

SISSEJUHATAV OHUTUSJUHEND OLUSTVERE TMK ÕPPIJALE

Sissejuhatava juhendiga tutvumine on kohustuslik kõigile õppijatele. Sissejuhatava juhendamise eesmärgiks on anda õppijale üldteadmisi kehtivate töötervishoiu ja tööohutuse nõuete ja korraldamise kohta koolis.

1. TÖÖTERVISHOIU JA TÖÖOHUTUSE KORRALDUS

- 1.1. Töötervishoiu all mõistetakse Töötaja tervisekahjustuse vältimiseks töökorraldus- ja meditsiiniabinõude rakendamist, töö kohandamist töötaja võimetele ning töötaja füüsilise, vaimse ja sotsiaalse heaolu edendamist.
- 1.2. Tööohutusena mõistetakse töökorraldusabinõude ja tehnikavahendite süsteemi sellise töökeskkonna seisundi saavutamiseks, mis võimaldab töötajal teha tööd oma tervist ohtu seadmata.
- 1.3. 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, koduleht ti.ee.
- 1.4. Töötervishoiu- ja tööohutusala tööd koolis korraldavad ja viivad läbi.
 - 1.4.1. Töökeskkonnaspetsialist – keda tööandja on volitanud täitma tööohutus- ja töötervishoiualaseid ülesandeid koolis, sh jälgib ja kontrollib töötingimusi ning teeb ettepanekuid ohutu töökeskkonna loomiseks, korraldab töötajate ja töötervishoiu ja tööohutusala juhendamist ning korraldab tööõnnetuste, kutsehaiguste ja avariide registreerimist ja uurimist.
 - 1.4.2. Töökeskkonnavolinik – keda töötajad on valinud esindamaks kollektiivi liikmete huve töötervishoiu ja tööohutuse küsimustes (jälgib ja teeb ettepanekuid töökeskkonna parendamiseks).
 - 1.4.3. Osakonna juhataja korraldab töötervishoiu ja tööohutusala tegevust osakonnas.
 - 1.4.4. Töötaja ja õppija kohustuvad täitma tööohutusnõudeid kooli- ja praktikakeskkonnas..

2. OLUSTVERE TMK PÕHIKOHUSTUSED.

Kooli kohustused ja õigused tulenevad Töötervishoiu ja tööohutuse seaduse paragrahv 13 alusel.

- 2.1. Selgitama õppijale koolis ja praktikakohal viibimisega kaasnevaid ohtusid ja kahjulikke mõjusid, korraldama enne praktilist õpet tööohutusala juhendamist.
- 2.2. Koostama ja täiendama Tehtavate tööde ja kasutatavate seadmete ohutusjuhendeid, mis kinnitatakse direktori poolt.
- 2.3. Läbi viima kõikidele õppijatele esimesel kursusel **sissejuhatava juhendamise** käesoleva juhendi alusel. Juhendamise viib läbi pedagoog, kes õpetab mooduleid „Sissejuhatus erialasse“ ja „Töökeskkonna ohutuse alused“
- 2.4. Läbi viima praktilise tegevuse kohal, kus õppija hakkab oma praktikaülesandeid täitma, **esmase juhendamise** tehtava töö või kasutatavate seadmete, masinate, tööriistade, veokite või muude töövahendite kohta koostatud ja kinnitatud ohutusjuhendite alusel;
- 2.5. Korraldama pärast esmajuhendamist, vajadusel ka pärast täiendjuhendamist, ohutute töövõtete omandamiseks **väljaõppe** vastavalt õppekavades sätestatud korrale. Väljaõpet võib ka mitte korraldada, kui õppija on töötanud eelnevalt samalaadsel tööol, tunneb ohutuid töövõtteid või kui tema töö laad seda ei nõua;
- 2.6. Korraldama **täiendjuhendamise**:
 - uute töötervishoiu ja tööohutuse juhendite või õigusaktide kehtestamisel või kehtivate
 - nõuete muutumisel;
 - töökorralduse või tööülesannete muutmisel või kui õppija töös on olnud kolmest
 - kuust pikem vaheaeg;
 - tehnoloogia või töövahendite vahetamisel või uuendamisel;
 - õppija ümberpaigutamisel teisele tööle või tema tööülesannete olulisel muutumisel;
 - õppija tööohutusnõuete rikkumisel;
 - kui struktuuriüksuse juht või õppija ise peab seda vajalikuks;
 - kui tööinspektor peab seda vajalikuks;
- 2.7. Korraldama esmase juhendamise, täiendjuhendamise ja väljaõppe vastavat praktilise töö moodulit läbiviiva kutseõpetaja poolt;
- 2.8. Registreerima sissejuhatava juhendamise täiendjuhendamise ning väljaõppe oleval õppija töötervishoiu ja tööohutuse koolituse päevikus, võttes õppijalt kõigi juhendamiste kohta allkirja. Juhendamise päevikuid hoitakse õppeosakonnas kõikidele valdkonnaainete õpetajatele kättesaadavas kohas.

3. ÕPPIJA KOHUSTUSED JA ÕIGUSED

Õppija on kohustatud:

- osalema ohutu töökeskkonna loomisel, järgides töötervishoiu ja tööohutuse nõudeid;
 - kasutama seadmeid, masinaid ja teisi töövahendeid ainult kasutusjuhendis või eeskirjades lubatud viisil, teavitama juhendajat kõikidest rikestest;
 - mitte viibima masinate, seadmete ohualas (v.a. juhendaja teadmisel ja juuresolekul);
- 3.1. kasutama ettenähtud isikukaitsevahendeid ning hoidma neid töökorras;
 - 3.2. tagama, et tema töö ei ohustaks tema enda ja teiste elu ega tervist ning saastaks keskkonda. Mistahes ohunõuete rikkumisel kaaslaste poolt teavitama sellest viivitamatult juhendajat;
 - 3.3. kasutama töövahendeid nõuetekohaselt ja hoiduma omavoliliselt neid lahti ühendamast või ümber ehitamast, mitte eemaldama töövahendile või ehitisele paigaldatud ohutusseadiseid ja ohutusmärgiseid;
 - 3.4. järgima kehtestatud töö- ja puhkeaja korraldust ning mitte tegelema kõrvaliste asjadega (telefon, muusikamängija jne), mitte segama kaasõpilasi ning tööde teostamisel mitte kiirustama;
 - 3.5. täitma juhendaja, tööinspektori, töökeskkonnavoliniku, töötervishoiuarsti ja kooli töökeskkonnaspetsialisti töötervishoiu- ja tööohutuslaseid korraldusi;
 - 3.6. kohe teatama juhendajale õnnetusjuhtumist või selle tekkimise ohust, tööõnnetusest või tööülesande täitmist takistavast tervisehäirest;
 - 3.7. kinni pidama isikliku hügieeni nõuetest;
 - 3.8. tagama töökoha puhtuse ja korrasoleku;
 - 3.9. järgima kooli territooriumil kehtivaid õueala liikluspiiranguid ja liiklusmärke;
 - 3.10. parkima kooli territooriumil ainult selleks ettenähtud kohtades. Keelatud on parkida kollase joone alal, tõkestada sõiduteed või sõita kooli territooriumil paiknevatel kõnniteedel.

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

Õppijal 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 ;
- keelduda tööst või peatada töö, mille täitmine seab ohtu tema või teiste isikute tervise või ei võimalda täita keskkonnaohutuse nõudeid, teatades sellest viivitamata juhendajale või tema esindajale ja töökeskkonnavolinikule;
- nõuda 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.

4. 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 isikutele.

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
- kukkumis- ja libastumisoht siseruumides libedatel põrandatel, trepil liikumisel;
- löike- ja torkeoht kontoritarvete kasutamisel ja muud traumad ebaõigete töösoorituste tegemisel või raskuste teisaldamisel;
- bioloogiline oht (viirused) suhtlemisel kolleegide ja õpilastega.
- füsioloogilised ohutegurid. Samas tööasendis (sundasendis) töötamine pikemat aega ilma puhkepausideta või vaheldusteta, halb töökoha ergonoomia, lihaste pikem staatiline pinge, võib tekitada organismile ülekoormuse.

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

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

5. 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 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 värelist.

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 tegevusülesannete 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 päikese kiirguse 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.

6. 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 alaosalale.

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

7. ELEKTRIOHUTUSE NÕUDED

Mitte kasutada rikkis elektriseadet vaid teata sellest juhendajale.

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 (automaatlülitid, rikkevoolukaitsmed). Elektriseadmeid võib kasutada ainult ettenähtud eesmärkidel.

Elektriseadmete ekspluaterimisel on keelatud:

- kasutada vigastatud või isolatsioonita juhtmeid ja seadmeid
- kasutada elektrilisi soojendusriistu ilma tulekindla aluseta ning jätta elektriseadmeid järelvalveta;
- kasutada katkisi pistikupesid, pikendusjuhtmeid,
- 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 vastavalt Elektriohutusseadusele.

Tööpäeva lõpul peab viimane tööruumist lahkujad välja lülitama kõik elektritarbijad

Elektritrauma

Lülita välja elektriseade lülitist või katkesta vool automaatkaitsme väljalülitamise abil.

Kutsu abi. Ja väldi enda sattumist vooluringi. Kui elektriühendust ei ole võimalik kohe katkestada, tuleb kannatanu vabastada vooluringist, kasutades isoleerivat eset (kuiv riie, kuiv nõör, kuiv puuese, plastik).

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.

8. 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.

9. 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.

10. TEGUTSEMINE TÖÖÕNNETUSE VÕI ÕNNETUSJUHTUMI KORRAL

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

Õnnetusjuhtumi korral tuleb helistada telefonil 112.

Igast tööõnnetusest peab kannatanu või pealtnägija esimesel võimalusel teatama juhendajale. 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 õnnetusohude materjalidega.

11. 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

- jahuta põlenud piirkonda jooksva vee all või vees hoides. Otsene jahutamine on riiete eemaldamisest tähtsam. Väikesi põletusi võib jahutada pikemat aega, sest see leevendab valu.
- Kutsu esmaabiandja

- soovitav on kasutada Burnshield'i hüdrogeeliga sidemeid pärast 0,5 tundi vees jahutamist, sõltumata põletuse sügavusest ja ulatusest;
- kaitse põlenut mahajahtumise eest (ka suvel), kata soojalt ja anna juua sooja teed;
- kui teadvusel kannatanul on hingamine raskendatud, aseta ta poolistuvasse asendisse;
- aseta teadvuse kaotanud kannatanu püsivasse külili asendisse;
- kutsu kiirabi.

Olustvere TMK töökeskkonnaspetsialist on:

Ülo Kreem

(ees- ja perekonnanimi)

5537284

(telefon)

majandusjuhataja

(ametinimetus)

Olustvere TMK töökeskkonnavolinik on:

Miljan Talvet

(ees- ja perekonnanimi)

56956100

(telefon)

õpetaja,

majandusarvestuse, bürootöö koolituse koordinaator

(ametinimetus)