställen alternativt krockar med kollegor minimeras.

Hyllställ – ett effektivt sätt att förvara mindre gods för plockning. Komplettera hyllställen med lutningssatser för att skapa bättre ergonomi i plocket. Tillbehör så som mellanväggar, utdragbara hyllplan eller lådor organiserar och effektiviserar arbetet. Finns krav på att vissa sortiment hålls mer rena kan

hyllstället utrustas med slutna sidor och ryggar samt med dörrar.

Mobila hyllställ – ökar lagringskapaciteten med upp till 87 %.

Pallställ – utrusta pallställen med gallerhyllplan för att släppa igenom mer ljus och underlätta plocket. För att skapa god ergonomi bör utdragsenheter användas, vilket även effektiviserar arbetet.

Påkörningsskydd – när trucktrafik förekommer på plockarbetsplatsen måste pallställen vara utrustade med påkörningsskydd.

LÄS MER OM FÖRVARING
PÅ GIGANT.SE



TÄNK PÅ ATT...

På alla arbetsplatser är det viktigt att ha en första förbandsutrustning lätt tillgänglig och så även här.

Gällande övrig skyddsutrustning är skor och handskar bland det viktigaste. Skorna bör vara fotriktiga då man på plockarbetsplatsen går väldigt mycket. Handskarna skyddar för wellpapp m.m.



AFS:AR

AFS 2001:1	Systematiskt arbetsmiljöarbete
AFS 2009:2	Arbetsplatsens utformning
AFS 2012:2	Belastningsergonomi
AFS 2006:4	Användning av arbetsutrustning
AFS 2001:3	Användning av personlig skyddsutrustning
AFS 2005:16	Buller
AFS 1994:1	Arbetsanpassning och rehabilitering
AFS 2015:4	Organisatorisk och social arbetsmiljö

VILKA FINNS?

Allmänna regler som gäller
de allra flesta företag

KONTAKTA OSS GÄRNA!

www.gigant.se
gigant@gigant.se
Telefon: 0322-60 68 50
blog.gigant.se

