



Protect Estonia OÜ

Majandustegevuse number STV000056 mittemeditsiiniliste töötervishoiuteenuste osutamiseks

**TALLINNA TÖÖSTUSHARIDUSKESKUS
TÖÖKESKKONNA RISKIANALÜÜS**

Riskianalüüsi valmimisel osalesid:

Ettevõtte poolt: haldusdirektor Mati Lauri, +3726542116, mati.lauri@tthk.ee

Protect Estonia OÜ tööohutuse spetsialist Sandra Muraševa, +372 5650 7615, sandra.muraseva@protectpro24.com

Koostamise aeg ja koht: november 2021, Tallinna linn

ÜLDINE TÖÖOHUTUSALANE ISELOOMUSTUS	4
ÜLDINE TÖÖKESKKONNA RISKIANALÜÜS	5
FÜÜSIKALISED OHUTEGURID	5
FÜÜSIKALIS-MEHAANILISED OHUTEGURID	10
KEEMILISED OHUTEGURID	12
BIOLOOGILISED OHUTEGURID	13
FÜSIOLOOGILISED OHUTEGURID	13
PSÜHHOSOTSIAALSED OHUTEGURID	16
ILUTEENINDUSE VALDKOND	19
TEKSTIILI JA KAUBANDUSE VALDKOND	22
MEHAANIKA VALDKOND	25
TRANSPORDITEHNIKA VALDKOND	31
LOGISTIKA VALDKOND	40
ELEKTROONIKA JA AUTOMAATIKA VALDKOND	43
KORISTAJAD	44
TEHNILINE MEESKOND	49
MAJAHOIDJA	53
KOKKUVÕTE	59
TEGEVUSKAVA	60
LISA 1. METOODIKA	61
LISA 2 RASKUSTE KÄSITSI TEISALDAMINE	64
LISA 3. BIOLOOGILISED OHUTEGURID	67

SISSEJUHATUS

Alljärgneva riskianalüüsi eesmärgiks oli:

- selgitada välja töökeskkonna ohutegurid;
- hinnata ohutegurite mõju töötajate tervisele, teha soovitusi töökeskkonna parandamiseks ning töökeskkonna ohutegurite mõõtmiseks.

Käesolev riskianalüüs koostati Töötervishoiu- ja tööohutuse seaduses sätestatud nõuete alusel ja seadusest tulenevate määruste nõuete alusel ja riski hindamisel kasutati Briti Standard 8800 riskihindamistabelit (vt metoodikat Lisas 1). Antud riskianalüüsi tulemused on abiks asutuse tööohutuse ja töötervishoiu tegevuskava koostamisel ning aluseks jätkuvale töökeskkonna arendusprotsessile.

Ettevõtte nimi: Tallinna Tööstushariduskeskus

Riskianalüüsi teostamise koht: Sõpruse pst 182, 13424 Tallinn

Kontakt tel: 654 2833

Töötajate arv: 145

Veebilehekülje aadress: <https://www.tthk.ee/>

Ettevõtte tegevusvaldkonna kirjeldus: kutsehariduskeskus.

ÜLDINE TÖÖHUTUSALANE ISELOOMUSTUS

(Alus: Töökohale esitatavad tervishoiu ja tööohutuse nõuded)

Hoone iseloomustus (materjal, korrused, värvitoonid jms): töö toimub üldiselt kahekorruselises erinevate korpustega hoones ning lisaks on koolil ka viiekorruselise õpilaskodu.

Liikumisruum, liikumised (trepid, redelid jne), põrandad ja liikumised sh märgistus, liikumiste olukord ning materjal: liikumised olid riskianalüüsi teostamise ajal üldiselt terved, vabad ning takistusteta. Treppidel on olemas käsipuud. Olemas ka liikumispuudega töötajatele ja õpilastele lift.

Uksed ja väravad: ruumide uksed on mehaaniliselt avatavad. Ühtegi märgistamata klaasust ei esinenud. Uksed on heas seisukorras.

Valgustus ja aknad: ruumides kasutatakse tehislammu valgust (LED-ja luminofoortorudega valgustid) ning ka loomuliku valgust, mis tuleb ruumi sisse akendest. Akendel olemas katted.

Seinad ja laed: lakke ega seintele ei ole paigutatud ebakorrapäraselt esemeid, mis võiksid sealt kukkuda. Nii sise- kui välisseinad on kergesti hooldatavad ja pestavad. Seinad on üldiselt heledates toonides.

Ventilatsioon: hoones on olemas sundventilatsioonisüsteem. Loomulik õhuvahetus käib ka uste ja akende kaudu.

Olmeruumid: on olemas ruumid, kus saab teostada puhkepause ja kus on toidu soojendamise ja säilitamise võimalus, puhas joogivesi. Olemas WC-d. Samuti õpetajate toad.

Töökorraldus: õpetajate ja kutseõpetajate tööaeg nädalas 35 tundi või vastavalt kokkulepitud mahtudele. Võib esineda vajadust kutseõppe koha pealt teha ka õhtuseid tunde (vahemikus 16.30-21.30). Juhtkonnal 40h nädalas. Õpilaskodu administraatorite aeg on 14 päevas, mis jääb vahemikku 8.00-22.00. Raamatukoguhoidja tööaeg 09.00-17.00 E-R. Koristajate tööaeg ei ületa 8 tundi, tööd tehakse kella 21.00-22.00ni alustades 17.00-18.00 ajal (v.a hommikuse vahetuse töötaja). Riidehoidjad teevad tööd E-R 8.00-16.00. Kõikidel töötajatel, kelle tööaeg on vähemalt 6h on võimalus teostada 30 minutit lõunapausi. Majahoidja tööaeg on hommikul ajal kell 6.00-10.00. Väiksemaid puhkepause teostavad töötajad vastavalt vajadusele ja võimalusele.

Tundlikud töötajagrupid, ealised ja soolised iseärasused: töökeskkonnas ei töötanud riskianalüüsi teostamise hetkel alaealisi, rasedaid ega rinnaga toitvaid naisi. Töökeskkonnas on 3töötajaid eakas vanuses, kuid nende tööülesanded on sellised, et ei tekita tundlikele gruppidele lisaohu. Eaka vanuse alguseks loetakse kõige sagedamini 65. eluaastat (Kai Saks, Tartu ülikool).

Töökeskkonna mõõtmised: riskianalüüsi läbiviimise aja tehti mõnes kohas indikaatiivsed valgustuse ja sisekliima mõõdistused. Tulemused on esitatud vastavates riskianalüüside osades.

Esmaabi: ettevõttes on olemas koolitatud esmaabiandjad ning esmaabivahendid, kuid nende märgistamine on puudulik. **Märgistada esmaabivahendid nõuetekohaselt – roheline rist valgel taustal, panna juurde info esmaabiandjate kohta, nähtavale kohale esmaabiandmise juhiseid ja hädaabinumber 112¹.**

Tööohutuse eest vastutavad isikud: on olemas määratud töökeskkonnaspetsialist, valitud ka töökeskkonnavolinik, moodustatud töökeskkonnanõukogu.

Tuleohutus: olemas kontrollitud ja taadeldud tulekustutid, ATS süsteem, tuletõrje voolikuteapid.

¹ <https://www.riigiteataja.ee/akt/12883561?leiaKehtiv> § 13², lg 4.

ÜLDINE TÖÖKESKKONNA RISKIANALÜÜS

Ohustatud isikud/ametikohad ja tegevuse kirjeldus: antud osas hinnatakse üldiselt kõikide töökohtade ohte (kontor, üldainete õpetajad, kutseõpetajad, haldusosakonna töötajad) ning vajadusel tuuakse eraldi välja ametikohtade põhised ohutegurid. Lisaks on antud osas hinnatud ka IT-osakonna kutseõpetajate töös esinevaid ohutegureid, sest nende töö on istuv ja enamus ajast kuvariga.

- Juhtkonna töö on enamus ajast kuvariga, üle 50% tööajast.
- Õpetajate tööülesanded : õppetöö korraldamine ja läbi viimine, vahetundide ajal sisestatakse vajadusel hindeid arvutisse või teostatakse puhkepause. Töö ajal kasutatakse arvuteid informatsiooni kogumiseks ning esitluste tegemiseks. Hinnanguline kuvariga tööaeg vähemalt 50% tööajast.
- Kutseõpetajad: teoreetiline ja praktiline õppetöö.
- Õpilaskodu kasvatajad ja nende abi: õpilaste juhendamine järgmise päeva õppimistes, huvitegevuses ja sisuka aja planeerimises. Samuti jälgivad üldist korda (k.a öisel ajal).
- Haldusosakonnas teostavad remonditöölised parandustöid; majahoidja haldavad üldist maja ja väliterritooriumi korrashoidu; koristajad puhastustöid; riidehoidjad haldavad riidehoidu; raamatukoguhoidja täiendab kartoteeki ja tellib vajadusel uusi õpikuid ning õppematerjali, kuvariga tööaeg üle 50% tööajast; elektrik ja hooldustehnik teevad samuti väiksemaid parendustöid; õpilaskodu töötajad haldavad ja administreerivad õpilaskodu ning vahetavad voodipesu.

FÜÜSIKALISED OHUTEGURID

Oht	Ohustatud isik (vajadusel), ohu iseloomustus	Hetkel rakendatavad ohutusmeetmed	Tervisemõju	Ennetusmeetmed/tegevused	Riskitase
Müra	Allikas: ventilatsioon, inimeste vaheline kõne, koolikell. Koolimüra tekib suures osas vahetundidel, kuid kuna õppurid on üle 15 aastat vanad, siis ei teki ka üleliigset müra. Tüüp: taustamüra Tase: ei ole mõõdetud, madal Kestus: üle 50 % tööajast, kõrgem vahetundide ajal. Kas summutab hädasignaaleid: ei	Töötajatel on võimalus teostada puhkepause. Tundide ajal on õppeklassides üldiselt vaikne.	Kuulmislangus, müra stressi, väsimuse, ärevuse teke, tähelepanuvõime langus, keskendumisraskused.	Pidada kinni puhkepausidest. Puhkepauside ajal viibida võimalikult müravaiks keskkonnas (müratase alla 40dB). Häiriva müra korral soovituslik kasutada kuulmiskaitsevahendeid, et ennetada kuulmislangu teket.	I
Vibratsioon	Töö tegemiseks ei kasutata seadmeid, mis tekitavad vibratsiooni, seega pole töötajad sellest ohutegurist ohustatud. Ametikohtadel, kus kasutatakse tuuakse välja	Meetmeid ei ole rakendatud.	Vibratsioonitõbi, kesknärvisüsteemi funktsionaalsed häired ja valud jalgades ning	Lisameetmete rakendamine ei ole vajalik.	I

Oht	Ohustatud isik (vajadusel), ohu iseloomustus	Hetkel rakendatavad ohutusmeetmed	Tervisemõju	Ennetusmeetmed/tegevused	Riskitase
	ametikoha põhises riskihindamises.		nimmepiirkonnas.		
Valgustus ja nägemist mõjutavad tegurid	<p>Tööpinna valgustuse tase: alavalgustatus või liigne valgustus. Riskianalüüsi teostamisel mõõdistati indikaativse seadmega pisteliselt mõnel töökohal. Tulemuste kohaselt vastas valgustus nõuetele (ruumis B137-588lx; D130 – 604lx, 517lx; D111-685lx ja 692lx; tekstiili osakonnas kutseõpetaja kuvariga töökoht – 649lx; finantsjuhi kuvariga töökoht – 642,6lx. Töökeskkonna küsimustikus vastasid paljud töötajad, et valgustus on ebasobiv (pigem madal) ja silmi ärritav.</p> <p>Heleduse jaotus: valgustid on laes ühtlaselt paigutatud.</p> <p>Valgusräigus: kui vaadata otse valgustisse, kohtvalgustuse kasutamisel, otsese päikesevalguse tõttu.</p> <p>Peegelduvad pinnad: õpikute kaaned, kilekaaned, läikivad pinnad (metallist pastakate osad, metallist joonlaud jne).</p> <p>Aknakatete olemasolu: akendel on olemas aknakatted.</p>	Akendel on olemas katted. Kõik valgustid olid töökorras. Ruumides on üldiselt palju loomulikku valgust.	Silmalihaste väsimine ja ülekoormus st. silmapinge. Peavalu. Nägemisteravuse langus.	Tagada alati ühtlane valgustatuse tase. Hooldada ja puhastada valgusteid regulaarselt. Amortiseerunud valgustid vahetada alati välja. Võimalusel tagada kõikidele kuvari töökohtadele kohtvalgustuse kasutamine. Kaebuste jätkumisel teostada akrediteeritud labori poolt mõõdistused ning leida lahendus valgustuse paremaks muutmiseks.	II
Elektromagnet väli	<p>Allikas: tehisvalgusallikad, elektrikaablid, elektriseadmed, kokkupuude erinevate sagedusvahemikega (raadiosageduslikud lained, mitmesageduslik väli), staatiline elekter.</p> <p>Tase: ei ole mõõdetud, hinnanguliselt ei ületa piirnormi.²</p> <p>Kestus: tööpäeva vältel viibitakse elektromagnetväljade alas.</p>	Kokkupuude elektromagnetväljadega ei ole märkimisväärne. Tehnika on kaasaegne ning normidele vastav. Töötajad saavad teha puhkepause vastavalt vajadusele.	Keharakkude mõjutamine, mõju silmanägemisele ja nahale, soojuslik toime.	Vältida kokkupuudet tugevate kiirgusallikatega. Soovituslik on kanda puuvillaseid riideid (vähem sünteetilisi), et ennetada staatilise elektri teket. Regulaarselt puhkepauside pidamine töökeskkonnast eemal, kus ei ole kasutusel palju elektromagnetvälja kiirgavaid seadmeid. Regulaarselt kontrollida, kas mõne seadme kasutamine põhjustab töötajatel kehalist	I

² Elektromagnetväljade direktiivi 2013/35/EL rakendamise hea tava mittersiduv juhend, Euroopa Komisjon, 2014

Oht	Ohustatud isik (vajadusel), ohu iseloomustus	Hetkel rakendatavad ohutusmeetmed	Tervisemõju	Ennetusmeetmed/tegevused	Riskitase
				ja/või meelelist toimet (nt peapööritust, iiveldust, soojuslikku mõju, tajuga seotud häired). Lülitada kasutuses mitteolevad seadmed võimalusel alati välja ning ühendada need lahti vooluvõrgust.	
Ioniseeriv kiirgus	<p>Allikas: radioaktiivsus (alfakiirgus, beetakiirgus, gammakiirgus, röntgenkiirgus) Tase: pole mõõdistatud, tulenevalt olukorrast pole ka vajadust. Kestus: kokkupuudet ei ole</p> <p>Riskirühma kuuluvad lapseootel naised, kuna radioaktiivsusega kokkupuude võib loote arengut kahjulikult mõjutada.</p>	Töökonnas pole kokkupuudet ioniseeriva kiirgusega. Töökonnas pole riskirühma kuuluvaid töötajaid.	Kahjustused nahal punetusest põletuseni, haavad ja veritsused suu, nina ja seedetrakti limaskestal, iiveldus, oksendus, kõhulahtisus, käte värisemine, krambid, peavalud, nõrkus, südameklõppimine, juuste jt kehakarvade väljalangemine, isutus, apaatia, masendus, geneetilised mutatsioonid, pahaloomulised kasvaja.	Lisameetmete rakendamine ei ole vajalik.	I
Mitteioniseeriv kiirgus	<p>Allikas: mitteioniseeriv kiirgus valgustitelt, infrapunakiirgus, laserkiirgus, raadio- ja mikrolained, ultraviolettkiirgus (väliskeskkonnas). Töötajatel ei ole kokkupuudet tervist mõjutava laserkiirgusega. Kokkupuude kaudselt laserkiirgusega lasergraveerija kasutamisel, sest seal on valgusallikaks laserkiir. Laserkiire osa on seadmes kaetud ja töötajatel puuduvad</p>	Kasutusel on üldsusele mõeldud seadmed, mis vastavad normidele.	Laserkiire kiiritus, soojuslik mõju. UV – kiirgust väljastavad seadmed võivad ohustada nahka.	Vältida kokkupuudet tugevate kiirgusallikatega. Mitte vaadata otse kiirgusallikasse. Teostada regulaarselt puhkepause.	I

Oht	Ohustatud isik (vajadusel), ohu iseloomustus	Hetkel rakendatavad ohutusmeetmed	Tervisemõju	Ennetusmeetmed/tegevused	Riskitase
	<p>kokkupuuted sellega.</p> <p>Tase: pole mõõdistatud, tulenevalt olukorrast pole ka vajadust.</p> <p>Kestus: valgustitega kõikidel töötajatel kokkupuude tööpäeva jooksul, laserkiirgusega vähetöenaoline kokkupuude, raadio-ja mikrolainetega kokkupuude mobiiltelefonide kasutamisel. Väliskeskkonnas viibimine alla 50% tööajast.</p>				
Radoon	<p>Allikas: ettevõtte ruumid asuvad Tallinna linnas, mis on kõrge radooniriskiga ala.³ Tööd tehakse erinevatel korrustel sh esimesel.</p>	<p>Tööruumides on olemas sundventilatsioonisüst eem.</p> <p>Ruumides toimub regulaarne koristus.</p>	<p>Radoonirikka õhu sissehingamisel suureneb kopsuvähki haigestumise risk.</p>	<p>Tööandjad, kelle tööruumid asuvad kõrgendatud radooniriskiga maa-alal ja paiknevad maa all, hoone maa-alusel korrusel, hoone korrusel, mille välissein omab kokkupuudet pinnasega või hoone esimesel korrusel, kui maa-alune korrus puudub, on kohustatud korraldama radooni õhusisalduse mõõdistused hiljemalt 01.07.2023.⁴</p> <p>Ruumide regulaarne koristus.</p> <p>Ventilatsioonisüsteemi regulaarne hooldus ja puhastus.</p> <p>Tuulutage ruume võimalikult tihti. Nii vahetub radoonirikas õhk kiiremini ning selle mõju on väiksem.</p>	II
Siseruumide õhutemperatuur	<p>Allikas: liiga jahe või soe töökeskkond.</p> <p>Õhutemperatuur võib kõikuda kui klassiruumide tuulutamiseks avatakse aknad või hoitakse koridoride uksed lahti.</p> <p>Indikatiivselt mõõdistati erinevates punktides ning temperatuur oli mõõdetud punktides 23,3°C, 22,7°C, 23,7°C (klassiruumid,</p>	<p>Töötajatel võimalus riietuda kihiti, et vajadusel tööl olles riideid ära võtta või juurde panna.</p> <p>Hoones olemas keskküttesüsteem.</p>	<p>Külmetushaigused, külmakangestus.</p> <p>Kõrge õhutemperatuur põhjustab ainevahetushäireid, kuumarabandust,</p>	<p>Tagada alati ruumis optimaalne temperatuur igal aastaajal (20-24 kraadi).</p> <p>Kui töötajate poolt esineb kaebusi, teostada sisekliima mõõdistused, et hinnata ohutegurit objektiivselt.</p> <p>Riietuda vastavalt temperatuurile.</p> <p>Võimalusel lülitada küte sisse varasügisel, et</p>	III

³ https://www.riigiteataja.ee/akt/1091/1202/1011/KKM_m28_lisa_nov2021.pdf#

⁴ <https://www.riigiteataja.ee/akt/111032021013?leiaKehtiv>

Oht	Ohustatud isik (vajadusel), ohu iseloomustus	Hetkel rakendatavad ohutusmeetmed	Tervisemõju	Ennetusmeetmed/tegevused	Riskitase
	kontoriruumid) ning 20,9°C (autoremonditöökojas). Küsimustikus töid samuti osad töötajad, et tööruumid on liiga jahedad kütteperioodi alguses ning liiga soojad kevadisel ajal.	Aknad on avatavad.	väsimust.	ennetada külmetumisohtu sügisel.	
Siseruumide õhu liikumise kiirus/ tõmbetuul. Õhuniiskus.	Allikas: õhuniiskus võib sõltuda rohkelt ilmastikust ja ka aastaajast. Talvisel ajal võib ruumides olla kuivem (kütteperiood, välisõhu niiskuse tase on madalam). Õhuniiskus võib sõltuda ka ventilatsiooni efektiivsusest ning värske õhu juurdevoolust. Õhu liikumine toimub ventilatsiooni kaudu või lahtiste akende ja uste kaudu. Õhuniiskuse kohta ei olnud töötajatel kaebusi. Tõmbetuul tekib kui hoitakse lahti aknaid ja uksi. Indikatiivselt mõõdistatud õhuniiskus ning tulemused jäid erinevates ruumides 36-41% vahemikku.	Ruumides teostatakse regulaarselt märgkoristust. Ruumides on sundventilatsioonisüst eem.	Ainevahetushäired, külmetushaigused, liigesehaigused, limaskestade ärritused, keha ebaühtlane jahtumine, luu-lihaskonna vaevused, uimasus.	Soovituslik optimaalne (töötajatele mugavam) suhteline õhuniiskuse tase igal aastaajal on 40-60% (lubatud erandid tulenevalt hooaja muutustest 30-70%). Võimalusel mitte hoida uksi ja aknaid lahti samaaegselt ning tuulise ilma korral, vältida tuuletõmbuse teket. Tuulutada ruume hetkel kui tunde sees ei toimu. Tuuletõmbuses viibides kanda õlgu ja kaela katvat riietust. Riietuda vastavalt ilmastikule.	II
Õhuvahetus siseruumides ja värske õhu juurdevool, ventilatsioon	Allikas: mõõdistusi teostatud ei ole, värske õhu juurdevool ventilatsiooni ja lahtiste akende kaudu. Küsimustikust tuli esile, et ollakse mitte rahul õhuvahetuse ning ruumides on tihti umbne, mistõttu tuleb hoida lahti aknaid ja on oht tuuletõmbeks.	Vahetundide ajal vajadusel tuulutatakse klassiruumide. Ruumides on olemas ventilatsioonisüsteem, mida hooldatakse regulaarselt (kord aastas).	Peavalu, silmade ärritus, motivatsioonilangus, väsimus, pearinglus.	Vajadusel tuulutada ruume rohkem. Töötajate kaebuste korral soovituslik teostada ventilatsiooni mõõdistused, et veenduda õhuvahetuse efektiivsuses. Töötajate kaebuste korral teostada süsihappegaasi mõõdistused või hankida ruumidesse analüsaatorid. Vajadusel tõhustada ventilatsioonisüsteemi.	II
Välikliima	Allikas: välikliimaga kokkupuude tööle tulles ja koju minnes (lühiajaline). Väljas viibimise aeg kokku lühiajaline. Väliskeskkonnas kokkupuude päikesega ning tuule, vihma ja talvel lumega.	Töötajatel on kasutusel isiklikud üleriided.	Külmetushaigused, kuumarabandus.	Kanda ilmastikukindlat riietust ja jalanõusid. Suvisel ajal vältida viibimist pikaajaliselt otsese päikesevalguse käes. Tuulise ilmaga kanda riideid, mis kaitsevad kaela ja õlgu tuule eest.	I
Elektrilöögioht	Allikas: katkised või rikkis elektrijuhtmed, elektrilised seadmed (arvutid, printerid, projektorid, arvutite sisestustarvikud).	Kaablid olid riskianalüüsi teostamisel isoleeritud,	Elektrilöögist tingitud vigastused, südamerütmihäired,	Vältida pikendusjuhtmete paigutamist. Katkiste või rikkis elektriliste seadmetega töötamine on keelatud.	I

Oht	Ohustatud isik (vajadusel), ohu iseloomustus	Hetkel rakendatavad ohutusmeetmed	Tervisemõju	Ennetusmeetmed/tegevused	Riskitase
		nõuetekohaselt paigaldatud ning ilma kahjustusteta. Rikkis elektriseadmeid ei tuvastatud.	põletusvigastused.	Keelatud on teostada iseseisvalt elektritöid, kui puudub vastav väljaõpe. Enne elektriseadmetega tööle hakkamist tutvuda ohutusjuhenditega ning juhendada töö tegemisel kasutusjuhendist.	
Tuleoht	Allikas: võib tekkida elektriseadmete rikke korral.	Hoones on olemas suitsuandurid ja tulekustutusvahendid. Varuväljapääsud on märgistatud. Riskianalüüsi ajal olid kõik tulekustutid kontrollitud.	Põletusvigastused.	Juhendada kehtestatud reeglitest/juhenditest. Tuleohtlike aineid ei tohi ladustada otsese päikesekiirguse käes, soojusallikate läheduses. Kontrollida tulekustuteid regulaarselt. Korraldada töötajatele regulaarselt tulekahjuõppusi.	II
Plahvatusoht	Allikas: võimalik seadmete rikke korral, tulekahju tagajärjel.		Erinevad kehavigastused tulenevalt plahvatuse tõsidusest.	Seadmete (sh juhtmestiku) regulaarne hooldus ja kontroll.	I

FÜÜSIKALIS-MEHAANILISED OHUTEGURID

Kasutatavad töövahendid: printer, käärid, arvuti ja selle sisestusvahendid, tahvel, projektorid.

Oht	Ohustatud isik (vajadusel), ohu iseloomustus	Hetkel rakendatavad ohutusmeetmed	Tervisemõju	Ennetusmeetmed/tegevused	Riskitase
Kukkumine, komistamine, libisemine	Allikas: märg või määrdunud põrand (maha sattunud pori või vedelik); komistamine ja kukkumine hoones liikumisteedel olevate juhuslike esemete otsa (õpilaste asjad või seljakotid), liikumisteede ebatasasused, komistamine lävepakkude taha, vaiba taha, astmetel (trepil). Komistamine konaruste tõttu (augud, ebatasasused väliskeskkonnas). Talvisel ajal võib väliskeskkonnas olla libe (lumi-jää), mis soodustab kukkumist.	Liikumisteed olid riskianalüüsi teostamise ajal puhtad, terved ning takistusteta. Treppidel on käsipuu.	Traumad, luumurrud, põrutused, muljumised.	Maha sattunud vedeliku korral tuleb see kohe puhastada. Märja põranda puhul tuleb liikuda ettevaatlikult, mitte kiirustada. Koristamise meetodina võiks kasutada rohkem kuivemat koristust kui märgkoristust (põrand peale pesu kohe kuiva lapiga üle tõmmata). Kanda talvisel ja libedal ajal jalanõusid, mille tald ei ole libedast materjalist. Ettevõtte alal tuleb teid puhastada lumest või liivatada. Liikumisteed hoida alati vabad ja mitte paigutada sinna mingeid esemeid või	III

Oht	Ohustatud isik (vajadusel), ohu iseloomustus	Hetkel rakendatavad ohutusmeetmed	Tervisemõju	Ennetusmeetmed/tegevused	Riskitase
				juhtmeid. Mitte tegeleda kõndides kõrvaliste tegevustega (mobiiltelefoni vaatamine jms), jälgida ümbrust.	
Ohtlikud pinnad, sisselõike oht, töövahendite liikuvad ja teravad osad, kuumad- ja külmad pinnad.	Allikas: teravad tööriistad (käärid, nuga) paberi teravad servad; sõrmede vahelejäämisoht uste, sahtlite, kastide, vahele. Nõude või ka klaasi purunemisel tekkinud klaasikillud. Kokkupuude kuumade pindadega (kuum vesi või muu jook endale joogi valmistamisel, kuum toidunõu toidu soojendamisel).	On olemas esmaabivahendid ja koolitatud esmaabiandjad. Töötajad on teadlikud ohtudest töökohal.	Sõrme- ja käevigastused. Torkehaavad, lõikehaavad, põletusvigastused.	Teravate tööriistade kasutamisel olla ettevaatlik, mitte kiirustada. Noa kasutamisel millegi avamiseks, tuleb lõigata suunaga endast eemale. Nuga andmisel teisele töötajale, tuleb noa terav osa hoida allapoole. Lõigata terariistadega laual, mitte süles. Nõu või klaasi purunemisel koristada killud harja ja kühvli abiga, mitte proovida need üles korjata käsitsi. Kuumade jookidega liikumisel olla ettevaatlik. Toidu soojendamisel veenduda enne nõu väljavõtmist mikrolaineahjust, et see ei ole liiga kuum.	II
Kukkuvad esemed	Allikas: kukkuvad esemed laualt, käest, riulilt või muult tööpinnalt.	Tööpindadel ei ole liigseid materjale ja asju. Töötajad kannavad üldiselt kinnise ninaga jalanõusid.	Erinevad kehavigastused, peavigastused.	Mitte koormata riuleid ja tööpindasid üleliigsete asjadega. Mitte paigutada asju riulite või tööpindade äärtele. Paigutage asjad üksteise peale korrektselt. Ladustada esemed riulitele printsiiбил raskemad asjad allapoole, kergemad ülespoole.	I
Muljumise või kinnijäämise oht	Allikas: enese ära löömine vastu lauaserva, riulit, kappi, ust ja muid esemeid, Kinnijäämine uste linkide külge või mööbliesemete teravate servade külge. Sõrmede vahelejäämisoht laua ja tooli vahele, hoides tooli käetugedest kinni ning liikudes sellega laua alla.	Töökohtadel on piisavalt ruumi liikumiseks ja inventar on paigutatud nii, et töötajatel oleks ohutu liikuda.	Erinevad kehavigastused (käte, jalgade vigastused), traumad, pea vigastused.	Liikumisel olla ettevaatlik, mitte kiirustada.	I
Muu õnnetusohu	Allikas: vägivaldsed või agressiivsed õppurid. Õpetajad võivad olla ohustatud õpilaste	Töötajad on teadlikud, kuidas antud olukorras	Erinevad kehavigastused,	Agressiivse õpilase korral ühendust võtta otsese juhi, lapse vanematega või helistada	II

Oht	Ohustatud isik (vajadusel), ohu iseloomustus	Hetkel rakendatavad ohutusmeetmed	Tervisemõju	Ennetusmeetmed/tegevused	Riskitase
	aktiivsuse ja tegevuse tulemusel erinevate ohtudega.	käituda.	hirmust põhjustatud stress, külmetusohu.	politseisse.	

KEEMILISED OHUTEGURID

Kemikaalidega teostatavad tööülesanded/tööprotsess: tööd kemikaalidega ei teostata ja kui teostatakse tuuakse järgnevalt vastavates osades välja.

Oht	Ohustatud isik (vajadusel), ohu iseloomustus	Hetkel rakendatavad ohutusmeetmed	Tervisemõju	Ennetusmeetmed/tegevused	Riskitase
Ohtlikud kemikaalid (ohutunnusega GHS07 (kahjulik), GHS02 (tuleohtlik), GHS05 (söövitav), GHS08 (tervisele kahjulik), GHS09 (keskkonna-ohtlik); kemikaalide aurud	Allikas: võimalik kokkupuude koristuskemikaalide jääkidega. Töötajatel võib esineda individuaalseid allergilisi reaktsioone või tundlikkust keemiliste ainete suhtes.	Riskianalüüsi teostamise ajal olid kõik kemikaalid kinnistes pakendites ning lekkeid ei tuvastatud. Koristajate tarbed on kinnistes ruumides. Koristust teostavad ettevõtte koristajad.	Kemikaalid võivad ärritada silmi ja nahka. Võib tekkida peapööritus, hingamisteede ärritus, mürgistus, peavalu.	Pesta käsi kemikaaliga kokkupuute järel.	I
Tolm	Allikas: olmetolm, paberitolm, väljast tulev tolmu Tase: ei ole mõõdetud aga hinnanguliselt madal Kestus: tööpäeva vältel	Ruume koristatakse regulaarselt.	Hingamisteede ja silmade ärritus, allergiline nohu.	Võimalusel hoida aknaid vähem lahti, et vältida tänavatolmu siseruumidesse sattumist. Teostada regulaarset koristust. Tagada piisav õhuvahetus.	I
Kriiditolm	Allikas: kriidiga kirjutamisel eraldub kriiditolmu. Kestus: tööpäeva vältel, vastavalt vajadusele.	Tahvli puhastatakse niiske lapiga. Tööruumis toimub regulaarne märgkoristus.	Nahaallergia, hingamisteede ärritused.	Kasutada kriidiga kirjutamisel plastmassist hoidikut, et hoiduda otsesest kontaktist. Võimalusel ja vajadusel kasutada muid vahendeid õppetöö läbi viimiseks (interaktiivsed tahvlid jne).	II
Osoon, tahm,	Allikas: printeritahm; printerist eralduvad	Printerid ei ole	Limaskestade tugev	Tagada piisav õhuvahetus töökohtadel.	I

Oht	Ohustatud isik (vajadusel), ohu iseloomustus	Hetkel rakendatavad ohutusmeetmed	Tervisemõju	Ennetusmeetmed/tegevused	Riskitase
värvaine komponentide tolm printeritest, koopiamasinastest	värvainete komponendid. Tase: ei ole mõõdetud. Kestus: kokkupuute aeg lühiajaline (kuni paar minutit tööpäevas)	kasutatavad selliselt, et oleksid töötajatele märkimisväärselt ohtlikud.	ärritus, silmade ärritus, peavalu, peapööritus.	Sagedase printimise korral paigutada printerid töökohtadest kaugemale. Hooldada ja kontrollida printereid regulaarselt.	

BIOLOOGILISED OHUTEGURID

Biooloogiliste ohuteguritega seotud tööprotsess: kontakt kolleegidega, saastunud tööpindadega või muude üldkasutatavate pindadega (olmeruumid, puhkeruumid), töövahenditega või teiste üldkasutatavate seadmetega (printerid, puhkenurgas kasutatavad seadmed), kontakt õpilastega.
Hinnatud eelnevalt eraldi dokumendis, mis on lisatud antud analüüsi lõppu Lisa 3. punkti alla.

FÜSIOLOOGILISED OHUTEGURID

Füsioloogiliste ohuteguritega seotud tööprotsess: istuv ja seisev töö, kuvariga töötamine, rääkimine.

Oht	Ohustatud isik (vajadusel), ohu iseloomustus	Hetkel rakendatavad ohutusmeetmed	Tervisemõju	Ennetusmeetmed/tegevused	Riskitase
Raskuste teisaldamine (sh lükkamine, tõmbamine)	Teisaldatav objekt: kontrolltööd, õpikud, sülearvutid. Raskused ei ole enamasti suured ning neid ei tule järjest teisaldada. Kaal: enamasti kuni 5 kg, kuid oleneb kodutööde kogusest (nt töövihikud), õpetajad saavad ise valida palju nad korraga teisaldavad. Kehaasend: Kummardamine, sirutamine, keha pööramine. Põrandad on üldiselt vabad. Riskihinne arvutusmeetodi abil, mehed: $2+4+0=6*1=6$ ehk I $4+4+0=8*1=8$ ehk I Riskihinne arvutusmeetodi abil, naised: $2+4+0=6*1=6$ ehk I	Raskuste teisaldamine vastavalt võimetele. Raskuste teisaldamine ei ole pidev.	Füüsiline ülekoormus, seljavigastused, käte ja randmete vigastused.	Raskuste teisaldamisel tuleb juhinduda kehtestatud ohutusjuhendite nõuetest. Järgida õigeid töövõtteid, hoida raskuste teisaldamisel selg võimalikult sirge, raskus keha lähedal. Jagada raskusi ja tõsta raskusi alati kahe käega. Vajadusel paluda raskuste teisaldamisel või tõstmisel kolleegi abi.	I
Sundasendid	Allikas: kuvariga töötades istuv tööasend, tunnis enamasti seisev tööasend. Tahvilil kirjutades on käed ees staatilises asendis. Sülearvutiga töötaval õpetajatel on	Töötajad saavad tööasendit muuta. Töötajatele on ette nähtud puhkepausid.	Lihasevalu ehk müalgia, kaela, õlavöötme, käte lihaste ja	Juhinduda töötamisel kehtestatud ohutusjuhendite nõuetest. Pidada kinni regulaarsetest puhkepausidest (10% tööajast).	III

Oht	Ohustatud isik (vajadusel), ohu iseloomustus	Hetkel rakendatavad ohutusmeetmed	Tervisemõju	Ennetusmeetmed/tegevused	Riskitase
	<p>randmed klaviatuuril trükkides painutatud asendis.</p> <p>Kestus: sundasendid on lühiajaliselt ning vahelduvad kogu tööpäeva vältel. Keskmiselt seistakse järjest kuni 45 minutit, kutseõpetajatel vähem.</p>		<p>nendevaheliste fastsiate valud (nn.müofastsiaalsed valud), kaela- ja kuklavalu, karpaalkanali sündroom, koormustaluvuse vähenemine, käte ja randmete osteoartikulaarsed haigused, seljavaevused, hingamisraskused, Tietze sündroom, pinged põlveõndlas. Pingepeavalud.</p>	<p>Vältida istumist ebaloosulikus asendis, toetada mõlemad käed pingevabalt tööpinnale/tööriista käetugedele (õlad ei ole pinges, randmed painutatud asendis) ning jalad põrandale.</p> <p>Vältida randmete liigset painutamist. Istuda kuvari suhtes otse.</p> <p>Reguleerida tundi nii, et sundasendid vahelduvad.</p> <p>Soovituslik on kasutada sülearvutitega töökohtadel eraldiseisvat klaviatuuri ja hiirt.</p> <p>Tulenevalt ohutegurist saata töötajad tervisekontrolli.</p>	
Sundliigutused	<p>Allikas: klaviatuuril trükkimine, pastapliiatsiga kirjutades randmepöörded ja randmeliigutused, tahvilil kirjutades käte liigutamine üles-alla, küljele, sülearvutiga töötamisel sõrmede liigutamine arvuti külge ehitatud hiirel.</p> <p>Liigutuste kestus: Arvutiga töötamine töötajatel enamasti alla või kuni 50% tööajast, kuid see varieerub õpetaja töökoormusest. Erinevaid sundliigutusi teostatakse kogu tööpäeva vältel.</p>	Töötajatele on ette nähtud puhkepausid.	<p>Karpaalkanali sündroom, käte ja randmete osteoartikulaarsed haigused, liigesehaigused, küünarliigese bursiit/epikondüliit, lihaste ja kõõluste kahjustused, põlvekedraesine ja põlvekedraalne bursiit, õlaliigese bursiit, ülekoormushaigus.</p>	<p>Teostada regulaarselt puhkepause ja roteerida tööülesandeid.</p> <p>Puhkepauside ajal venitada koormatud kehaosi, sealhulgas randmeid.</p> <p>Kasutada ohutuid töövõtteid.</p> <p>Vältida järskude ja kiirete liigutuste tegemist, et ennetada kehaosade venitust, vigastust.</p> <p>Liigutused olgu sujuvad.</p>	II

Oht	Ohustatud isik (vajadusel), ohu iseloomustus	Hetkel rakendatavad ohutusmeetmed	Tervisemõju	Ennetusmeetmed/tegevused	Riskitase
Töö kuvariga	<p>Tööaeg: üldiselt kuvaritega töötamine üle 50% tööajast (nii üldainete õpetajatel, IT kutseõpetajatel kui ka juhtkonnal). Vähem muude erialade kutseõpetajatel.</p> <p>Dokumentide/tööde/raamatute lugemisel pingesilmadele.</p> <p>Ekraan:</p> <p>Kaugus töötajast: üldiselt saab reguleerida kuvarit lähemale ja kaugemale, enamasti reguleeritud käe siruulatuse kaugusel (60-70cm).</p> <p>Reguleeritavus: olenevalt töökohast saab kuvarite kõrgust või kallet reguleerida. Üldiselt olid kuvarid töötajate suhtes õigel kõrgusel (silmade kõrgusel).</p> <p>Märgid ekraanil: ekraani heledust saab reguleerida, märgid on selgelt nähtavad.</p> <p>Värelus: ei esinenud, kuvarid on üldiselt kaasaegsed.</p> <p>Kuva kvaliteet: kuvarite pilt on hea kvaliteediga</p>	Töötajatel on võimalik teha tööaja hulka arvestatud puhkepause. Õpetajatel vaheldub töö kuvariga teist laadi tööülesannetega.	Silmade üleväsimus, kuivus.	<p>Juhinduda töötamisel tehtava töö ohutusjuhendist.</p> <p>Tagada kõikidele töökohtadele kõrguses reguleeritavad kuvarid.</p> <p>Kuvari suhtes peab istuma otse. Pidada regulaarselt puhkepause (iga paari tunni tagant paar minutit) ning teostada lõunapausi.</p> <p>Puhkepauside ajal puhata silmi ning võimalusel liikuda ringi.</p> <p>Peegelduse korral paigutada kuvarid nii, et on välistatud peegeldumine. Vajadusel kasutada ruloosid/aknakatteid.</p> <p>Vastavalt määrusele „Kuvariga töötamise töötervishoiu- ja tööohutuse nõuded“ tervisekontrolli regulaarne läbimise kohustus kõigil üle 50% tööajast kuvariga töötavatel töötajatel. Tervisekontrolli käigus kohustuslik teostada silmade kontrolli.</p>	III
Klaviatuur ja hiir, käte toetamise ruum tööpinnal	Tööpindadel on üldiselt ruumi käte toetamiseks ja tööülesannete teostamiseks. Kõigil kuvariga töökohtadel on eraldiseisvad klaviatuur ja hiir.	Tagatud on käte piisav toetus.	Pinged kaelas, kätes, randmetes. Karpaalkanali sündroomi teke, küünarliigese epikondüliit.	<p>Klaviatuur ja hiir võiksid kehast samal kaugusel asuda.</p> <p>Klaviatuuril trükkides hoida käsi loomulikus asendis (randmed ei tohi olla painutada, õlad pingevabalt) ja tagada piisav toetuspind mõlemale käele.</p> <p>Hoida töölaudad alati korras, et tagada kätele toetuspind.</p> <p>Kui käetoed takistavad käte toetamist tööpinnale, reguleerida käetoed sellisele kõrgusele, et käetoed oleksid lauapikendused. Soovituslik on kõikidel töökohtadel kasutada töötoole, mille käetugede kõrgused on reguleeritavad.</p>	II

Oht	Ohustatud isik (vajadusel), ohu iseloomustus	Hetkel rakendatavad ohutusmeetmed	Tervisemõju	Ennetusmeetmed/tegevused	Riskitase
				Arvuti sisestusvahendid peaksid paiknema samal tasapinnal.	
Liikumisruum jalgadele, tööpinna kõrguse sobivus	Liikumisruum: jalgadel on laua all piisav liikumisruum. Tööpinna kõrguse sobivus: tööpinna kõrgust ei saa reguleerida, küll aga saab tooliga ennast reguleerida sobivale kõrgusele. Töötajate poolt tuli soov võimalusel tagada reguleeritavad töölaudad.	Liikumisruumi jalgadele on töökohtadel piisavalt. Üldiselt töötoolid sobivad.	Vaevused ja vereringehäired õlgades, seljas, kätes ja jalgades.	Tagada istumisel jalgade õige asend (90 – 100° nurga all). Jalad peavad ulatuma maha täistallaga. Võimalusel tagada reguleeritavad töölaudad.	I
Toolsi ergonomilisus	Üldiselt kasutusel ergonomilised toolid, millel saab reguleerida kõrgust. Toolidel olemas seljatoed ja ka käetoed. Mõned töötajad tundsid, et nende tool on amortiseerunud (ei ole reguleeritav enam) või ei toeta alaselga piisavalt.	Töötajatele on üldiselt tagatud reguleeritavad toolid.	Vale käetoed või seljatoed kõrgus võib põhjustada vaevuseid õlgades, kätes.	Tagada, et kõik toolid oleksid töökorras ja reguleeritavad. Tagada, et toolidel on piisav alaseljatoetus või võtta kasutusele lisatoetused. Võimalusel istuda nii et selg toetab vastu seljatuge. Võimalusel reguleerida tooli kõrgus nii, et jalgade vahel olev nurk oleks 90 – 100°. Kontrollida regulaarselt tooli püsivust ja sobivust.	III
Hääleprobleemid	Õpetajatele võib kahju teha hääle pidev pingutamine, hääle tõstmine, rääkimine ilma puhkuseeta. Kuiv töökeskkond ning halb ventilatsioon võivad soodustada probleemi süvenemist. Töötajate hinnangul ei ole neil häälega probleeme.	Töötajale on ette nähtud puhkepausid ja tagatud puhta joogivee kättesaadavus.	Häälepaelte põletik.	Õpetajal tuleb hoida klassis oskuslikult distsipliini. Kontrollida oma häälekasutust. Mitte üritada üle rääkida lärmakast klassist. Kui esinevad häälekahjustused, kasutada leevendavaid käsimüügi preparaate (nt imemistablette).	II

PSÜHHOSOTSIAALSED OHUTEGURID

Psühhosotsiaalsete ohuteguritega seotud tööprotsess: suhtlemine kolleegide, juhtide ja õpilastega ning õpilaste vanematega, vastutusrikas töö. Ohutegurite paremaks hindamiseks koostati töötajatele küsimustik *Google Forms* keskkonnas. Küsimustikule vastas kokku 57 töötajat.

Oht	Ohustatud isik (vajadusel), ohu iseloomustus	Hetkel rakendatavad ohutusmeetmed	Tervisemõju	Ennetusmeetmed/tegevused	Riskitase
-----	--	-----------------------------------	-------------	--------------------------	-----------

Oht	Ohustatud isik (vajadusel), ohu iseloomustus	Hetkel rakendatavad ohutusmeetmed	Tervisemõju	Ennetusmeetmed/tegevused	Riskitase
Pikaajaline töötamine üksinda	Allikas: pikaajalist üksinda töötamist ei esine, tööpäeva jooksul on suhtlemist nii kolleegidega kui ka õpilastega ja teiste haridusasutuse töötajatega. Enamus vastanuid ei tunne ennast ohustatuna pikaajalisest töötamisest üksinduses, kuid oli paar erandit, kes tundsid siiski ohustatuna antud ohutegurist.	Toimub pidev suhtlus.		Pidada kinni puhkepausidest. Korraldada ühisüritusi, koosolekuid, koolitusi töötajate motiveerimiseks ning meeskonnatöö arendamiseks. Julgustada töötajaid rääkima, kui neile kindlat tüüpi tööviis ei sobi.	I
Töö monotoonus ja üksluisus	Allikas: töö on pigem vahelduv ning töötajad saavad seda samuti muuta vastavalt enda oskustele ja vajadusele. Suures osas nõustusid vastanud, et töö laad ei ole monotoonne aga oli ka neid, kes ei nõustunud sellega ja sooviksid, et töö oleks vaheldusrikkam.	Töötajatele on ette nähtud puhkepausid.	Stress, väsimus, demotiveeritus, läbipõlemissündroom, keskendumisvõime langus	Pidada regulaarselt puhkepause. Vajadusel täiendav juhendamine lisatööde ja uute tööülesannete teostamiseks. Rääkida läbi töötajatega, et mida teha monotoonse töö vaheldusrikkamaks muutmiseks.	II
Töötaja võimetele mittevastav töö	Allikas: töötajate töö võib võimetele mittevastav olla uute tööülesannete lisandumisel, mis tingib ajadefitsiidi või kui pole piisavalt teadmisi. Peaaegu kõik töötajad nõustusid, et töö on nende võimetele vastav.	Töö on töötajatele võimetekohane.		Vajadusel töötajate juhendamine, täiendkoolituste läbimine. Julgustada töötajaid varakult rääkima, kui töö tundub nende võimetele mittevastav. Võimaldada töötajatel kasutada oma erinevaid oskusi ja selgitada seost tehtava töö ning organisatsiooni laiemate eesmärkide vahel. Tööülesanded peavad olema arusaadavad ja ühtima, kui korraldusi jagavad erinevad isikud.	I
Juhtimise, töökorralduse ja töökeskkonnaga seotud tegurid	Allikas: juhtimisega seotud tegurid on näiteks töö tehtavad ümberkorraldused ning neist töötajate teavitamine ja kui palju neid arutatakse töötajatega läbi. Töökorralduse alla lähevad sellised tegurid nagu ajapuudus, kiirustamise vajadus, tööprotsessi sõltuvus teistest samuti ka vajadus teha tööd	Tähtaegadest on võimalik üldjuhtudel kinni pidada. Survet ületundide tegemiseks töötajatel ei esine.		Planeerida tööd nii, et ei tekiks kiirustamise vajadust. Veenduda alati, et tööd ei ole liiga palju või liiga vähe. Vajadusel lisatööjõu palkamine. Probleemide korral arutleda olukorda otsese juhiga. Regulaarselt tehnoloogiliste seadmete	III

Oht	Ohustatud isik (vajadusel), ohu iseloomustus	Hetkel rakendatavad ohutusmeetmed	Tervisemõju	Ennetusmeetmed/tegevused	Riskitase
	<p>intensiivselt, esitatud ajalised nõudmised on ebarealistlikud, surve tundmine ületundide tegemiseks, ei jõuta piisavalt teha puhkepause ning mõned tööülesanded võivad jääda piisava tähelepanuta töö ülekoormuse tõttu. Ajapuudust võib esineda, kui tulevad ette ettenägematud tökohustused, rikked seadmete töös, sõltuvus teistest. Sellest võib tekkida ka tähtaegadest mitte kinni pidamine, kiirustamise vajadus ja puhkepauside mitte piisav teostamine. Töötajad nõustusid, et saavad üldiselt kaasa rääkida enda töö korraldamises, kuid oli vastanuid, kes pole töökorraldusega rahul. Enim toodi välja kehva informatsiooni liikumist ning suurt töökoormust, samuti lisakohustuste tekkimist, mis ei kuulu töötajate tööülesannete hulka. Oli mitmeid vastanuid, kes tunnevad, et ei saa teha piisavalt puhkepause ning esines ka neid, kes peavad töötama ajapuuduses. Alla poolte vastanutest tunnevad, et ei saa piisavat tunnustust enda töö eest. Oli üksikuid vastanuid, kes tunnevad töökohal ahistamist/kiusamist, ebavõrdset kohtlemist ja diskrimineerimist (välja toodi, et just soolises mõttes).</p>			<p>uuendamine, et ennetada nende amortiseerumist ja tööseisakut. Korrigeerida vajadusel töötähtaegu. Kui keegi töötajatest töölt puudub, jagada tööülesanded mõistlikult ringi. Arutada regulaarselt töötajatega läbi kõik töökohal läbi viidavad ümberkorraldused ning seletada nende laiemat eesmärki. Võimalusel arvestada töötajate arvamusega ümberkorralduste tegemisel ning lähtuda eelkõige töötajate vajadusest. Kohelda töötajaid võrdselt arvestades nende tööd, mitte isiklikku meeldivussuhet. Anda tööle konstruktiivset kriitikat eraviisiliselt, mitte kogu kollektiivi ees.</p>	
Tähelepanu, pingelisus	Allikas: pinget võib tekitada suhtlemine õppuritega, kolleegidega. Silmade pinge kuvariga töötamisel.	Töötajatele on ette nähtud puhkepausid.		<p>Tagada alati ühtlane ja ohutust tagav valgustatus. Teostada tööaja sisse arvestatud puhkepause, mil tehakse ka silmadele</p>	II

Oht	Ohustatud isik (vajadusel), ohu iseloomustus	Hetkel rakendatavad ohutusmeetmed	Tervisemõju	Ennetusmeetmed/tegevused	Riskitase
Töösuhted	Allikas: võib esineda erimeelsusi kolleegide, juhtidega, õppuritega. Stressi võib põhjustada isikliku ja tööelu omavaheline segamine, vähene toetus juhi poolt. Töö on vastutusrikas. Suhted kolleegidega ja otsese juhiga ei ole kõigi hinnangul head. Samuti tunnevad mõned vastanud, et otsene juht ei saa oma kohustustega alati hakkama.	Sõbralik suhtlemine. Töökaaslased aitavad vajadusel üksteist.		taastavaid harjutusi. Probleemide korral arutleda antud küsimusi otsese juhiga ning leida sobivad lahendused. Julgustada töötajaid varakult oma muredest ja tõrgetest rääkima. Oluline on hea juhtimiskava tagamine ehk pidevalt suhelda töötajatega, pakkuda eeskujutunnustada, innustada, motiveerida töötajaid. Tagada töötajatele juhivoolne toetus. Viia regulaarselt läbi arenguevestlusi, et selgitada välja kutsesobivus. Läheneda igale töötajale individuaalselt. Vältida rollikonfliktide tekkimist andes töötajatele kindlad tööülesanded.	II
Õnnetus-või vägivallaohuga töö	Allikas: tööülesannete täitmisel võib esineda ettearvamatut käitumist õpilastelt. Õnnetusohu on tööõnnetuse näol, kui ei peeta kinni kehtestatud tööohutuse nõuetest.	Töötajad on teadlikud, kuhu pöörduda õnnetuste korral.		Vajadusel teavitada enda otsest juhti või võtta ühendust hädaabiga. Pakkuda töötajatele psühholoogilist abi probleemide korral.	II

ILUTEENINDUSE VALDKOND

Ohustatud isikud/ametikohad ja tegevuse kirjeldus: juuksuri ja barberiõpe. Osakonnas teostavad tööd osakonna juhataja ja kutseõpetajad. Töötajad viivad läbi tunde sh praktilist osa. Töötajate tööülesandeks on eelkõige praktiliste tundide ajal protsessi jälgimine ja juhendamine, vähesel määral võidakse ette näidata mõnda võtet või tegevust. Kokkupuude ohuteguritega madal ja üldiselt kaudne.

Kasutatavad seadmed: klienditoolid, peapesukohad, klimasoonid, juukselõikusmasinad, föönid.

Oht	Ohustatud isik (vajadusel), ohu iseloomustus	Hetkel rakendatavad ohutusmeetmed	Tervisemõju	Ennetusmeetmed/tegevused	Riskitase
Müra	Allikas: erinevate seadmete kasutamine – föönid, lõikusmasinad.	Ruumis on olemas esmaabivahendid.	Kuulmislangus, müra stress,	Pidada puhkepause võimalikult madala müratasemega keskkonnas (mille müratase	II

Oht	Ohustatud isik (vajadusel), ohu iseloomustus	Hetkel rakendatavad ohutusmeetmed	Tervisemõju	Ennetusmeetmed/tegevused	Riskitase
	<p>Tüüp: muutuv taustamüra. Fööni töötamise ajal on suhtlemine selle läheduses häiritud.</p> <p>Tase: üldiselt madal, sest tööpäeva jooksul juhendamiseks mõeldud tööd vahelduvad ja ei pruugi olla kokkupuute aeg müratekitavate seadmetega pidev.</p> <p>Kestus: alla 50% tööajast, fööni ja lõikusmasinate kasutamine järjest 10-20 minutit.</p>	Kokkupuude müraga ei ole pidev.	närvisüsteemi häired, tähelepanuvõime langus, väsimus, ärevus.	soovituslikult ei ületa 40 dB(A).	
Ohtlikud pinnad, sisselõike oht, töövahendite liikuvad ja teravad osad, kuumad- ja külmad pinnad.	Allikas: sisselõike oht kääride, lõikusmasinate ja muude terade käsitsemisel, fööni ja sirgendaja kuumad pinnad, kuumade kääride kuumad pinnad, lokitangide kuumad pinnad; fööni kuum aur.	Seadmetega töötamiseks on koostatud ohutusjuhendid. Töötajad on ohuteadlikud.	Sõrme- ja käevigastused. Torkehaavad, lõikehaavad.	Kääride, lõikeriistade kasutamisel olla ettevaatlik, mitte kiirustada. Terariista maha kukkumisel mitte proovida seda kinni püüda, vaid astuda eemale, et kukkuv terariist kedagi ei vigastaks. Seadmetega töötamisel tuleb juhinduda spetsiifilise seadme ohutusjuhendist. Kunagi ei tohi kätega proovida peatada seadmete pöörlevaid ja liikuvaid osi. Mitte kanda nuge ega muid terariistu taskus, et ennetada kehavigastuste tekkimist. Vältida kokkupuudet kuumade pindadega, kasutada põletuse järgselt põletust leevendavaid salve. Mitte hoida fööni kuuma auru keha lähedal.	II
Ohtlikud kemikaalid	Allikas: praktiliste tundide ajal kasutatakse erinevaid värve, soengute tegemisest viimistlustooteid, juuste pesemise ja hooldustooteid. Tüüp: kasutuses olevad lakid võivad osaliselt olla tuleohtlikud, juuksevärvid võivad olla ärritavad. Tase: taset ei ole mõõdetud, kokkupuude on minimaalne. Töötajatel võib esineda individuaalseid probleeme seoses allergiaga või	Töötajad on oma ala spetsialistid. Töötajad on teadlikud ohtudest, mis kaasnevad kemikaalide kasutamisega. On olemas kaitsekindad, kaitsepõlled, mida saab vajadusel kanda.	Vastavalt kemikaali ohutuskaardis väljatoodule.	Vältida kemikaalide aurude sissehingamist. Enne kemikaali kasutamist tuleb tutvuda selle ohutuskaardiga. Nõutud isikukaitsevahendite kandmine tulenevalt kemikaali ohutuskaardis sätestatust. Pesta käed pärast kemikaaliga kokkupuudet. Mitte pihustada pihustatavaid kemikaale silmade, näo suunas. Võimaliku allergia korral vaadata üle	II

Oht	Ohustatud isik (vajadusel), ohu iseloomustus	Hetkel rakendatavad ohutusmeetmed	Tervisemõju	Ennetusmeetmed/tegevused	Riskitase
	tundlikkusega keemiliste ainete suhtes.			kasutatavad ained.	
Sundasendid	<p>Allikas: tööasend on seisev. Juuksuritel tuleb kliendi juuste pesemisel olla sundasendis, mis nõuab ülakeha ette painutamist ja käte hoidmist kehast eemal staatilises asendis. Käed õlgadest kõrgemal, küünarliiges kõrval staatilises asendis, küünarliiges painutatud asendis, pea kallutamine, töövahendite haaramine ja käes hoidmine, ülakeha ette kallutamine. Protseduuride tegemisel tuleb hoida käsi kehast eemal staatilises asendis, töötamine painutatud randmetega. Ühes kindlas tööasendis viibitakse lühiajaliselt, need vahelduvad.</p> <p>Kestus: sundasendites viibimine üldiselt alla 50% tööajast.</p>	Töötajad saavad tööasendit muuta ja vaheldada seismist istumisega. Töötajatele on ette nähtud puhkepausid.	Lihasevalu ehk müalgia, kaela, õlavöötme, käte lihaste ja nendevaheliste fastsiate valud (nn.müofastsiaalsed valud), kaela- ja kuklavalu, karpaalkanali sündroom, koormustaluvuse vähenemine, käte ja randmete osteoartikulaarsed haigused, seljavaevused, hingamisraskused, Tietze sündroom, pinged põlveõndlas. Pingepeavalud.	Juhinduda töötamisel kehtestatud ohutusjuhendite nõuetest. Pidada kinni ettenähtud puhkeageadest. Puhkepauside ajal teha tugi- ja liikumisaparaadile taastavaid harjutusi, jalutada. Võimalusel vahetada tööasendeid (istuv töö vahetada seisvaga ja vastupidi). Seismise ajal rakendada kehakoormust võrdselt mõlemale jalale. Vältida randmete liigset painutamist.	I
Sundliigutused	<p>Allikas: korduvateks samalaadseteks liigutusteks on nt kätega töötamisel randmete ja küünarnukkide pidevad pöörded, sõrmede painutused, ülakeha ette ja taha kallutamine, käte viimine kehast eemale, pea liigutamine üles alla, pea ette kallutatud.</p> <p>Kestus: korduvaid samalaadseid liigutusi kokku teostatakse hinnanguliselt alla 50% tööajast, töö rohkem seotud protsessi jälgimisega.</p>	Töötajatel on võimalik teostada puhkepause. Liigutuste teostamine töövõtete õpetamisel on lühiajalised.	Karpaalkanali sündroom, liigesehaigused, kaela, õlavöötme, käte lihaste ja nendevaheliste fastsiate valud (nn.müofastsiaalsed valud), käte ja randmete osteoartikulaarsed haigused, pinged	Juhinduda töötamisel kehtestatud ohutusjuhendite nõuetest. Pidada kinni ettenähtud puhkeageadest. Puhkepauside ajal teha tugi- ja liikumisaparaadile taastavaid harjutusi. Ülekoormushaiguste ennetamiseks kasutada ergonoomilisi töövõtteid: ärge tehke töötamisel järske liigutusi. Kasutada ohutuid töövõtteid.	I

Oht	Ohustatud isik (vajadusel), ohu iseloomustus	Hetkel rakendatavad ohutusmeetmed	Tervisemõju	Ennetusmeetmed/tegevused	Riskitase
			põlveõndlas, seljavaevused, küünarliigese epikondüliit, kaelaradikuliit.		

TEKSTIILI JA KAUBANDUSE VALDKOND

Ohustatud isikud/ametikohad ja tegevuse kirjeldus: rätsep-stilisti, sisekujundaja tekstiilialal, kodu- ja sisetekstiilide õblemise õpe. Osakonnas teostavad tööd kutseõpetajad ja sisseseade remondi lukksepp. Töötajad viivad läbi tunde sh praktilist osa. Töötajate tööülesandeks on eelkõige praktiliste tundide ajal protsessi jälgimine ja juhendamine, vähesel määral võidakse ette näidata mõnda võtet või tegevust. Kokkupuude ohuteguritega madal ja üldiselt kaudne.

Kasutatavad seadmed: õmblusmasinad, triikimislaudad Comel, ladestuslaudad, termopressid, aurugeneraatorid, äärestusmasinad.

Oht	Ohustatud isik (vajadusel), ohu iseloomustus	Hetkel rakendatavad ohutusmeetmed	Tervisemõju	Ennetusmeetmed/tegevused	Riskitase
Müra	Allikas: ruumides kasutatavad seadmed (erinevad õmblusmasinad, pressid jne). Tüüp: taustamüra Tase: ei ole mõõdetud, kuid võib tulenevalt tööprotsessist olla üle piinormi lühiajaliselt, nt kõikide õmblusmasinate töötamise ajal jne. Kestus: hinnanguliselt alla 50% tööajast. Kas summutab hädasignaale: teadaolevalt mitte	Töötajatele on tagatud võimalus teostada puhkepause. Tunnid on erineva ülesehitusega ning kasutatakse erinevaid seadmeid, töötajad saavad ise reguleerida mürataset mingil määral.	Kuulmislangu, müra stressi, väsimuse, ärevuse teke, tähelepanuvõime langus.	Pidada ettenähtud puhkepause vastavalt kehtestatud korrale võimalikult müravaikes keskkonnas. Häiriva müra korral on soovituslik kanda kõrvatroppe või kõrvaklappe, mis summutavad müra, mitte omavahelist kõne.	II
Vibratsioon	Allikas: seadmetelt kanduv üldvibratsioon, seadmetega töötamisel ka kohtvibratsioon (eriti õmblusmasinad, pressid). Tüüp: üldvibratsioon, kohtvibratsioon Kestus: taset ei ole mõõdetud, alla 50% tööajast.	Töötajatel on võimalus teostada puhkepause. Tööülesanded roteeruvad, pole pikaajalist vibratsiooniga kokkupuudet.	Kesknärvisüsteemi funktsionaalsed häired ja valud jalgades ning nimmepiirkonnas.	Oluline on seadmete regulaarne hooldamine. Pidada ettenähtud puhkepause. Võimalusel roteerida ülesandeid, et töö ei toimiks järjepidevalt vibratsiooni tekitavate seadmetega.	I
Ohtlikud pinnad, sisselõike oht,	Allikas: sisselõige või torge kääride, nõelte, masinate küljes olevate nuga.	Seadmetega töötamiseks on	Sõrme- ja käevigastused.	Juhendada seadmetega töötamisel nende ohutusjuhenditest.	II

Oht	Ohustatud isik (vajadusel), ohu iseloomustus	Hetkel rakendatavad ohutusmeetmed	Tervisemõju	Ennetusmeetmed/tegevused	Riskitase
töövahendite liikuvad ja teravad osad, kuumad- ja külmad pinnad.	Õmblusmasinatel on ohtlikud osad nõelad, hooratas, niiditõmmik, nuga. Võimalik riiete kinni jäämine seadmete osade vahele. Allikas: termopresside, triikraua, aurugeneraatorite kuumad osad, kuum aur.	koostatud ohutusjuhendid. Töötajad on ohuteadlikud.	Torkehaavad, löikehaavad.	Kääride ja paberi (šabloonide) kasutamisel olla ettevaatlik, mitte kiirustada. Terariista maha kukkumisel mitte proovida seda kinni püüda, vaid astuda eemale, et kukkuv terariist kedagi ei vigastaks. Keelatud on kanda rippuvaid ja lohvakaid riideid. Olla triikraua käsitlemisel ettevaatlik, auru kasutamisel jälgida, et seda ei suunata kellegi suunas. Käsitsi õmblemisel kasutada sõrmkübarat, kuna nõela torked võivad põhjustada veremürgitust. Kääridega löikamise suund on endast eemale, laual, mitte süles. Keelatud on kääre hoida avatuna, nõelu suus või riietes ja hammustada niiti katki. Mitte jätta pressiga töötamisel käsi seadme soojadele pindadele, et ennetada põletusohtu. Hoida triikrauda spetsiaalsel alusel. Keelatud on käsi viia seadmete liikuvate osade lähedale. Keelatud on pidurdada käega hooratust, eemaldada seadmetelt kaitseid.	
Eemale paiskuvad osakesed	Allikas: õmblemisel võib nõel puruneda – seda juhul kui tööotsikud ei ole korralikult kinnitatud, on nõrid, on paigutatud vale tüüpi otsik, niidi number ei vasta nõela numbrile, presstalla kruvi ei ole korralikult kinnitatud, kangast hoitakse löikamisel ja õmblemisel pinges, on vigane nõelaplaat, vale suurusega nõel või lõiketera kanga jaoks.	Töötajad on ohuteadlikud.	Erinevad kehavigastused, silmade vigastamine.	Juhinduda kehtestatud nõuetest. Enne töö alustamist veenduda otsikute püsivuses ja sobivuses. Mitte koormata seadmeid üle. Veenduda alati, et nõel on sobiv vastavaks tööks.	II
Riidetolm	Allikas: töötajad puutuvad tööpäeva vältel kokku riidetolmuga. Seda eraldub rohkem	Tööruumides teostatakse	Krooniline bronhiit ja krooniline	Oluline on tagada efektiivne õhuvahetus, regulaarne märgkoristus.	I

Oht	Ohustatud isik (vajadusel), ohu iseloomustus	Hetkel rakendatavad ohutusmeetmed	Tervisemõju	Ennetusmeetmed/tegevused	Riskitase
	<p>lõikamisel, vähemal määral õmblemisel.</p> <p>Tase: pole mõõdistatud, hinnanguliselt madal</p> <p>Kestus: alla 50% tööajast.</p>	regulaarsed märgkoristust.	kopsupõletik. Allergiline nohu, spastiline bronhiit ja kopsuastma.	Vajadusel teostada märgkoristust sagedamini.	
Raskuste teisaldamine	<p>Teisaldatav objekt: kangarullid, kangatükid.</p> <p>Kaal: kangatükid kaaluvad enamasti alla 5 kg, kangarullid kuni 15kg, raskused varieeruvad. Väiksemaid detaile teisaldatakse rohkem.</p> <p>Kehaasend: Kummardamine, sirutamine, keha pööramine</p> <p>Riskihinne arvutusmeetodi abil, naised:</p> <p>5kg: $1+2+0=3 \times 2=6$ ehk I</p> <p>5-10kg: $2+2+0=4 \times 2=8$ ehk I</p> <p>10-15kg: $4+2+0=6 \times 2=12$ ehk II</p>	<p>Raskuste teisaldamine vastavalt võimetele.</p> <p>Vajadusel kaaskolleegide abi palumine.</p> <p>On vajadusel olemas abistavad vahendid raskuste transportimiseks.</p>	Füüsiline ülekoormus, seljavigastused, käte ja randmete vigastused.	<p>Juhinduda töötamisel raskuste teisaldamise ohutusjuhendist.</p> <p>Teisaldada võimalusel korraga väiksemaid raskusi ja jagada neid.</p> <p>Kasutada abistavaid vahendeid nende olemasolul.</p>	II
Sundasendid	<p>Allikas: istuv, seisev tööasend, liikuv töö</p> <p>Kestus: seisev ja istuv töö sõltuvad tehtavast tööülesandest. Üldiselt on töötajatel võimalik töötada nii istudes kui seistes.</p> <p>Sundasendit võib põhjustada vale tööpinna kõrgus, töötooli kõrgus ja asend.</p> <p>Lõikamisel tuleb viibida staatilises asendis.</p> <p>Arvestatavateks ohuteguriteks on käte sundasend töölaual.</p> <p>Hinnanguliselt ei ole pikaajalist sundasendit, kõikides asendites viibimine alla 50% tööajast.</p>	Töötajatele on ette nähtud puhkepausid.	Lihasevalu ehk müalgia, kaela, õlavöötme, käte lihaste ja nendevaheliste fastsiate valud (nn.müofastsiaalsed valud), kaela- ja kuklavalu, karpaalkanali sündroom, koormustaluvuse vähenemine, käte ja randmete osteoartikulaarsed haigused, seljavaevused, vereringehäired, veenilaiendid, lampjalgsus,	<p>Pidada kinni puhkepausidest.</p> <p>Soovituslik on iga tunni aja tagant teha 1-2 minutiline paus, mil tehakse taastavaid venitusharjutusi koormatud kehaosadele.</p> <p>Roteerida võimalusel tööasendit – töötada nii seistes kui istudes.</p>	II

Oht	Ohustatud isik (vajadusel), ohu iseloomustus	Hetkel rakendatavad ohutusmeetmed	Tervisemõju	Ennetusmeetmed/tegevused	Riskitase
			varikoossed veenid, plantaarfastsiid, liikumishäired, puusa- ja põlveliigeste artriit.		
Sundliigutused	<p>Allikas: käaridega lõikeliigutuste tegemine (korduv sõrmede pingutamine), pea ja ülakeha kallutamine õblemisel, käte viimine kehast eemale ja tagasi, ülakeha kallutused ette esemete ulatamiseks tööpinnal, randmete pöörded ja painutused materjali ja töövahendite käsitlemisel, küünarliigese pöörded; jalaga pedaalile vajutamine; pressi nuppudele vajutamine; õblemisel käte liigutamine õmblusmasina laual või mittetoetatult kehast eemale.</p> <p>Kestus: alla 50% tööajast.</p>	Töötajatele on ette nähtud puhkepausid.	Ülekoormushaigus, sõrmede kangestumine, kaelaradikuliit, karpaalkanali sündroom, käte ja randmete osteoartikulaarsed haigused, küünarliigese bursiit, õlaliigese bursiit.	Juhendada töötamisel tehtava töö ohutusjuhendist. Pidada kinni ettenähtud puhkepausidest. Puhkepauside ajal venitada koormatud kehaosi, teha aktiivseid venitusharjutusi. Võimalusel vähendada koormust ühele käele ja teha korda mööda mõlema käega lõikamist. Soovituslik on pedaalile vajutada päeva jooksul korda mööda (mõlema jalaga), et ennetada ülekoormust ühes jalas.	II

MEHAANIKA VALDKOND

Ohustatud isikud ja tegevuse kirjeldus: osakonna juhataja ja kutseõpetajad. Töötajad viivad läbi tunde sh praktilist osa. Töötajate tööülesandeks on eelkõige praktiliste tundide ajal protsessi jälgimine ja juhendamine, vähesel määral võidakse ette näidata mõnda võtet või tegevust. Kokkupuude ohuteguritega madal ja üldiselt kaudne.

Kasutatavad töövahendid: keevitusseadmed, CNC frees- ja treipingid, universaal frees- ja treipingid EMCO, tasapinna lihvimispink, metallfreespingid.

Oht	Ohustatud isik (vajadusel), ohu iseloomustus	Hetkel rakendatavad ohutusmeetmed	Tervisemõju	Ennetusmeetmed/tegevused	Riskitase
-----	--	-----------------------------------	-------------	--------------------------	-----------

Müra	<p>Allikas: praktiliste tundide ruumides kasutusel olevad käsitööriistad (pneumaatilised ja elektrilised) ning suured statsionaarsed tootmiseseadmed (puurpingid, freespingid, keevitusseadmed, painutuspingid jne). Haamri löökmüra. Kuigi kõiki seadmeid korraga ei kasutata, tekib teatud tööprotsessides kõrge müra tase ning viibitakse mürarikkas töökeskkonnas. Tüüp: impulssmüra, löökmüra, taustamüra. Tase: riskianalüüsi teostamise ajal müra ei mõõdistatud. Kestus: tulenevalt praktiliste tundide toimumise ajast, teostatavast tööst, kasutatavatest seadmetest muutuv. Päevane kokkupuudetase töötajatel sõltub seadmetega töötamise ajast või tööalas viibimise ajast, hinnanguliselt alla 50%</p>	<p>Töötajatele on ette nähtud puhkepausid. Töötajatele on väljastatud kuulmiskaitsevahendid. Ruumides märgistatud tööpiirkonnad, kus on kohustuslik kõrvaklappide kandmine.</p>	<p>Kuulmislangus, mürastressi, väsimuse, ärevuse teke, tähelepanuvõime langus, keskendumisraskused.</p>	<p>Töötades seadmetega, mille müra tase on üle 85 dB(A), tuleb kanda kuulmiskaitsevahendeid. Viibides töökeskkonnas, kus müra tase on üle 85 dB(A), tuleb kanda kuulmiskaitsevahendeid. Pidada ettenähtud puhkepause võimalikult müravaikses keskkonnas, mille müratase soovituslikult ei ületa 40 dB(A).</p>	II
Vibratsioon	<p>Allikas: statsionaarsed pingid (nt puurpingid, treipingid, freespingid, saed jne). Tüüp: üldvibratsioon. Tase: ei ole mõõdetud akrediteeritud labori poolt. Kestus: summaarselt alla 50% tööajast.</p>	<p>Töötajatele on väljastatud turvajalanõud. Seadmeid hooldatakse regulaarselt.</p>	<p>Närvisüsteemihäired, kuulmise ja nägemisteravuse nõrgenemine, koordinatsiooni- häired, unehäired. Vibratsioonitõbi.</p>	<p>Kanda paksu kummitallaga turvajalanõusid. Seadmete regulaarne hooldus. Pidada vibratsiooni tekitavate käsitööriistaga töötamisel regulaarselt puhkepause (iga 20 min järel u 30 sekundit või kui kätes on tunda surinat, peatada töö ja puhata).</p>	I

<p>Ohtlikud pinnad, sisselõike oht, töövahendite liikuvad ja teravad osad</p>	<p>Allikas: seadmete pöörlevad ja liikuvad osad. Oht esineb, kui töötamisel ajal panna käed liikuvate osade juurde. Allikas: oht takerduda riietega (nt pikkade käistega) liikuvate osade vahele. Allikas: sisselõike oht käsitsedes detaile, millel on teravad nurgad või ääred (metallilaast). Allikas: sisselõike oht seadmete lõikeriistade vahetamisel.</p>	<p>Töötajad on ohuteadlikud. Ettevõttes on olemas koolitatud esmaabiandja ja antud osakonnas esmaabivahendid. Töötajatele on väljastatud tööriided ja kaitsekindad.</p>	<p>Sõrme- ja käevigastused. Torkehaavad, lõikehaavad, peavigastused.</p>	<p>Juhinduda töötamisel kehtestatud ohutusjuhendite nõuetest. Mitte kanda lohvakaid ja kinnitamata riideesemeid. Materjali käsitlemisel kasutada kaitsekindaid. Laastu tohib väljumisavast eemaldada ainult spetsiaalselt selle jaoks mõeldud vahendiga (nt konks). Kui on vaja käsitseda laastu kätega, siis on kohustuslik kanda lõikekindlaid kindaid. Laastu puutumine paljaste kätega on keelatud. Kasutada teravate esemete ja osade käsitlemisel lõikekindlaid kaitsekindaid. Kunagi ei tohi kätega proovida peatada seadmete pöörlevaid ja liikuvaid osi. Tööriistade otsakute vahetamisel tuleb tagada, et kätt ei hoita samal ajal lülitel, et ennetada seadme iseeneslikku käivitumist.</p>	<p>II</p>
<p>Tuleoht</p>	<p>Allikas: tuleohtlike kemikaalide kasutamine. Allikas: keevitamisel ja ketaslõikuri kasutamisel eralduvad sädemed võivad sattuda tuleohtlike kemikaalide või materjalide peale. Allikas: erinevate kemikaalide, keevitusaurude ning kuumuse omavahelisel reageerimisel süttimisoht.</p>	<p>Olemas on taadeldud tulekustutusvahendid, mille asukohad on märgistatud. Keevitamiseks on tagatud kuumakindlad kaitsekindad, jalanõud, kaitsemask, põll.</p>	<p>Põletusvigastused.</p>	<p>Kontrollida, et tuletöid tegevatel töötajatel on kehtiv luba. Regulaarselt teha tuletööde osas täiendkoolitusi. Enne keevitustööde teostamist veenduda, et töökoha läheduses on tulekustutusvahendid, tuleohtlikud materjalid on töökohast eraldatud. Kanda nõutud isikukaitsevahendeid. Mitte hoida tuleohtlikke aineid otsese päikesevalguse käes ega sädemeid tekitavate töövahendite läheduses.</p>	<p>II</p>

Plahvatusoht	<p>Allikas: kemikaalide (erinevate seadmetel kasutuses olevate gaasidest tekkivate keevitusaurude) reageerimisel keskkonnaga, teiste kemikaaliaurudega.</p> <p>Allikas: lühisega kaasnev elektrikaar, kus sädeme tekkimisel võib olla kokkupuude nt süttiva vedeliku, gaasi või tolmuaga.</p>	Keevitust teostatakse hästi ventileeritud töökeskkonnas.	Erinevad kehavigastused tulenevalt plahvatusete tösidusest.	<p>Hoida kemikaale suletult ning päikesevalgusest ja küttekolletest eemal. Keevitamisel töötada eraldatud alal, vajadusel eraldada ka lihvimise töökoht tulekindlate kardinatega, kus on välistatud sädemete sattumine tuleohtlike ja kergesti süttivate materjalide peale.</p> <p>Tagada alati keevitusgaaside ja –aurude efektiivne äratõmme töökeskkonnast.</p>	II
Elektromagnetväli	<p>Allikas: Keevitusseadmed. Kasutatakse erinevaid keevitusseadmeid.</p> <p>Tase: ei ole mõõdetud. Keevitusvool on keskmiselt 200-220A</p> <p>Kestus: alla 50% tööajast, sest tehakse ka teisi praktilisi töid.</p> <p>Hindamine on vajalik kui on töötajaid, kellel on siiratud aktiivsed meditsiiniseadmed või kehal kantavad meditsiiniseadmed. Seadme külgedel on magnetväli tugevam.</p>	Töötajatele on ette nähtud puhkepausid.	Keharakkude mõjutamine, mõju silmanägemisele ja nahale, soojuslik toime.	<p>Selgitada välja elektromagnetväljade tase suurema vooluga seadmetel, et hinnata riskitaset objektiivselt.</p> <p>Asetada kaablid ühele küljele endast eemale, et mitte olla kaablite ümber silmuses. Mitte kerida kaableid ümber keha, kaela ja jäsemete.</p> <p>Paigutada keevitusagregaat endast võimalikult eemale ja kaablid vähemalt 30 cm kaugusele.</p> <p>Ühendada keevituskaabli kinnitusklamber keevitatava eseme külge keevisõmblusele nii lähedale kui võimalik.</p>	I
Tehislik optiline kiirgus	<p>Allikas: keevituskiirgus (UV-kiirgus, infrapunakiirgus).</p> <p>Tase: keskmist summaarset võimsust ei ole mõõdetud.</p> <p>Kestvus: summaarselt keevitustööde teostamine alla 50% tööajast.</p>	Keevitamiseks on väljastatud kaitsemask, kindad, põll, tulekindlad jalanõud. Keevituskohad on üksteisest eraldatud vaheseintega.	Laserkire kiiritus, soojuslik mõju. UV – kiirgust väljastavad seadmed võivad ohustada nahka, valgusest põhjustatud võrkkestakahjustused, kae.	<p>Veenduda, et tuletöid tegevatel töötajatel on kehtiv tuletööde tegemise luba. Keevitamisel on kohustuslik kanda kaitseriietust, kuumakindlaid kindaid ning näomaski isetumeneva klaasiga.</p> <p>Kõrvalolevad töökohad eraldada tervete vaheseintega (sädemete kaitseks).</p>	II

Keevitusaurud	<p>Allikas: töötajatel on kokkupuude keevitusel tekkivate keemiliste aurudega. Keevituseks kasutatakse argooni, CO₂ ja muid segusid.</p> <p>Tüüp: toksiline.</p> <p>Keevitamisel eraldub nn keevitussuitsu, mis sisaldab kahjulikke ühendeid aerosoolide osakeste (alla 10 µm) näol, metalliaurusid ja gaase. Vabanenud ainete hulk oleneb keevituse ja elektroodi tüübist, kaitsegaasidest, voolutugevusest ja kasutatavast materjalist.</p> <p>Keevitamisel võib tekkida osoon, eralduda Zn.</p> <p>Kahjulikud ühendid eralduvad elektrodikattest, keevitatavast materjalist (eriti roostevaba terase ja alumiinumi keevitamisel), argooni sisaldavatest kaitsegaasidest (osoon).</p> <p>Tase: ei ole mõõdetud.</p> <p>Kestus: alla 50% tööajast.</p> <p>Keevitamise kaitsegaasid CO₂, Ar on mittemürgised, kuid kinnistes ruumides keevitades võivad need välja tõrjuda õhu ja esile kutsuda keevitaja lämbumise. MAG keevitusel moodustub vähesel määral vingugaasi, mistõttu kinnistes ruumides ja mahutites keevitades on vaja tugevat töökoha ventileerimist.</p>	Töötajatele, kes teostavad keevitustöid, on väljastatud vajalikud isikukaitsevahendid. Keevitusaurude osas ei olnud töötajatel kaebusi, seega võib eeldada, et keevitust teostatakse hästi ventileeritud töökokeskkonnas.	Keevitusaurud võivad põhjustada aju- ja närvikahjustusi ning hingamisteede vaevusi; vähki. Suurte kontsentratsioonide korral ruumis põhjustab propaan peeringlust, uimasust, võimalik lämbumine hapniku defitsiidi tõttu. Puhta argooni sissehingamisele järgneb meelemärguseta olek ja vältimatu surm. CO ja CO ₂ põhjustavad teadvuse kadu, lämbumist.	Tagada alati keevitusruumides efektiivne õhuvahetus (sh värske õhu sissepuhe ja gaasidest rikutud õhu väljatõmme). Soovituslik on korraldada õhu keemiliste ainete sisalduse mõõtmised keevitustöökohtadel, et hinnata objektiivselt keevitusaurude kogunemist töökokeskkonda.	II
Muljumise oht	Allikas: käte muljumine painutuspingi liikuvate tööorganite vahele.	Töötajad on juhendatud ning teadlikud ohtudest töökohal. Painutuspingid on varustatud anduritega.	Jäsemete vigastused, traumad, muljumised.	Mitte panna käsi töötavate seadmete liikuvate osade lähedale.	II
Kuumad pinnad	Allikas: pinkidel võivad olla kuumad tööosad nt mootorid, generaatorid, kuum	Kuumad pinnad ei asu tööpiirkonnas.	Põletusvigastused.	Mitte puutuda seadmete kuumasid osasid.	II

	metallilaast. Kuumad pinnad mida keevitatakse, keevitusseadmete osad võivad kuumeneda.	Töötajad on teadlikud antud ohutegurist.			
Eemale paiskuvad osakesed	Allikas: töötamisel seadmetega, millega puuritakse, lihvitakse, lõigatakse, eralduvad metalliosad/sädemed, detailide osad (nt puur, painutuspink). Kevitamisel keevitussädemete pritsmete tekkimine.	Töötajatele on väljastatud kaitseprillid, kaitsemaskid. On olemas koolitatud esmaabiandja ja esmaabivahendid.	Silmade vigastused.	Juhinduda kehtestatud ohutusjuhendite nõuetest ja kanda kaitseprille kokkupuutudes võimalike eemale paiskuvate osadega (teostades töid või kasutades seadmeid, mille käigus paiskub eemale osakesi). Kontrollida isikukaitsevahendite kandmist regulaarselt. Kasutada käiadega ja treipinkidega töötades kaitsevisiire. Kontrollida nende kasutamist.	II
Raskuste teisaldamine	Teisaldatav objekt ja mass: esineb väiksemate detailide tõstmist. Kehaasend: ülakeha kallutatud ette kuni 30° või pööratud, raskus toetub üldiselt vastu keha, seismine või lühemaajaline kõndimine. Riskihinne arvutusmeetodi abil, mehed: 0-10 kg: 1+4+0=5x2=10 ehk I	Kasutusel on võimalusel tõstmisabivahendid – tõstukid, käsikahveltõstukid, kärud.	Füüsiline ülekoormus, seljavigastused, käte ja randmete vigastused.	Juhinduda raskuste teisaldamisel kehtestatud ohutusjuhendite nõuetest. Mitte tõsta üle 5kg raskuseid, kui on võimalik kasutada tõstevahendit. Mitte kiirustada raskuste teisaldamisel. Jagada raskusi, et ei tekiks füüsilist ülekoormust. Raskusi teisaldada alati kahe käega. Suure koormuse korral pidada iga 20 minuti järel minipaus.	I
Sundasendid	Allikas: tööülesannete täitmisel on olukordi, mil käed on kehast ees staatilises asendis, käed tõstetuna õlgadest kõrgemale, kükitamine, painutust taha üle 5°, painutust küljele üle 15°, pea ette kallutamine, pea kuklas hoidmine, seisev tööasend, töötamine painutatud randmeliigestega; õlg, õlavars küljele tõstetud üle 30°; õlg, õlavars ette tõstetud üle 60°, ülakeha ette kallutamine. Kestus: tööd tehakse suuremalt jaolt seisvas asendis (üle 50% tööajast). Ülejäänud tööasendid vahelduvad ja teistes asendites viibitakse alla 50% tööajast.	Töötajatele on ette nähtud puhkepausid. Töötajatele on väljastatud paksu kummitallaga turvajalanõud.	Kaelaradikuliit, karpaalkanali sündroom, käte ja randmete osteoartikulaarsed haigused, küünarliigese bursiit, lihaste ja kõõluste kahjustused, liigeseümbrise pauna haigused, põlvekedraesine ja põlvekedraalune	Teostada regulaarselt puhkepause, mil venitate koormatud kehaosi (sundasendites viibides iga 20 minuti järel 20 sekundit). Töötada võimalikult sirge seljaga. Seistes rakendada koormust võrdselt mõlemale jalale, et ennetada ühe jala ülekoormamist. Vältida pikaajaliselt seismist ühe koha peal. Roteerida tööülesandeid ja tööasendeid. Kanda paksu kummitallaga jalanõusid. Tulenevalt töökeskkonna ohuteguritest, tagada, et töötajad läbiksid tervisekontrolli.	II

			bursiit, õlaliigese bursiit ja artroos, ülekoormushaigus, seljavaevused, lampjalgsus, veenilaiendid, vereringehäired, periartriit, limapauna põletik.		
Sundliigutused	<p>Allikas: ette kummardumine, kehapöörded üle 45°, töövahendeid ja materjale käsitsedes korduvad sõrmede painutused, randmeliigeste painutused (palmaarfleksioon ning ekstensioon üle 15°), küünarliigese painutused üle 90°, õlaliigese viimine kehast eemale-kõrvale üle 30°; käte viimine kehast eemale ja tagasi (ka õlgadest kõrgemale ehk üle 90°), ülakeha kallutused ette ja küljele, ka üle 30°.</p> <p>Näiteks: detailide alustele ja tööpinnale tõstmisel pea pöörded, käte liigutamine kehast ees; käte viimine kehast eemale ja tagasi, ülakeha kallutused ette ja küljele.</p> <p>Liigutuste kestus: muutuv, hinnanguliselt alla 50% tööajast.</p>	Töötajatele on tööaja hulka arvestatud puhkepausid. Tööülesanded roteeruvad.	Karpaalkanali sündroom, lihasevalu ehk müalgia, kaela, õlavõtme, käte lihaste ja nendevaheliste fastsiate valud (nn.müofastsiaalsed valud), käte ja randmete osteoartikulaarsed haigused, seljavalud, õlaliigese kakspealihase tendiniit/ bursiit, kaelanärvipõimiku põletik, ühe/mitmenärvihaigustumus, artroos, kõõlustupepõletik.	Teostada regulaarselt puhkepause. Puhkepauside ajal on soovituslik venitada koormatud kehaosi. Kasutada ohutuid töövõtteid üleliigseid sirutusi ja painutusi tegemata. Roteerige tööülesandeid ja töövõtteid, et ennetada füüsilise ülekoormuse teket (nt töötage kordamööda parema, vasaku käega, tõstke ka raskusi kord ühe kord teise käega). Töötada võimalikult sirge seljaga. Liigutuste trajektooriid olgu vahelduvad ja sujuvad. Tulenevalt töökeskkonna ohuteguritest, tagada, et töötajad läbiksid tervisekontrolli.	I

TRANSPORDITEHNIKA VALDKOND

Ohustatud isikud ja tegevuse kirjeldus: osakonna juhataja ja kutseõpetajad. Töötajad viivad läbi tunde sh praktilist osa. Töötajate tööülesandeks on eelkõige praktiliste tundide ajal protsessi jälgimine ja juhendamine, vähesel määral võidakse ette näidata mõnda võtet või tegevust. Kokkupuude ohuteguritega madal ja üldiselt kaudne.

Kasutatavad töövahendid: rattapesuseade KART, neetimiseseade, tasakaalupink, TIG keevituseseade, hüdrotõstuk, sõidukite diagnostika post, värvikamber, käärtõstuk, infrapunakuivati, kruntimiskamber, heitgaasipool, induksioonkuumutaja.

Oht	Ohustatud isik (vajadusel), ohu iseloomustus	Hetkel rakendatavad ohutusmeetmed	Tervisemõju	Ennetusmeetmed/tegevused	Riskitase
Müra	<p>Allikas: inimestevaheline kõne, töökojas kasutusel olevad seadmed ja käsitööriistad (mehaanilised, pneumaatilised ja elektroonilised), ventilatsioon, kompressor.</p> <p>Tüüp: impulssmüra, löökmüra, taustamüra.</p> <p>Tase: müra taset ei ole mõõdetud, lühiajaliselt võib olla üle piirnormi. Rehvivahetuse hooajal on rehvipesumasin ja montaažipingid kasutuses rohkem ning põhjustavad segavat müra. Erinevad suruõhutööriistad põhjustavad müra (nt mutrivõti jne).</p> <p>Kestus: alla 50% tööajast. Päevane kokkupuudetase sõltub sellest, mis tüüpi tund on.</p>	Töötajad on töötajatele taganud kuulmiskaitsevahendid. Töötajatele on ette nähtud puhkepausid, mida tehakse, kui töö laad seda võimaldab.	Kuulmislangus, mürastressi, väsimuse, ärevuse teke, tähelepanuvõime langus, keskendumisraskused.	Töötades seadmetega, mille müra tase on üle 85 dB(A), tuleb kanda kuulmiskaitsevahendeid. Pidada regulaarselt puhkepause võimalikult müravaikes keskkonnas, mille müratase soovituslikult ei ületa 40 dB(A).	II
Vibratsioon	<p>Allikas: elektriliste/aku/suruõhupõhiste käsitööriistade kasutamine (nt vasar); survepesur.</p> <p>Tüüp: kohtvibratsioon.</p> <p>Tase: ei ole mõõdetud akrediteeritud labori poolt.</p> <p>Kestus: ajaliselt korraga lühiajaline, summaarselt alla 50% tööajast.</p>	Töötajatele on ette nähtud puhkepausid.	Raynaud's sündroom, funktsioonihäired kätes, vibratsioonitõbi.	Hooldada seadmeid regulaarselt. Pidada regulaarselt puhkepause, suure koormuse korral lühendada töötuskiir ja roteerida tööülesandeid, et kokkupuude vibratsiooniga ei oleks järjepidev. Mitte töötada vibratsiooni põhjustava töövahendiga järjest üle 20 minuti.	I
Tehislik optiline kiirgus	<p>Allikas: keevituskiirgus.</p> <p>Tase: keskmist summaarset võimsust ei ole mõõdetud</p> <p>Kestvus: lühiajaline</p> <p>Keevitust ei teostata igapäevaselt.</p>	Töötajad on ohuteadlikud. Tagatud on keevituskardinad, keevitusmaskid ja põlled.	Kae, valgusest põhjustatud võrkkestakahjustus.	Kasutada keevitamisel UV filtriga kaitseprille või maski, sobivaid tulekindlaid kaitseriideid (põll, kindad).	II

Elektrilöögioht	<p>Allikas: võimalik kokkupuude kahjustatud juhtmetega (pingestatud), rikkis elektriliste seadmetega. Autotehnikut ja diagnostikute õppe puhul kõrgendatud oht elektri tõttu (elektriveermikud, hübriidsõidukite komponendid jne).</p>	<p>Elektriseadmete juhtmed olid riskianalüüsi teostamisel töökeskkonnas isoleeritud, nõuete kohaselt paigaldatud ning ilma kahjustusteta.</p>	<p>Elektrilöök, elektritraumad (põletused, elektrimärgid, naha metalliseerumine, elektroftalmia, mehaanilised kahjustused), surm, südamerütmihäired, põletusvigastused.</p>	<p>Pidada kinni kehtestatud ohutusjuhendite nõuetest; vajadusel täiendkoolituste läbimine.</p> <p>Keelatud on teostada iseseisvalt elektritöid, kui puudub vastav väljaõpe. Elektriautode ja hübriidide remonti võivad teostada väljaõppe saanud töötajad, kes peavad eraldama ohtliku tööala (ohutusmärgistuste, piiretega).</p> <p>Tööd tuleb teha vastavalt tootjatehase poolt ettenähtud remondijuhistele.</p>	II
Kukkuvad esemed	<p>Allikas: ebakorrektselt paigutatud varuosad ja töövahendid riulitele, tööpindadele. Käest või toetuspukilt kukkuv ese (töövahend, varuosa).</p> <p>Allikas: käigukastipukilt, mootori kraanalt, mootoritoetustalalt kukkuvad varuosad.</p> <p>Allikas: esemed võivad kukkuda ka</p> <p>Allikas: käed ja kindad võivad olla õlised ning seetõttu on töövahendite käes hoidmine raskendatud.</p> <p>Allikas: sõiduki all töötades võib töövahend või detail näole kukkuda; tungraualt võib sõiduki osa alla vajuda; sõiduki osa võib alla kukkuda tõstevahendilt ja muud ettenägematud ohuolukorrad.</p> <p>Allikas: alla vajuvad tõstukid, tõstukilt alla kukkuv sõiduk (nt kui käpad on valesti pandud, ei ole lukustatud).</p>	<p>Töötajatele on üle antud turvajalanõud. Töötajad on ohuteadlikud. Kui kindad on muutunud õliseks ning töövahendite käes hoidmine raskendatud, vahetatakse kindad uute vastu välja. Autotõstukite hooldus on regulaarne ja registreeritud.</p>	<p>Erinevad kehavigastused, jalavigastused, peavigastused.</p>	<p>Tööd tuleb teha vastavalt tootjatehase poolt ettenähtud remondijuhistele.</p> <p>Pidada kinni kehtestatud ohutusjuhendite nõuetest.</p> <p>Kanda turvajalanõusid, et kaitsta enda jalgu kukkuvate esemete eest.</p> <p>Paigutada varuosad ja töövahendid alati korrektselt ettenähtud kohta.</p> <p>Lisaks tungrauale tuleb kasutada tugipukke, et ennetada tungraua alla vajumist.</p> <p>Enne töö alustamist veenduda, et tõstevahendid on püsivad ning on välistatud sõiduki või selle osade alla vajumine.</p> <p>Tagada, et töövahendid paigutatakse alati selleks ettenähtud kohta.</p> <p>Tõstukite kasutamisel tuleb need alati lukustada.</p>	II

<p>Ohtlikud pinnad, sisselõike oht, töövahendite liikuvad ja teravad osad</p>	<p>Allikas: seadmete kasutamisel, millel on liikuvad ja pöörlevad osad, ohtlikud avad, võib esineda ettevaatamatul ja ohutusnõuetele mittevastaval kasutamisel muljumist, torkeid, löikeid ja muid mehhaanilisi vigastusi.</p> <p>Esinevad võimalikud ohud nagu: puuri, trellide, ketaslõikuri, käia, pöörlevate osadega pneumotööriistade (nt frees) ja teiste elektriliste seadmete kasutamisel sõrmede vigastamine vastu pöörlevat otsakut/osa minnes (sh kaasahaaramise oht).</p> <p>Allikas: pressiga töötamisel käe vahele jäämine pressi avade vahele, kui detaili hoitakse kinni.</p> <p>Allikas: sõidukite varuosade ja kereosade teravad nurgad, servad.</p> <p>Töötajate ettearvamatu käitumine.</p> <p>Mitmekesi ühe sõiduki juures töötamisel oht põhjustada õnnetusohu, kui ei järgita ohutusnõudeid.</p>	<p>Töötajad on ohuteadlikud.</p> <p>Ettevõttes on esmaabiandjad ja esmaabivahendid.</p> <p>Tasakaalustuspink ei käivitu, kui kaitseeadis ei alumises asendis (nõ ratta kohal).</p> <p>Töötajatele on üle antud kaitsekindad.</p>	<p>Sõrme- ja käevigastused.</p> <p>Torkehaavad, löikehaavad.</p>	<p>Tööd tuleb teha vastavalt tootjatehase poolt ettenähtud remondijuhistele.</p> <p>Juhinduda seadmetega töötamisel kehtestatud ohutusjuhendite nõuetest.</p> <p>Kunagi ei tohi kätega proovida peatada seadmete pöörlevaid ja liikuvaid osi.</p> <p>Tööriistade otsakute vahetamisel tuleb tagada, et seade on vooluvõrgust/suruõhuühendusest eemaldatud ning kätt ei hoita lültil, et ennetada seadme iseeneslikku käivitumist.</p> <p>Terariista või muu eseme maha kukkumisel mitte proovida seda kinni püüda.</p> <p>Kontrollida regulaarselt ohutusnõuetest kinnipidamist ja vajadusel täiendavalt juhendada. Kasutada teravate esemete ja osade käsitlemisel kaitsekindaid.</p> <p>Mitte kanda nuge ega muid terariistu taskus, et ennetada kehavigastuste tekkimist.</p> <p>Mitmekesi töötamisel tuleb alati enne kokku leppida tegevuste järjestus ning enne toimingute teostamist veenduda ohutuses (sh kaastöötaja(te) ohutuses).</p>	<p>II</p>
<p>Tuleoht</p>	<p>Allikas: tuleohtlike kemikaalide kasutamine.</p> <p>Allikas: keevitamisel ja ketaslõikuri kasutamisel eralduvad sädemed võivad sattuda tuleohtlike kemikaalide või materjalide peale.</p> <p>Allikas: erinevate kemikaalide, keevitusaurude ning kuumuse omavahelisel reageerimisel süttimisoht.</p>	<p>Olemas on taadeldud tulekustutusvahendid, mille asukohad on märgistatud.</p> <p>Keevitamiseks on tagatud kuumakindlad kaitsekindad, jalanõud, kaitsemask, põll.</p>	<p>Põletusvigastused.</p>	<p>Kontrollida, et tuletöid tegevatel töötajatel on kehtiv luba.</p> <p>Regulaarselt teha tuletööde osas täiendkoolitusi.</p> <p>Enne keevitustööde teostamist veenduda, et töökoha läheduses on tulekustutusvahendid, tuleohtlikud materjalid on töökohast eraldatud.</p> <p>Kanda nõutud isikukaitsevahendeid.</p> <p>Mitte hoida tuleohtlikke aineid otsese päikesevalguse käes ega sädemeid tekitavate töövahendite läheduses.</p>	<p>II</p>

Plahvatusoht	<p>Allikas: kemikaalide (erinevate seadmetel kasutuses olevate gaasidest tekkivate keevitusaurude) reageerimisel keskkonnaga, teiste kemikaaliaurudega.</p> <p>Allikas: lühisega kaasnev elektrikaar, kus sädeme tekkimisel võib olla kokkupuude nt süttiva vedeliku, gaasi või tolmuaga.</p>	Keevitust teostatakse hästi ventileeritud töökeskkonnas.	Erinevad kehavigastused tulenevalt plahvatusete tösidusest.	<p>Hoida kemikaale suletult ning päikesevalgusest ja küttekolletest eemal. Keevitamisel töötada eraldatud alal, vajadusel eraldada ka lihvimise töökoht tulekindlate kardinatega, kus on välistatud sädemete sattumine tuleohtlike ja kergesti süttivate materjalide peale.</p> <p>Tagada alati keevitusgaaside ja –aurude efektiivne äratõmme töökeskkonnast.</p>	II
Elektromagnetväli	<p>Allikas: keevitusseadmed. Kasutatakse erinevaid keevitusi.</p> <p>Tase: ei ole mõõdetud. Keevitusvool on keskmiselt 200-220A</p> <p>Kestus: alla 50% tööajast, sest tehakse ka teisi töid.</p> <p>Hindamine on vajalik kui on töötajaid, kellel on siiratud aktiivsed meditsiiniseadmed või kehal kantavad meditsiiniseadmed. Seadme külgedel on magnetväli tugevam.</p>	Töötajatele on ette nähtud puhkepausid.	Keharakkude mõjutamine, mõju silmanägemisele ja nahale, soojuslik toime.	<p>Selgitada välja elektromagnetväljade tase suurema vooluga seadmetel, et hinnata riskitaset objektiivselt.</p> <p>Asetada kaablid ühele küljele endast eemale, et mitte olla kaablite ümber silmuses. Mitte kerida kaableid ümber keha, kaela ja jäsemete.</p> <p>Paigutada keevitusagregaat endast võimalikult eemale ja kaablid vähemalt 30 cm kaugusele.</p> <p>Ühendada keevituskaabli kinnitusklamber keevitatava eseme külge keevisõmblusele nii lähedale kui võimalik.</p>	I
Tehislik optiline kiirgus	<p>Allikas: keevituskiirgus (UV-kiirgus, infrapunakiirgus).</p> <p>Tase: keskmist summaarset võimsust ei ole mõõdetud.</p> <p>Kestvus: summaarselt keevitustööde teostamine alla 50% tööajast.</p>	Keevitamiseks on väljastatud kaitsemask, kindad, põll, tulekindlad jalanõud. Keevituskohad on üksteisest eraldatud vaheseintega.	Laserkire kiiritus, soojuslik mõju. UV – kiirgust väljastavad seadmed võivad ohustada nahka, valgusest põhjustatud võrkkestakahjustused, kae.	<p>Veenduda, et tuletöid tegevatel töötajatel on kehtiv tuletööde tegemise luba.</p> <p>Keevitamisel on kohustuslik kanda kaitseriietust, kuumakindlaid kindaid ning näomaski isetumeneva klaasiga.</p> <p>Kõrvalolevad töökohad eraldada tervete vaheseintega (sädemete kaitseks).</p>	II

<p>Keevitusaurud</p>	<p>Allikas: töötajatel on kokkupuude keevitusel tekkivate keemiliste aurudega. Keevituseks kasutatakse argooni, CO₂ ja muid segusid. Tüüp: toksiline. Keevitamisel eraldub nn keevitussuitsu, mis sisaldab kahjulikke ühendeid aerosoolide osakeste (alla 10 µm) näol, metalliaurusid ja gaase. Vabanenud ainete hulk oleneb keevituse ja elektroodi tüübist, kaitsegaasidest, voolutugevusest ja kasutatavast materjalist. Keevitamisel võib tekkida osoon, eralduda Zn. Kahjulikud ühendid eralduvad elektrodikattest, keevitatavast materjalist (eriti roostevaba terase ja alumiinumi keevitamisel), argooni sisaldavatest kaitsegaasidest (osoon). Tase: ei ole mõõdetud. Kestus: alla 50% tööajast. Keevitamise kaitsegaasid CO₂, Ar on mittemürgised, kuid kinnistes ruumides keevitades võivad need välja tõrjuda õhu ja esile kutsuda keevitaja lämbumise. MAG keevitusel moodustub vähesel määral vingugaasi, mistõttu kinnistes ruumides ja mahutites keevitades on vaja tugevat töökoha ventileerimist.</p>	<p>Töötajatele, kes teostavad keevitustöid, on väljastatud vajalikud isikukaitsevahendid. Keevitusaurude osas ei olnud töötajatel kaebusi, seega võib eeldada, et keevitust teostatakse hästi ventileeritud töökohas.</p>	<p>Keevitusaurud võivad põhjustada aju- ja närvikahjustusi ning hingamisteede vaevusi; vähki. Suurte kontsentratsioonide korral ruumis põhjustab propaan peeringlust, uimasust, võimalik lämbumine hapniku defitsiidi tõttu. Puhta argooni sissehingamisele järgneb meelemärguseta olek ja vältimatu surm. CO ja CO₂ põhjustavad teadvuse kadu, lämbumist.</p>	<p>Tagada alati keevitusruumides efektiivne õhuvahetus (sh värske õhu sissepuhe). Soovituslik on korraldada õhu keemiliste ainete sisalduse mõõtmised keevitustöökohtadel, et hinnata objektiivselt keevitusaurude kogunemist töökohas.</p>	<p>II</p>
<p>Muljumise oht</p>	<p>Allikas: töökojas on tösteseadmetel konstruktsiooniosad, kuhu on võimalik ennast ära lüüa. Allikas: kehaosade kinnijäämine detailide või varuosade vahele, riiete kinni jäämine seadmete osade külge. Allikas: sõrme vigastamine haamriga või muu töövahendiga, detailiga, mida</p>	<p>Töötajad on ohuteadlikud.</p>	<p>Erinevad kehavigastused (käte, jalgade vigastused), traumad.</p>	<p>Kanda turvajalanõusid. Mitte kiirustada tööalade ümber liikumisel ja töökojas tööülesandeid täites. Kasutada ette nähtud tõstevahendeid. Sõiduki reguleerimine kõrgusele, mis võimaldab tööd teha pead löömata.</p>	<p>II</p>

	<p>teisaldatakse ümber (sõrm või jalg jääb alla, vahele).</p> <p>Allikas: sõrmed võivad jääda tõstevahendite osade vahele.</p> <p>Allikas: pea ära löömine, kui sõiduk on tõstukil (sõiduki all töötades), vastu sõiduki osi.</p>				
Eemale paiskuvad osakesed	<p>Allikas: töötamisel seadmetega, millega puuritakse, lihvitakse, lõigatakse, eralduvad metalliosad, detailide osad (nt käi, meisel ja teised suruõhutööriistad, trellid, ketaslõikur jne).</p> <p>Allikas: klaasivahetusel võib noa läbi ajamisel (traadi jaoks) visata kilde.</p> <p>Allikas: kemikaalide pritsmete eemale paiskumine (nt õli pumpamisel võimalik õli sattumine silma).</p> <p>Allikas: survepesuri kasutamisel eemale paiskuvad vedeliku ja kemikaalide pritsmed, tahked osakesed. Oht on kõrgendatud, kui pestakse peakohast kõrgemale jäävaid sõiduki osasid (nt sõiduk on tõstukil).</p> <p>Allikas: rehvi lõhkemisel eemale paiskuvad osakesed (kivi ja pinnase osakesed).</p>	Töötajatele on üle antud kaitseprillid. Puurpingi, käia ja pressi töökohal on kaitseprillide kandmise kohustusmäärgistus.	Erinevad kehavigastused, silmade vigastused.	Juhinduda kehtestatud ohutusjuhendite nõuetest ja kanda kaitseprille kokkupuutes võimalike eemale paiskuvate osadega (teostades töid või kasutades seadmeid, mille käigus paiskub eemale osakesi, töötades auto all).	II
Külmad, kuumad pinnad	<p>Allikas: võimalik kokkupuude mootori või sõiduki teiste kuumade pindadega (nt pirnid, küünlad), vedelikega (kütus, määrdeõlid). Lisaks võib tulla ette olukordi, kus on vaja kereosade ning veermiku kinni jäänud poltide ja muude ühenduste lahtisaamiseks detaile kuumutada induktsioonvooluga, kuumaõhupuhuriga.</p> <p>Konditsioneeride täiteseadme külmaaine sattumine nahale võib põhjustada vigastusi (külmakangestust).</p>	Töötajatele on üle antud kaitsekindad.	Põletusvigastused.	Juhinduda töötamisel kehtestatud ohutusjuhendite nõuetest. Võimalusel lasta kuumadel osadel enne nende juures töötama hakkamist maha jahtuda. Vältida kokkupuudet kuumade ja külmade pindadega, kanda sobivaid kaitsekindaid. Veenduda regulaarselt kasutuses olevate kaitsekinnaste kaitsefunktsioonis ning vajadusel vahetada need uute vastu välja.	II
Ohtlikud	Allikas: erinevad kasutatavad liimid (sh	Kemikaale hoitakse	Kemikaalid võivad	Regulaarselt teha inventuuri kasutuses	III

<p>kemikaalid (ohutunnusega GHS07 (kahjulik), GHS02 (tuleohtlik), GHS05 (söövitav), GHS08 (tervisele kahjulik), GHS09 (keskkonna-ohklik); kemikaalide aurud</p>	<p>nende aurud), määrdeained, puhastusvahendid, pesu- ja hooldusvahendid, värvid. Värvide kokku segamiseks, kaalumiseks ning värvipüstolite pesemiseks on olemas eraldi värvilabor sobiva kohtäratõmbe ja ventilatsiooniga. Tase: ei ole mõõdetud. Kestus: varieeruv, sõltuvalt teostatavast tööst.</p>	<p>suletult. Toimub jäätmete kogumine (ohklikud jäätmel eraldi). Kõik keemilised ühendid olid märgistatud. Tööandja on väljastanud töötajatele vajalikud isikukaitsevahendid.</p>	<p>ärritada silmi ja nahka. Võib tekkida peapööritus, hingamisteede ärritus, mürgistus, peavalu. Sõltuvalt kemikaalid erinevad tervisekahjud.</p>	<p>olevate keemiliste ainete ja ohutuskaartide olemasolude kohta. Enne kemikaali kasutamist tuleb tutvuda selle ohutuskaardiga. Soovituslik teostada värviruumides keemiliste ainete mõõdistused, et veenduda ohutuses. Nõutud isikukaitsevahendite kandmine tulenevalt kemikaali ohutuskaardis sätestatust. Pesta käed pärast kemikaaliga kokkupuudet. Keelatud on töökojas tarbida sööke ja jooke. Kemikaale tuleb hoiustada suletud, nõuetekohaselt märgistatud anumates teistest esemetest eemal. Piserdatava kemikaali kasutamisel vältida aurude sisse hingamist, pea viimist pihustusvälja. Teostades töid, kus võib olla oht, et vedelikupritsmes (töö kemikaalidega), gaasid, aurud või aerosoolid võivad silma sattuda, tuleb kasutada alati kaitseprille või näokatet.</p>	
<p>Raskuste teisaldamine</p>	<p>Teisaldatav objekt ja mass: kasutatavad töövahendid on üldiselt kaaluga alla 10kg või ratastel teisaldatavad. Mõned keredetailid võivad olla raskemad, kuid neid saab tõsta tõstevahenditega või mitmekesi. Kehaasend: ülakeha kallutatud ette kuni 30° või pööratud, raskus toetub üldiselt vastu keha, seismine või lühemaajaline kõndimine. Riskihinne arvutusmeetodi abil, mehed: 0-10 kg: 1+4+0=5x2=10 ehk I</p>	<p>Kasutusel on võimalusel tõstmisabivahendid – käsikahveltõstukid, kärud, tõstukid. Vajadusel tõstetakse mitmekesi.</p>	<p>Füüsiline ülekoormus, seljavigastused, käte ja randmete vigastused.</p>	<p>Juhinduda raskuste teisaldamisel kehtestatud ohutusjuhendite nõuetest. Mitte tõsta üle 5kg raskuseid, kui on võimalik kasutada tõstevahendit. Mitte kiirustada raskuste teisaldamisel. Jagada raskusi, et ei tekiks füüsilist ülekoormust. Raskusi teisaldada alati kahe käega. Suure koormuse korral pidada iga 20 minuti järel minipaus.</p>	<p>I</p>
<p>Sundasendid</p>	<p>Allikas: seisev tööasend, käed kehast ees staatilises asendis (sh sõrmed, randmeliigesed ja küünarliigesed painutatud asendis (nt lihvimisel) töövahendite</p>	<p>Töötajatele on ette nähtud puhkeaeg. Töötajad saavad asendit muuta vastavalt</p>	<p>Käte ja randmete osteoartikulaarsed haigused, liigeseümbrise</p>	<p>Teostada regulaarselt puhkepause (soovituslikult iga 20 min järel 20-30 sekundit). Vältida viibimist ebaloosulikus asendis sh</p>	<p>II</p>

	<p>käsitsemisel ja hoidmisel, ülakeha ettekallutatult viibimine.</p> <p>Liigutuste kestus: varieeruv; asendid vahelduvad, seisev asend praktikumide ajal vähemalt 50% tööajast.</p>	vajadusele, teostada puhkepause.	<p>pauna haigused, õlaliigese bursiit, seljavaevused, Tietze sündroom. Vereringehäired, jalatursed, jalavalud; villid; Achilleuse kõõluse põletik; veresoonte laiendid; põia ortopeedilised muutused, sh lampjalad; põlveprobleemid; kaela ja õlgade kangus; halb rüht; suurenenud risk põlve või puusa artriidiks; lihasvalu ja –väsimus.</p>	<p>töötamist painutatud randmeliigestega, kasutada abivahendeid.</p> <p>Seistes rakendada koormust võrdselt mõlemale jalale, et ennetada ühe jala üle koormamist. Vältida pikaajaliselt seismist ühe koha peal.</p> <p>Roteerida tööülesandeid ja tööasendeid.</p> <p>Tulenevalt töökeskkonna ohuteguritest, tagada, et töötajad läbiksid tervisekontrolli.</p>	
Sundliigutused	<p>Allikas: töövahendite käsitsemisel ja tööülesannete täitmisel (sh korduvad sõrmede ja randmeliigeste painutused, õlaliigese viimine kehast eemale ja tagasi (sh kehast eemale-kõrvale üle 30°); ülakeha kallutused ette ja küljele üle 30°, ülakeha pöörded, kummardamine; käte ja randmeliigeste liigutamine keha ees. Töös kasutatakse erinevaid seadmeid ja käsitööriistu, seega korduvad samalaadsed liigutused vahelduvad. Varuosade paigaldamisel, lõikamisel, lihvimisel korduvad sõrmede, randmete, küünarliigeste painutused ning liigutused; kiired randmete pöörded, esineb surve randmetele. Lisaks tehakse teisi korduvaid</p>	<p>Töötajad saavad teha töö ajal puhkepause. Ette on nähtud puhkeaeg. Tööülesanded roteeruvad.</p>	<p>Karpaalkanali sündroom, käte ja randmete osteoartikulaarsed haigused, küünarliigese bursiit, lihaste ja kõõluste kahjustused, liigeseümbrise pauna haigused, põlvekedraesine ja põlvekedraalne bursiit, õlaliigese bursiit,</p>	<p>Teostada regulaarselt puhkepause. Puhkepauside ajal venitada koormatud kehaosi, sealhulgas randmeid. Töötada võimalikult sirge seljaga. Roteerida tööülesandeid ja tööasendeid (sh töökätt). Kasutada ohutuid töövõtteid, liigutused olgu sujuvad.</p>	I

	<p>liigutusi: ülakeha kallutused ette ja küljele, käsivarte liigutamine õlgade kõrgusele, käsivarte tõstmine õlgadest kõrgemale; käte viimine kehast eemale (ka pea kohale) ja tagasi, küünitamine, pea pöörded ja kallutused ette, kükitamine, raskuste teisaldamisel kummardamine ja sirutamine.</p> <p>Liigutuste kestus: muutuv; liigutused vahelduvad, kuid summaarselt tehakse samalaadseid liigutusi kätega alla 50% tööajast, lühiajaliselt.</p>		seljavaevused.	
--	---	--	----------------	--

LOGISTIKA VALDKOND

Ohustatud isikud/ametikohad ja tegevuse kirjeldus: logistiku ja veokorraldaja õpe. Osakonnas teostavad tööd osakonna juhataja ja kutseõpetajad. Töötajad viivad läbi tunde sh praktilist osa. Töötajate tööülesandeks on eelkõige praktiliste tundide ajal protsessi jälgimine ja juhendamine, vähesel määral võidakse ette näidata mõnda võtet või tegevust. Kokkupuude ohuteguritega madal ja üldiselt kaudne.

Kasutatavad seadmed: automatiseeritav laokapp, poolelektriline virnastaja, poolautomaatne aluste kiletusseade, akutõstuk.

Oht	Ohustatud isik (vajadusel), ohu iseloomustus	Hetkel rakendatavad ohutusmeetmed	Tervisemõju	Ennetusmeetmed/tegevused	Riskitase
Müra	<p>Allikas: inimeste vaheline kõne, kasutatavate seadmete müra, triipkoodi piiksumine.</p> <p>Tüüp: pidevalt muutuv taustamüra.</p> <p>Tase: ei ole mõõdetud, mõõtmine ei ole tulenevalt tööprotsessist vajalik.</p> <p>Kestus: alla 50% tööajast.</p>	<p>Töötajatel on võimalus teostada puhkepause, siis kui töölaad seda võimaldab.</p> <p>Töötajate poolt kaebused antud ohuteguri osas puudusid.</p>	<p>Kuulmislangus, mürastressi, väsimuse, ärevuse teke, tähelepanuvõime langus, keskendumisraskused.</p>	<p>Pidada regulaarselt puhkepause võimalikult müravaikses keskkonnas, mille müratase soovituslikult ei ületa 40 dB(A).</p>	I
Vibratsioon	<p>Allikas: vibratsioon seadmete kasutamisel näiteks käsikahveltõstukiga või virnastajaga sõites üle konaruste seadme käepidemetest võib kanduda kätele üle nõrk vibratsioon.</p> <p>Tüüp: kohtvibratsioon</p> <p>Tase ja kestus: taset ei ole mõõdetud, lühiajaline virnastaja ja käsikahveltõstuki</p>	<p>Seadmed olid töökorras.</p> <p>Töötajate poolt kaebusi ei esinenud.</p>	<p>Vibratsioonitõbi, kesknärvisüsteemi funktsionaalsed häired ja valud jalgades ning nimmepiirkonnas.</p>	<p>Vältida löökaukudest ning konarustest läbi sõitmist.</p> <p>Hooldada ning kontrollida regulaarselt seadmeid (nt rataste ja poltide kinnitused).</p> <p>Seadmete tuntavalt suurenenud vibratsiooni korral teavitada otsest juhti.</p>	I

Oht	Ohustatud isik (vajadusel), ohu iseloomustus	Hetkel rakendatavad ohutusmeetmed	Tervisemõju	Ennetusmeetmed/tegevused	Riskitase
	kasutamisel (alla 50% tööajast).				
Ohtlikud pinnad, sisselõike oht, töövahendite liikuvad ja teravad osad, kuumad- ja külmad pinnad.	Allikas: tõstukite valesti käsitsemisel enda vigastamise oht. Sõrmede vahelejäämisohu oht, erinevate teisaldatevaheliste koormate vahele, automaatladude uste vahele.	Töötajad on teadlikud ohtudest töökohal. Töötajatele on väljastatud turvajalanõud. Ettevõttes on olemas koolitatud esmaabiandja ning esmaabivahendid.	Sõrme- ja käevigastused. Torkehaavad, lõikehaavad, põletusvigastused.	Juhinduda seadmetega töötamisel kehtestatud ohutusjuhendite nõuetest. Kunagi ei tohi kätega proovida peatada seadmete pöörlevaid ja liikuvaid osi.	I
Muljumise või kinnijäämise oht	Allikas: enese ära löömine vastu lauaseri, riulit, kappi, ust ja muid esemeid, jalgade ja käte vigastamine tõstukitega töötamisel. Kinnijäämine riulite teravate otste külge, riulilt väljaulatavate (kauba) osade otsa. Allikas: muljumiseoht kui aluste kiletusseade kiletamist teostab. Riskianalüüsi teostamise ajal oli tegemata automaatlao korraline hooldus (viimane pidi olema 2019, uue hoolduse aega pole võimalik tuvastada).	Töökohtadel on piisavalt ruumi liikumiseks ja inventar on paigutatud nii, et töötajatel oleks ohutu liikuda. Töötajatele on väljastatud nõuetekohane varustus – helkurvest, kiiver, turvajalanõud. Kõik õpetajad ja õpilased tutvuvad „Laos töötamise ohutusjuhendiga“ ja „Tõstukitega töötamise juhendiga“ enne toimingute sooritamist õppelaos.	Erinevad kehavigastused (käte, jalgade vigastused), traumad, pea vigastused.	Teostada korraline automaatlao hooldus. Liikumisel olla ettevaatlik, mitte kiirustada. Mitte viibida töötava kiletusseadme lähikonnas ja mitte minna selle tööpiirkonda.	II
Kontrolli kaotamine masina üle	Allikas: kontrolli kaotamine tõstukite üle, kui seda ei kasutata nõuetekohaselt.	Töötajad on ohuteadlikud ja juhendatud.	Erinevad kehavigastused, jalgade vigastused.	Juhinduda töötamisel kehtestatud ohutusjuhendite nõuetest.	I

Oht	Ohustatud isik (vajadusel), ohu iseloomustus	Hetkel rakendatavad ohutusmeetmed	Tervisemõju	Ennetusmeetmed/tegevused	Riskitase
Raskuste käsitsi teisaldamine	<p>Teisaldatav objekt ja mass: võib esineda erinevate kaupade tõstmist ja kandmist. Üldiselt tõstetakse kas üksi või kahekesi. Kasutatakse üldiselt tõsteseadmeid. Käsitsi teisaldatavate kaupade kaal ei ületa 10kg.</p> <p>Kehaasend: kummardamine, sirutamine, keha pööramine</p> <p>Riskihinne arvutusmeetodi abil, mehed: 10kg: $1+4+0=5 \times 2=10$ ehk I</p>	Raskuste teisaldamine vastavalt võimetele. Vajadusel palutakse appi kolleeg. On olemas kärud, virnastajad ja käsikahveltõstukid asjade teisaldamiseks.	Füüsiline ülekoormus, seljavigastused, käte ja randmete vigastused.	Raskuste teisaldamisel juhinduda kehtestatud ohutusjuhendite nõuetest. Jagada raskusi. Tõsta raskusi alati kahe käega ning kui raskuse teisaldamine põhjustab koormust, paluda appi kolleeg. Mitte teisaldada raskusi üle oma võimete.	I
Sundasendid	<p>Allikas: virnastajaga ja käsikahveltõstukitega töötamisel käed kehast eemal juhtimispaneelil või käepidemel; lisaks viibitakse lühiajaliselt ülakeha ettekallutatud asendis, kükitades, kummardades (kauba käsitsi teisaldamisel).</p> <p>Kestus: asendid vahelduvad, kuid summaarselt alla 50% tööajast.</p>	Töötajad vahelduvad ja töötajatele on ette nähtud puhkepausid.	Jalaturseid, jalavalud; villid; Achilleuse kõõluse põletik; veresoonte laiendid; põia ortopeedilised muutused, põlveprobleemid; alaseljavalu, kaela ja õlgade kangus; halb rüht; piiratud verevarustus; lihavalu ja -väsimus; kõrge vererõhk; südame- ja vereringe probleemid, kaela- ja kuklavalu.	Teostada töötaja sisse arvestatud puhkepause. Puhkepauside ajal venitada koormust saavaid kehaosi. Vältida randmete liigset painutamist.	I
Sundliigutused	<p>Allikas: tõstukite kasutamisel käte painutamised ja pöörded, käte liigutamine keha ees üles-alla, jalaga pedaalile vajutused.</p> <p>Liigutuste kestus: korduvad liigutused päeva jooksul vahelduvad, alla 50% tööajast.</p>	Töötajatele on ette nähtud puhkepausid. Töötajate asendid ja liigutused tööpäeva jooksul vahelduvad.	Karpaalkanali sündroom, käte ja randmete osteoartikulaarsed haigused, küünarliigese ja õlaliigese bursiit, lihaste ja kõõluste kahjustused,	Pidada kinni ettenähtud puhkepausidest. Teha iga 30 minuti järel 30 sekundilisi mikropause. Puhkepauside ajal venitada koormatud kehaosi, sealhulgas randmeid. Töötada võimalikult sirge seljaga. Kasutada ohutuid töövõtteid, vältida järske liigutusi. Vältida ülakeha pöörete tegemist, pöörata	I

Oht	Ohustatud isik (vajadusel), ohu iseloomustus	Hetkel rakendatavad ohutusmeetmed	Tervisemõju	Ennetusmeetmed/tegevused	Riskitase
			seljavaevused, liigeseümbrise pauna haigused.	end kogu kehaga.	

ELEKTROONIKA JA AUTOMAATIKA VALDKOND

Ohustatud isikud/ametikohad ja tegevuse kirjeldus: osakonnas teostavad tööd osakonna juhataja, kutseõpetajad ja hooldustehnik. Töötajad viivad läbi tunde sh praktilist osa. Töötajate tööülesandeks on eelkõige praktiliste tundide ajal protsessi jälgimine ja juhendamine, vähesel määral võidakse ette näidata mõnda võtet või tegevust. Kokkupuude ohuteguritega madal ja üldiselt kaudne.

Kasutatavad seadmed: õppeendid, tööstusrobotid, õppeotstarbeline mobiilne robot Robotino.

Oht	Ohustatud isik (vajadusel), ohu iseloomustus	Hetkel rakendatavad ohutusmeetmed	Tervisemõju	Ennetusmeetmed/tegevused	Riskitase
Müra	Allikas: inimeste vaheline kõne, kasutatavate seadmete müra. Tüüp: pidevalt muutuv taustamüra. Tase: ei ole mõõdetud, mõõtmine ei ole tulenevalt tööprotsessist vajalik. Kestus: alla 50% tööajast.	Töötajatel on võimalus teostada puhkepause, siis kui töölaad seda võimaldab. Töötajate poolt kaebused antud ohuteguri osas puudusid.	Kuulmislangu, müra stressi, väsimuse, ärevuse teke, tähelepanuvõime langus, keskendumisraskused.	Pidada regulaarselt puhkepause võimalikult müravaikses keskkonnas, mille müratase soovituslikult ei ületa 40 dB(A).	I
Elektrilöögioht	Allikas: võib olla kokkupuude erineva elektrivooluga, nt mõnes laboris on tegemist kolmefaasilise vahelduvvooluga 400V.	Töötajad on ohuteadlikud.	Elektrilöögist tingitud vigastused, südamerütmihäired, põletusvigastused.	Pidev teadmiste kontroll. Pidada kinni kehtestatud ohutusjuhendite nõuetest. Kasutada alati korrektset maandatust ja töövahendeid, mis on isoleeritud nõuetekohaselt. Regulaarne elektriliste seadmete kontroll. Enne töö alustamist vaadata visuaalselt töökoht üle, et oleks välistatud elektrilöögioht. Kanda kõiki elektrilöögi eest kaitsvaid isikukaitsevahendeid. Pingealuseid töötoiminguid tohib sooritada	II

Oht	Ohustatud isik (vajadusel), ohu iseloomustus	Hetkel rakendatavad ohutusmeetmed	Tervisemõju	Ennetusmeetmed/tegevused	Riskitase
				alles pärast tule- ja plahvatusrisiki kõrvaldamist. Pingealuste tööde töövahendid peavad olema puhtad ja kuivad.	
Muljumise või kinnijäämise oht	Allikas: riietusesemetega seadmete ja nende liikuvate osade külge jäämine, löögioht liikuvatelt robotitelt. Allikas: käte ja sõrmede muljumine töötamisel robotitega, pneumaatiliste ühendustega, mis liiguvad.	Töötajad on ohuteadlikud.	Erinevad kehavigastused (käte, jalgade vigastused), traumad, pea vigastused.	Liikumisel olla ettevaatlik, mitte kiirustada. Mitte viibida töötava roboti lähiümbruses ja mitte minna selle tööpiirkonda. Mitte asetada käsi liikuvate osade vahele. Pneumaatiliste seadmete korral tuleb arvestada ka jääkrõhuga ehk siis seade võib veel mõne sekundi jooksul peale välja lülitamist liikuda.	II
Sundasendid	Allikas: käte hoidmine ees staatilises asendis, pea hoidmine ette kallutatud asendis. Kestus: asendid vahelduvad, kuid summaarselt alla 50% tööajast.	Tööasendid vahelduvad ja töötajatele on ette nähtud puhkepausid.	Jalaturused, jalavalud; villid; Achilleuse kõõluse põletik; veresoonte laiendid; põia ortopeedilised muutused, põlveprobleemid; alaseljavalu, kaela ja õlgade kangus; halb rüht; piiratud verevarustus; lihasvalu ja -väsimus; kõrge vererõhk; südame- ja vereringe probleemid, kaela- ja kuklavalu.	Teostada tööaja sisse arvestatud puhkepause. Puhkepauside ajal venitada koormust saavaid kehaosi. Vältida randmete liigset painutamist. Võimalusel teha tööd sellisel kõrgusel, et pead saab hoida sirgena.	I

KORISTAJAD

Ohustatud isikud/ametikohad ja tegevuse kirjeldus: koristajad, kelle tööülesanneteks on ruumide korrashoid ja koristustööde teostamine.

Kasutatavad seadmed ja töövahendid: tolmuimejad, põrandapesumasina, koristuskärud, mopid, lapid, harjad, ämbrid.

FÜÜSIKALISED OHUTEGURID

Oht	Ohustatud isik (vajadusel), ohu iseloomustus	Hetkel rakendatavad ohutusmeetmed	Tervisemõju	Ennetusmeetmed/tegevused	Riskitase
Müra	<p>Allikas: inimeste vaheline kõne, tolmuimeja müra selle kasutamisel, pörandapesumasina müra selle kasutamisel, telefonihelin.</p> <p>Tüüp: taustamüra.</p> <p>Tase: ei ole mõõdetud, kuid on muutuv, mistõttu mõõdistused ei anna objektiivset hinnangut, seega pole mõõdistamine vajalik hetkel. Tolmuimeja ja pörandapesumasina müra ei ületa üldiselt 70 dB.</p> <p>Kestus: kõrgema müra tasemega (tolmuimeja, pörandapesumasin) kokkupuude maksimaalselt kuni 1 tund päevas, alla 50% tööajast.</p> <p>Kas summutab hädasignaale: ei</p>	<p>Töötajad ei tööta pidevalt mürarikas keskkonnas.</p> <p>Töötajatel on võimalus teostada puhkepause.</p>	<p>Kuulmislangus, mürastressi, väsimuse, ärevuse teke, tähelepanuvõime langus.</p>	<p>Pidada regulaarselt puhkepause võimalikult müravaiks keskkonnas (puhkeruumis). Võimalusel roteerida tööülesandeid, et müraga kokkupuude ei oleks pidev.</p>	I
Vibratsioon	<p>Allikas: pörandapesumasina kasutamisel käepidemest kinni hoidmisel ja tolmuimeja torust kinni hoidmisel kokkupuude vibratsiooniga.</p> <p>Tüüp: kohtvibratsioon, mis levib käte kaudu.</p> <p>Kestus: alla 50% tööajast, antud seadmete kasutamine lühiajaline ja ei ole igapäevane.</p>	<p>Töö seadmetega ei ole pidev.</p>	<p>Vibratsioonitõbi, tuimad valud sõrmedes, nimmes.</p>	<p>Hooldada seadmeid regulaarselt ning märgates suurenenud vibratsiooni teavitada sellest otsest juhti.</p>	I
Muljumisoht	<p>Allikas: muljumisoht vastu mööblit, löögioht vastu ust (nt liikudes koridoris ning samal ajal avatakse mõne ruumi uks, mis avaneb liikumisteele). Pealöögi oht madalamatest kohtadest koristades (nt laua alt) ja püsti tõustes, võimalik pealöögi oht peakohal olevate riulite läheduses koristades.</p>	<p>Töötajad on teadlikud ohtudest töökohal.</p>	<p>Erinevad kehavigastused, pea vigastused.</p>	<p>Koristades olla ettevaatlik ja tähelepanelik, mitte kiirustada. Uste juures liikudes olla tähelepanelik ja vaadata alati selle poole.</p>	I
Ohtlikud pinnad, sisselõike oht, töövahendite liikuvad ja	<p>Allikas: killud, teravad prügi osad, pappkastide teravad servad, sisselõikeoht kääridega. Võimalik sisselõike oht (vastu teravaid esemeid minnes) või pindude teke, kui</p>	<p>Olemas on abivahendid (hari ja kühvel) kildude koristamiseks.</p> <p>Töötajad on</p>	<p>Erinevad kehavigastused (sh marrastused).</p>	<p>Juhinduda töötamisel kehtestatud ohutusjuhendite nõuetest. Akende, uste, sahtlite sulgemisel olge ettevaatlikud, et teie sõrmed ei jääks vahele</p>	II

Oht	Ohustatud isik (vajadusel), ohu iseloomustus	Hetkel rakendatavad ohutusmeetmed	Tervisemõju	Ennetusmeetmed/tegevused	Riskitase
teravad osad	puhastatakse puitmaterjalidest pindasid. Allikas: sõrmede vahelejäämise oht mööbli, uste, sahtlite ja akende vahele. Allikas: tolmuimeja imuri otsik on ohtlik, kui see läheb vastu keha. Töötajatel on kokkupuude niiskete pindadega, mis võivad põhjustada nahaärritusi.	ohuteadlikud. Töötajatele väljastatud töötamiseks kummist kindad.		ja ei saaks vigastada. Mitte koristada kilde paljaste kätega, kasutada harja ja kühvlit. Teravate ja puitmaterjalist pindade puhastamisel olla ettevaatlik, et ennetada käte vigastamist. Kuivatada regulaarselt käsi.	
Eemale paiskuvad osakesed	Allikas: kasutatavate kemikaalide pritsmed, vee pritsmed, mustuse pritsmed veega pesemisel.	Töötajad on ohuteadlikud.	Silmade vigastus, ärritus.	Mitte suunata pritsaineid enda suunas. Vee ära valamisel teha seda tähelepanelikult, vältida pritsmete tekkimist. Puhastusainete segamisel veega teha seda ettevaatlikult, mitte suure survega. Olla ettevaatlik tualetipottide puhastamisel ja mitte kiirustada. Vajadusel väljastada töötajale kaitseprillid.	II
Kuumad- ja külmad pinnad	Allikas: võimalik põletusohu liiga kuum vee käsitlemisel. Allikas: isikliku toidu soojendamisel oht ennast ära põletada võttes mikrolaineahjust liiga kuumad toidunõud välja.	Töötajad on ohuteadlikud.	Põletusvigastused.	Juhinduda töötamisel kehtestatud ohutusjuhendite nõuetest. Vältida kokkupuudet kuumade pindadega. Mitte kasutada liiga kuum vett. Mikrolaineahjust toidunõude välja võtmisel veenduda, et nõu pole üleliia kuum. Mitte kasutada pikka soojendusrežiimi toidu soojendamisel mikrolaineahjus.	I
Kukkuvad esemed	Allikas: kemikaalipakendid, koristustarbed riiulitelt, töövahendid ja esemed käest ja tööpinnalt, puhastatavatelt pindadelt kukkuvad seal olevad esemed.	Töötajad on ohuteadlikud.	Erinevad kehavigastused.	Ladustada tooted riiulitele alati korrektselt. Mitte ladustada esemeid üle riiulite äärte. Raskemad tooted asetada madalamale. Töövahendeid/esemeid hoida kindlalt käes, mitte haarata kätte nii palju esemeid, et need ei mahu kätte. Laudade ja muude esemete nihutamisel kontrollige enne, kas nad seisavad koos ja koristage nende pealt kõik maha kukkuda võivad esemed.	II

Oht	Ohustatud isik (vajadusel), ohu iseloomustus	Hetkel rakendatavad ohutusmeetmed	Tervisemõju	Ennetusmeetmed/tegevused	Riskitase
Ohtlikud kemikaalid (ohutunnusega GHS07 (kahjulik), GHS02 (tuleohtlik), GHS05 (söövitav), GHS08 (tervisele kahjulik), GHS09 (keskkonna- ohtlik); kemikaalide aurud	<p>Allikas: vedelseebid, hooldus-ja puhastusained, õhuvärskendajad jne.</p> <p>Tase: ei ole mõõdetud.</p> <p>Kokkupuuteaeg: päeva jooksul erinevate vahenditega, korraga ühe vahendiga kokkupuude lühiajaline, kuni mõnikümmend minutit.</p> <p>Töötajatel võib esineda individuaalseid probleeme seoses allergiaga või tundlikkusega kemikaalide suhtes.</p>	<p>Töötajale on tagatud kummikindad (nitril).</p> <p>Olemas kõikide kemikaalide ohutuskaardid.</p> <p>Kemikaale hoitakse suletult, mürgistatud anumates.</p> <p>Kasutusel on Mayeri vahendid, mida müüakse ka kaupluses.</p>	Vastavalt kemikaali ohutuskaardis väljatoodule.	<p>Enne kemikaali kasutamist on kohustuslik tutvuda kemikaali ohutuskaardiga.</p> <p>Hoida kemikaale töötajatele kättesaadavas kohas.</p> <p>Ärritava keemilise aine kasutamisel kanda kummikindaid, et ennetada kokkupuudet nahaga.</p> <p>Piserdatava kemikaali kasutamisel mitte seista pihustusväljas ega suunata seda enda suunas.</p> <p>Pärast kemikaaliga kokkupuudet pesta käed.</p>	II
Raskuste teisaldamine	<p>Teisaldatav objekt: veenõud, koristustarvikud, koristusvahendite kärud, tolmuimeja, põrandapesumasin, kemikaalide anumad, WC ja käsipaberirullid, vajadusel esemete, mööbli liigutamine.</p> <p>Kaal: raskused varieeruvad. Igapäevased raskused kuni 10kg, kergemaid raskuseid teisaldatakse rohkem.</p> <p>Kehaasend: ülakeha kallutatud ette kuni 30° või pööratud; raskus toetub vastu keha; istumine, seismine või pikem kõndimine; ülakeha kallutatud ette üle 30° või kummargil asend, raskust ei saa keha vastu toetada või seda tõstetakse õlgadest kõrgemale. Esineb kärude, tolmuimeja ja põrandapesumasina tõstmist üle lävepakkude.</p> <p>Liikumisteed võivad olla libedad.</p> <p>Riskihinne arvutusmeetodi abil (naised): 5kg: 1+4+0=5x1=5 ehk I (koormus vähene) 5-10kg: 2+4+0=6x2=4 ehk II (koormus mõõdukas)</p>	<p>Raskuste teisaldamine vastavalt võimetele.</p> <p>Tolmuimeja, põrandapesumasin, koristusvahendite kärud on ratastel ja kergesti transporditavad.</p>	Füüsiline ülekoormus, seljavigastused, käte ja randmete vigastused.	<p>Raskuste käsitsi teisaldamisel juhinduda raskuste teisaldamise ohutusjuhendist.</p> <p>Teisaldada raskusi alati kahe käega.</p> <p>Võimalusel jagada raskusi, et ei teisaldataks üle 5 kg raskuseid.</p> <p>Raskusi tõsta sirge seljaga ja rakendada jalgade jõudu.</p> <p>Võimalusel hoida raskusi alati keha lähedal.</p> <p>Liiga suure koormuse puhul puhata iga 20 minuti tagant 20 sekundit.</p> <p>Teha regulaarseid puhkepause.</p>	II

Oht	Ohustatud isik (vajadusel), ohu iseloomustus	Hetkel rakendatavad ohutusmeetmed	Tervisemõju	Ennetusmeetmed/tegevused	Riskitase
Sundasendid	<p>Allikas: seisev tööasend, mis vaheldub liikumisega (on dünaamiline). Koristustööde teostamisel viibitakse erinevates asendites nagu: kummardumine; töötamine painutatud sõrmede ja randmeliigestega lappide hoidmisel, käte hoidmine staatilises asendis kehast eest põrandapesumasina töötamisel, tolmuimeja kasutamisel.</p> <p>Kestus: varieeruv, ühes asendis viibitakse lühiajaliselt (kuni paar minutit järjest), kuid kogu tööpäeva vältel mitu korda; summaarselt alla 50% tööajast.</p>	<p>Töötaja saab asendit muuta vastavalt vajadusele, pidada puhkepause vastavalt vajadusele.</p> <p>Põrandapesumasina käepide on reguleeritav. Tolmuimeja harja pikkust on võimalik muuta.</p>	<p>Lihasevalu ehk müalgia, kaela- ja kuklavalu, seljavaevused (sh alaseljavalu), villid, südame- ja vereringehäired, veenilaiendid, jalatursed, lampjalgsus, pinged põlveõndlas, Achilleuse kõõluse põletik, põia ortopeedilised muutused, alaseljavalu, kaela ja õlgade kangus, halb rüht.</p>	<p>Teostada regulaarselt lühiajalisi puhkepause (iga 20 minuti järel paarkümmend sekundit), mil sirutatakse ka selga ning venitatakse koormatud kehaosi. Kui tunnete jalgades väsimustunnet, tehke minipaus ning istuge, et taastada jalgades vereringe. Tõstke jalad põlvedest kõrgemale.</p> <p>Roteerida tööülesandeid.</p> <p>Töötada võimalikult sirge seljaga.</p> <p>Tolmuimeja kasutamisel pikendada teleskooptoru nii palju, et tööd on võimalik teha sirge seljaga.</p> <p>Seistes rakendada võrdselt koormust mõlemale jalale.</p>	II
Sundliigutused	<p>Allikas: korduvad sõrmede painutused (asjade haaramisel, käsitsemisel), randmeliigeste painutused ning sirutused (sh sisse ja väljapoole pöörded), küünarliigese painutused üle 90°, õlaliigese liigutus kehast eemale ette ja kõrvale üle 30°; ülakeha kallutused ette ja küljele; käte viimine ja sirutamine kehast eemale (ette ja üles), sh viimine keha ees küljelt-küljele. Kiired korduvad käte liigutused pindade puhastamisel keha ees küljelt-küljele, üles-alla, ringidena (pinge randme- ja küünarliigesele).</p> <p>Liigutuste kestus: samalaadseid liigutusi ei tehta järjest üle 45 min (max 10 min järjest), summaarselt tehakse ohuteguri all kirjeldatud samalaadseid liigutusi koristuse ajal üle 50% tööajast.</p>	<p>Tööülesanded vahelduvad.</p> <p>Töötajale on tagatud puhkamisvõimalused.</p> <p>Põrandapesumasina käepide on reguleeritav. Tolmuimeja harja pikkust on võimalik muuta.</p>	<p>Karpaalkanali sündroom, käte ja randmete osteoartikulaarsed haigused, liigesehaigused, küünarliigese epikondüliit, pinged seljas, kaelas, õlgades.</p> <p>Närvikahjustused randmetes, käte lihaste kõõluste liikuvuse vähenemine, lihasvenitused.</p>	<p>Juhinduda töötamisel kehtestatud ohutusjuhendite nõuetest.</p> <p>Teostada regulaarselt puhkepause.</p> <p>Kasutada ohutuid töövõtteid, liigutused olgu sujuvad.</p> <p>Harjaga töötades ei tohi lükata harja enese ees ega harjavart vastu kõhtu toetada.</p> <p>Varre suund peab olema küljelt mööduv.</p> <p>Roteerida regulaarselt töökätt, et ennetada ühe käe ülekoormamist.</p>	III

Oht	Ohustatud isik (vajadusel), ohu iseloomustus	Hetkel rakendatavad ohutusmeetmed	Tervisemõju	Ennetusmeetmed/tegevused	Riskitase
Liikumisruum jalgadele, tööpinna kõrguse sobivus (<i>sh istuv töö ja seisev töö</i>)	Liikumisruum: tööpinna kõrgus on muutuv, sest koristatakse erineva kõrgusega pindasid.	Põrandate pesemiseks on olemas mopid.	Vale tööpinna kõrgus võib põhjustada vaevuseid selja nimmeosas, õlgades, kätes ja jalgades.	Teha regulaarseid puhkepause, kasutada ohutuid töövõtteid, järske liigutusi tegemata. Töötada võimalikult sirge seljaga.	II
Füüsilise töö raskus	Allikas: töö toimub koristamise ajal 50% püstijalu asendis. Koristajad saavad töö ajal ka vastavalt vajadusele puhata ning istuda.	Puhkepauside pidamine vastavalt vajadusele ja võimalustele.	Füüsiline ülekoormus.	Teha regulaarselt puhkepause. Vajadusel teha lisaminipause. Pauside ajal teha ülekoormatud kehaosadele taastavaid harjutusi. Kanda ravisukkasid (tugi- ja kompressioonsukkasid/sokke), tugitaldu. Seistes hoida ühte jalga teisest eespool, mitte hoida jalgu kõrvuti.	II

TEHNILINE MEESKOND

Ohustatud isikud: hooldustehnik, remonditöeline, elektrik. Tööülesanneteks on hoones väiksemate probleemidega tegelemine ja nende likvideerimine, väiksemad parandus- ja viimistlustööd.

Tegevuse kirjeldus: seadmete remont ja hooldus, elektritööde teostamine. Tööd tehakse mitmel tasandil, ka lae all, võib esineda ka lühiajalist töötamist väliskeskkonnas.

Kasutatavad seadmed: töötavad väga erinevate mehaaniliste, suruõhu ja elektriliste käsitööriistadega ning lihtsamate tööpinkidega (elektrikäiad, puurpingid, ketaslõikurid, redel jne). Tulenevalt spetsiifilistest tööülesannetest on kasutatavate tööriistade nomenklatuur muutuv.

Oht	Ohustatud isik (vajadusel), ohu iseloomustus	Hetkel rakendatavad ohutusmeetmed	Tervisemõju	Ennetusmeetmed/tegevused	Riskitase
Müra	Allikas: elektrilised seadmed, mida tööks kasutatakse. Tüüp: korrapäratu taustamüra, mis on muutuv. Tase: müra tase sõltub tööruumist, kus töötajad peavad tööülesandeid täitma. Tööks kasutatavad seadmed põhjustavad erinevat müra, mõõdetud ei ole. Kestus: muutuv, hinnanguliselt alla 50% tööajast. Kas summutab hädasignaali: ei	Töötajatele on ette nähtud puhkepausid. Töötajatele on väljastatud kuulmiskaitsevahendid.	Kuulmislangu, müra stressi, väsimuse, ärevuse teke, tähelepanuvõime langus, keskendumisraskused.	Pidada regulaarselt puhkepause võimalikult müravaikses keskkonnas (töökeskkonnast eemal sööklas), mille müratase soovituslikult ei ületa 40 dB(A). Töötades seadmetega, mille müratase on üle 85 dB (A), kohustuslik kanda kuulmiskaitsevahendeid.	I

Oht	Ohustatud isik (vajadusel), ohu iseloomustus	Hetkel rakendatavad ohutusmeetmed	Tervisemõju	Ennetusmeetmed/tegevused	Riskitase
Vibratsioon	<p>Allikas: elektrilised käsitööriistad, seadmed.</p> <p>Tüüp: kohtvibratsioon.</p> <p>Tase ja kestus: ei ole mõõdetud, vibratsiooni põhjustavaid seadmeid kasutatakse alla 50% tööajast.</p>	Töötajatele on ette nähtud puhkepausid, väljastatud turvajalanõud.	Vibratsioonitõbi, funktsioonihäired kätes, käte ja randmete osteoartikulaarsed haigused (kohtvibratsioon), vereringehäired.	Pidada puhkepause regulaarselt (seadmetega töötamisel iga 20 min järel u 30 sekundit või kui kätes on tunda surinat, peatada töö ja puhata). Hooldada seadmeid regulaarselt.	I
Valgustus ja nägemist mõjutavad tegurid	<p>Tööpinna valgustatuse tase ja heleduse jaotus: sõltub ruumist, kus töid teostatakse. Tööruumid on valgustatud, kuid valgustatuse tase on muutuv. Väliskeskkonnas sõltub ilmastikust ning tehtava töö kellaajast. Töötatakse nii hämaras kui otsese päikesevalguse käes. Pimedas töötamist ei esine.</p> <p>Valgusräigus: vajadusest liikuda välisterritooriumile ja erinevate tööruumide vahel, võib esineda valgusräigus (päikesevalguse korral, pimedale alale liikudes).</p> <p>Peegelduvad pinnad: klaaspinnad, talvel lumi ja jää.</p>	Töötajatele on tagatud vajadusel lisavalgusallikad. Välisterritoorium on valgustatud.	Silmalihaste väsimine ja ülekoormus st. Silmapinge. Peavalu. Nägemisteravuse langus.	Enne töö alustamist veenduda, et tagatud on töö teostamiseks ohutu valgustus, vajadusel kasutada lisavalgusteid. Pauside ajal teha silmadele taastavaid harjutusi.	II
Elektrilöögioht	<p>Allikas: kahjustatud juhtmed (pingestatud), rikkis elektrilised seadmed (sh seadmete korpused, lülitusnupud, kuni 1000 V).</p> <p>Allikas: rikkeolukorras võib tekkida elektrikaar, mille energia võib põhjustab lööklaine, mille tagajärjeks on vigastused.</p>	Töötajad on ohuteadlikud. Ettevõttes on olemas spetsiaalselt koolitatud ja pädev töötaja elektritööde teostamiseks. Töötajatele on väljastatud tööks kõik vajalikud isikukaitsevahendid, mis kaitsevad neid	Elektrilöögist tingitud vigastused, südamerütmihäired, põletusvigastused.	Pidev teadmiste kontroll. Pidada kinni kehtestatud ohutusjuhendite nõuetest. Regulaarne elektriliste seadmete kontroll. Enne töö alustamist vaadata visuaalselt töökoht üle, et oleks välistatud elektrilöögioht. Kanda kõiki elektrilöögi eest kaitsvaid isikukaitsevahendeid. Pingealuseid töötoiminguid tohib sooritada alles pärast tule- ja plahvatusrisi kõrvaldamist.	III

Oht	Ohustatud isik (vajadusel), ohu iseloomustus	Hetkel rakendatavad ohutusmeetmed	Tervisemõju	Ennetusmeetmed/tegevused	Riskitase
		elektriohu eest.		Pingealuste tööde töövahendid peavad olema puhtad ja kuivad.	
Eemale paiskuvad osakesed	<p>Allikas: löikamisel, puurimisel, käiamisel eralduvad väikesed tahked metalliosakesed, mis võivad silma sattuda. Keevituse teostamise töökohtadel viibides keevitussädemete pritsmete tekkimine. Vedelike (sh kemikaalide) pritsmed.</p> <p>Elektrikäial puuduvad kaitseklaasid. Puurpingil puudu kaitseprillide kandmise kohustusmärk.</p>	Töötajatele on väljastatud kaitseprillid, kaitsekindad.	Silmade kahjustus.	<p>Paigaldada elektrikäiale kaitseklaasid.</p> <p>Paigaldada puurpingile kaitseprillide kandmise kohustusmärk.</p> <p>Tehes töid, mille käigus eralduv osakesi, tuleb kanda kaitseprille, mis on tihedalt liibuvad ka külgedelt.</p> <p>Kasutada käiaga töötades kaitsevisiire.</p>	III
Kukkumisoht kõrgustest	<p>Allikas: kukumine redelilt, kui seda ei kasutata nõuetekohaselt. Tööd tehakse kõrgemal kui 2m pörandapinnast.</p> <p>Hetkel ei toimu regulaarselt redelite kontrollimist ja selle dokumenteerimist.</p>	Töötajatele on tagatud kõrgustes töötamiseks kiivrid.	Erinevad kehavigastused, surm.	<p>Juhinduda redelil töötamisel kehtestatud ohutusjuhendite nõuetest.</p> <p>Kasutada tööks sobiva kõrgusega redelit (et töötamisel ei tuleks küünitada).</p> <p>Lua redelite kontrollimise süsteem.</p> <p>Kui töötatakse redelil, mille peal viibitakse tasapinnast kõrgemal kui 2m, siis tuleb redelit 1 kord kuus kontrollida ja see dokumenteerida.</p> <p>Teostada redelite regulaarset kontrolli.</p>	III
Külmad, kuumad pinnad	Allikas: seadmete liikuvad ja pöörlevad osad, seadmete kuumad mootorid, generaatorid.	Töötajatele on väljastatud kaitsekindad.	Põletusvigastused.	Vältida kokkupuudet kuumade ja külmade pindadega, kanda kaitsekindaid.	II
Sisselõikeoht, ohtlikud avad, teravad ääred	Allikas: teravad seadmete lõikeinstrumentide osad, sõrmede vahelejäamine seadmete osade vahele, esemete ümber teiseldamisel võib jääda sõrm/varvas teiseldatava eseme alla. Võimalik sisselõike oht (vastu teravaid esemeid minnes), teravad metalliosakesed (tootmisjäätgid). Seadmete pöörlevad osad (trellid, käi, ketaslõikur jms).	Töötajatele on väljastatud kaitsekindad, torkekindlad turvajalanõud.	Põletusvigastused, trauma, pinnud, torke- ja lõikehaavad.	<p>Keelatud on käsi ja sõrmi viia seadme töötamise ajal liikuvate ja pöörlevate osade lähedusse, peatada liikuvaid osi kätega.</p> <p>Juhinduda kehtestatud ohutusjuhendite nõuetest.</p> <p>Olla lõiketera vahetamisel ettevaatlik.</p> <p>Kasutada seadmetel kaitseseadiseid (milledel on need ette nähtud).</p>	II

Oht	Ohustatud isik (vajadusel), ohu iseloomustus	Hetkel rakendatavad ohutusmeetmed	Tervisemõju	Ennetusmeetmed/tegevused	Riskitase
Raskuste käsitsi teisaldamine	<p>Teisaldatavad raskused ja mass: tööriistad, mis kaaluvad kuni 10 kg. Raskuste teisaldamine on muutuv, sõltub tööprotsessist.</p> <p>Kehaasend: kummardamine, sirutamine, keha pööramine</p> <p>Riskihinne arvutusmeetodi abil (mehed): Teisaldatakse erineva raskusega materjale, mistõttu raskuste teisaldamise hinnangu andmine on subjektiivne. Tööd teevad üle 40.a vanused meesterahvad. Raskuste teisaldamine ei ole töövahetuse jooksul pidev.</p> <p>10kg: 1+4+0=5x2=10 ehk II</p> <p>10-20kg: 2+4+0=6x1=6 ehk I</p>	Raskuste teisaldamine vastavalt võimetele. Olemas on tõstevahendid (käsikahveltõstuk) suuremate raskuste teisaldamiseks. Vajadusel palutakse appi kolleegid.	Füüsiline ülekoormus, seljavigastused, käte ja randmete vigastused.	Juhinduda raskuste teisaldamisel kehtestatud ohutusjuhendite nõuetest. Mitte kiirustada raskuste teisaldamisel. Mitte hinnata oma võimeid üle, paluda vajadusel kaastöötaja appi, kasutada tõstevahendeid. Jagada raskusi. Tõsta korraga alati vähem, et ennetada ülekoormuse teket.	II
Sundasendid	<p>Allikas: töötajatel tuleb viibida erinevates asendites (nt käed ülestõstetud asendis, sh õlgadest kõrgemal (õlg, õlavars küljele tõstetud üle 30°; õlg, õlavars ette tõstetud üle 60°), sõrmed ja randmed painutatud asendis, ülakeha ette või taha kallutatud asendis sh küljele üle 15°, kummardades, põlvili, pea ette või kuklasse kallutatult), töötamine lokaalse pingega. Tööd tehakse peamiselt seistes, tööasendid vahelduvad. Esineb sundasendeid, mille kestus ja asend sõltuvad teostatavast tööst.</p> <p>Sõltuvalt tööülesandest tuleb viibida ka ebaloomulikus asendis (nt toetumine ühele jalale, redelil seismine, põlvitades).</p> <p>Kestus: ohutegurite alas viibivates asendites viibimine on pidevalt muutuv, sõltub tööprotsessist ja ei saa objektiivset hinnangut anda, kuid summaarselt kuni 50% tööajast.</p>	Töötajatele on ette nähtud puhkepausid. Tööasendid vahelduvad.	Lihasevalu ehk müalgia, kaela, õlavöötme, käte lihaste ja nendevaheliste fastsiate valud, kaela- ja kuklavalu, karpaalkanali sündroom, käte ja randmete osteoartikulaarsed haigused, seljavaevused (sh alaseljavalu), vereringehäired, pinged põlveõndlas, veenilaiendid, lampjalgsus, jalatursed.	Pidada kinni ettenähtud puhkepausidest, mil tehakse taastavaid harjutusi koormatud kehaosadele. Roteerida regulaarselt tööülesandeid, et ennetada füüsilise ülekoormuse teket. Vältida seismist pikaajaliselt ühe koha peal. Seistes hoida ühte jalga teisest eespool, mitte hoida jalgu kõrvuti. Perioodiliselt kanda keharaskust üle ühelt jalalt teisele. Põlvitades töötades kanda põlvede all pehmeid matte. Juhinduda kehtestatud ohutusjuhendite nõuetest. Suure koormuse (nt pikalt ühes sundasendis viibimisel) teha iga 20 minuti järel minipaus (1-2 minutit).	II

Oht	Ohustatud isik (vajadusel), ohu iseloomustus	Hetkel rakendatavad ohutusmeetmed	Tervisemõju	Ennetusmeetmed/tegevused	Riskitase
Sundliigutused	<p>Allikas: korduvad sõrmede, randmete ja küünarliigete painutused ja pöörded, õlaliigese liigutamine keha küljele (sh õlgadest kõrgemale), käte liigutused küljelt küljele ja sirutused keha ees, kummardamine, küünarvarre tugevad pöörded, sirutamine, küünitamise; käte viimine põlvedest madalamale; ülakeha kallutused ja pöörded, pea kallutused ette ja kuklasse. Laadurtõstuki juhtimisel käe liigutused keha ees, pedaalile vajutus, peapöörded.</p> <p>Liigutuste kestus: muutuv, kuid samalaadseid liigutusi tehakse summaarselt kokku kuni 50% tööajast (iga liigutuse kordade arvu ei saanud määratleda, sest tööliigutused muutuvad tulenevalt tööprotsessist).</p>	Töötajatele on ette nähtud tööaja hulka arvestatud puhkepausid (2x10 min).	Karpaalkanali sündroom, käte ja randmete osteoartikulaarsed haigused, liigesehaigused, küünarliigese bursiit, lihaste ja kõõluste kahjustused, põlvekedraesine ja põlvekedraalne bursiit, õlaliigese bursiit, ülekoormushaigus.	Juhinduda töötamisel kehtestatud ohutusjuhendite nõuetest. Oluline järgida õigeid ja ohutuid töövõtteid. Vältida liigseid sirutusi ja kehapöördeid. Liigutused olgu sujuvad. Teostada regulaarselt puhkepause. Hoida käed kehale võimalikult lähedal. Puhkepauside ajal venitada koormatud kehaosi, sealhulgas randmeid.	II
Liikumisruum jalgadele, tööpinna kõrguse sobivus (sh istuv töö ja seisev töö)	<p>Liikumisruum: muutuv. Redelil töötades ei ole jalgadel vaba liikumisruum.</p> <p>Tööpinna kõrguse sobivus: tööpinna kõrgus on muutuv, sest täidetakse erinevaid tööülesandeid.</p>	Töötajatele on ette nähtud puhkepausid.	Vale tööpinna kõrgus võib põhjustada vaevuseid õlgades, kättes ja jalgades.	Regulaarsete puhkepauside pidamine. Kasutada tõstevahendeid, alusplatvorme sobiva töökõrguse tagamiseks, et ennetada liigseid sirutusi ja küünitamist.	II
Metallitolm	<p>Allikas: metallitolm tekib ketasliikuri kasutamisel, metallist esemete lihvimisel ja puurimisel.</p> <p>Kestus: muutuv, üldiselt alla 50% tööajast.</p>	Töötajatele on tagatud hingamisteede kaitsevahendid (tolmumaskid).	Allergia, hingamisteede ärritused, kopsu kahjustused, köhimistunne.	Kanda metallitolmu tekkimisel tööks sobivat hingamisteede kaitsevahendit.	II

MAJAHOIDJA

Ohustatud isikud/ametikohad ja tegevuse kirjeldus: majahoidja, kelle tööülesanneteks on maja ümbruse hooldamine muru niitmine, liivatamine, lehtede koristus jne.
Kasutatavad seadmed ja töövahendid: murutraktor, muruniiduk, lume-ja lehpuhur, ämbrid, labidad, reha jm mehaanilised tööriistad.

Oht	Ohustatud isik (vajadusel), ohu iseloomustus	Hetkel rakendatavad ohutusmeetmed	Tervisemõju	Ennetusmeetmed/tegevused	Riskitase
Müra	<p>Allikas: inimestevaheline kõne, telefonihelin, õues tööülesannete täitmisel liiklusrüü, muruniiduki ja lehepuhuri müra nende töötamise ajal.</p> <p>Tüüp: taustamüra.</p> <p>Tase: ei ole mõõdetud, kuid on muutuv, mistõttu mõõdistused ei anna objektiivset hinnangut, seega pole mõõdistamine vajalik hetkel.</p> <p>Kestus: kõrgema müra tasemega (muru niitmine, lume-ja lehepuhuriga töötamine) kokkupuude maksimaalselt kuni 1h neljatunnise vahetuse jooksul, alla 50% tööajast, pole igapäevane ja hooajaline.</p> <p>Kas summutab hädasignaali: ei</p>	Töötaja ei tööta pidevalt mürarikas keskkonnas. Töötajale on väljastatud kuulmiskaitsevahendid.	Kuulmislangus, mürastressi, väsimuse, ärevuse teke, tähelepanuvõime langus.	Pidada regulaarselt puhkepause võimalikult müravaikes keskkonnas. Kanda muruniiduki ja lehepuhuriga töötamisel kuulmiskaitsevahendeid.	II
Vibratsioon	<p>Allikas: kokkupuude muruniiduki, murutraktoriga ja lume-ja lehepuhuriga töötamisel.</p> <p>Tüüp: kohtvibratsioon, mis levib käte kaudu.</p> <p>Kestus: alla 50% tööajast, antud seadmete kasutamine lühiajaline ja ei ole igapäevane.</p>	Töö seadmetega ei ole pidev.	Vibratsioonitõbi, tuimad valud sõrmedes, nimmes.	Hooldada seadmeid regulaarselt ning märgates seadme suurenenud vibratsiooni teavitada sellest otsest juhti. Kui tekivad tervisekaebused, siis tuleb rakendada meetmeid.	I
Õhutemperatuur	<p>Allikas: töötamine väliskeskkonnas. Väliskeskkonnas viibimine 4h vahetuse jooksul kuni 2h. Väljas kokkupuude erinevate ilmastikutingimustega (lumi, vihm, tuul, päike).</p>	Töötajad on varustatud soojade riietega töötamiseks väljas ka talvisel ajal.	Külmetushaigused. Kõrge õhutemperatuur põhjustab ainevahetushäireid, kuumarabandust, väsimust.	Riietuda vastavalt temperatuurile ja kanda vajadusel kihelist riietust. Pikaajalisel viibimisel päikese käes, katta pea ja õlad, et vältida päikesekiirgusest tekitatud põletusi. Enne välja minemist lasta kehal maha jahtuda (kui on tehtud füüsilist tööd), et ennetada külmetushaiguste teket.	II
Tuleoht	<p>Allikas: lahtist tuld ei kasutata, kuid tulekahju võib tekkida elektriseadmete rikke korral, kemikaalide ebakorrapärasel või valel hoiustamisel/kasutamisel (bensiin).</p>	Töökeskkonnas on tagatud tulekustutusvahendid. Kemikaale hoiustatakse	Põletusvigastused.	Tuleohutusnõuete reeglite järgimine. Kemikaalide õige hoiustamine ja kasutamine. Kemikaale ei tohi hoida otsese päikesevalguse käes.	I

Oht	Ohustatud isik (vajadusel), ohu iseloomustus	Hetkel rakendatavad ohutusmeetmed	Tervisemõju	Ennetusmeetmed/tegevused	Riskitase
		kinnistes ja tervetes pakendites.		Tulekustutusvahendite regulaarne kontroll. Tuleohutuskoolituste regulaarne läbimine.	
Ohtlikud pinnad, sisselõike oht, töövahendite liikuvad ja teravad osad	Allikas: lume-ja lehepuhuri otsik on ohtlik, kui see läheb vastu keha, muruniiduki ja traktori lõiketerad.	Töötaja on ohuteadlik. Töötajale väljastatud töötamiseks kaitsekindad.	Erinevad kehavigastused (sh marrastused).	Juhinduda töötamisel kehtestatud ohutusjuhendite nõuetest. Mitte suunata lehepuhuri otsikut enda poole selle töötamise ajal. Muruniiduki lõiketerade vahetamisel kanda kaitsekindaid, veenduda, et muruniiduk on välja lülitatud ja ei hakka iseeneslikult tööle.	II
Eemale paiskuvad osakesed	Allikas: kasutatavate kemikaalide pritsmed (benssiini valamisel muruniidukisse jne), lehtede puhumisel eemale paiskuvad lehed ja mustus, muruniidukiga/traktoriga töötamisel eemale paiskuv muru ja kivid vms.	Töötaja on ohuteadlik.	Silmade vigastus, ärritus.	Benssiini lisamisel seadmetesse teha seda tähelepanelikult, vältida pritsmete tekkimist. Kanda muruniidukiga, murutraktoriga, lume- ja lehepuhuriga töötamisel kaitsevisiiri, millele sobituvad peale ka kõrvaklapid.	II
Kuumad- ja külmad pinnad	Allikas: talvel võimalik kokkupuude lumega (külm) selle rookimise ajal. Allikas: seadmete osad võivad kuumaks minna töötamise järgselt.	Töötaja on ohuteadlik.	Põletusvigastused.	Juhinduda töötamisel kehtestatud ohutusjuhendite nõuetest. Vältida kokkupuudet kuumade ja külmade pindadega, vajadusel kasutada sobivaid kaitsekindaid.	I
Ohtlikud kemikaalid (ohutunnusega GHS07 (kahjulik), GHS02 (tuleohtlik), GHS05 (söövitav), GHS08 (tervisele kahjulik), GHS09 (keskkonna-ohtlik); kemikaalide aurud	Allikas: benssiin, mis võib olla ärritava, uinutava toimega. Samuti on tuleohtlik. Tase: ei ole mõõdetud. Kokkupuuteaeg: lühiajaline ja ei ole igapäevane, benssiini lisamine seadmesse on paari minutiline protsess. Töötajatel võib esineda individuaalseid probleeme seoses allergiaga või tundlikkusega kemikaalide suhtes.	Töötajale on tagatud kindad. Olemas benssiini ohutuskaart. Kemikaale hoitakse suletult, märgistatud anumates.	Vastavalt kemikaali ohutuskaardis väljatoodule.	Enne kemikaali kasutamist on kohustuslik tutvuda kemikaali ohutuskaardiga. Benssiini lisada hea ventilatsiooniga ruumis või väliskeskkonnas, kus aurud ei kogune. Ärritava keemilise aine kasutamisel kanda kummikindaid, et ennetada kokkupuudet nahaga. Piserdatava kemikaali kasutamisel mitte seista pihustusväljas ega suunata seda enda suunas. Pärast kemikaaliga kokkupuudet pesta käed.	I
Tolm	Allikas: kokkupuude väljas lenduva	Töötajale väljastatud	Hingamisteede ja	Vajadusel väliskeskkonnas tuulise ilma puhul	I

Oht	Ohustatud isik (vajadusel), ohu iseloomustus	Hetkel rakendatavad ohutusmeetmed	Tervisemõju	Ennetusmeetmed/tegevused	Riskitase
	tolmuseguga. Tase: ei ole mõõdetud Kestus: tööpäeva vältel	tolmumaskid.	silmade ärritus, allergiline nohu.	kasutada tolumumaski.	
Raskuste teiseldamine	Teisaldatav objekt: liivakotid ja ämbrid, seadmed (niiduk, lehepuhur), töövahendid (labidajad jm), lume rookimisel lume jõulised tõstmised labidaga. Kaal: raskused varieeruvad, üldiselt kuni 10kg, liivaämber kuni 5kg, kotid kuni 10kg. Igapäevased raskused kuni 10kg, kergemaid raskuseid teisaldatakse rohkem Kehaasend: ülakeha kallutatud ette kuni 30° või pööratud; raskus toetub vastu keha; istumine, seismine või pikem kõndimine; ülakeha kallutatud ette üle 30° või kummargil asend, raskust ei saa keha vastu toetada või seda tõstetakse õlgadest kõrgemale. Esineb seadmete ja töövahendite tõstmist üle lävepakude. Liikumisteed võivad olla libedad. Riskihinne arvutusmeetodi abil (mehed): 10kg: 1+4+1=6x2=12 ehk II (möödukas koormus)	Raskuste teiseldamine vastavalt võimetele.	Füüsiline ülekoormus, seljavigastused, käte ja randmete vigastused.	Raskuste käsitsi teiseldamisel juhendada raskuste teiseldamise ohutusjuhendist. Teiseldada raskusi alati kahe käega. Võimalusel jagada raskusi, et ei teisaldataks üle 5 kg raskuseid. Raskusi tõsta sirge seljaga ja rakendada jalgade jõudu. Võimalusel hoida raskusi alati keha lähedal. Liiga suure koormuse puhul puhata iga 20 minuti tagant 20 sekundit. Teha regulaarseid puhkepause.	II
Sundasendid	Allikas: seisev tööasend, mis vaheldub liikumisega (on dünaamiline). Töö teostamisel viibitakse erinevates asendites nagu: kummardamine; töötamine painutatud sõrmede ja randmeliigestega, käed staatilises asendis keha ees, pea ette kallutatud jne. Kestus: varieeruv, ühes asendis viibitakse lühiajaliselt (kuni paar minutit järjest), kuid kogu tööpäeva vältel mitu korda; summaarselt kuni 50% tööajast.	Töötaja saab asendit muuta vastavalt vajadusele, pidada puhkepause vastavalt vajadusele.	Lihasevalu ehk müalgia, kaela- ja kuklavalu, seljavaevused (sh alaseljavalu), villid, südame- ja vereringehäired, veenilaiendid, jalatursed, lampjalgsus, pinged põlveõndlas,	Teostada regulaarselt lühiajalisi puhkepause, mil sirutatakse ka selga ning venitatakse koormatud kehaosi. Kui tunnete jalgades väsimustunnet, tehke minipaus ning istuge, et taastada jalgades vereringe. Tõstke jalad põlvedest kõrgemale. Roteerida tööülesandeid. Töötada võimalikult sirge seljaga. Seistes rakendada võrdselt koormust mõlemale jalale.	II

Oht	Ohustatud isik (vajadusel), ohu iseloomustus	Hetkel rakendatavad ohutusmeetmed	Tervisemõju	Ennetusmeetmed/tegevused	Riskitase
			Achilleuse kõõluse põletik, põia ortopeedilised muutused, alaselja- valu, kaela ja õlgade kangus, halb rüht.		
Sundliigutused	<p>Allikas: korduvad sõrmede painutused (asjade haaramisel, käsitlemisel), randmeliigete painutused ning sirutused (sh sisse ja väljapoole pöörded), küünarliigese painutused üle 90°, õlaliigese liigutus kehast eemale ette ja kõrvale üle 30°); ülakeha kallutused ette ja küljele; käte viimine ja sirutamine kehast eemale (ette ja üles), sh viimine keha ees küljelt-küljele.</p> <p>Nt: keha pöörded, käte liigutamine rehitsemisel ja lume lükkamisel, riisumisel, luuaga pühkimisel regulaarselt kehast eemale ja tagasi või küljelt küljele. Pidevalt sõrmede kokku surumine.</p> <p>Liigutuste kestus: samalaadseid liigutusi ei tehta järjest üle 45 min, summaarselt tehakse ohuteguri all kirjeldatud samalaadseid liigutusi koristuse ajal umbes 50% tööajast 4h vahetuse jooksul.</p>	Tööülesanded vahelduvad.	Karpaalkanali sündroom, käte ja randmete osteoartikulaarsed haigused, liigesehaigused, küünarliigese epikondüliit, pinged seljas, kaelas, õlgades. Närvikahjustused randmetes, käte lihaste kõõluste liikuvuse vähenemine, lihaskrambid.	Juhinduda töötamisel kehtestatud ohutusjuhendite nõuetest. Teostada regulaarselt puhkepause. Kasutada ohutuid töövõtteid, liigutused olgu sujuvad. Harjaga töötades ei tohi lükata harja enese ees ega harjavart vastu kõhtu toetada. Varre suund peab olema küljelt mööduv. Roteerida regulaarselt töökätt, et ennetada ühe käe ülekoormamist.	II
Liikumisruum jalgadele, tööpinna kõrguse sobivus (sh istuv töö ja seisev töö)	Liikumisruum: tööpinna kõrgus on muutuv, sest hooldatakse erineva kõrgusega pindasid.	Töötajal võimalus teostada puhkepause.	Vale tööpinna kõrgus võib põhjustada vaevuseid selja nimmeosas, õlgades, kätes ja jalgades.	Teha regulaarseid puhkepause, kasutada ohutuid töövõtteid, järske liigutusi tegemata. Töötada võimalikult sirge seljaga.	I
Füüsilise töö raskus	Allikas: töö toimub vähemalt 50% püstijalu asendis. Tööpinnaks väliskeskkonnas olev maapind (kivid, betoon, asfalt, muru jne).	Puhkepauside pidamine vastavalt vajadusele ja võimalustele.	Füüsiline ülekoormus.	Intensiivse töö korral (füüsiline pingutamine järjest üle 20 minuti) teha paariminutilise puhkehetk. Vajadusel teha ülekoormatud kehaosadele	II

Oht	Ohustatud isik (vajadusel), ohu iseloomustus	Hetkel rakendatavad ohutusmeetmed	Tervisemõju	Ennetusmeetmed/tegevused	Riskitase
				taastavaid harjutusi. Kanda ravisukkasid (tugi- ja kompressioonsukkasid/sokke), tugitaldu. Seistes hoida ühte jalga teisest eespool, mitte hoida jalgu kõrvuti.	

KOKKUVÕTE

Üldine kokkuvõte: ettevõtte töökeskkond on kaasaegne ja töötajasõbralik. Tööd tehakse erinevates ruumides, kus töötajad on eksponeeritud erinevatele ohuteguritele. Klassid vastavad üldiselt õigusaktides kehtestatud nõuetele. Tööruumides on mehaaniline sundventilatsioon. Töötajatele on osaliselt tagatud vahendid töökoha ergonomiliseks kujundamiseks. Puuduste ja ettepanekute korral on töötajatel võimalik pöörduda tööandja poole. Töötajad käivad regulaarselt töötervishoiu arsti juures tervisekontrollis. Tagada, et kõik töökohad on alati ühtlaselt valgustatud ning töötajad oleksid juhendatud, kuidas ohutult ja tervislikult töötada. Töötajatel on võimalus teostada tööpäeva jooksul puhkepause neile sobival ajal, kui töölaad seda võimaldab. Puhkepauside ajal tuleb töötajatel (võimaluse piires) teha venitusarjutusi. Vajadusel võtta kasutusele abivahendid. Töökeskkonna ja -koha kujundamisel lähtuda riskianalüüsis väljatoodud soovistest ning terviseprobleemide tekke ennetamiseks kujundada oma töökohad ergonomiliselt. Tööandjal tuleb järjepidevalt keskenduda füsioloogilistele ohuteguritele, sest nende mõju tervisele on väga individuaalne, st sõltub eelkõige töötajast. Seega on ennetustegevuse aluseks koostöö töötajaga ja töötervishoiuarstiga. Töötajad käivad regulaarselt töötervishoiu arsti juures.

Soovitused töökeskkonna parendamiseks on välja toodud riskianalüüsi tabeli osas „ennetusmeetmed/tegevused“. Riskianalüüsis esinevate puuduste ja ettepanekute korral on töötajatel võimalik pöörduda tööandja poole.

Tervisekontrolli vajadus (vastavalt määrusele Tervisekontrolli kord): tulenevalt töökeskkonna ohuteguritest, tagada, et tervisekontrolli läbiksid:

- Juhtkond, üldainete õpetajad, IT-osakonna kutseõpetajad, õpilaskodu adiministraatorid– kuvariga töötamine üle 50% tööajast, sundasendid, sundliigutused, psühhosotsiaalsed ohutegurid, silmade pinged.
- Kutseõpetajad – kokkupuude müra tekitavate seadmetega, metallitöötlemise valdkonnas lisaks kutseõpetajatel kokkupuude keevituskiirguse ja keevitusgaasidega, transporditehnika valdkonna kutseõpetajatel lisaks kokkupuude ohtlike kemikaalidega, sundasendid ja liigutused kuvariga töötamisel, silmade pinged, psühhosotsiaalsed ohutegurid.
- Koristajad – kokkupuude kemikaalidega, sundasendid, sundliigutused, psühhosotsiaalsed ohutegurid.
- Majahoidja – kokkupuude müraga, raskuste käsitsi teisaldamine, sundliigutused, seisev asend, psühhosotsiaalsed ohutegurid.
- Tehniline meeskond – müra, vibratsioon, elektrilöögioht, raskuste käsitsi teisaldamine, sundliigutused, psühhosotsiaalsed ohutegurid.

Tuvastatud puudus või nõuetele mittevastavus	Ettepanekud, soovitused
Olemasolevad esmaabivahendid pole korrektselt märgistatud.	Märgistada esmaabivahendid nõuetekohaselt – roheline rist valgel taustal, panna juurde info esmaabiandjate kohta, nähtavale kohale esmaabiandmise juhiseid ja hädaabinumber 112.
Ettevõtte ruumid asuvad kõrge radoonisisaldusega maa-alal.	Tööandjad, kelle tööruumid asuvad kõrgendatud radooniriskiga maa-alal ja paiknevad maa all, hoone maa-alusel korrusel, hoone korrusel, mille välissein omab kokkupuudet pinnasega või hoone esimesel korrusel, kui maa-alune korrus puudub, on kohustatud korraldama radooni õhusisalduse mõõdistused hiljemalt 01.07.2023.
Kõikidel kuvariga töökohtadel ei ole võimalik kuvarit reguleerida sobivale kõrgusele.	Tagada kõikidele töökohtadele kõrguses reguleeritavad kuvarid.
Töötajate hinnangul on mõni tool amortiseerunud ja ei ole enam reguleeritav ning ei toeta alaselga piisavalt.	Tagada, et kõik toolid oleksid töökorras ja reguleeritavad. Tagada, et toolidel on piisav alaseljatoetus või võtta kasutusele lisatoetused.
Polnud võimalik tuvastada, kas värviruumis kasutatavatel kemikaalidel on olemas ohutuskaardid.	Regulaarselt teha inventuuri kasutuses olevate keemiliste ainete ja ohutuskaartide olemasolude kohta.
Värviruumis ja värvisegamise ruumis oli väga tugev kemikaali lõhn.	Soovituslik teostada värviruumides keemiliste ainete mõõdistused, et veenduda ohutuses.
Logistika valdkonna automaatladu ei ole läbinud korrapärast hooldust.	Teostada korraline automaatlao hooldus.
Töökojas puudusid elektrikäial kaitseklaasid.	Paigaldada elektrikäiale kaitseklaasid.
Töökojas puudus puurpingil kaitseprillide kandmise kohustusmärk.	Paigaldada puurpingile kaitseprillide kandmise kohustusmärk.
Tehnilise meeskonna poolt kasutatavad redelid ei ole regulaarselt kontrollitud.	Luu redelite kontrollimise süsteem. Kui töötatakse redelil, mille peal viibitakse tasapinnast kõrgemal kui 2m, siis tuleb redelit 1 kord kuus kontrollida ja see dokumenteerida.



LISA 1. METOODIKA

Riskianalüüsi käigus on:

- teostatud töökeskkonna vaatlused;
- töötajatega viidud läbi vestlusi.

Mõisted:

Riskianalüüs - protsess, mis hõlmab piirväärtuste ja piirnormide määramist, ohtude väljaselgitamist ja riski suuruse hindamist. Riski suurust hinnatakse tagajärje raskuse ja kahju tekkimise tõenäosuse suhtes. Riskianalüüsil tuleb hinnata nii iga üksiku riski suurust kui ka summaarse riski (erinevate riskide) suurust.

Ohutegur - vigastuse või tervisekahjustuse võimalik põhjustaja nt füüsilised ohutegurid

Oht - põhjus või olukord, mis võib tekitada kahju vigastuse või põduruse, omandikahjustuse, töökeskkonna halvenemise või nende kombinatsioonina

Risk - määratletud ohtliku sündmuse toimumise tõenäosuse ja tagajärje (tagajärgede) kombinatsioon

Sisekontroll - on süstemaatiline tegevus, mis on kavandatud tagamaks ettevõtte igakülgse tegevuse planeerimist, organiseerimist, korraldamist ja ülevaatamist vastavalt töökeskkonda reguleerivatele õigusaktidele.

Tegevuskava - töökeskkonnaalaste tegevuste dokumenteerimine, kus on välja toodud avastatud puudus, puuduse likvideerimise tähtaeg ja puuduse likvideerimise eest vastutaja.

Riskianalüüsi 5 sammu:

I samm: Selgitatakse välja töökeskkonnas esinevad ohutegurid

II samm: Selgitatakse välja, kes on ohustatud ja kuidas

III samm: Hinnatakse riski suurust ja otsustatakse, kas olemasolevad ettevaatusabinõud on piisavad või peaks neid täiendama

IV samm: Pannakse kirja oma tegevus

V samm: Analüüsitakse hindamise tulemusi ja tehke vajalikud korrektiivid

Käesolevas riskianalüüsis kasutatakse Briti Standard 8800 riskihindamistabelit.

Riski suurus (tase) = ohuteguri esinemise tõenäosus ja tagajärje raskusaste

↓	→			
	TÕENÄOSUS	TAGAJÄRG		
		Väheohtlik	Ohtlik	Eriti ohtlik
	Väga ebatõenäoline	Väga madal risk (I)	Väga madal risk (I)	Kõrge risk (IV)
	Ebatõenäoline	Väga madal risk (I)	Keskmine risk (III)	Väga kõrge risk (V)
	Võimalik	Madal risk (II)	Kõrge risk (IV)	Väga kõrge risk (V)
Väga võimalik	Madal risk (II)	Väga kõrge risk (V)	Väga kõrge risk (V)	

Tõenäosus:

- Väga võimalik – õnnetus juhtub kuue kuu jooksul
- Võimalik– esineb vähemalt kord viie aasta jooksul;
- Ebatõenäoline– esineb kord tööstaaži jooksul;
- Väga ebatõenäoline – võimalus on vähem kui 1%, et tööstaaži jooksul juhtub õnnetus

Tagajärg:

	Väheohtlik	Ohtlik	Väga ohtlik
Tervis	Tervisekahjustus, mis tekitab ajutist ebamugavust (köhulahtisus)	Dermatiit, osaline kuulmislangus, jäsemete kahjustus, vähene töövõime langus, astma	Akuutsed ohtlikud haigused, eluiga lühendavad haigused, oluline töövõime kaotus
Ohutus	Nt kerged marrastused, pindmised vigastused, silmade ärritus tolmust	Põletused, rebendid, põrutused, nihestused, kerged luumurrud	Rasked luumurrud, amputatsioon, rasked haavad, mürgistus, kuulmislangus, vähk, surm

Riskide vähendamise planeerimine :

- Väga madal (I)– risk on aktsepteeritav (ei ole vaja rakendada lisameetmeid)
- Madal (II)– ei ole vaja lisakontrolli, kui just seda riski ei saa väga madalaks viia. Vajadusel teostada sisekontrolli
- Keskmine (III)– kontrollida süstemaatiliselt (sisekontrolli teostamine)
- Kõrge (IV)- peab riski vähendama (tegevuskava punkt)
- Väga kõrge (V)– risk ei ole aktsepteeritav, vajalik puuduste likvideerimine ja ohutu töökeskkonna loomine. Ohutegurid töökeskkonnas

Riskianalüüsi käigus hinnatakse ohutegureid, mis tulenevad Töötervishoiu- ja tööohutuse seadusest ning seadusest tulenevatest määrustest, mis kohalduvad antud ettevõttele





LISA 2 RASKUSTE KÄSITSI TEISALDAMINE
1. Teisaldustöö kestuse hinnang

Regulaarselt korduv raskuste teisaldamine	Raskuste hoidmise või kandmise summaarne aeg	Aja hinnang (palli)
10 korra vahetuses	30 min	1
10–40 korda vahetuses	30 min – 1 tund	2
40–200 korda vahetuses	1 tund – 3 tundi	4
200–500 korda vahetuses	3 tundi – 5 tundi	6
≥ 500 korda vahetuses	≥ 5 tundi	8

2. Teisaldatava raskuse massi hinnang

Teisaldatava raskuse mass (mehed)	Teisaldatava raskuse mass (naised)	Massi hinnang (palli)
10 kg	5 kg	1
10–20 kg	5–10 kg	2
20–30 kg	10–15 kg	4
30–40 kg	15–25 kg	7
≥ 40 kg	≥ 25 kg	10

3. Kehaasendi hinnang

Selgitav joonis	Kehaasend	Asendi hinnang (palli)
	<ul style="list-style-type: none"> – püstasend, ülakeha ei ole pööratud ega kallutatud – raskus toetub vastu keha – seistakse või tehakse mõned sammud 	1
	<ul style="list-style-type: none"> – ülakeha kallutatud ette kuni 30° või pööratud – raskus toetub vastu keha – istumine, seismine või pikem kõndimine 	2
	<ul style="list-style-type: none"> – ülakeha kallutatud ette üle 30° või kummargil asend – raskust ei saa keha vastu toetada või seda tõstetakse õlgadest kõrgemale – istumine või seismine 	4
	<ul style="list-style-type: none"> – pööratud ülakeha kallutatud kaugemale ette – raskust ei saa keha vastu toetada – seismine ebakindlal alusel, põlvitamine või kükitamine 	8

4. Töökeskkonna tingimuste hinnang

Töökeskkonna ergonoomilised tingimused	Tingimuste hinnang (palli)
<ul style="list-style-type: none"> – tööks on piisavalt ruumi – põrand on tasane ja mittelibe – hea valgustus 	0
<ul style="list-style-type: none"> – tööks vähe ruumi: tööpinda alla 1,5 m², madal lagi vms – kehaasend ebastabiilne: põrand libe, ebatasane või kaldus 	1

5. Arvutus

Tabellidesse kantakse vastavad hinnangud pallides ja tehakse arvutus.

$$\begin{array}{c}
 \boxed{\text{(massi hinnang)}} \\
 + \\
 \boxed{\text{(asendi hinnang)}} \\
 + \\
 \boxed{\text{(tingimuste hinnang)}} \\
 = \\
 \boxed{\text{(summa)}} \cdot \boxed{\text{(aja hinnang)}} = \boxed{\text{(riskihinne)}}
 \end{array}$$

6. Riskitaseme määramine

Riskihinde alusel määratakse riskitase ning sellele vastav edasine tegevus.¹

Riskihinne	Riskitase	Terviseriski kirjeldus ja vajalik tegevus
10	1	koormus vähene, terviserisk tühine
10–25	2	– koormus mõõdukas – teatud töötajate kategoorial ² võib tekkida ülekoormus, mistõttu nende töökorraldust on vaja muuta ja töökoht ergonoomiliselt ümber kujundada
25–50	3	– koormus suur – võimalik füüsilise ülekoormuse tekkimine ka füüsiliselt tugeval töötajal – vajalik töökorralduse muutmine ja töökoha ergonoomiline ümberkujundamine ³
≥ 50	4	– koormus liiga suur – füüsiline ülekoormus on ilmne – töökorralduse muutmine ja töökoha ergonoomiline ümberkujundamine on hädavajalik – töö lõpetada kuni ümberkorralduste tegemiseni

LISA 3. BIOLOOGILISED OHUTEGURID

Koostas: Kaili Kann, Protect Estonia OÜ, tööhutuse valdkonna juht.

Kontakt: +372 5683 0811, kaili.kann@protectpro24.com

Koostamise aeg ja koht: 23.09.2021, Tallinn

Bioloogiliste ohuteguritega seotud tööprotsess: kontakt kolleegide, õpilaste, saastunud tööpindadega ja töövahenditega.

Oht	Ohustatud isik (vajadusel), ohu iseloomustus	Hetkel rakendatavad ohutusmeetmed	Tervisemõju	Ennetusmeetmed/tegevused	Riskitase
Viirused	<p>Allikas: kolleegid, õpilased, saastunud pinnad ja töövahendid.</p> <p>Nakatumislaad: vere jt kehavedelikega nagu sülg (<i>Herpes simplex virus ehk herpes</i>).</p> <p>Nakatumislaad: piisknakkuse teel näiteks aevastamine, köhimine, rääkimine (<i>Influenza virus ehk gripp</i>, koroonaviirus, punetised, mumps), kehavedelike kaudu (nt leetrid).</p> <p>Nakatumislaad: respiratoorsel teel, otsesel kontaktil (käte, esemetega) (adenoviirus, rinoviirus, koroonaviirus).</p> <p>Nakatumislaad: otsesel kontaktil haigega (leetrid, tuulerõuged, gripp, <i>Herpes simplex virus ehk herpes</i>).</p> <p>Nakatumislaad: saastunud joogiveetoiduga, saastunud pindade ja pesemata käte vahendusel (viiruslik kõhulahtisus).</p>	<p>Töötajad täidavad üldiselt hea hügieenitava reegleid.</p> <p>Töökohal on olemas vahendid naha desinfitseerimiseks ning kätepesuks.</p> <p>Tagatud kodukontori kasutamise võimalus.</p>	Viirusnakkused (nt gripiviirused, hepatiidid), ülemiste hingamisteede haigused.	<p>Pidada kinni hügieeni headest tavadest. Viirusnakkuse haigustunnuste ilmnemisel (köha, nohu, nõrkus, palavik) mitte tööle minna.</p> <p>Pesta alati käsi majja saabudes, enne söömist, peale köhimist/aevastamist ja pärast tualetis käimist.</p> <p>Vältida füüsilist kontakti sümptomite järgi tõenäoliselt haigestunud õpilase või kolleegiga. Hoida õpilase või kolleegiga suheldes distantsi (soovituslikult 1m). Haigusperioodide vältel hoida distantsi vähemalt 2 m.</p> <p>Nakkushaiguse kahtluse korral tuleb pöörduda koheselt arsti poole.</p>	II-III

Oht	Ohustatud isik (vajadusel), ohu iseloomustus	Hetkel rakendatavad ohutusmeetmed	Tervisemõju	Ennetusmeetmed/tegevused	Riskitase
	<p>Tase: tase kõrgem viiruste puhangute ajal, varieeruv inimeste hügieeniharjumuste erinevuse tõttu.</p> <p>Kestus: tööpäeva vältel</p> <p>*loend ei ole täielik</p>				
Bakterid, endoparasiidid ja seened (hallitusseened jms)	<p>Allikas: kolleegid, õpilased, saastunud pinnad ja töövahendid.</p> <p>Nakatumislaad: piisknakkuse teel, aerogeenselt (stafülokokk- ja streptokokkinfektsioonid, sarlakid, tuberkuloos).</p> <p>Nakatumislaad: otsesel kontaktil haigega (streptokokkinfektsioonid).</p> <p>Nakatumislaad: fekaal-oraalne (<i>E.Coli</i> bakterid).</p> <p>Lisaks: hallitusest põhjustatud eosed, jt bakterid; kirbud, peatäid, sügelislestad.</p> <p>Tase: tase kõrgem haiguspuhangute ajal, varieeruv inimeste hügieeniharjumuste erinevuse tõttu.</p> <p>Kestus: tööpäeva vältel</p> <p>*loend ei ole täielik</p>	Tööpindu puhastatakse regulaarselt. Õpetajatel puudub üldiselt füüsiline kontakt õpilastega.	Allergia, hallitusseentest ja endoparasiitidest põhjustatud tervisehäired, hingamisteede ärritus, kõhulahtisus, tuberkuloos.		II

COVID-19

COVID-19 (koroonaviirus), teadusliku nimetusega SARS-CoV-2, iseloomustab suur nakkavus (levik on pandeemiline). Viirus tungib sügavale hingamisteedesse, haigus avaldub kõhana või raskematel juhtudel kopsukoe kahjustusena. Eakatel ja kroonilisi haigusi põdevatel nõrga organismiga indiviididel võib haiguse kulg olla raskem.

Koroonaviirusel on võime keskkonnas eluvõimelisena püsida kuni mõnikümmend tundi (pindadel kuni 72 h). Viirus levib piisknakkusena (peamine levik), saastunud pindade vahendusel, kui ka õhu kaudu.

Vabariigi Valitsuse 05.05.2000 määrus nr 144 „Bioloogilistest ohuteguritest mõjutatud töökeskkonna töötervishoiu ja tööohutuse nõuded“ § 2 kohaselt jagatakse bioloogilised ohutegurid ohurühmadesse. Ohurühmasid on kokku neli. Alates 24.11.2020 kuulub COVID-19 kolmandasse ohurühma. Kolmanda ohurühma ohutegurid võivad põhjustada inimese rasket haigestumist, seetõttu ohustavad nad tõsiselt töötaja tervist, ning võivad põhjustada nakkusohu elanikkonnale, kuid nende vastu on olemas tõhusad ennetus- ja ravivahendid.

Tulenevalt Vabariigi Valitsuse määrusest Bioloogilistest ohuteguritest mõjutatud töökeskkonna töötervishoiu ja tööohutuse nõuded¹.

§ 6. Terviseriski vähendamine

11) SARS-CoV-2 viiruse leviku korral tagada töökeskkonnas teiste inimestega kokku puutuvate töötajate nakkusohutus eelkõige läbi töötajate COVID-19 haiguse vastase vaktsineerimise tagamise, SARS-CoV-2 nakkusohutust kinnitava tõendi kontrollimise või töötajate testimise SARS-CoV-2 testiga.

Füüsilist kohalolekut nõudvate tööde puhul tuleb vältida liigset kontakti ning hoida kolleegidest ja klientidest nii kaugele, kui võimalik, kahte meetrit peetakse piisavaks kauguseks. Kui eraldatus pole võimalik, on soovitatav (Terviseameti soovitusel) pandeemia ulatuse suurenemisel, kasutada kaitsevahendeid - maske (FFP3, kõige efektiivsem kaitse), lubatud on kasutada ühekordseid meditsiinilisi maske.

Oht	Ohustatud isik (vajadusel), ohu iseloomustus	Hetkel rakendatavad ohutusmeetmed	Tervisemõju	Ennetusmeetmed/tegevused	Riskitase
COVID -19 Koroonaviirus 3. ohurühma ohutegur.	Ohustatud isikud: kõik töötajad. Allikas: haigestunud kolleegid, õpilased, külalised, saastunud tööpinnad. Tüüp: koroona. Tase: kõrgem viiruste puhangute ajal, varieeruv töökoormuste, inimeste	Nähtavale on paigutatud infomaterjalid (kätepesu ning antiseptika, distantse hoidmine ja maski kandmine). Õpilaste hajutamine	Haigus võib kulgeda ilma haigustunnusteta, aga samas võib esineda ka raske kopsupõletik,	Pidada kinni hügieeni headest tavadest. Pesta alati käsi majja saabudes, enne söömist, peale köhimist/aevastamist ja pärast tualetis käimist. Viirusnakkuse haigustunnuste ilmnemisel (köha, nohu, nõrkus, palavik) mitte tööle	III

Oht	Ohustatud isik (vajadusel), ohu iseloomustus	Hetkel rakendatavad ohutusmeetmed	Tervisemõju	Ennetusmeetmed/tegevused	Riskitase
	<p>hügieeniharjumuste, krooniliste haiguste, vanuse, nõrgestatud immuunsüsteemi erinevuse tõttu.</p> <p>Kestus: tööpäeva vältel.</p> <p>Nakatusohu laad: piisknakkus (kokkupuude teiste inimestega), viirus püsib elujõulisena ka erinevatel pindadel kuni 72 tundi (ühiskasutatavad pinnad). St et ka erinevaid pindu katsudes võib töötaja endale viiruse kätega tõsta ninna, silma, suu juurde. Õhukaudu edasi kandmine, viirus võib õhus elada kuni 3 tundi. See võib kopsudesse sattuda, kui nakatunud isik hingab välja ja terve isik hingab seda õhku sisse.</p>	<p>õpperuumides.</p> <p>Tagatud on kiirtestimise võimalus.</p> <p>Töötajatele on tagatud hingamiskaitse-vahendid ja visiirid, kõikidel töötajatel on soovituslik kanda isikukaitsevahendeid.</p> <p>Töökohal on olemas vahendid naha antiseptikaks ja pindade desinfitseerimiseks ning kätepesuks.</p> <p>Koolis ei korraldata ajutiselt üritusi, kus osalevad isikud väljastpoolt kooli.</p> <p>Koolisestel üritustel (nt aktus aulas) rakendatakse õpilaste hajutamise meetet.</p> <p>Tööruumides on efektiivne sundventilatsioon.</p>	<p>riskirühma (vanemaelised, krooniliste haiguste põdejad) kuuluvate inimeste puhul võib haigus lõppeda ka surmaga.</p> <p>Viirusinfektsiooni sümptomid (nt kuiv köha, nohu, palavik, väsimus, peavalu, üldine halb enesetunne).</p> <p>Loetus on enamlevinud sümptomid, loetelu ei ole lõplik.</p>	<p>minna.</p> <p>Esitada nakkusohutuse tõendamiseks⁵ kooli direktorile: tõend vaksineerimise või läbipõdemise kohta (tööandjal on õigustatud huvi andmete küsimiseks ning tööandja kohustus on tagada ohutu töökeskkond kõikidele töötajatele).</p> <p>Kohustada külalistel maski kandmine.</p> <p>Vaksineerimata töötajad peavad 1x nädalas tegema kooli tervishoiutöötaja juures antigeen-RTD kiirtesti.</p> <p>Igasuguse kokkupuute või nakkuskahtluse korral on kohustuslik kiirtestimine enne tööle asumist.</p> <p>Hoida suhtlemisel distantsi (vähemalt 2m).</p> <p>Vahetundides või peale õppetööd ruumide tuulutamine ning pindade desinfitseerimine (lauapinnad, arvutite klaviatuurid).</p> <p>Efektiivne soovituslik meede on vaksineerimine, mida tööandja võimaldab.</p>	

⁵ <https://www.riigiteataja.ee/akt/1024264?leiaKehtiv> (§ 6. Lg (2²))



Maski kandmisel tuleb silmas pidada järgmist.

- Mask peab olema **korralikult näo ees** nii, et suu ja nina on kaetud. Kui maskil on traat, siis on see maski ülemises servas. Traadi peab vajutama korralikult ümber nina. Maski alumine serv on lõua all.
- Kui mask on korra näolt alla või üles tõmmatud või seda on käega korduvalt kohendatud ja katsutud, tuleb mask välja vahetada.
- Apteekides müüdava kaitsemaski maksimaalne kandmise aeg on **kolm tundi**. Seejärel on soovitatav maski vahetada, sest selle pealispind võib viirust edasi kanda.
- Mask ei tohi olla niiske. **Niske mask** tuleb välja vahetada.
- Kasutatud mask tuleb visata kaanega prügikasti või panna kinnisesse kilekotti. Mitte mingil juhul ei tohi kasutatud maski jätta kuskile vedelema.⁶

Kaitsemaski paigaldamine https://www.youtube.com/watch?v=Nu3I5_b3_j8

⁶ <https://www.kriis.ee/et/isikukaitsevahendid-maskid-jms>