

# CHECKLISTA FÖR SKYDDSROND

Arbetsplatser ser olika ut - målet är inte att kunna bocka av varje ruta. Listan är tänkt som ett verktyg för att göra en nulägesanalys och hitta möjliga förbättringar på er arbetsplats utifrån de förutsättningar som finns!

- Det finns paus- och viloutrymme på arbetsplatsen
- Anställda har möjlighet att gå på toaletten, ta paus eller vila vid behov
- Arbetsplatsen tillhandahåller olika typer av mensskydd (t.ex. bindor, tamponger, trosskydd) i olika storlekar
- Anställda har alltid tillgång till toalett under arbetsdagen
- Handfat och papperskorg är placerad i direkt anslutning till toaletten
- Mensskydd är placerade i anslutning till toalettutrymmen, alternativt att det finns tydlig hänvisning till var de finns att hämta
- Arbetsplatsen tillhandahåller vetekuddar och värktabletter
- Anställda som behöver använda arbetskläder har tillgång till ombyte vid behov
- Anställda har möjlighet att arbeta hemifrån, eller från annan plats, vid behov
- Anställda erbjuds flexibel arbetstid och möjlighet att arbeta in förlorade arbetstimmar en annan dag
- Det finns ett öppet och stöttande samtalsklimat där anställda känner sig bekväma med att prata om hur de mår
- Chefer, arbetsledare och personer med personalansvar har kunskap om hur menscykeln och olika menscykelrelaterade sjukdomar kan påverka hälsa och mående
- Företagshälsovården har kunskap om menscykelrelaterade frågor

