

Kritiske risici



#TogetherWeCare

September 2025

tdc net



We connect Denmark.
For everyone.

Indhold

| | |
|---|----|
| Principper for trivsel, sundhed og sikkerhed | 3 |
| STOP Princippet | 4 |
| Den livsvigtige risikovurdering | 5 |
| Kritiske risici i TDC NET | 6 |
| Kritiske risici - overblikket | 7 |
| Generelle risici - adfærdsregler | 8 |
| Særlige risici - adfærdsregler | 9 |
| Generelle risici | |
| Blandet trafik | 10 |
| Brand | 11 |
| Fald, gliden og snublen | 12 |
| Kørsel | 13 |
| Sundhed | 14 |
| Trivsel | 15 |
| Særlige risici | |
| Arbejde i højden | 17 |
| Arbejde nær trafik | 20 |
| Asbest | 21 |
| Elektriske risici | 22 |
| Faldende genstande | 23 |
| Lukkede rum | 24 |
| HiPo – High Potential Incidents | 25 |



12 kritiske risici

- 6 generelle risici, relevant for alle
- 6 særlige risici, relevant ved "ikke-kontor" arbejde
- 3 adfærdsregler pr. risiko

For hver risiko

- Hvor kan risikoen forekomme?
- Hvorfor er det en kritisk risiko?
- Sådan forebygger du risikoen!
- Her kan du finde yderligere information!

Principper for trivsel, sundhed og sikkerhed

WHS Principper

Jeg **udforsker** risici
i mit arbejde og
handler i
overensstemmelse
hermed

Jeg er **modig**
og passer på
mig selv og
andre

Jeg er
dedikeret til
at dele mine
erfaringer
– og lære af
andres

#TogetherWeCare

STOP!



Stop



Tænk



Observér



Påbegynd

STOP – Den livsvigtige risikovurdering

Sikkerhed er altid vores højeste prioritet, uanset hvor vi arbejder – om det er på kontoret, hjemme, i produktionen eller på farten.

Hvad er STOP-princippet?

STOP-princippet har til formål at skabe en kultur af sikkerhed og ansvarlighed blandt alle medarbejdere og leverandører. Ved at opfordre til aktiv risikovurdering før opgavens påbegyndelse kan vi forebygge ulykker og sikre, at alle kan gå sikkert på arbejde og komme hjem igen.

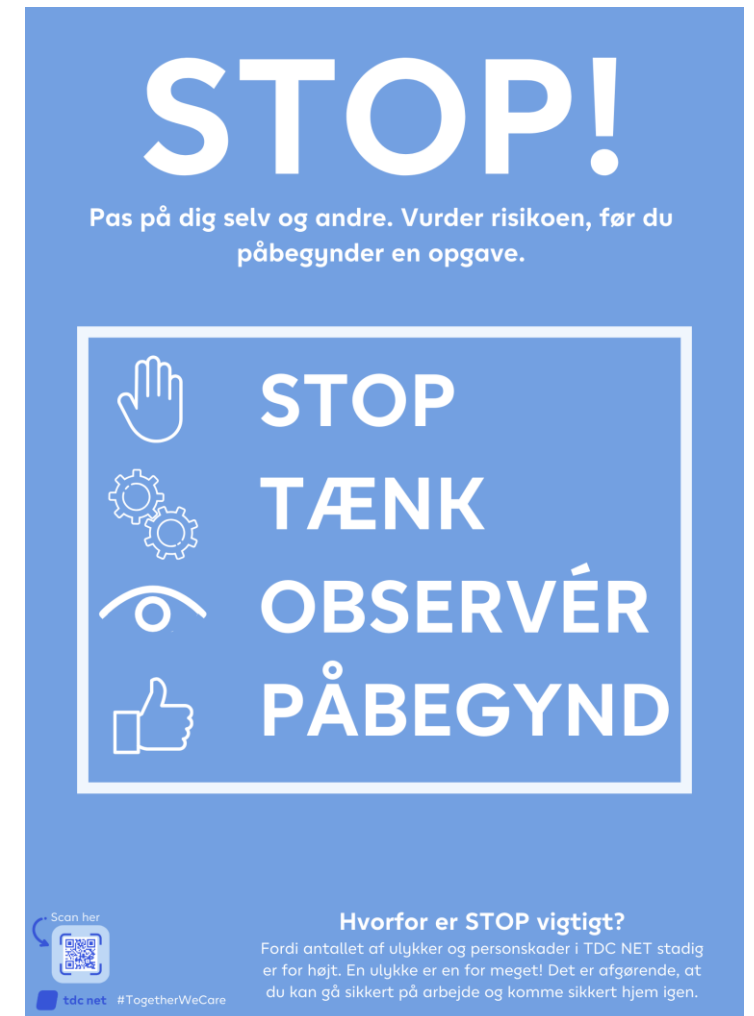
Hvorfor er det vigtigt?

Fordi antallet af ulykker og personskader i TDC NET og hos TDC NETs leverandører stadig er for højt. Én ulykke er én for meget. Det er afgørende, at du kan gå sikkert på arbejde og komme sikkert hjem igen.

Hvis du vil vide mere - Klik her: [STOP! Pas på dig selv og andre](#)


#TogetherWeCare


Sammen kan vi skabe et sikkert arbejdsmiljø for alle! At passe på hinanden forbedrer alles trivsel, sundhed og sikkerhed. - Lad os tage ansvar og arbejde sammen for en sikrere fremtid!




STOP!

Pas på dig selv og andre. Vurder risikoen, før du påbegynder en opgave.

| | |
|---|-----------------|
|  | STOP |
|  | TÆNK |
|  | OBSERVÉR |
|  | PÅBEGYND |

Scan her 

Hvorfor er STOP vigtigt?
Fordi antallet af ulykker og personskader i TDC NET stadig er for højt. En ulykke er én for meget! Det er afgørende, at du kan gå sikkert på arbejde og komme sikkert hjem igen.

 #TogetherWeCare

Kritiske risici i TDC NET

I TDC NET fokuserer vi på 12 kritiske risici. Vi arbejder forebyggende med de 12 risici, som skal sikre, at alle kan gå sikkert på arbejde og komme sikkert hjem igen – uafhængigt af om man primært arbejder på kontor, i produktion, ude i marken, eller om man er tilknyttet TDC NET som ekstern leverandør.

I TDC NET ønsker vi en WHS-kultur og adfærd, hvor vi er opmærksomme på de risici vi møder i hverdagen. Derfor har vi fokus på de kritiske risici, vi på den ene eller anden måde møder i hverdagen.

De 6 generelle risici

Disse risici er nogle, som vi alle skal være opmærksomme på - uafhængigt af om man primært arbejder på kontor, i produktion eller i marken.

De 6 særlige risici

Disse risici er gældende for dig, der primært arbejder i produktionen eller ude i marken. Det gælder både for dig, der er TDC NET kollega, og for dig, der arbejder for en leverandør til TDC NET.



12 kritiske risici

- 6 generelle risici, relevant for alle
- 6 særlige risici, relevant ved "ikke-kontor" arbejde
- 3 adfærdsregler pr. risiko

For hver risiko

- Hvor kan risikoen forekomme?
- Hvorfor er det en kritisk risiko?
- Sådan forebygger du risikoen!
- Her kan du finde yderligere information!

Kritiske risici - overblikket

Generelle risici



Blandet trafik



Brand



Fald, gliden og snublen



Kørsel



Sundhed



Trivsel

Særlige risici



Arbejde i højden



Arbejde nær trafik



Asbest



Elektriske risici



Faldende genstande



Lukkede rum

Generelle risici - adfærderegler



Følg lokale færdselsregler
Forhold dig til andre trafikanter
Vær synlig og opmærksom



Følg reglerne for varmt arbejde
Vær opmærksom på brandbart materiale
Brandbekæmpelsesudstyr, flugtveje og samlingspladser



Sikre orden og ryddelighed
Gå når du går
Hav altid en hånd fri



Kør bil når du kører bil
Kør efter forholdene
Sørg for at dit køretøj er sikkert



Brug din krop hensigtsmæssigt
Dyrk regelmæssig fysisk aktivitet
Prioriter søvn og hvile



Dyrk det gode psykiske arbejdsmiljø
Skab høj psykologisk tryghed
Bidrag til et krænkelserfrit miljø

Særlige risici - adfærderegler



Afspær arbejdsområdet
Sikre dig og andre mod nedstyrtning
Brug udstyr, der er godkendt og egnet til opgaven



Bær altid "high visible" beklædning
Sikre afmærkning og afspærring
Følg reglerne for arbejde ved vejen



Identifikation af asbest
Undgå at beskadige asbestholdigt materiale
Sikker håndtering af beskadiget asbest



Test altid for spænding
Arbejd spændingsfrit
Brug beskyttelsesudstyr egnet til opgaven



Beskyt dig selv og andre
Afspær arbejdsområdet
Sikre materiale og værktøj fra at falde ned



Vurder om der skal være 2 personer på opgaven
Sikre at luftkvaliteten er i orden
Hav en robust redningsplan

Blandet trafik

Tilbage til
overblikket →



Sådan forebygger du risikoen!

Følg lokale færdselsregler:

- Gør dig bekendt med de lokale regler
- Følg anvisninger på skilte
- Bevæg dig i henhold til markeringer/opstregning/instruktion
- Hvis du er i tvivl, så følg de almindelige færdselsregler

Forhold dig til andre trafikanter:

- Få så vidt muligt øjenkontakt med andre trafikanter
- Giv plads – og vis hensyn

Vær synlig og opmærksom:

- Anvend refleksbeklædning, hvor det er krævet
- Anvend reflekser, hvor der er ringe belysning
- Vær ekstra opmærksom ved læsning og losning
- Vær ekstra opmærksom ved hjørner, porte og hvor transportveje krydser
- Vær ekstra opmærksom når køretøjer bakker
- Sørg for orden og ryddelighed på transportveje
- Rapport eventuelle fejl i belægning, belysning, inventar etc.



Hvor kan risikoen forekomme?

Blandet trafik kan forekomme flere steder, hvor forskellige trafikant typer færdes, herunder:

- på vejarealer
- på parkeringsarealer
- på kabelpladser
- på materialepladser
- i og ved lagerbygninger

Hvorfor er det en kritisk risiko?

Risikoen består typisk i, at man bliver ramt af et køretøj. Typiske konsekvenser inkluderer alvorlige brud og indre skader. At blive ramt af et køretøj kan føre til alvorlige og potentielt dødsulykker.

Op mod 8% af alle anmeldte arbejdsulykker med fravær i Danmark skyldes blandet trafik. I to tilfælde medførte blandet trafik en arbejdsulykke med dødelig udgang i Danmark i 2024. (Kilde: Arbejdstilsynet)

I TDC NET skyldes 1% af arbejdsulykkerne blandet trafik (2022-24).

Her kan du finde yderligere information!

[Branchevejledning: Kørsel med truck](#)

Brand

Tilbage til
overblikket →



Sådan forebygger du risikoen!

Følg reglerne for varmt arbejde:

- I og ved TDC NETs bygninger er der et generelt forbud mod "varmt arbejde". Dispensation kan gives af den opgaveansvarlig person hos TDC NET
- Ved "varmt arbejde" skal du have gyldigt kursus/certifikat (5 år)

Vær opmærksom på brandbart materiale:

- Identificer om der er brændbart materiale til stede
- Begræns mængden af brændbart materiale
- Sørg for at brændbare materialer er opbevaret korrekt
- Sørg for at brændbare overflader er beskyttet mod antændelse

Tjek for brandbekæmpelsesudstyr, flugtveje og samlingspladser:

- Sørg for at have relevant brandbekæmpelsesudstyr til rådighed
- Anvend altid godkendt og eftersat brandbekæmpelsesudstyr (12 måneder)
- Beslut om brandalarmeringsanlæg skal være midlertidigt afbrudt
- Sørg for at være bekendt med mulige flugtveje
- Sørg for at være bekendt med samlingspladser i området



Her kan du finde yderligere information!

Ingen yderligere information

Hvor kan risikoen forekomme?

Brand kan forekomme mange steder, herunder ved arbejde med:

- Gasbrændere
- Loddekolber
- Vinkelslibere
- Elektriske installationer
- Batterier
- Svejsning og flammeskæring

Hvorfor er det en kritisk risiko?

Risikoen består typisk i manglende ilt og/eller ophobning af giftige/eksplosive gasser. Typiske konsekvenser er kvælning eller forbrænding. Brande kan føre til alvorlige og potentielt dødsulykker.

Under 1% af alle anmeldte arbejdsulykker med fravær i Danmark skyldes brand. I et tilfælde medførte varmt arbejde en gasekspllosion med dødelig udgang i Danmark i 2023. (Kilde: Arbejdstilsynet)

I TDC NET skyldes 1% af arbejdsulykkerne brand (2022-24).

Fald, gliden og snublen

Tilbage til
overblikket →



Sådan forebygger du risikoen!

Sikre orden og ryddelighed:

- Sørg for at arbejdsområde/adgangsveje er fri for forhindringer, så som ledninger, værktøj og affald
- Rengør spild af væsker med det samme, fx vand, kaffe, olie, kemikalier
- Organiser udstyr og materialer, så det har faste pladser

Gå når du går:

- Brug det rette fodtøj med skridsikre såler
- Kig hvor du placerer dine fødder
- Undlad at multitaske mens du går

Hav altid en hånd fri:

- Oprethold din balance og stabilitet
- Træn dig selv i at bruge gelænder på trapper
- Giv dig selv muligheden for at reagere på uventede situationer



Hvor kan risikoen forekomme?

Fald, gliden og snublen kan forekomme alle de steder du bevæger dig i forbindelse med arbejdet.

Hvorfor er det en kritisk risiko?

Risikoen består typisk i, at kroppen rammer en fast overflade. Forværende faktorer kan være spidse, skarpe, hårde genstande, der rammes i faldet. Konsekvenser kan være knoglebrud og forstuvninger. Fald, gliden og snublen kan føre til alvorlige ulykker.

Ca. 15% af alle anmeldte arbejdsulykker med fravær i Danmark skyldes fald, gliden eller snublen i samme niveau. (Kilde: Arbejdstilsynet)

I TDC NET skyldes 26% af arbejdsulykkerne fald, gliden eller snubleulykker (2022-24).

Her kan du finde yderligere information!

Ingen yderligere information



Sådan forebygger du risikoen!

Kør bil når du kører bil:

- Hav fokus på trafikken og de andre trafikanter
- Undlad håndholdte aktiviteter, herunder samtale i mobiltelefon
- Hold begge hænder på rattet
- Anvend altid sikkerhedssele
- Hav et gyldigt kørekort til det køretøj du anvender

Kør efter forholdene:

- Overhold hastighedsgrænserne
- Giv plads i trafikken
- Kør forsigtigt i glat føre
- Vær frisk når du kører

Sørg for at dit køretøj er sikkert:

- Foretag daglig visuel inspektion af dit køretøj
- Sørg for at udstyr og materialer er fastgjorte og sikret under kørsel
- Sørg for at spejle, ruder og evt. kameraer rengjorte
- Sørg for at dit køretøj er vedligeholdt og eftersat
- Sørg for at sikkerhedsudstyr, herunder lyd og lys fungerer
- Sørg for at have refleksevest, førstehjælpskasse og advarselstrekant



Hvor kan risikoen forekomme?

Kørsel forekommer flere steder, herunder ved kørsel til og fra opgaver/møder.

Hvorfor er det en kritisk risiko?

Risikoen består typisk i, at ens køretøj rammer eller bliver ramt af noget andet. Typiske konsekvenser inkluderer alvorlige brud og indre skader. Trafikulykker kan føre til alvorlige og potentielt dødsulykker.

I fire tilfælde medførte trafikulykker en arbejdsulykke med dødelig udgang i Danmark i 2024. De fleste trafikulykker sker dog uden for arbejdet, hvor der årligt registreres ca. 160 dræbte og 1.700 alvorligt tilskadede i trafikken. Uopmærksomhed er en faktor i mere end halvdelen af alle dødsulykker i trafikken. (Kilde: Arbejdstilsynet og Rådet for Sikker Trafik)

I TDC NET skyldes 5% af arbejdsulykkerne trafik (2022-24).

Her kan du finde yderligere information!

Ingen yderligere information



Sådan forebygger du risikoen!

Brug din krop hensigtsmæssigt:

- Skab mest mulig afveksling i dine arbejdsstillinger gennem dagen
- Undgå længerevarende arbejde over skulderhøjde og under knæhøjde
- Brug tekniske hjælpemidler, så du bliver aflastet mest og bedst muligt
- Brug korrekt løfteteknik og undgå tunge løft

Dyrk regelmæssig fysisk aktivitet:

- Mikrotræning med høj intensitet 3-4 minutter dagligt
- Træning med lav intensitet (fx gåtur) 30 minutter dagligt
- Styrketræning, brug udstyr eller brug kropsvægten

Prioriter søvn og hvile:

- Stræb efter 7-9 timers søvn hver nat, hav regelmæssige søvnvaner
- Reducer støj og lys, undgå skærme før sengetid
- Sørg for at holde en samlet hvileperiode mellem arbejdsdagene (11 timers reglen)



Her kan du finde yderligere information!

[Tidlig opmærksomhed](#) | [Helbredssikring PFA](#) | [Find nærmeste hjertestarter på din mobil](#)

[Forebygge ulykker - Helbredsundersøgelser ved natarbejde](#)

['Træn Smart': Hent BFA app'en og få gang i din træning](#)

Hvor kan risikoen forekomme?

God sundhed og godt fysisk helbred er vigtigt for at kunne udføre arbejdet sikkert og fastholde et godt arbejdsmiljø. Dette gælder for såvel fysisk aktive jobtyper som for fysisk inaktive jobtyper.

Hvorfor er det en kritisk risiko?

Risikoen består typisk i, at kravene overstiger den fysiske arbejdsevne. Forværende faktorer kan være tunge byrder, dårlige arbejdsstillinger, stillesiddende arbejde. Typiske konsekvenser kan inkludere øget risiko for kroniske sygdomme, nedsat immunforsvar, nedsat fysisk funktion og psykiske lidelser. Dårligt fysisk helbred kan føre til nedsat arbejdsevne.

Op mod 40% af voksne danskere er fysisk inaktive, hvilket vil sige at de ikke følger anbefalingerne om mindst 30 minutters aktivitet dagligt. (Kilde: Sundhedsstyrelsen)

I TDC NET angiver 3% af medarbejderne at have dårlig eller nogenlunde arbejdsevne i forhold til de fysiske krav i arbejdet. 5% af medarbejderne angiver at have et dårligt eller mindre godt helbred (2025).

Trivsel (1 af 2)

Tilbage til
overblikket →



Sådan forebygger du risikoen!



Dyrk det gode psykiske arbejdsmiljø (De '6 guldkorn' fra Det Nationale Forskningscenter for Arbejdsmiljø):

- Forudsigelighed: Lav klare aftaler og søg afklaring om opgaver og forventninger
- Social støtte: Engager dig i kollegerne og vær åben overfor at give og modtage støtte
- Belønning og anerkendelse: Anerkend egne og andres præstationer og søg positiv feedback
- Indflydelse: Deltag aktivt i beslutningsprocesser og kommuniker dine behov og ønsker til lederen
- Mening i arbejdet: Fokuser på de meningsfulde aspekter i arbejdet og tal med lederen om dine værdier
- Passende krav i arbejdet: Balancer opgaver med kompetencer og kommuniker ved overbelastning

Her kan du finde yderligere information!

[Det psykiske arbejdsmiljø i TDC NET](#) | [Tidlig opmærksomhed](#) | [Helbredssikring PFA](#)
[Krænkende handlinger](#) | [De seks guldkorn](#) | [bfa-psykologisk-tryghed-videnshaefte.pdf](#)

Hvor kan risikoen forekomme?

God trivsel og godt mentalt helbred er vigtigt for at kunne udføre arbejdet sikkert og fastholde et godt arbejdsmiljø. Dette gælder alle job- og opgavetyper.

Hvorfor er det en kritisk risiko?

Risikoen består typisk i, at kravene overstiger den psykiske arbejdsevne. Forværende faktorer kan være arbejdsbyrde, mangel på indflydelse, social støtte og forudsigelighed. Typiske konsekvenser kan inkludere øget risiko for kroniske sygdomme, søvnproblemer, psykiske og sociale lidelser. Dårlig trivsel kan føre til nedsat arbejdsevne.

Op mod 30% af voksne danskere rapporterer en høj score på stressskalaen. Langvarig stress er en væsentlig indikator på mentalt dårligt helbred. (Kilde: Sundhedsstyrelsen)

I TDC NET angiver 8% af medarbejderne at have dårlig eller nogenlunde arbejdsevne i forhold til de psykiske krav i arbejdet (2025).

Trivsel (2 af 2)

Tilbage til
overblikket →



Sådan forebygger du risikoen!



Skab høj psykologisk tryghed:

- Kommuniker åbent, ærligt og respektfuldt
- Vær dig selv og vær autentisk i dine handlinger og interaktioner.
- Vis åbenhed omkring egne fejl, tvivl og bekymringer, og se dem som muligheder for læring
- Lyt aktivt til dine kollegers synspunkter og bekymringer, og vis forståelse for deres perspektiver
- Giv og modtag feedback konstruktivt og se feedback som en mulighed for læring
- Engager dig i sociale arrangementer og team aktiviteter

Sådan forebygger du risikoen!



Bidrag til et krænkellesfrit miljø:

- Behandl alle med respekt og værdighed, uanset deres stilling, baggrund eller personlige egenskaber
- Kommuniker åbent, klart og høfligt, og undgå nedgørende eller diskriminerende sprog
- Udvis empati overfor andres perspektiver og følelser, og reagere venligt og støttende på bekymringer
- Vær bevidst om dine egne handlinger og deres indflydelse på andre, og undgå kommentarer eller handlinger, der kan opfattes som krænkende eller upassende
- Støt kolleger, der føler sig krænkede, og stå op imod uacceptabel adfærd.
- Bidrag til en inkluderende kultur ved at involvere alle kolleger i beslutninger og aktiviteter

Her kan du finde hjælp til at skabe dialog om det psykisk arbejdsmiljø!

[Dialogkort - Sammen om trivsel](#) | [Psykologisk tryghed - værktøjshæfte](#) | [Krænkende handlinger](#)
[Dialogkort til at styrke arbejdsmiljøet på den hybride arbejdsplads](#)

Arbejde i højden (1 af 3)

Tilbage til
overblikket →



Sådan forebygger du risikoen!

Følg disse overordnede forholdsregler:

- Afspær arbejdsområdet
- Sikre dig og andre mod nedstyrtning
- Brug udstyr, der er godkendt og egnet til opgaven



Arbejde i højden kan foregå mange forskellige steder, se de næste sider, hvordan du skal forholde dig de forskellige steder:

- Siden med stiger, stilladser og lifte
- Siden med byggepladser, loftrum, master/tårne og tage

Her kan du finde yderligere information!

[Arbejde på tage](#)

[Arbejde på lifte og personløftere](#)

[Arbejde på stilladser](#)

[Sikker brug af stiger](#)

Hvor kan risikoen forekomme?

Arbejde i højden kan forekomme mange steder, herunder ved arbejde på/i:

- master og tårne
- lifte, stilladser og stiger
- tage
- byggepladser
- loftrum

Hvorfor er det en kritisk risiko?

Risikoen består i, at kroppen rammer en fast overflade med høj hastighed. Forværende faktorer inkluderer spidse, skarpe, hårde genstande, der rammes i faldet. Typiske konsekvenser er alvorlige brud og indre skader. Fald, selv fra lave højder, kan føre til alvorlige og potentielt dødsulykker.

Ca. 15% af alle anmeldte arbejdsulykker med fravær i Danmark skyldes fald fra højden. I 8 tilfælde medførte fald fra højden arbejdsulykker med dødelig udgang i Danmark i 2022. (Kilde: Arbejdstilsynet)

I TDC NET skyldes 12% af arbejdsulykkerne arbejde i højden (2022-24).

Arbejde i højden (2 af 3)

Tilbage til
overblikket →



Sådan forebygger du risikoen!



Stiger:

- Vælg stillads, lift eller anden arbejdsplatform fremfor stige – hvis muligt
- Overhold bestemmelser om maksimal daglig arbejdstid på stige (max 2,5 time/dag og max 30 min ad gangen)
- Brug aldrig de 2 øverste trin til at stå på
- Hav altid 3 kontaktpunkter med stigen
- Begge fødder skal være på samme trin under arbejdet
- Arbejdsredskaber skal kunne betjenes med en hånd (medmindre du anvender en stigeplatform)
- Sikre stigen mod væltning (korrekt hældning - 75 gr., stabilt underlag, evt. stigefod og evt. fodmand)
- Brug ikke stiger af eller med metal i nærheden af strømførende dele
- Stiger anvendt som adgangsvej skal rage mindst 1 meter op over adgangsstedet
- Anvend altid godkendt og efterset stige (12 måneder)

Stillads:

- Hav stilladsuddannelse ved opstilling, ændring og nedtagning af stilladser med højde over 3 meter
- Sikre stillads mod væltning – fastgørelse til væg eller støtteben
- Anvend rækværk ved højde over 2 meter

Sådan forebygger du risikoen!



Lifte:

- Liftkurven må ikke forlades i højden (med mindre typegodkendelse og risikovurdering foreligger)
- Anvend faldhindrende udstyr ved bom- og teleskoplifte (sikkerhedslinje)
- Sikre lift mod påkørsel (trafikværn, frimeter, afmærkningsplan)
- Sikre lift mod væltning (stabilt underlag, brug af støtteben)
- Overhold respektafstand til luftledninger (1,5 til 15 meter, afhængig af spændingsniveau)
- Tag hensyn til vejrforhold
- Anvend altid godkendt og efterset lift (12 måneder)
- Hav en robust redningsplan (person på arbejdsstedet skal kunne tilkaldes)

Arbejde i højden (3 af 3)

Tilbage til
overblikket →



Sådan forebygger du risikoen!



Byggepladser:

- Sikre at arbejdsområde og adgangsveje er sikret mod fald, herunder trapper, etagedæk og skakte

Loftsrum:

- Sikre at adgangsvejen op til loftsrummet er sikker
- Sikre at arbejdsområde og adgangsveje i loftsrummet er sikret mod gennemstyrning
- Sikre at utilsigtet adgang til loftslem eller loftlems åbning er forhindret

Master/tårne:

- Vær opmærksom på krav om flere personer
- Hav uddannelse i masterledning, herunder helbredsundersøgelse
- Overhold bestemmelser om maksimal daglig arbejdstid
- Tag hensyn til vejrforhold
- Anvend altid godkendt og efterset faldsikringsudstyr (12 måneder)
- Hav en robust redningsplan

Sådan forebygger du risikoen!



Tage (under 15 graders hældning):

- Arbejde foretages mindst 2 meter fra tagkant (tydelig og holdbar markering)
- Vælg rækværk fremfor individuelt faldsikringsudstyr
- Rækværk skal udføres med håndliste i 1 meters højde, knæliste i 0,5 meters højde og 15 cm høj fodliste (sparkekant)
- Ved faldhøjde over 3,5 meters vælges altid sikring
- Ved faldhøjde under 3,5 meter skal en risikovurdering danne grundlag for eventuelt valg af sikring
- Anvend altid godkendt og efterset faldsikringsudstyr og fastgørelsespunkter (12 måneder)
- Overhold bestemmelse om maksimal arbejdstid ved anvendelse af individuelt faldsikringsudstyr (4 timer)
- Hav en robust redningsplan

Arbejde nær trafik

Tilbage til
overblikket →



Sådan forebygger du risikoen!

Bær altid "high visible" beklædning:

- Anvend altid den krævede klasse 2 eller 3 beklædning
- Sørg for at reflekser på tøjet er synlige og rengjorte
- Tag reflekstøjet på inden du forlader dit køretøj
- Brug andre personlige værnemidler, hvor det er krævet (fx sko, hjelm, briller)



Sikre afmærkning og afspærring:

- Anvend advarselslys hvor det øger synligheden
- Følg skilteplanen hvis den er krævet, sørg for tydelig og korrekt skiltning
- Gør plads til frimeteren og sørg for sikre adgangsveje til/fra arbejdsområdet
- Anvend tydelig og tilstrækkelig med afspærring, der opfylder det krævede beskyttelsesniveau
- Sørg for dobbelt lægter ved afspærring mod gående/cyklister

Følg reglerne for arbejde ved vejen:

- Hav den rette træning eller uddannelse - fx "Når du arbejder og færdes nær trafik 1 eller 2" eller "Vejen som arbejdsplads"
- Hav styr på beskyttelsesniveauer, samt hvordan skilte og afmærkning anvendes
- Hav styr på skilteplanen (afmærkningsplan) og samspil med politi
- Forståelse for trafikikkerhed for vejarbejdere
- Arbejder du ved banen, skal du sikre dig, at du har den rette uddannelse (BaneDK og andre)

Her kan du finde yderligere information!

[Arbejde ved banen](#) | [Vejen som arbejdsplads](#) | [Vejregler.dk - Vejdirektoratets vejregler](#)

Hvor kan risikoen forekomme?

Arbejde nær trafik kan forekomme flere steder, hvor der arbejdes i eller ved vej/-togareal, herunder:

- Kabelarbejde og -reparationer
- Fiberudrulning
- Fordelere og gadeskabe
- Brønde

Hvorfor er det en kritisk risiko?

Risikoen består typisk i, at man bliver ramt af et køretøj. Typiske konsekvenser inkluderer alvorlige brud og indre skader. At blive ramt af et køretøj kan føre til alvorlige og potentielt dødsulykker.

Der sker relativt ofte trafikulykker ved vejarbejder. I 2023 var antallet 377. I to tilfælde medførte arbejde nær trafik en arbejdsulykke med dødelig udgang i Danmark i 2024. (Kilde: Arbejdstilsynet og Vejdirektoratet)



Sådan forebygger du risikoen!

Identifikation af asbest:

- Gør dig bekendt med hvor asbest typisk kan forekomme (se blå fakta boks)
- I TDC NET bygninger er der kortlagt for asbest forekomst, og er inddelt i kategori A, B og C:
 - Såfremt bygningen indeholder asbest (kategori B), vil dette være angivet ved indgangen til bygningen/området.
 - Der kan være asbest i andre bygningsdele (typisk tekniske installationer), her vil der ikke være skiltet.



Undgå at beskadige asbestholdigt materiale:

- Følg de generelle retningslinjer og de relevante arbejdsinstruktioner
- Følg forholdsreglerne ved mistanke om asbest hos kunder

Sikker håndtering af beskadiget asbest (kræver autorisation):

- Følg forholdsreglerne ved mistanke om beskadiget asbest i TDC NET bygninger
- Nedrivning af asbestholdigt materiale kræver autorisation og uddannelse
- Har du været udsat for asbest, skal det registreres hos TDC NET. Kontakt din leder.

Her kan du finde yderligere information!

[Asbest](#) | [Index – Asbest](#) | [Mistanke om asbest](#) | [Boring i asbestholdige materialer](#)
[Asbest hos kunder](#) | [Teknisk rengøring efter asbestfund](#) | [Asbestholdige støvsugerposer](#)

Hvor kan risikoen forekomme?

Asbest forekommer primært i bygninger og anlæg opført før 1990, og findes typisk i:

- Tag- og facadebeklædning
- Loftsplader og gulvbelægning
- Rørisolering og fliseklæb

Hvorfor er det en kritisk risiko?

Risikoen består typisk i, at asbestfibre indåndes og ophober sig i lungerne. Over tid kan disse fibre forårsage alvorlige sygdomme som asbestose, lungekræft og lungehindekræft. Udsættelse for asbest kan potentielt have fatale konsekvenser.

400 personer anmelder hvert år, at de har fået fx kræft og lungesygdomme, fordi de mange år tidligere har været udsat for asbeststøv. (Kilde: Arbejdstilsynet)

Elektriske risici

Tilbage til
overblikket →



Sådan forebygger du risikoen!

Test altid for spænding:

- Tro aldrig at noget er spændingsløst uden at teste
- Anvend det korrekte testværktøj i situationen

Arbejd spændingsfrit:

- Sikre dig at arbejdsområdet er spændingsfrit
- Sikre dig at ingen utilsigtet genindkobler strømmen under arbejdet (LO-TO princippet)
- Du skal have kurset "El-sikkerhed – kategori 1" ved arbejde i nærheden af spændingsførende dele (12 måneder)
- Du skal have kurset "El-sikkerhed – kategori 2" ved arbejde på el-tavler og -installationer (12 måneder)

Brug beskyttelsesudstyr egnet til opgaven:

- Isolerende værktøj
- Isolerende handsker
- Isolerende fodtøj
- Flammehæmmende arbejdstøj
- Ansigtsskerm



Hvor kan risikoen forekomme?

Elektriske risici kan forekomme mange steder, herunder ved arbejde med eller i nærheden af:

- beskadigede ledninger
- boring i vægge og lofter
- defekte elektriske installationer
- el-førende kabler i jorden
- elektrisk værktøj/udstyr/tavler

Hvorfor er det en kritisk risiko?

Risikoen består i, at blive udsat for et elektrisk stød. Elektrisk stød kombineret med fx arbejde i højden kan forværre konsekvensen. Konsekvenser kan fx være forstyrret hjerterytme, indre vævskader eller forbrændinger på huden. Elektrisk stød kan føre til alvorlige og potentielt dødsulykker.

Under 1% af alle anmeldte arbejdsulykker med fravær i Danmark skyldes elektriske stød. I 1 tilfælde medførte arbejde ved strømførende ledninger en arbejdsulykke med dødelig udgang i Danmark i 2024. (Kilde: AT og SST)

I TDC NET skyldes 9% af arbejdsulykkerne elektriske stød (2022-24).

Her kan du finde yderligere information!

[Kabelarbejde](#)

[El-sikkerhed](#) (kursusbeskrivelser)

Faldende genstande

Tilbage til
overblikket →



Sådan forebygger du risikoen!

Beskyt dig selv og andre:

- Vær opmærksom på risiko for faldende genstande i det område du befinder dig
- Brug godkendt hjelm
- Brug ikke bump-cap ved risiko for faldende genstande



Afspær arbejdsområdet:

- Sikre afspærring af et tilstrækkeligt område, der forhindrer eventuelt tabte genstande i at ramme personer udenfor afspærringen
- Sikre at personer ikke uforvarende kan komme ind i arbejdsområdet, fx via døre/porte der støder op mod arbejdsområdet
- Afspærringen skal være tydelig og holdbar

Sikre materiale og værktøj fra at falde ned:

- Sikre værktøj mod at falde ned, anvend sikkerhedslinje såfremt dette vurderes nødvendigt
- Sikre materialer mod at falde ned
- Tag hensyn til vindforhold

Her kan du finde yderligere information!

Ingen yderligere information.

Hvor kan risikoen forekomme?

Faldende genstande kan forekomme mange steder, herunder ved arbejde på, i eller i nærheden af:

- master og tårne
- bygninger og stilladser
- kraner og lifte
- brønde

Hvorfor er det en kritisk risiko?

Risikoen består i, at blive ramt af genstande i enten hovedet eller på kroppen. Forværende faktorer kan inkludere vægten af genstanden eller form/skarphed. Typiske konsekvenser er alvorlige hovedskader. Faldende genstande kan føre til alvorlige og potentielt dødsulykker.

Ca. 5% af alle anmeldte arbejdsulykker med fravær i Danmark skyldes faldende genstande. I 5 tilfælde medførte faldende genstande arbejdsulykker med dødelig udgang i Danmark i 2022. (Kilde: AT)

I TDC NET skyldes 13% af arbejdsulykkerne genstande i bevægelse (ikke udelukkende faldende genstande) (2022-24).

Lukkede rum

Tilbage til
overblikket →



Sådan forebygger du risikoen!

Brønde:

- Vær altid mindst 2 personer til arbejdet
- Sørg for effektiv udluftning af brønden
- Foretag måling for gas-, kvælnings- og forgiftningsfare
- Løse stiger anvendes kun ved ned- og opstigning. Fjernes under arbejdet.
- Sørg for at have en person udenfor brønden, der kan påbegynde redning hvis nødvendigt
- Hav jævnligt kommunikation mellem person i brønden og brøndvagten på udenfor (15 min.)
- Hav gyldig instruktion og øvelse i brøndarbejde/-redning (12 måneder)
- Hav gyldigt førstehjælpskursus i livredende førstehjælp (2 år)
- Hav gyldigt brandbekæmpelseskursus (3 år)
- Er brønden placeret i vejareal skal "vejen som arbejdsplads" være gyldigt (5 år), hertil krav om afspærring, skiltning etc.
- Anvend altid godkendt og efterset faldsikringsudstyr (12 måneder)
- Hav en robust redningsplan



Krybekældre:

- Vurder om der skal være 2 personer på arbejdsopgaven
- Hav jævnligt kommunikation mellem person i krybekælderen og person på arbejdsstedet
- Overhold bestemmelser om maksimal daglig arbejdstid (1-4 timer afhængig af kælderhøjde)
- Sørg for max 15 meter mellem arbejdssted og redningsåbning
- Adgangshuller skal være mindst 60*80 cm | Hav en robust redningsplan

Her kan du finde yderligere information!

[Brøndarbejde](#) | [Rotter](#) | [Arbejde i krybekældre](#)

Hvor kan risikoen forekomme?

Lukkede rum kan forekomme mange steder, herunder ved arbejde i:

- brønde
- krybekældre

Hvorfor er det en kritisk risiko?

Risikoen består typisk i manglende ilt og/eller ophobning af giftige/eksplosive gasser. Forværrende faktorer kan være vanskelige redningsmuligheder. Typiske konsekvenser inkluderer kvælning. Arbejde i lukkede rum kan føre til alvorlige og potentielt dødsulykker.

Under 1% af alle anmeldte arbejdsulykker med fravær i Danmark skyldes arbejde i lukkede rum. I et tilfælde medførte arbejde i lukkede rum arbejdsulykke med dødelig udgang i Danmark i 2023. (Kilde: Arbejdstilsynet)

HiPo – High Potential Incidents

I TDC NET har vi en klar målsætning: **Alle ulykker kan forebygges.**

For at sikre et stærkt arbejdsmiljø, arbejder vi aktivt med HiPo-hændelser – hændelser, der har et troværdigt potentiale til at forårsage dødsfald eller permanent invaliderende skade eller sygdom.

En HiPo-hændelse vil typisk kunne relateres til en eller flere af de 12 kritiske risici. Derfor analyserer vi HiPo-hændelser grundigt, så vi kan trække så meget læring som muligt ud af hændelsen – og dermed kunne forebygge fremtidige alvorlige ulykker bedst muligt.

Når der sker en HiPo, følger vi en struktureret proces for at sikre, at vi kommer i dybden med de grundlæggende årsager samt får implementeret nogle stærke forebyggende tiltag. Processen indeholder følgende elementer:

- Identifikation og vurdering
- Omgående information
- Grundig analyse
- Implementering af forebyggende tiltag
- Opfølgning og deling af læring



High Potential Incident

En ulykke eller en nærvædet ulykke, der har et troværdigt potentiale til at forårsage dødsfald eller permanent invaliderende skade eller sygdom.

#TogetherWeCare



We connect Denmark.
For everyone.