**Vår kontakt**
Ulrika Dolietis
Håll Nollan



Arbetsmiljöguide:

# Stegar och Bockar

## Om guiden:

Arbetsmiljöguiden ska ge stöd för val och användning av arbetsbock, trappstege och arbetsplattform.

# 1. Introduktion

Skador vid fall från låg höjd på grund av arbete från stege eller bock är vanliga i byggbranschen och ger ofta lång sjukfrånvaro. Ett säkert arbete på en arbetsbock, trappstege eller arbetsplattform utgår från tre perspektiv; 1) säkerhetsrutiner, 2) val av produkter samt 3) säker användning.

## 1.1. Syftet med den här arbetsmiljöguiden

Arbetsmiljöguiden syftar till att ge vägledning vad gäller val och användning av stegar, arbetsbockar och trappstegar vid arbete på höjd. Guiden avser inte stegar för tillträdesleder.

## 1.2. Målgrupp

Arbetsmiljöguiden vänder sig främst till arbetsgivare som tillhandahåller stegar och bockar (ofta rollen som arbetsledare) samt till Bas-U. Arbetsmiljöguiden kan även nyttjas av Bas-P vid framtagandet av arbetsmiljöplanen, och av byggherren i sin kravställning vid upphandling av entreprenader.

## 1.3. Begrepp och förklaring

Arbetsmiljöverket har definierat arbetsbock och fristående stege. Det finns olika benämningar på fristående stegar, nedan förklaras de begrepp som används av Håll Nollan.

| Begrepp | Förklaring | Exempelbild |
|---|---|---|
| Arbetsbock | Fristående arbetsplan med trappsteg, där höjden till planet är högst 1250 mm och planets sidor minst 600 mm respektive 250 mm (7 kap 3§ AFS 2023:11) |  |
| Fristående stege | Stege som i rest läge står utan stöd (7 kap 3§ AFS 2023:11) | |
| Trappstege (en typ av fristående stege) | Den dimensioneras i enlighet med SS-EN 131:1, vilket gör att stegdjupet är 80 mm. Detta för att få ett bra fotstöd om man arbetar stående på fotstegen |  |
| Arbetsplattform (en typ av fristående stege) | Den dimensioneras i enlighet med SS-EN 131:7. Plattformen är större och klarar vissa stabilitetstest. Denna produkt är tänkt för att arbeta från plattformen och har därför fallskydd på 4 sidor. Kravet på stegdjupet är 50 mm då stegen främst är till för att förflytta sig upp/ner på plattformen (det förekommer produkter som har större stegdjup) |  |

# 2. Säkert arbete från stegar och bockar

## 2.1. Säkerhetsrutiner

Arbetsgivare ska ha rutiner för att:

- Välja arbetsutrustning för användning bland annat utifrån arbete, arbetshöjd och metod.
- I de fall arbetsbock eller fristående stege används ska Bra arbetsmiljöval väljas.
- Ta hand om riskerna och hur de ska åtgärdas, och dokumentera det i en arbetsberedning.
- Vidta kompletterande åtgärder om en medarbetare inte kan använda Bra arbetsmiljöval eller om det finns risk för ytterligare risker.
- Produkterna används säkert.
- Kontrollera utrustningen för att säkerställa att den inte är skadad.

I de situationer då det är absolut omöjligt att använda Bra arbetsmiljöval rekommenderas att ge tillstånd för användning av mindre säkra alternativ, genom att använda stegtillstånd. Det kan ske genom att arbetsgivaren har rutiner för detta och/eller att detta är ett krav på en organisations samtliga arbetsplatser. I det senare fallet bör Bas-U beskriva detta i arbetsmiljöplanen. Även i dessa fall behövs en arbetsberedning för att planera en säker användning av stegen.

## 2.2. Produkter ska vara ”Bra arbetsmiljöval”




Bra arbetsmiljöval är en säkerhetsmärkning för arbetsbockar och fristående stegar (trappstegar och arbetsplattformar) som innebär att produkterna uppfyller ett antal kriterier som gör dem säkrare. Tillverkarna förser produkterna med Bra arbetsmiljöval-etikett för att underlätta val av säker produkt.

Bra arbetsmiljöval utvecklades av RS-gruppen (JM, NCC, PEAB, Skanska, Svevia och Veidekke) och sedan 2025 har Håll Nollan tagit över ägarskapet för kriterierna.

Kriterierna för Bra arbetsmiljöval är följande;

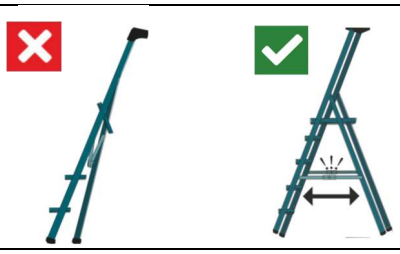
| **Nivå/höjd** | **Krav/kriterier** | |
|---|---|---|
| Generella krav, gäller för samtliga nivåer | • Produkterna ska uppfylla tekniska krav i relevanta SE-EN standarder och/eller produktföreskrifter<br>• Produkterna skall vara utrustade så de kan låsas i utfällt läge<br>• Produkterna ska vara försedda med glidskydd<br>• Plattform och trappsteg ska vara halkskyddade<br>• Höjd mellan steg max 30 cm<br>• Stegdjup min 50 mm<br>• Om produkten väger mer än 15 kg ska den kunna förflyttas utan att bäras, t.ex. på hjul<br>• Produkter av aluminium/glasfiber ska vara typgodkända för enklare el-arbete.<br><br>OBS! Produkter av aluminium/glasfiber är typgodkända för enklare elarbete. Vid arbete med högspänning, t.ex. i ställverk, krävs särskilda rutiner och annan utrustning. | |
| Nivå 1:<br>< 0,5 meter plattformshöjd<br>Arbetsbock | • Produkten ska ha lika många steg på båda sidor om den inte har knästöd<br>• Minsta storlek på plattform ska vara (B x D) 600x300 mm<br><br>Det finns arbetsbockar vars ben även har en lutning ut från kortsidan som ger ytterligare stabilitet. Håll Nollan rekommenderar dessa. |  |
| Nivå 2:<br>< 1,25 meter plattformshöjd<br>Trappstege | • Minsta storlek på plattform/ståplan ska vara (B x D) 300x250 mm<br>• ”Stoppanvisning” på minst 3 sidor exempelvis med knästöd/bygel |  |
| Nivå 3:<br>>1,25-2,0 meter plattformshöjd<br>Trappstege eller arbetsplattform | • Minsta storlek på plattform/ståplan ska vara (B x D) 400x400 mm<br>• Räcken ska finnas på minst tre sidor |  |
| Nivå 4:<br>>2 meter plattformshöjd<br>Arbetsplattform | • Minsta storlek på plattform ska vara (B x D) 400x400 mm<br>• Produkten ska ha skydd mot fall på 4 sidor |  |

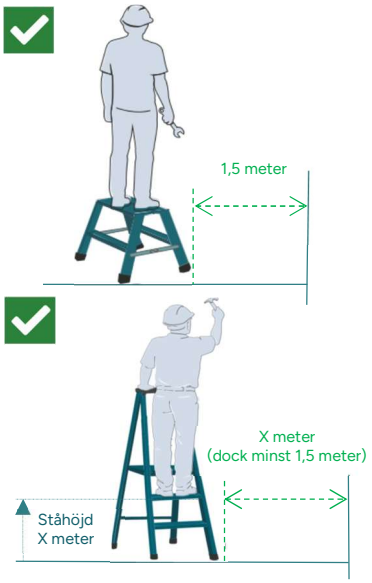
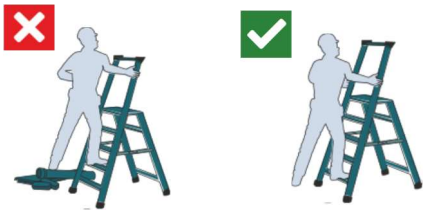
Som stöd att kommunicera vilka kriterier som gäller för en Bra arbetsmiljöval-produkt finns en affisch framtagen.

## 2.3. Säker användning

Även om en Bra arbetsmiljöval-produkt väljs behöver den som använder den se till att den inte är skadad samt använda den korrekt.

Arbetsgivaren ska säkerställa att användaren har fått instruktioner om hur utrustningen ska kontrolleras och användas. Användaren ska följa instruktionerna och kontrollera utrustningen före användning. Nedan ges stöd för säker användning.

| | |
|---|---|
| Kontrollera att arbetsbocken/trappstegen/ arbetsplattformen är helt utfälld och låst. |  |
| Kontrollera att arbetsbocken/trappstegen/ arbetsplattformen är oskadd, dvs. inte har någon av följande defekt:<br><br>• Profilen har fått en knäck<br>• Något ben är böjt/vridet<br>• Låsfunktionen är trasig/glappar<br><br>Om någon av dessa skador förekommer ska den tas ur bruk och får inte användas förrän den har bedömts som säker eller reparerats enligt tillverkarens anvisningar. Om den inte går att reparera ska den kasseras. |  |
| Kontrollera att samtliga glidskydd är på plats.<br><br>Om glidskydd saknas se till att ersätta dessa innan man fortsätter använda den. |  |
| Arbeta med kroppen innanför ”knästödet” annars finns risk att trappstegen välter. |  |

| | |
|---|---|
| Ta hänsyn till omgivande fallrisker:<br><br>Att arbeta från en arbetsbock eller trappstege intill en annan fallrisk, till exempel intill en kant eller ett bjälklagshål skapar nya fallrisker som behöver hanteras.<br><br>Här kommer några tänkbara riktlinjer att följa (ersätter inte riskbedömningen):<br>• Säkerhetsavstånd för 2-stegsbock är 1,5 meter<br>• Säkerhetsavstånd för arbetsbockar/trappstegar arbetsplattformar över 2 steg ska minst motsvara ståhöjden, dock aldrig understiga 1,5 m<br><br>Om stegen inte kan placeras med ett säkert avstånd från kanten behöver andra åtgärder vidtas, till exempel:<br>- Ytterligare en nivå på skyddsräcket<br>- Personligt fallskydd |  |
| Om det finns uppstickande föremål som man kan landa på om man faller:<br>• Placera arbetsbocken/trappstegen så att ”stegen” är vänd bort från de uppstickande föremålen |  |
| Se till att det är rent från material och verktyg mm |  |

Som stöd för att kommunicera till de som använder utrustningen finns två affischer framtagna om säker användning och om kontroll av produkten innan användning.

## Revideringshistorik

| Revidering | Avsnitt | Datum |
|---|---|---|
| Arbetsmiljöguide upprättad | | 2019-04-02 |
| Kriterier för Bra arbetsmiljöval inkluderade, översyn av innehållet, ny grafisk profil | Hela dokumentet | 2026-10-23 |