



Arbetsmedicin Norr inbjuder till utbildningsdag i:

# MEBA

## Medicinsk kontroll vid ergonomiskt belastande arbete

*MEBA är en undersökningsmetod för att på ett systematiskt sätt kunna genomföra medicinska kontroller vid ergonomiskt belastande arbete för nacke, armar och ländrygg. Metoden ger information om förekomst av besvär och diagnoser i en arbetsgrupp. Den ger också en omedelbar möjlighet att identifiera arbetstagare som behöver hjälp. Resultaten kan ligga till grund för förebyggande och rehabiliterande åtgärder på såväl gruppnivå som individnivå.*

*MEBA har utökats med en ländryggsdel och nu finns också en digital version av undersökningsprotokoll och åiterrapportering.*

**Kursinnehåll:** Genomgång och träning under handledning av MEBA nacke/arm/hand och ländrygg. Presentation och praktisk träning av den digitala versionen av MEBA.

### Varmt välkomna!

Gunilla Dahlgren & Charlotte Lewis  
Arbets- och miljömedicin Umeå

**OBS!** Medtag bärbar dator för den praktiska träningen av den digitala versionen. Systemkrav: Windows 7 (Office 2013) eller Windows XP (Office 2002), Adobe Acrobat.

### Målgrupp: Ergonomer

Övriga intresserade resurser inom företagshälsovård

### När:

Tisdag den 23 oktober  
Kl. 8.30–17.00

### Plats:

Norrlands universitetssjukhus Umeå  
(Bärnstenssalen  
Målpunkt QA, rum 2026)

### Kostnad:

2 100 kr (exkl. moms)  
Kursmaterial, fika och lunch ingår i kostnaden

### ANMÄLAN

(senast 8 oktober)

[Klicka här](#)

### Frågor om anmälan:

[amm.utb@vll.se](mailto:amm.utb@vll.se)

### Frågor om innehåll:

[gunilla.dahlgren@vll.se](mailto:gunilla.dahlgren@vll.se)  
[charlotte.lewis@vll.se](mailto:charlotte.lewis@vll.se)