

Varstu Kooli töötervishoiu ja tööohutuse juhend

1. Üldsätted

- 1.1. Töötervishoiu ja tööohutuse juhendi (edaspidi *juhend*) eesmärgiks on anda töötajatele teadmised asutuses kehtivate töötervishoiu ja tööohutuse nõuete ja korralduse kohta.
- 1.2. Juhendis on käsitletud järgnevat mõisteid:
 - 1.2.1. **Töötaja** on asutusega töölepingulises suhtes olev isik.
 - 1.2.2. **Töökeskkonnaspetsialist** on töökeskkonnaalaste teadmiste ja oskustega töötaja, keda tööandja on volitanud ettevõttes täitma töötervishoiu- ja tööohutusala seid kohustusi.
 - 1.2.3. **Töökoht** on asutuse territooriumil või ruumis paiknev töötamiskoht ja selle ümbrus või muu töötamiskoht, kuhu töötajal on töötamise ajal juurdepääs või kus ta töötab tööandja loal või korraldusel.
 - 1.2.4. **Tööohutus** on töökorraldusabinõude ja tehnikavahendite süsteem sellise töökeskkonna seisundi saavutamiseks, mis võimaldab töötajal teha tööd oma tervist ohtu seadmata.
 - 1.2.5. **Töötervishoid** on töötaja tervisekahjustuse vältimiseks töökorraldus- ja meditsiiniabinõude rakendamine, töö kohandamine töötaja võimetele ning töötaja füüsilise, vaimse ja sotsiaalse heaolu edendamine.

2. Üldnõuded töökeskkonnale

- 2.1. Keelatud on tõkestada juurdepääse töökohtadele, tulekustutusvahenditele, elektrikilpidele ja varuväljapääsudele.
- 2.2. Töötamiskoha vaba ruumi suurus peab olema arvestatud nii, et töötaja saaks oma tööülesandeid piisava liikumisvabadusega täita, oma asendit muuta ja leida sobiva tööasendi.
- 2.3. Töökeskkond peab olema piisavalt valgustatud. Puuduliku loomuliku päevavalguse korral tuleb kasutada kunstlikku valgustust (üld- või kohtvalgustust).
- 2.4. Töökeskkonna müra ja vibratsioon peavad olema sellise tasemega, et nende kahjulik toime töötajale oleks välditud või viidud võimalikult madalale tasemele ka pikaajalise töötamise vältel.
- 2.5. Töökoha õhutemperatuur ja -niiskus ning õhu liikumise kiirus peab olema tööülesande täitmiseks sobiv, tagada tuleb töökohtade varustus värske õhuga. Optimaalseks kontoritöö temperatuuriks on külmal ja üleminekuperioodil 20–24°C ning soojal perioodil 23–25°C. Suhtelise õhuniiskuse normiks on 40–60%.

3. Nõuded töökeskkonnale kuvariga töötamisel

- 3.1. Kuvar tuleb asetada nii, et aken ei paikneks otse kuvari taga ega töötaja selja taga.

Valgus ei tohi peegelduda kuvariekraanile.

- 3.2. Kuvariga töötamise koht peab olema kujundatud ergonoomiliselt. Töötajal peab olema võimalik saavutada sobiv ja mugav tööasend. Kuvari ekraan peaks paiknema otse ees, et kaelas ja õlavöötmes ei tekiks lihaspingeid. Kuvari soovitatav kaugus silmadest on 50–70 cm, maksimaalne lubatud lähedus on 30 cm. Kuvari soovitatav kaldenurk on 15–20 silma horisontaalsest vaatesuunast allpool.
- 3.3. Klaviatuur peab olema eraldiasetsev ning paigutatud töölauale nii, et ei tekiks vaevusi kätes ega käsivartes. Trükkides ning hiire kasutamisel peab olema võimalik toetada küünarvarsi lauale või tooli käetugedele.
- 3.4. Töötool peab olema püsikindel, istme kõrgus ja seljatoe asend reguleeritavad. Tooli seljatugi peab toetama selja nimmeosa.
- 3.5. Pidev töö kuvariga tuleb organiseerida selliselt, et puhkepausideks jääb minimaalselt 10% tööajast. Iga töötunni järel peab töötaja tegema vaheaja 5–10 minutit, iga 2 tunni järel 15 minutit. Lisaks vaheaegadele tuleb pidevas kuvaritöös teha lühipause, liikuda, vahetada asendit vältimaks väsimuse tekkimist.
- 3.6. Töölaua ja tooli kõrgus peaks olema selline, et jalad toetuvad täistallaga põrandale. Kui jalad ei ulatu korralikult põrandale, tuleks kasutada jalatuge. Laua all peab olema jalgadele piisavalt ruumi.

4. Esmaabi korraldus

- 4.1. Enda või kaastöötajaga toimunud õnnetusjuhtumi korral tuleb vajadusel kutsuda välja kiirabi hädaabinumbri 112. Kuni arstiabi saabumiseni peab esmaabi piirduma verejooksu ajutise sulgemisega, haava sidumisega, elustamisabinõudega ja muude olukorrast tulenevate toimingutega.
- 4.2. Esmaabivahendid asuvad kooli õpetajate toas (Kooli tn 1 II korrusel) ja lasteaia õppejuhi ruumis (Kesk tn 2).
- 4.3. Direktori käskkirjaga määratakse töötajad, kes annavad õnnetusjuhtumi korral esmaabi. Esmaabiandjate määramisel arvestatakse, et igal korrusel oleks vähemalt üks esmaabiandja.
- 4.4. Juhul kui üle 50% esmaabiandjatest on töölt lahkunud või nende töösuhe on peatatud rohkem kui 6 kuuks, määratakse nende asemele uued esmaabiandjad.
- 4.5. Esmaabiandjate nimekiri koos kontaktandmetega paigutatakse nähtavale kohale esmaabivahendite juurde.

5. Tervisekontroll

- 5.1. Tööandja korraldab töötajate, kelle tervist võib töökeskkonna riskide hindamise tulemusel mõjutada töötervishoiu ja tööohutuse seaduse §-s 13¹ lõikes 1 nimetatud töökeskkonna ohutegur või töölaad, tervisekontrolli.

- 5.2. Töötaja esmane tervisekontroll viiakse läbi nelja kuu jooksul töötaja tööle asumisest arvates. Edasised tervisekontrollid toimuvad töötervishoiuarsti määratud ajavahemiku järel, kuid vähemalt üks kord kolme aasta jooksul.
- 5.3. Tervisekontroll toimub tööajal ning töötajale säilitatakse tervisekontrolli läbiviimise aja eest keskmine palk.
- 5.4. Töötajate tervisekontrolli otsuseid säilitab töökeskkonnaspetsialist. Tööandja ei avalda tervisekontrolli otsused kolmandatele isikutele ilma töötaja nõusolekuta.
- 5.5. Töötaja, kes on kantud tervisekontrolli minevate isikute nimekirja, on kohustatud tervisekontrolli läbima selleks ettenähtud ajal ja korras.
- 5.6. Tervisekontroll sisaldab silmade ja nägemise kontrolli, luu- ja lihaskonna seisundi kontrolli, südame ja kopsude kuulatlust, vererõhu määramist, kliinilist vereanalüüsi, veresuhkru määramist ja kolesterooli fraktsioonide määramist.
- 5.7. Kui nägemise kontrolli tulemusel selgub, et töötaja nägemisteravus on vähenenud, hüvitab tööandja töötajale prillide või muu nägemist korrigeeriva abivahendi maksumuse töötaja palgajuhendis sätestatud korras.

6. Tööõnnetuse ja kutsehaigestumise uurimine

- 6.1. Igast töökeskkonnas juhtunud õnnetusjuhtumist või selle ohust ning tööõnnetusest peab kannatanu või pealtnägija viivitamatult teatama töökeskkonnaspetsialistile, tema äraolekul personalipoliitika osakonna juhatajale või töökeskkonnavolinikule.
- 6.2. Tööandja uurib ja registreerib kõik tööõnnetused ja kutsehaigestumised töötervishoiu ja tööohutuse seaduse 5. peatükis ning Vabariigi Valitsuse 3. aprilli 2008. a määruse nr 75 „Tööõnnetuse ja kutsehaigestumise registreerimise, teatamise ja uurimise kord“ sätestatud korras.
- 6.3. Raske või surmaga lõppenud tööõnnetuse korral säilitab tööandja õnnetuskoha ja selle juurde kuuluvad töövahendid puutumatuna töö jätkamise lubamiseni tööinspektori või politsei poolt. Kui õnnetuskohta ja töövahendeid ei ole võimalik puutumatuna säilitada õnnetusohu või tehnoloogilise protsessi omapära tõttu, teavitab tööandja sellest Tööinspektsiooni ning jäädvustab sündmuskoha ja selle juurde kuuluvad seadmed üksikasjalikult skeemide, fotode, sündmuskoha kirjelduse või muu tõendusmaterjali abil.