

Hea ja turvaline töökeskkond



Töötajal ja tööandjal tuleb järgida vastastikuseid õigusi ja kohustusi

Sõbralikud suhted ja koostöö töökeskkonnas eeldab, et kõik osapooled on teadlikud oma õigustest ja kohustustest

Kool peab vastama puudega inimeste erivajadustest tulenevatele ehitise nõuetele

Peaasi. (kuupäev puudub). *Vaimse tervise hea tava töökohal.*
<https://peaasi.ee/vaimse-tervise-hea-tava-tookohal/>

Sotsiaalministeerium. (kuupäev puudub). Töökeskkond ja töösuhted.
<https://www.sm.ee/et/tookeskkond-ja-toosuhted>

Terviseamet. (kuupäev puudub). *Koolid.*
<https://www.terviseamet.ee/et/keskkonnatervis/inimesele/haridus/koolid>

Terviseamet. (kuupäev puudub). *Siseõhk ja selle tähtsus.*
<https://www.terviseamet.ee/et/keskkonnatervis/inimesele/siseohk>

Tervisekaitse nõuded koolidele. (2013). RT I, 28.08.2013, 10.
<https://www.riigiteataja.ee/akt/128082013010?leiaKehtiv>

Töökohale esitatavad töötervishoiu ja tööohutuse nõuded. (2018). RT I, 05.12.2018, 9. <https://www.riigiteataja.ee/akt/105122018009?leiaKehtiv>

Näpunäited vaimse tervise hoidmiseks

- **Suhelge vahetult** ja vältige ainult IT-suhtlust
 - Olge **sõbralikud** väärtustades viisakat suhtlemiskultuuri
 - Võtke asja **huumoriga**
- **Vältige** halvustavat kõnepruuki vaimse tervise teemadel

- **Liikuge rohkem**, minge trepist jalgsi ja võimalusel tehke lõunal jalutuskäik väljas
- **Puhake ja magage** piisavalt
- Tehke **meedia ja nutiseadmete paaste**

- **Märgake ja pakkuge tuge**, kui kellelgi on muresid
- Kui tunnete, et vajate ise abi, siis **ärge häbenege sellest rääkida**

- Leidke **usaldusisik**, kellega oma muret jagada või kes oleks abiks ülemusega rääkimisel



Kooliruumid

- Kooliruumide pinnad peavad olema mitteläikivad, kergesti hooldatavad
- Läbipaistvad ruumide pinnad ja peegelseinad peavad olema märgistatud või varustatud kaitsega
- Kätepesu jaoks peab olema soe vesi, hügieenitarbed ja kuivatamistarbed

Siseõhk

- Ruumides tuleb tagada tervisele ohutu sisekliima
 - Ruumides ei tohi olla tuuletõmbust
 - Ruumides peavad aknad olema avatavad ja vajaduse korral võimaldama tuulutamist
- Koolides peab olema õpperuumis vähemalt 19°C
- Siseõhus tohib süsihappegaasi sisaldus olla kuni 1000 mikroliitrit
 - Siseõhu suhteline õhuniiskus peab jääma vahemikku 40%-60%

- Joogivesi peab vastama joogivee nõuetele
- Mürataseme vastavus nõuetega
- Personali tervisetõendite olemasolu



Keskkond

- Töökoht peab olema piisavalt valgustatud, eelistatud on päevavalgus
- Töökoha valgustus peab olema kohandatud vastavalt töötaja tervislikule seisundile
- Tööruumid ja töövahendid tuleb hoida puhtana
- Põrandad ei tohi olla libedad ega ohtlike kallakutega
- Uste avamised ei tohi olla takistatud
- Trepid ei tohi olla libedad