
(kuupäev)

SISSEJUHATAV OHUTUSJUHEND

Sissejuhatava juhendiga tutvumine tööle asumisel on kohustuslik kõigile töötajatele sõltumata nende erialast, kvalifikatsioonist ja positsioonist. Sissejuhatava juhendamise eesmärgiks on anda *Sillamäe Gümnaasiumi* töötajale üldteadmisi kehtivate töötervishoiu ja tööohutuse nõuete ja korraldamise kohta koolis.

1. TÖÖTERVISHOIU JA TÖÖOHUTUSE KORRALDUS

Töötervishoiu ja tööohutuse alane tegevus on reguleeritud Töötervishoiu ja tööohutuse seadusega ning teiste seadusest tulenevate määruste, normatiivide ja eeskirjadega, mille täitmist kontrollib Eesti Vabariigi Tööinspeksioon.

Tööinspeksioon asub aadressil: Keskväljak 1, 41594, Jõhvi

Töövaidluskomisjon asub aadressil: Keskväljak 1, 41594, Jõhvi

Töötervishoiu all mõistetakse Töötaja tervisekahjustuse vältimiseks töökorraldus- ja meditsiiniabinõude rakendamist, töö kohandamist töötaja võimetele ning töötaja füüsilise, vaimse ja sotsiaalse heaolu edendamist.

Tööohutusena mõistetakse töökorraldusabinõude ja tehnikavahendite süsteemi sellise töökeskkonna seisundi saavutamiseks, mis võimaldab töötajal teha tööd oma tervist ohtu seadmata.

- 1.1. *Sillamäe Gümnaasium* kohustub tagama töötervishoiu ja tööohutuse nõuete täitmise töökeskkonnas.
- 1.2. Töötervishoiu- ja tööohutuselast tööd koolis korraldavad ja viivad läbi.
 - 1.2.1. Töökeskkonnaspetsialist – keda tööandja on volitanud täitma tööohutus- ja töötervishoiualaseid ülesandeid koolis, sh jälgib ja kontrollib töötingimusi ning teeb ettepanekuid ohutu töökeskkonna loomiseks, korraldab töötajate töötervishoiu ja tööohutuselast juhendamist ning korraldab tööõnnetuste, kutsehaiguste ja avariide registreerimist ja uurimist.
 - 1.2.2. Töökeskkonnavolinik – keda töötajad on valinud esindamaks kollektiivi liikmete huve töötervishoiu ja tööohutuse küsimustes (jälgib ja teeb ettepanekuid töökeskkonna parendamiseks).

2. TÖÖANDJA JA TÖÖTAJA PÕHIKOHUSTUSED.

Tööandja ja töötaja on kohustatud töölepingu sõlmimisel jälgima, et kokkulepe sõlmitaks ainult nende tööde kohta, mille tegemiseks on töötaja välja õppinud.

Tööandja kohustused

Tööandja on kohustatud:

- andma töötajale selgelt ja õigeaegselt vajalikke korraldusi ning tagama pideva töö kogu tööpäevaks;
- tutvustama töölevõtmisel, samuti töötamise ajal töötajatele tööandja kehtestatud töökorralduse reegleid, töötervishoiu ja tööohutuse ning tuleohutuse nõudeid, selgitama töötajale tema töö võimalikke ohtusid ja kahjulikke mõjusid, korraldama töötervishoiu ja tööohutuse alast väljaõpet;
- välja andma enne tööle asumist nõutavad isiklikud tööohutusvahendid ja eritööriietuse;
- tagama töötervishoiu ja tööohutuse nõuetele vastavad töötingimused;
- tagama töötervishoiu ja tööohutuse juhendite ja eeskirjade nõuete järgimise kõigil töödel;
- kõrvalkaldumatult järgima tööseadusandluse töötervishoiu ja tööohutuse alaseid sätteid, võtma tarvitusele meetmeid tööõnnetuste ja kutsehaiguste vältimiseks;
- tagama töötaja tööõnnetuste ja tervisekahjustuste vastu kindlustamisega seadusega sätestatud korras.

Töötaja kohustused ja õigused

Töötaja on kohustatud:

- osalema ohutu töökeskkonna loomisel, järgides töötervishoiu ja tööohutuse nõudeid;
- järgima tööandja kehtestatud töö- ja puhkeaja korraldust;
- läbima tervisekontrolli vastavalt kehtestatud korrale;
- kasutama ettenähtud isikukaitsevahendeid ning hoidma neid töökorras;
- tagama vastavalt väljaõppele ja tööandja antud juhistele, et tema töö ei ohustaks tema enda ega teiste elu ja tervist ega saastaks keskkonda;
- kohe teatama tööandjale või tema esindajale ja töökeskkonnavolinikule õnnetusjuhtumist või selle tekkimise ohust, tööõnnetusest või tööülesande täitmist takistavast tervisehäirest;
- täitma tööandja, töökeskkonnaspetsialisti, töötervishoiuarsti, tööinspektori ja töökeskkonnavoliniku töötervishoiu- ja tööohutusala korralduse;
- kasutama töövahendeid nõuetekohaselt ja hoiduma omavoliliselt lahti ühendamast, muutmast või eemaldamast töövahenditele või ehitisele paigaldatud ohutusseadiseid;
- kinni pidama isikliku hügieeni nõuetest;
- tagama töökoha puhtuse ja korrasoleku.

Töötajal on keelatud töötada alkoholi-, narkootilises või toksilises joobes või psühhotroopse aine olulise mõju all.

Töötajal on õigus:

- nõuda tööandjalt töötervishoiu ja tööohutuse nõuetele vastavaid töötingimusi ning ühis- ja isikukaitsevahendeid;
- saada teavet töökeskkonna ohuteguritest, töökeskkonna riskianalüüsi tulemustest, tervisekahjustuste vältimiseks rakendatavatest abinõudest, tervisekontrolli tulemustest ja tööinspektori ettekirjutusest tööandjale;

- keelduda tööst või peatada töö, mille täitmine seab ohtu tema või teiste isikute tervise või ei võimalda täita keskkonnohutamise nõudeid, teatades sellest viivitamata tööandjale või tema esindajale ja töökeskkonnavolinikule;
- nõuda tööandjalt arsti otsuse alusel enda üleviimist ajutiselt või alaliselt teisele tööle või oma töötingimuste ajutist kergendamist;
- saada tööst põhjustatud tervisekahjustuse eest hüvitist vastavalt Vabariigi Valitsuse kehtestatud korrale;
- pöörduda töökeskkonnavoliniku, töökeskkonnanõukogu liikmete, töötajate usaldusisiku ja asukohajärgse tööinspektori poole, kui tema arvates tööandja poolt rakendatavad abinõud ja antud vahendid ei taga töökeskkonna ohutust.

3. ÜLDNÕUDED TÖÖKESKKONNALE

Töökeskkond on ümbrus, milles inimene töötab.

Ohutegureid kooli ohtlikel ametikohtadel (elektri- ja remonditööd) või aineklassides (arvutiklassid, tööõpetusklassis jne.) käsitletakse eraldi nende ohutusjuhendites, -eeskirjades või juhendmaterjalides ning neid tutvustatakse nende ohtudega otseselt kokkupuutuvatele töötajatele.

Tegevuse spetsiifikast lähtuvalt on kooli põhilised võimalikud tervistkahjustavad ja ohtlikud töökeskkonna ohutegurid järgmised:

- ebasobiv valgustus (ebaühtlane tööpiirkonna valgustus, peegeldused jm. puudused);
- ebasobiv sisekliima, puudulik õhuvahetus;
- töötamiskoha ergonoomilised puudused;
- töötamine üle füüsiliste võimaluste
- kukumis- ja libastumisoht siseruumides libedatel põrandatel, trepil liikumisel;
- löike- ja torkeoht kontoritarvete kasutamisel ja muud traumad ebaõigete töösoorituste tegemisel või raskuste teisaldamisel;
- bioloogiline oht (gripiviirused) suhtlemisel kolleegide ja õpilastega.
- füsioloogilised ohutegurid. Samas tööasendis (sundasendis) töötamine pikemat aega ilma puhkepausideta või vaheldusteta, halb töökoha ergonoomia, lihaste pikem staatiline pinge, kõik see võib tekitada organismile ülekoormuse.

Haigestumisrisiki suurendavad ebasoodsad keskkonnategurid, samuti töötaja füüsilised iseärasused (nõrgad lihased jne.) Loetletud ohutegurite mõju vältimiseks tuleb luua normidele vastav töökeskkond, pidada töös puhkepause, kohandada töötamiskoht töötajale sobivaks jne.

Erandjuhtudel (nt. tööõpetusklass), kui töö iseloom normidele vastavust ei võimalda, tuleb kasutada isikukaitsevahendeid, millede kasutamise kord määratakse kindlaks vastava juhendi või eeskirjaga.

4. TÖÖKESKKONNA NORMID

Valgustus

Töökoha territoorium, trepikojad, koridorid, töö-, olme- ja muud ruumid peavad olema piisavalt valgustatud.

Valgustus peab olema piisav, et võimaldada ohutu töö ja liikumine. Vajaduse korral tuleb tagada kohtvalgustus nii töökohtadel kui ka liikumisteede ohtlikes kohtades.

Valgustus ja valgustid ning valgustite paiknemine peavad olema töötajale ohutud.

Kohad, kus valguse ootamatu kadumine võib tekitada ohtu, tuleb varustada automaatselt süttiva autonoomse hädavalgustussüsteemiga.

Nõuetekohaseks saab lugeda valgustust, mis tagab:

- püsivalt ühtlase valgustuse;
- küllaldase valgustuse;
- ei pimesta otseselt ega kaudselt (peegeldus);
- ei tekita tugevaid varje;
- annab õigesti edasi värvitoone;
- on ohutu ja bioloogiliselt täisväärtuslik.

Valgustuse projekteerimisel tuleb eelistada loomulikku valgust.

Valgustus peab tagama ohumärguannete ja hädaseiskamislülite hea nähtavuse.

Puuduliku loomuliku valgustuse korral tuleb kasutada kunstlikku valgustust. Kunstlikuks valgustuseks võib kasutada üld- või kombineeritud valgustust.

Ruumides kohtvalgustite kasutamine ilma ruumi üldvalgustusega on keelatud.

Valgustus peab olema suunatud nii, et ei tekiks häirivaid varje ning et see ei pimestaks otse ega peegeldunult. Vältima peab heleduste suuri erinevusi töötaja liikumisel ühest ruumist või ruumiosast teise ning valgusallikast lähtuva valgusvoo värelost.

Nii loomuliku kui kunstliku valgustuse normid töökohal peavad vastama kehtivatele sanitaarnormidele.

Ventilatsioon

Töökohtades peab olema ventilatsioonisüsteem, mille abil asendatakse läppunud, kuum või niiske õhk piisavas koguses värske või konditsioneeritud õhuga ning vähendatakse miinimumini ebameeldivate lõhnade levimist.

Ventilatsiooni taseme arvestamisel tuleb arvesse võtta töötajate arvu ruumis, töötajate füüsilist koormust, tööruumi suurust, kasutatavate seadmete arvu ja spetsiifikat ning tehnoloogilise protsessi iseloomu (nt. kodunduse- või tööõpetusklass).

Kui tööprotsessis eraldub töötaja tervist kahjustada võivaid ohtlikke aineid või tolmu, tuleb tööruum ja töötamiskohad varustada väljatõmbeventilatsiooniga. Igasugune sade või mustus, mis võib õhu saastamisega seada otsesesse ohtu tervisele, tuleb viivitamatult kõrvaldada.

Ohtlike ainete sisaldus töökeskkonnas ei tohi ületada kehtestatud piirnorme.

Ventilatsiooniseadmed ei tohi oluliselt suurendada töökeskkonna mürataset.

Temperatuur

Tööruumide temperatuur peab tagama mugava mikrokliima ja olema sobiv tööülesannete täitmiseks.

Vajadusel tuleb tööruumid varustada kohaliku kütte- ja jahutussüsteemiga.

Külmal aastaajal peab rakendama meetmeid töökohtade kaitseks klaasitud aknapindadest kiirguva külma eest, soojal aastaajal aga otsese päikesekiirguse eest.

Tööruum

Tööruumides peab olema piisavalt palju vaba ruumi, et tagada inimeste vaba liikumine. Minimaalne on inimese kohta 10 m³ ruumi. Tööruumi ehitus- ja viimistlusmaterjalid peavad olema tervise ohutud ning kergesti puhastatavad.

Puhtus ja jäätmed

Töökoht, mööbel ja töövahendid peavad olema puhtad. Puhastada tuleb ka põrandaid, seinu ja lagesid.

Puhastustöö ja jäätmete eemaldamine peab toimuma vastavalt vajadusele ja efektiivselt.

Jäätmed tuleb ladustada selleks sobivates konteinerites.

5. TÖÖASEND

Töökohad peavad olema sobivad neid kasutavatele inimestele ja olema kooskõlas tehtava tööga.

Hädaolukorras peab olema võimalik kiiresti töökohalt lahkuda.

Kui tööd tehakse või on võimalik teha istudes, tuleb töökohad varustada sobivate istmetega, mis annavad piisavalt tuge selja alaosal.

Töökohad, kus töö ajal ei ole võimalik jalalaba põrandale toetada, tuleb varustada jalatugedega.

6. ELEKTRIOHUTUSE NÕUDED

Mitte kasutada rikkis elektriseadet vaid teata sellest oma vahetule juhile ja/või seadmete korrashoiu eest vastutavasse struktuuriüksusesse.

Elektritöödele võib lubada ainult vastava elektriohutuse kvalifikatsiooniga töötajaid. Elektripersonali teadmiste perioodiline kontroll peab toimuma ettenähtud tähtajal.

Elektrikäsitööriistu tohivad kasutada vaid töötajad, kes on läbinud vastava väljaõppe ja tunnevad hästi kasutatavate tööriistade ohutu kasutamise nõudeid.

Kõik elektriseadmed peavad kaitseaparaatide abil olema kaitstud (automaatlülited, releekaitsmed).

Kõik elektriseadmed peavad olema vajaduse korral nullitud ja maandatud (keelatud on sega süsteemide kasutamine). Nulljuhe peab olema teistest juhtmetest erinev (värvuse, ristlõike erinevus).

Elektriseadmete ekspluaterimisel on keelatud:

- kasutada vigastatud või isolatsioonita juhtmeid;
- kasutada elektrilisi soojendusriistu ilma tulekindla aluseta ning jätta elektriseadmeid järelvalveta;
- kasutada katkisi pistikupesid, jätku-, ja ühenduskarpe, vinnaklüliteid ning muid elektriinstallatsioonimaterjale;
- avada elektrikilpide uksi, kõrvaldada elektriseadmetel kaitsekatteid ja asuda ise rikkeid kõrvaldama.

Seadme elektrisüsteemi rikest tuleb teatada tööandjale.

Elektrivõrgu korrasolekut tuleb järjekindlalt ja ettenähtud tähtaegadel kontrollida nii välisvaatlusega kui mõõteriistade abil.

Tööpäeva lõpul peab viimane tööruumist lahkuja välja lülitama kõik elektritarbijad

Elektritrauma

Lülita välja elektriseade või katkesta vool ja eemalda kannatanu vooluringist. Kui voolu ei ole võimalik kohe katkestada, tuleb kannatanu vabastada vooluringist, kasutades isoleerivat eset (kuiv riie, kuiv nõör, kuiv puuese).

Esmaabi elektritrauma korral

- nõõbi lahti kannatanu hingamist takistavad riided ja taga värske õhu juurdepääs;
- kui kannatanu on teadvuseta, anna nuusutada nuuskpiiritust, piserda nägu külma veega;
- oksendamise korral keera kannatanu küljele;
- kui kannatanu hingab harva ja kramplikult, tee kunstlikku hingamist ja südamemassaaži.

Elektritrauma korral tuleb helistada telefonil 112.

7. AKNAD , UKSED, VÄRAVAD, TREPID

Uste ja väravate asukoht, mõõtmed ja materjal valitakse nende kasutusotstarbele.

Aknad, läbipaistvad või valgust läbilaskvad pinnad seintes, ustes ja väravates peavad olema kaitstud purunemise eest – tuleb need märgistada või tõsta sellise pinna silmatorkavust.

Avatavate akende ning katuseakende avamine ja sulgemine peab olema turvaline. Avatuna ei tohi aknad olla ohtlikud.

Päikesepoolsed aknad peavad olema valgust reguleeriva kattega.

Aknad ja katuseaknad tuleb projekteerida nii, et nende puhastamine ei oleks ohtlik.

Uksed ja väravad peavad olema nõuetekohaselt konstrueeritud ja vajaduse korral varustatud turvaseadmetega.

Trepil peab olema tagatud ohutu liikumine, enam kui kolme astmega trepil peab olema käsipuu.

Trepid peavad olema valgustatud ja ei tohi olla libedad.

8. KUVARIGA TÖÖTAMINE

Kuvariga töötamisel peavad perioodilised puhkepausid moodustama vähemalt 10 % tööajast.

Kuvariga töötamise asukoht peab olema projekteeritud ja kujundatud nii, et töötajal oleks võimalik muuta oma asendit ja liigutusi ning leida mugav tööasend.

Töökoha kujundamisel tuleb arvesse võtta taustmüra ja töökohal olevate seadmete müra. Müra ei tohi häirida keskendumist ega suhtlemist. Müra ei tohi häirida keskendumist ega suhtlemist.

Arvutiseadmete kasutamine ei tohi ohustada tervist.

Ekraanilt peegelduva ja pimestava valguse vältimiseks tuleb arvutiruum kujundada selliselt, et valgusallikad, aknad ja teised avaused, läbipaistvad või poolläbipaistvad seinad, eredalt värvitud seadmed ja seinad ning üld- ja kohtvalgustus peavad asetsema kuvarist võimalikult kaugel. Akendel peab olema valgust reguleeriv kate, Töö iseloomu ja töötaja nägemist arvesse võttes peab üld- ja kohtvalgustus tagama töötaja nägemisväljas olevate pindade vajaliku kontrastsuse.

Kuvariga töötamisel peab:

- töölaud või –pind olema küllaldaselt suur, et võimaldada kuvari, klaviatuuri dokumendihoidja ja kuvariga ühenduses olevate välisseadmete sobivat paigutamist;

- töötool olema püsikindel, istme kõrgus ja seljatoe asend reguleeritavad. Vajaduse korral peab töötaja saama kasutada jalatuge.
-

9. TEGUTSEMINE TÖÖÕNNETUSE VÕI ÕNNETUSJUHTUMI KORRAL

Märgistatud kohtadel peavad olema nõuetekohaselt komplekteeritud esmaabivahendid ja esmaabi andja nimi.

Õnnetusjuhtumi korral tuleb helistada telefonil 112.

Igast tööõnnetusest peab kannatanu või pealtnägija esimesel võimalusel teatama oma otsesele ülemusele või tööandja esindajale.

Töökohal toimunud õnnetusjuhtumist, millega kaasneb arsti poole pöördumine, tuleb esimesel võimalusel informeerida kooli töökeskkonnaspetsialisti.

Õnnetusjuhtumi korral tuleb kannatanule anda esmaabi, vajadusel kutsuda kiirabi või toimetada kannatanu lähimasse tervishoiuasutusse.

Raske trauma ja/või õnnetusjuhtumi puhul tuleb õnnetuskohal kuni juhtumi uurijate saabumiseni (v.a. juhul, kui see ei kutsu esile täiendavaid ohte) säilitada juhtumi toimumise olukord.

Kõikidel kooli töötajatel on kohustus tutvuda kooli infoallikates avalikustatud tööõnnetuste ja õnnetusohutude materjalidega.

10. TEGUTSEMINE TULEKAHJU KORRAL

Tulekahju tekkimisel tuleb tagada inimeste ohutus ja nende kiire evakueerimine või päästmine ohustatud alast vastavalt välja töötatud organisatsioonilistele ja tehnilistele abinõudele ja vahenditele.

Töötaja peab teadma tulekustutusvahendite asukohta ning oskama kasutada esmaseid tulekustutusvahendeid (vaht-, süsihappe-, pulberkustutid ja vesi).

Tulekahju avastanud isik on kohustatud:

- teatama viivitamatult häirekeskusele (telefonil 112), kus tulekahju on puhkenud ja mis põleb ning nimetama oma perekonnanime ja teate andmiseks kasutatava telefoninumbri ning vastama valvetöötaja esitatud küsimustele;
- rakendama abinõud inimeste ohutuse tagamiseks;
- sulgema ukсед ja aknad ning välja lülitama ventilatsiooni, tõkestamaks tule levikut;
- võimaluse piires asuma tuld kustutama;
- teatama ja kohale kutsuma tööandja.

Tulekustutus- ja päästemeeskonna sündmuskohale saabumisel informeerib tulekahju avastanud isik või objekti valdaja esindaja meeskonna juhti:

- tulekahju tekkekohast ja ulatusest;
- võimalikust ohust inimestele;
- muudest tulekahjuga kaasneda võivatest ohtudest.

Esmaabi põletuse korral

- eemalda kiiresti riided põletuse kohalt;
- jahuta kiiresti nahka jaheda veega. Vesi ei tohi olla jääne!
- Esmaabi andmise korral ei tohi põlenud nahapiirkonda puudutada kätega või määrada kreemiga, õliga, rasvaga, samuti ei tohi eemaldada põlenud naha külge kleepunud materjale ja aineid. Kergemate põletuste puhul tuleb põletatud kohale asetada steriilne side ja suunata kannatanu arsti juurde.
- Raskete ja väga laialdaste põletuste puhul tuleb kannatanu mähkida puhtasse linasse või riidesse, katta soojalt, anda juua sooja teed ja valuvaigistit (juhul kui kannatanu ütleb, et tal pole selleks vastunäidustusi) ja kutsuda kiiresti arst.
- Põletatud nägu tuleb katta steriilse marliga. Silmade põletuse korral tuleb silmadele teha külma kompressi.

11. KÄESOLEVA JUHENDI KOOSTAMISEL ON KASUTATUD JÄRGMISI EESTIS KEHTIVAJD ÕIGUSAKTE:

1. Töötervishoiu ja tööohutuse seadus (RT I 1999, 60, 616; 2000, 55, 362; 2001, 17, 78; RT I 2002, 47, 297; RT I 2002, 63, 387; RT I 2003, 20, 120; RT I 2004, 54, 389; RT I 2004, 86, 584; RT I 2004, 89, 612; RT I 2005, 39, 308; RT I 2007, 3, 11; RT I 2007, 12, 66; RT I 2007, 59, 381; RT I 2008, 56, 313; RT I 2009, 5, 35; RT I 2009, 29, 176; RT I 2009, 35, 232; RT I 2009, 49, 331; RT I 2009, 62, 405; RT I 2010, 22, 108; RT I 2010, 31, 158)
2. Töökohale esitatavad töötervishoiu ja tööohutuse nõuded (RT I 2007, 42, 305)
3. Töövahendi kasutamise töötervishoiu ja tööohutuse nõuded (RT I 2000, 4, 30; RT I 2003, 89, 596)
4. Töötajate tervisekontrolli kord (RTL 2003, 56, 816; RTL 2006, 24, 431)
5. Tuleohutuse seadus (RTI 2010, 24, 116)
6. Töötervishoiu- ja tööohutusosalase väljaõppe ja täiendõppe kord (RTL 2000, 136, 2157)
7. Isikukaitsevahendite valimise ja kasutamise kord (RT I 2000, 4, 29; RT I 2006, 20, 158)
8. Ohumärguannete kasutamise nõuded töökohas (RTL 2000, 12, 117; RTL 2004, 16, 246)
9. Kuvariga töötamise töötervishoiu ja tööohutuse nõuded (RTI 2000, 86, 556)
10. Esmaabi korraldus ettevõttes kehtestamine (RTL 2000, 6, 63)
11. Tööõnnetuse ja kutsehaigestumise registreerimise, teatamise ning uurimise kord (RTI, 16.04.2008, 17, 120)