

## Riskianalüüsi väljavõte Tööinspektsiooni infosüsteemist

Väljavõtte aeg	14.12.2023 15:38
Ettevõtte nimi	Sotsiaalkindlustusamet
Registrikood	70001975
Peamine ettevõtluse tüüp	Ametid ja inspeksioonid

Riskianalüüsi nimi	NARVA Riskianalüüs detsember 2023
Riskianalüüsi staatus	Poleli

### Bioloogilised ohud

#### Nakkusoht kukkupuutest klientide ja kaastöötajatega

Kokkupuude nakatanuga võib põhjustada haigestumist.

- Viiruste leviku hooajal arvestatakse töö korraldamisel riskirühma kuuluvate töötajate vajadusi.

#### Abinõu on kasutusel

- Nakkushaiguse ulatusliku leviku ajal vähendatakse kontakte.

#### Abinõu on kasutusel

- Töötajale on kättesaadavad kindad.

#### Abinõu on kasutusel

- Töötajale on vajadusel kättesaadavad ühis- ja isikukaitsevahendid hingamisteede kaitseks (mask, visiir).

#### Abinõu on kasutusel

- On olemas vahendid käte ja pindade desinfitseerimiseks.

#### Abinõu on kasutusel

- 
- Töökohal on käte pesemise ja kuivatamise võimalus.

#### **Abinõu on kasutusel**

- 
- Töötajaid on teavitatud käitumisest nakkushaiguste leviku ajal ja piirkonnas.

#### **Abinõu on kasutusel**

### **COVID-19**

Kokkupuude COVID-19-ga nakatanuga võib põhjustada rasket haigestumist.

#### **Riskianalüüsi koostaja poolt lisatud ohu täpsustus:**

Käsitleme sarnaselt teiste bioloogiliste ohuteguritega.

- Kindlaks on määratud tööd või ametikohad, mille puhul tuleb tagada nakkusohutus läbi töötajate testimise SARS-CoV-2 testiga ja seda järgitakse.

#### **Abinõu on kasutusel**

- 
- Kindlaks on määratud tööd või ametikohad, mille puhul tuleb tagada nakkusohutus läbi töötajate SARS-CoV-2 nakkusohutust kinnitava tõendi kontrollimise ja seda järgitakse.

#### **Abinõu on kasutusel**

- 
- Nakkusohu vältimiseks on kindlaks määratud, kellel, millistes olukordades ja mis tüüpi maskide kandmine on kohustuslik ja seda järgitakse.

#### **Abinõu on kasutusel**

- 
- Olmeruume samaaegselt kasutavate töötajate arvu on vähendatud nii palju kui võimalik.

#### **Abinõu on kasutusel**

- 
- Töö on ümber korraldatud nii, et töötajad puutuvad nii omavahel kui klientidega kokku võimalikult vähe.

---

klientidega kokku võimalikult vähe.

#### **Abinõu on kasutusel**

- 
- Hoonetes, kus pole sisekliimat tagavaid ventilatsioonisüsteeme, tuulutavad töötajad ruume intensiivselt.

#### **Abinõu on kasutusel**

- 
- Hoonepõhine tagastusõhuga ventilatsioonisüsteem on täielikult lülitatud ümber välisõhule, sulgedes selleks tagastusõhuklapid ja avades värskeõhuklapid.

#### **Abinõu on kasutusel**

- 
- Ventilatsioonisüsteem töötab hoone kasutamise ajal ning vähemalt kaks tundi enne ja pärast hoone kasutamist maksimaalsel projekteeritud tootlikkusel.

#### **Abinõu on kasutusel**

- 
- Kontaktide vähendamiseks töötavad kaugtööl töötajad, kellel on see võimalik ja kes seda soovivad.

#### **Abinõu on kasutusel**

## **Füsioloogilised ohud**

### **Kuvariga töötamine**

Pikaajaline kuvariga töötamine võib põhjustada kaela, selja, õlgade, käte ja silmade väsimust ning vaevusi.

- Töötamiskoht on vaikne.

Ruumide sisustuses kasutatakse müra summutavaid materjale ja vaheseinu, lepatakse kokku telefoniga rääkimise ja nõupidamiste ajad. Tootmisruumist eraldatakse kuvariga töötamiskohad müra summutavate seinte ja akendega. Kui võimalik, paigutatakse müra tekitavad seadmed kuvariga töötamiskohtadest eemale.

#### **Abinõu on kasutusel**

- 
- Kasutatakse reguleeritava kõrguse ja kaldenurgaga eraldiasetsevat kuvarit.

#### **Abinõu on kasutusel**

---

- Kasutatakse eraldiasetsevat klaviatuuri.

#### **Abinõu on kasutusel**

---

- Klaviatuuri ees ja kõrval on piisavalt vaba ruumi käte ja käsivarte toetamiseks ning arvutihiire kasutamiseks.

Töölaud või -pind peab olema küllalt suur, et võimaldada kuvari, klaviatuuri ja arvutihiire, dokumendihoidja ning kuvariga ühenduses olevate välisseadmete sobivat paigutamist.

#### **Abinõu on kasutusel**

---

- Töötool on püsikindel, istme kõrgus ja seljatoe asend reguleeritavad ning töötaja saab vajadusel kasutada jalatuge.

Töötooli kõrgus on reguleeritud selliseks, et istudes toetatud alaselja ja vabalt langevate õlgadega, on küünarnukk klaviatuuri ja hiire kõrgusel või veidi madalamal. Kui niimoodi töötoolil istudes jalatallad põrandale ei ulatu, on tarvis kasutada reguleeritavat lauda või jalatuge.

#### **Abinõu on kasutusel**

---

- Ekraanipilt on püsiv, eraldiasetsev kuvar asub käe haardeulatusest kaugemal ning ekraani ülaseriv asetseb silmade kõrgusel.

#### **Abinõu on kasutusel**

---

- Akendel on valgust reguleeriv kate.

#### **Abinõu on kasutusel**

---

- Kuvaripilt on hästi nähtav.

#### **Abinõu on kasutusel**

---

- Töö on korraldatud selliselt, et töötaja saab vaheldada kuvariga töötamist teistlaadsete tööülesannete täitmisega või perioodiliselt pidada puhkepause.

### Abinõu on kasutusel

---

- Töötajale, kellel tervisekontrollis selgus, et ta vajab kuvariga töötamiseks prille või muid nägemisteravust korrigeerivaid abivahendeid, on need hangitud või kokkuleppel töötajaga on hüvitatud nende maksumus.

Kui silmade ja nägemise kontrollis selgub, et töötaja vajab kuvariga töötamiseks prille või muid nägemisteravust korrigeerivaid abivahendeid, peab tööandja need hankima või kokkuleppel töötajaga hüvitama nende maksumuse.

### Abinõu on kasutusel

---

- Töötajat, kes vähemalt poole oma tööajast töötab kuvariga, on teavitatud õigusest lasta töötervishoiuarstil täiendavalt kontrollida luu- ja lihaskonna seisundit kuvariga töötamisel tekkinud vaevuste korral.

### Abinõu on kasutusel

---

- Töötajat, kes vähemalt poole oma tööajast töötab kuvariga, on teavitatud õigusest nägemishäirete korral lasta töötervishoiuarstil või silmaarstil või optometristil oma silmi ja nägemist kontrollida.

Töötaja nõudmisel peab tööandja korraldama talle silmade ja nägemise või luu- ja lihaskonna seisundi kontrolli, kui kuvariga töötamisel on tekkinud nägemishäired või luu- ja lihaskonna vaevused.

### Abinõu on kasutusel

---

- Töötajale, kes vähemalt poole oma tööajast töötab kuvariga, on korraldatud tervisekontroll, mis hõlmab silmade ja nägemise ning luu- ja lihaskonna seisundi kontrolli.

Silmade ja nägemise ning luu- ja lihaskonna seisundi kontrolli eesmärk on eelkõige selgitada välja, kas töötaja nägemisteravus on vähenenud ja kas tal on tekkinud vaevused sundasendis viibimise tõttu, samuti saada ettepanekuid töötaja töökeskkonna või töökorralduse muutmiseks.

### Abinõu on kasutusel

---

- Koostatud on kuvariga töötamise ohutusjuhend ning kuvariga töötab juhendatud ja väljaõpetatud töötaja.

Õpetage töötajatele töökoha kujundamist, sealhulgas tooli ja võimalusel laua reguleerimist ning kuvari ja muude seadmete paigutamist.

### Abinõu on kasutusel

---

## Füüsikalised ohud

## Õhuvaetus

Ebakülldane õhuvaetus võib vähendada töövõimet, kiirendada väsimuse tekkimist ning põhjustada peavalu.

- Ventileerimisseadmed töötavad vaikselt.

### Abinõu on kasutusel

- Ventilatsioonisüsteemi väljatõmbe- ja sissepuhkeavad on avatud.

### Abinõu on kasutusel

- Sissepuhkeavad või -klapid ja kütteseadmed on reguleeritud sobivalt.

### Abinõu on kasutusel

- Ventilatsiooniseadmeid (näiteks õhuklappe) reguleerivad ainult töötajad, kelle tööülesanne see on.

### Abinõu on kasutusel

- Ventilatsioonisüsteem on töökorras ja seda hooldatakse korrapäraselt ja nõutavas mahus.

### Abinõu on kasutusel

- Tööruumis toimub küllaldane õhuvaetus. Selle taseme määramisel arvestatakse töötajate arvu ruumis, töötajate füüsilist koormust, tööruumi suurust ning kasutatavate seadmete hulka ja eripära.

### Abinõu on kasutusel

## Libisemine ja komistamine

Libe, ebapiisavalt valgustatud või takistusega liikumistee võib põhjustada libisemist või komistamist ja kukumist ning tekitada tervisekahjustuse.

- 
- On kindlaks määratud, kes ja millal liikumisteede korrastamisega tegeleb.

On juhendatud ja välja õpetatud töötaja, kes vajadusel tegeleb korrastamisega. Liikumisteid puhastatakse ajal, kui seal ei liigu töötajaid või neid liigub muu ajaga võrreldes vähe. Töötaja teab, kelle poole pöörduda, et kõrvaldataks libedus ja takistused liikumisteel.

**Abinõu on kasutusel**

---

- Valgustus on ühtlane.

**Abinõu on kasutusel**

---

- Liikumistee on piisavalt valgustatud.

Lisaks valgustihedusele hinnake ka: kas valgus ei tekita häirivaid varje ega pimesta ning ei ole heleduste suuri erinevusi liikumisel ühest ruumist või ruumiosast teise ning valgusallikast lähtuva valgusvoo värelost.

**Abinõu on kasutusel**

---

- Treppidel liikuda on ohutu.

Trepiastmed on kogu trepi ulatuses ühesuguse kõrguse ja laiusega. Trepiastme soovitatav kõrgus on kuni 17 sentimeetrit ning minimaalne laius 27 sentimeetrit. Trepil on käsipuu. Trepiastmete ääred ei ole nii kulunud, et võivad põhjustada libisemist.

**Abinõu on kasutusel**

---

- Liikumisteel puuduvad libedad kohad.

Libisemist võivad põhjustada mahaloksunud vedelikud (vesi, õli, rasv vms), töövahendite lekked, töödeldava materjali jäägid, õuest riiete või jalatsitega toodud lumi, vesi või pori.

**Abinõu on kasutusel**

---

- Liikumistee tasapindade erinevused on hästi märgatavad.

Takistus ja ohtlik koht on märgistatud ja piisavalt valgustatud.

**Abinõu on kasutusel**

---

- Põrandakate on terve ja kindlalt kinnitatud.

Põrandakate (näiteks plaadid, parkett) on terve, katematerjal (näiteks vaibad, matid, linoleum) ei ole üles keerdunud.

**Abinõu on kasutusel**

---

- Liikumistee on tasane ja ilma aukudeta.

Põrandas olevad kanalid ja trapid on kaetud.

## Abinõu on kasutusel

---

- Liikumistee on vaba komistamist põhjustavatest takistustest.

## Abinõu on kasutusel

### Elektrioht

Elektripaigaldise või -seadmega otse või kaudselt kokku puutudes võib tekkida oht saada elektrilööko ja põletushaava.

- Töötajal on võimalus elektripaigaldised ja -seadmed toitevõrgust eemaldada ning ta teab, kus ja kuidas seda teha.

## Abinõu on kasutusel

---

- Elektrikilbid on varustatud elektriohumärgiga ja kilpides on olemas skeemid.

## Abinõu on kasutusel

---

- Elektriseadme toitekaabli vigastamise vältimiseks on see ohutus kohas.

## Abinõu on kasutusel

---

- Toitekaablid ja pikendusjuhtmed on vigastusteta ning vigastuse avastamisel eemaldatakse kasutusest.

Toitekaablitel on tavalisim vigastus välimise isolatsiooni purunemine pistiku lähedal ning pikendusjuhtmetel pistikupesade korpuse pragunemine või purunemine. Parandatud toitekaablite ja pikendusjuhtmete kasutamine on lubatud üksnes siis, kui parandatud koha isolatsioon on vähemalt samaväärne terve osaga.

## Abinõu on kasutusel

---

- Elektriseadmete korpused ning lülite ja pistikupesade katted on terved ja kinnitatud.

Korras ja kinnitatud korpused ja katted välistavad kokkupuute voolu juhtivate osadega.

## Abinõu on kasutusel

---



- 
- Elektri- ja pikendusjuhtmed ning kaitseaparatuur on kooskõlas kasutatavate elektriseadmete võimsusega.

Vanematesse hoonetesse paigaldatud elektrijuhtmed ei olnud mõeldud nii paljude ning sellise võimsusega elektriseadmete toiteks, nagu tänapäeval kasutatakse.

#### **Abinõu on kasutusel**

- 
- Elektripaigaldised ja -seadmed on töökeskkonna jaoks sobivad.

Elektripaigaldiste ja -seadmete IP-kaitseaste (näitab kaitset tolmu ja vee eest) on konkreetses töökeskkonnas kasutamiseks sobiv.

#### **Abinõu on kasutusel**

- 
- Elektripaigaldise kohta on olemas selle ohutuks kasutamiseks ja käiduks vajalik dokumentatsioon.

#### **Abinõu on kasutusel**

- 
- Elektripaigaldisele tehakse korrapäraselt hooldust ja käitu. Elektripaigaldisele, mille peakaitse nimivool on suurem kui 100 amprit, on määratud kasutamise järelevaataja (käidukorraldaja).

#### **Abinõu on kasutusel**

- 
- Elektripaigaldise audit on tehtud ning nõuetekohasuse tunnistus kehtib.

Auditi käigus on visuaalselt hinnatud elektripaigaldise seisukorda, tutvutud paigaldise dokumentatsiooniga ning katse- ja mõõtmistulemustega ja vajadusel on tehtud täiendavaid kontrollmõõtmisi.

#### **Abinõu on kasutusel**

- 
- Elektritööd teeb ainult elektriala isik.

Tavaisik võib teha vaid lihtsamat elektritööd, näiteks kuni 230-voldise nimivahelduvpingega elektriseadmel pingevabas olukorras tavapäraselt kasutaja poolt vahetamiseks mõeldud tarvikute vahetamine lubatud nimiaandmetega tarvikutega, milleks on näiteks valgusallikad, süüturid ja kaitsmed; igale isikule kasutamiseks lubatud automaatkaitsete ja kaitselülitite sisse- ja väljalülitamine ning rikkevoolukaitselüliti rakendumise kontrollimine sisse- ja väljalülitamise kaudu; kaitsejuhita valgusti valgustiklemmidega ühendamise pingevabas olukorras; kaitsejuhita pistikupesade ja lülitikaante eemaldamine pingevabas olukorras ning elektrijuhtmete ja -seadmete demonteerimine pingevabas olukorras.

#### **Abinõu on kasutusel**

- 
- Elektriseadme pistiku eemaldamiseks pistikupesast hoitakse ühe käega pistikust ja teisega pistikupesast.

## Abinõu on kasutusel

- Elektriseadme kasutaja on teadlik seadme kasutamisest tulenevatest võimalikest ohtudest.

## Abinõu on kasutusel

### Tuleoht

Tuli võib põhjustada suitsu sissehingamist, põletushaava ja muid vigastusi.

- Töötaja oskab tuleohutuspaigaldisi ja tulekustutit kasutada.

## Abinõu on lisatud tegevuskavasse

Tähtaeg	<b>30.06.2024</b>
Vastutaja	<b>MARIE JOHANSON</b>
Staatus	<b>Tegemata</b>

- Töötajale on korraldatud õppus evakuatsiooni ja tulekahju korral tegutsemise kohta.

## Abinõu on lisatud tegevuskavasse

Tähtaeg	<b>30.06.2024</b>
Vastutaja	<b>MARIE JOHANSON</b>
Staatus	<b>Tegemata</b>

- Töötajale on enne tööle asumist korraldatud tööle vastav tuleohutuse koolitus.

Töötervishoiu ja tööohutuse seaduse § 13-3 lg 1 p 7 kohaselt tuleb tööandjal juhendada töötajat enne tööle asumist. Juhendamise käigus tehakse teatavaks elektri- ja tuleohutusnõuded.

## Abinõu on lisatud tegevuskavasse

Tähtaeg	<b>30.06.2024</b>
Vastutaja	<b>MARIE JOHANSON</b>
Staatus	<b>Tegemata</b>

- Ettevõttes korraldatakse regulaarselt tuleohutuse enesekontrolli.

### **Abinõu on kasutusel**

---

- Tulekustutid on märgistuse järgi hästi nähtavad või leitavad.

### **Abinõu on kasutusel**

---

- Ligipääs tulekustutite juurde on vaba.

### **Abinõu on kasutusel**

---

- Evakuatsioonipääsudel ja -teedel on piisav turvavalgustus ja evakuatsioonimärgid.

### **Abinõu on kasutusel**

---

- Evakuatsioonipääsud ja -teed on takistuseta.

### **Abinõu on kasutusel**

---

- Tuleohutuspaigaldiste vaatlus, kontroll või hooldus on regulaarselt korraldatud.

### **Abinõu on kasutusel**

---

- Olemas on vajalikud ja sobivad tuleohutuspaigaldised.

Tulekahju tekkimise vältimiseks tehakse tuletööd eelistatuna alalises tuletöö kohas (st koht, kus puudub tulekahju tekkimise oht ning leek ja muud kuumad detailiosad ei levi tuletöö kohast väljapoole) või ajutises tuletöö kohas (nt ruumis pole küll ettenähtud tuletöö tegemine, kuid seal on võetud tarvitusele abinõud vältimaks põlevmaterjali süttimist). Tuletöö tegemise koht tuleb hoolikalt ette valmistada – see vähendab tulekahju tekkimise ohtu. Näiteks eemaldatakse või kaetakse tuletöö tegemise kohas põlevmaterjal süttimiskindlalt, potentsiaalne sädemete langemise koht valatakse enne veega üle, vajadusel tuulutatakse ruumid põlevvedeliku või tuleohtliku gaasi aurust vms. Selliste meetmete rakendamine aitab takistada ka tulekahju levikut. Et tulekahju kiiresti avastataks, peab tuletöö tegemisel tagama pideva järelevalve (nii tuletöö tegemisel kui ka vahetult pärast selle lõppemist).

### **Abinõu on kasutusel**

## Radoon

Sissehingatava õhu kõrge radoonisisaldus võib aja jooksul põhjustada kopsuvähki.

### Riskianalüüsi koostaja poolt lisatud ohu täpsustus:

Korraldada radoonimõõdistused 2024.a I pooles.

- Keskkonnaametit on teavitatud tööruumidest, kus pärast ehituslike parandusmeetmete rakendamist korraldatud õhu radoonisisalduse kontrollmõõtmise tulemus ületab endiselt viitetaset, edastatud on radooni mõõtmise protokollid ja rakendatud ehituslike parandusmeetmete loetelu.

### Abinõud ei ole vaja rakendada

Põhjendus

**Vastavalt mõõtmistulemustele tegevuskavasse lisamine.**

- Õhu radoonisisalduse viitetaseme ületamisel on rakendatud ehituslikke parandusmeetmeid või tööaja piirangut.

Ehituslikud meetmed võivad hõlmata põrandaaluse ja/või tööruumide tõhusamat ventileerimist ning pragude täitmist põrandas. Tööaja piirangu rakendamisel arvutatakse töökohal aastas lubatud töötundide arv  $T$  järgmise valemiga:  $T = 600\,000 / RM$ , kus  $RM$  on õhus mõõdetud radoonisisaldus [ $Bq/m^3$ ].

### Abinõud ei ole vaja rakendada

Põhjendus

**Vastavalt mõõtmistulemustele tegevuskavasse lisamine.**

- Õhu radoonisisalduse mõõtmine on korraldatud tööruumis, mis asub kõrgendatud radooniriskiga maa-alal ja paikneb maa all, hoone maa-alusel korrusel või hoone esimesel korrusel, kui maa-alune korrus puudub. Mõõtetulemused on jälgitavad mõõteseaduses sätestatud korras.

Tööruumide õhu radoonisisalduse viitetase, õhu radoonisisalduse mõõtmise kord ja tööandja kohustused kõrgendatud radooniriskiga töökohtadel on kehtestatud keskkonnaministri 30.07.2018 määrusega nr 28. Lisateavet radooni mõõtmise kohta leiab Keskkonnaameti kodulehelt: <https://www.keskkonnaamet.ee/et/eesmargid-tegevused/kiirus/radoon/radooni-mootmine>

### Abinõud ei ole vaja rakendada

Põhjendus

**Vastavalt mõõtmistulemustele tegevuskavasse lisamine.**

- Tervisekontroll on korraldatud töötajale, kelle efektiivdoos ületab 6 millisiivertit aastas.

Tööandja arvutab üks kord aastas töötaja efektiivdoosi, kui õhu radoonisisaldus ületab pärast ehituslike parandusmeetmete rakendamist endiselt viitetaset.

### Abinõud ei ole vaja rakendada

Põhjendus

**Vastavalt mõõtmistulemustele tegevuskavasse lisamine.**

- Töötajat on teavitatud radooni pikaajalise mõjuga seotud terviseriskist,

- 
- Töötajat on teavitatud radooni pikaajalise mõjuga seotud terviseriskist, radoonisisalduse mõõtmiste tulemustest ning rakendatavatest abinõudest.

#### **Abinõu on lisatud tegevuskavasse**

Tähtaeg  
Vastutaja  
Staatus

**31.12.2024**  
**MARIE JOHANSON**  
**Tegemata**

#### **Trepil liikumine**

Trepil libisemine või komistamine võib tekitada põrutuse, luumurru, peavigastuse ja muid vigastusi.

- Trepil on inimese allakukkumist takistavad piirded.

#### **Abinõu on kasutusel**

- 
- Trepil on käsipuu.

#### **Abinõu on kasutusel**

- 
- Trepid on piisavalt valgustatud.

#### **Abinõu on kasutusel**

- 
- Trepiastmed on hästi nähtavad.

#### **Abinõu on kasutusel**

- 
- Trepiastmed on libisemiskindlad.

#### **Abinõu on kasutusel**

- 
- Trepiastmed on kogu trepi ulatuses ühesuguse kõrguse ja laiusega.

#### **Abinõu on kasutusel**

## Sisekliima

Sisekliima on õhutemperatuur ja -niiskus ning õhu liikumise kiirus.

Ebasobiv sisekliima võib põhjustada ebamugavustunnet, keskendumisraskusi ning haigestumist. Madalal temperatuuril töötamine võib põhjustada liigesepõletikke, nohu ja köha. Liiga kuiv õhk kuivatab limaskesti ning haigestumise ja allergiliste reaktsioonide risk tõuseb märgatavalt. Liiga niiskes õhus paljunevad nimese tervisele ohtlikud mikroobid ja hallitus. Liigne õhu liikumise kiirus võib põhjustada kogu keha või mõne kehapiirkonna alajahtumist ning haigestumist.

- Tööandja on korraldanud sisekliima mõõtmised.

### Abinõu on kasutusel

---

- Uste, akende ja seinte vahel puuduvad praod, millest tulev õhk töötajat häiriks.

### Abinõu on kasutusel

---

- Töökohtade läheduses asuvaid uksi hoitakse avatuna ainult siis, kui see on vältimatult vajalik.

### Abinõu on kasutusel

---

- Töötajal puudub vähesest õhuniiskusest tingitud terviseprobleem.

### Abinõu on kasutusel

---

- Töökeskonnas puuduvad liiga kõrgele õhuniiskusele viitavad märgid.

### Abinõu on kasutusel

---

- Tööandja võtab võimalusel arvesse töötaja ettepanekuid sisekliima reguleerimiseks.

### Abinõu on kasutusel

---

---

- Töökeskkonnas on töö laadiga sobiv sisekliima.

Soovituslikud temperatuurivahemikud lähtuvalt töö laadist on järgmised:

- töödel, mida tehakse istudes ja mis ei nõua füüsilist pingutust, 20–25 °C;
- töödel, mida tehakse istudes või seistes ehk mis on seotud käimisega ning millega kaasneb mõningane füüsiline pingutus, 19–24 °C;
- töödel, mis on seotud käimisega, väiksemate (kuni 1 kg) toodete või esemete teisaldamisega seistes või istudes ja mis nõuavad teatud füüsilist pingutust, 17–23 °C;
- töödel, mida tehakse seistes, mis on seotud käimisega, väiksemate (kuni 10 kg) raskuste kandmisega ning millega kaasneb mõõdukas füüsiline pingutus, 16–22 °C;
- töödel, mis on seotud pideva liikumisega, suuremate (üle 10 kg) raskuste teisaldamise ja kandmisega ning mis nõuavad suurt füüsilist pingutust, 15–20 °C.

Inimesed tunnevad ennast mugavalt, kui õhu suhteline niiskus on 40-70%. Õhu liikumise kiirus peaks külmal aastaajal jääma alla 0,21 m/s ja soojal aastaajal alla 0,24 m/s.

**Abinõu on kasutusel**

## Psühhosotsiaalsed ohud

### Psühhosotsiaalsed ohutegurid

Psühhosotsiaalsed ohutegurid võivad põhjustada stressi, depressiooni ning tööefektiivsuse langust.

- Vajadusel ja töötaja nõusolekul korraldab tööandja töötajale kohtumise superviisori, psühholoogi või nõustajaga.

**Abinõu on kasutusel**

- 
- Tööandja reageerib töötaja pöördumistele ning lahendab olukorra.

**Abinõu on kasutusel**

- 
- Töötajat on teavitatud, et ta võib murede või tähelepanekutega pöörduda töökeskkonnavoliniku, töökeskkonnaspetsialisti või muu tööandja määratud isiku poole.

**Abinõu on kasutusel**

- 
- Töötajate arvamust tööga rahuolu kohta on küsitud.

**Abinõu on kasutusel**

---

- 
- Juhid näitavad oma käitumisega head eeskuju.

#### **Abinõu on kasutusel**

- 
- Paigas on käitumisreeglid ja -tavad, mida järgitakse.

#### **Abinõu on kasutusel**

### **Vägivallaohht**

Agressiivne, vägivaldne või ettearvamatu käitumine, sh verbaalne vägivald ja ähvardused, võivad põhjustada stressi või füüsilisi vigastusi.

- Töötaja on vajadusel varustatud personaalse häiresüsteemiga.

#### **Abinõu on kasutusel**

- 
- Vajadusel hoitakse ukseid lukus ning paigaldatud on häiresüsteemid ja turvakaamerad.

#### **Abinõu on kasutusel**

- 
- Töötajate arv on piisav ohuolukorra lahendamiseks.

#### **Abinõu on kasutusel**

- 
- Võimalusel välditakse üksi töötamist.

#### **Abinõu on kasutusel**

- 
- Kehtestatud on juhtumitest teavitamise kord ja töötaja on sellest teadlik.

#### **Abinõu on kasutusel**

- 
- Töötajat on teavitatud ohuolukorras käitumisest ja kasutatavatest turvameetmetest ning töötaja on saanud väljaõppe hädaolukorras



---

tegutsemiseks.

**Abinõu on kasutusel**

- 
- Töötaja on koolitatud ära tundma potentsiaalselt ohtlikku käitumist ja ohuolukorda maandama.

**Abinõu on kasutusel**

**Monotoonne töö**

Monotoonne töö võib põhjustada stressi, depressiooni ning tööefektiivsuse langust.

- Töötajale antakse tööaja hulka arvatavaid vaheaegu (puhkepause).

**Abinõu on kasutusel**

- 
- Töötaja tööülesanded on pigem varieeruvad kui ühetaolised.

**Abinõu on kasutusel**

**Töökorraldusega seotud**

**Esmaabi**

Õigeaegsest ja oskuslikust esmaabist võib sõltuda inimese elu ja edasine tervis.

- Silmadušš, (silmaloputuspudel) on kohtades, kus on oht kemikaali ja võõrkeha sattumiseks silma.

**Abinõu on kasutusel**

- 
- Hädaabinumber on pandud nähtavale kohale.

**Abinõu on kasutusel**

---

- 
- Esmaabiandjate nimed ja telefoninumbrid on pandud nähtavale kohale.

**Abinõu on kasutusel**

- 
- Töötajat on teavitatud esmaabivahendite asukohast ja esmaabiandjatest.

**Abinõu on kasutusel**

- 
- Esmaabivahendite korrasolekut kontrollitakse korrapäraselt.

**Abinõu on kasutusel**

- 
- Esmaabivahendid asuvad kergesti ligipääsetavas kohas.

**Abinõu on kasutusel**

- 
- Olemas on ettevõtte vajadusest lähtuvalt valitud esmaabivahendid.

**Abinõu on kasutusel**

- 
- Esmaabiandja on läbinud koolituse eelneva kolme aasta jooksul.

**Abinõu on kasutusel**

- 
- Esmaabiandja on määratud ettevõtte kõikidesse tegevuskohtadesse.

**Abinõu on kasutusel**

- 
- Esmaabiandja on määratud igasse vahetusse.

**Abinõu on kasutusel**

- 
- Määratud on esmaabiandja.

**Abinõu on kasutusel**

## Töötervishoiuteenus

Töötervishoiuarsti läbiviidava tervisekontrolli eesmärk on hinnata töötaja tervises seisundit ja töökeskkonna või töökorralduse sobivust töötajale.

Tööandja peab korraldama tervisekontrolli töötajale, kelle tervist võib mõjutada järgmine töökeskkonna ohutegur või töö laad: müra; vibratsioon; elektromagnetväljad; tehislik optiline kiirgus; ioniseeriv kiirgus; ohtlikud kemikaalid ja neid sisaldavad materjalid, sealhulgas kantserogeenid ja mutageenid; bioloogilised ohutegurid; kuvariga töö; raskuste käsitsi teisaldamine; töö pidevas sundasendis, sealhulgas istuvas või seisvas asendis; muu ohutegur või töö laad.

Igal juhul tuleb tervisekontroll korraldada öötöötajale ja töötajale, kes puutub kokku plii ja selle ühenditega ning asbestitolmuga.

- Töötajale makstakse tervisekontrollis käimise aja eest keskmist tööpäevatasu.

### Abinõud ei ole vaja rakendada

Põhjendus

**Töötajatele makstakse tavapärast töötasu.**

- Rakendatakse analüüsis esitatud ettepanekuid töötervishoiu olukorra parandamiseks, sealhulgas töökeskkonna kohandamiseks, töötingimuste muutmiseks ja töötajate tervise edendamiseks.

### Abinõu on kasutusel

- Korraldatud on ettevõtte töötervishoiu olukorra analüüs.

### Abinõu on kasutusel

- Tervisekontroll korraldatakse tööajal.

### Abinõu on kasutusel

- Rakendatakse tervisekontrolli otsuses esitatud ettepanekuid töötaja töökeskkonna või töökorralduse muutmiseks.

### Abinõu on kasutusel

- 
- Taasläbivaatus korraldatakse arsti määratud tähtajal.

**Abinõu on kasutusel**

- 
- Tervisekontroll töötervishoiuarsti juures korraldatakse nelja kuu jooksul tööle asumisest arvates.

**Abinõu on kasutusel**

### Juhendamine ja väljaõpe

Töötaja peab olema juhendatud ja välja õpetatud, et ta oskaks ohutult töötada.

- Töötajale on tutvustatud keskkonna saastamisest hoidumise juhiseid.

**Abinõu on kasutusel**

- 
- Töötaja kinnitab väljaõpet kirjalikult või kirjalikku taasesitamist võimaldavas vormis.

**Abinõu on kasutusel**

- 
- Tööandja registreerib väljaõppe toimumise kirjalikult või kirjalikku taasesitamist võimaldavas vormis

**Abinõu on kasutusel**

- 
- Tööandja korraldab töötajale ohutute töövõtete omandamiseks väljaõppe kogenud töötaja juhendamisel.

**Abinõu on kasutusel**

- 
- Töötaja kinnitab juhendamist kirjalikult või kirjalikku taasesitamist võimaldavas vormis.

**Abinõu on kasutusel**

- 
- Tööandja registreerib juhendamise toimumise kuupäeva ja sisu kirjalikult või kirjalikku taasesitamist võimaldavas vormis.

#### **Abinõu on kasutusel**

---

- Töötajale on tutvustatud töökohal kasutatavaid ohumärguandeid.

#### **Abinõu on kasutusel**

---

- Töötajat on teavitatud õnnetusohu ja õnnetusjuhtumi sealhulgas tööõnnetuse korral käitumisest.

#### **Abinõu on kasutusel**

---

- Töötajale on teatavaks tehtud töökeskkonnavoliniku olemasolul tema ja töökeskkonnaspetsialisti nimed ja kontaktandmed.

#### **Abinõu on kasutusel**

---

#### **Tööaja hulka arvatavad vaheajad**

Lühikeste vaheaegade puudumine võib põhjustada füüsilist või vaimset väsimust ja ülekoormust ning haigestumist ja kõrgel või madalal temperatuuril töötamine võib põhjustada haigestumist.

- Vaheaegade pikkuse määramisel on arvestatud isikukaitsevahendite eemaldamise ja paigaldamise aega, samuti töökohalt olmeruumi liikumise aega.

#### **Abinõu on kasutusel**

---

- Vaheaegade määramisel on arvestatud tööpäeva (vahetuse) pikkust.

#### **Abinõu on kasutusel**

---

- Töötaja kasutab vaheaega ettenähtud ajal.

#### **Abinõu on kasutusel**

---

- Vaheaegade kestus on töötaja arvates piisav.

#### **Abinõu on kasutusel**

---

- Vaheaegade sagedus on töötaja arvates piisav.

#### **Abinõu on kasutusel**

---

- Vaheaegade aeg ja kestus on ettevõttesiseses dokumendis kirja pandud.

#### **Abinõu on kasutusel**

---

- Töötajale on lisaks ette nähtud töötaja hulka arvatavad vaheajad.

#### **Abinõu on kasutusel**

#### **Kaugtöö, sealhulgas töötamine kodukontoris**

Pikaajaline töö kuvariga või ebamugavas asendis istumine võivad põhjustada kaela, selja, õlgade, käte, silmade väsimust ja vaevusi. Libisemine ja komistamine ning kukkumine võib põhjustada tervisekahjustuse, kui liikumisteel on libedus, takistus või ebapiisav valgustatus.

- Kaugtööd tegevale töötajale on korraldatud tervisekontroll üldises korras.

#### **Abinõu on kasutusel**

---

- Kaugtööd tegev töötaja saab kasutada tööpäevasiseseid vaheaegu, vaheaegade aeg ja kestus on ettevõttesiseses dokumendis kirja pandud.

#### **Abinõu on kasutusel**

---

- Kaugtööd tegev töötaja on enne kaugtööle asumist juhendatud ja välja õpetatud.

#### Abinõu on kasutusel

---

- Kaugtöö tegemiseks on sõlmitud kokkulepe.

#### Abinõu on kasutusel

---

- Riskide hindamisel avastatud puudused on enne kaugtöö kokkuleppe sõlmimist kõrvaldatud.

#### Abinõu on kasutusel

---

- Kaugtööd tegeva töötaja töökoha võimalikke riske on hinnatud kasutades küsimustikku.

#### Abinõu on kasutusel

#### Olmeruumid

Sobivate tingumuste puudumine puhkamiseks võib põhjustada väsimust ja füüsilise ülekoormuse süvenemist, samuti stressi.

- Puhkeruum on suitsuvaba.

#### Abinõu on kasutusel

---

- Olemas on einestamisruum või on kohandatud selleks muu sobiv ruum.

#### Abinõu on kasutusel

---

- Olemas on koht üleriiete hoidmiseks.

#### Abinõu on kasutusel

---

- Olemas on puhkeruum või puhkamiseks on kohandatud muu ruum, mis on küllalt suur ja sisustatud laudade ja seljatoega istmetega.

### Abinõu on kasutusel

---

- Töötajale on kättesaadav nõuetele vastav joogivesi koos pestavate või ühekordsete jooginõudega.

### Abinõu on kasutusel

---

- Olemas on tualettruum, kus saab käsi pesta ja kuivatada.

### Abinõu on kasutusel

#### Külalised ettevõttes

Õnnetus võib põhjustada külalisele luumurru, muljumist, peavigastust ja muid vigastusi.

- Külaline kasutab ettenähtud isikukaitsevahendeid.

### Abinõu on kasutusel

---

- Kui ettevõttes töötavad ühel töökohal korraga vähemalt kahe tööandja töötajad, on tööandjad sõlminud kokkuleppe ühisel töökohal esinevatest ohtudest ja nende vältimise abinõudest teavitamise ning päästetöö ja esmaabi korralduse kohta või on tööandjad määranud töid korraldava isiku, kes teavitab ja korraldab.

### Abinõu on kasutusel

---

- Kui ettevõttes töötavad ühel töökohal korraga vähemalt kahe tööandja töötajad, kooskõlastavad tööandjad oma tegevuse ohtlike olukordade vältimiseks ning teavitavad üksteist ja oma töötajaid või töökeskkonnavolinikke ühisel töökohal esinevatest ohtudest ja nende vältimise abinõudest ning päästetöö ja esmaabi korraldusest.

### Abinõu on kasutusel

---

- Külaline järgib ettevõttes kehtivaid reegleid ja ohutusmärke.



### Abinõu on kasutusel

---

- Ettevõtte välisterritoorium on piirestatud või selgesti märgistatud.

### Abinõu on kasutusel

---

- Külaline pääseb ohualasse ainult ettevõtte esindaja teadmisel.

Ettevõttes on külaline see, kes täidab seal lühikest aega oma tööülesandeid (näiteks autojuht, kuller, seadmete hooldaja, müügiesindaja), ja inimene, kes on tulnud ettevõttega tutvuma (näiteks õpilane, tööotsija).

### Abinõu on kasutusel

---

- Külalist on teavitatud kontaktisikust, kes teda ettevõttes vastu võtab.

### Abinõu on kasutusel

---

- Külalist teavitatakse ettevõttes esinevatest ohtudest, kasutatavatest ohutusabinõudest ja tegutsemisest ohuolukorras.

### Abinõu on kasutusel

## Töövahendiga seotud

### Veekeetja ja kohvimasin

Kohvimasina või veekeetja kasutamine võib põhjustada põletuse kuuma vedelikuga.

- Peale kemikaalidega puhastamist loputatakse kohvimasin või veekeetja üle puhta veega.

### Abinõu on kasutusel

---

- Kohvimasina või veekeetja puhastamisel (kemikaalidega) pannakse vajadusel välja masina kasutamist keelav silt.

### Abinõu on kasutusel

- 
- Kohvimasin või veekeetja täidetakse nii, et veetase jääb märgistuste MIN (minimaalne) ja MAX (maksimaalne) vahele.

#### **Abinõu on kasutusel**

---

- Kohvimasinat või veekeetjat kontrollitakse enne kasutamist ja kasutatakse ainult korras masinat.

#### **Abinõu on kasutusel**