



Turvallisesti töissä

Turvallisuusperehdysopas nuorille



Työturvallisuus rakentuu arkipäiväisistä

asioista. Turvallinen työpäivä alkaa työmatkasta ja päättyy kotimatkaan. Asianmukainen työasu, apuvälineiden käyttö, hyvät työskentelyasennot ja siisti työympäristö vaikuttavat kaikki siihen, miten turvallisesti työpäivämme rakentuu.

Meillä PeeÄssä pidetään hyvää huolta työntekijöistä. Se edellyttää, että pidämme yhdessä huolta työturvallisuudesta.

Me työnantajana olemme vastuussa siitä, että työ on järjestetty hyvin, sinut on perehdytetty laadukkaasti, työvälineet ovat kunnossa ja työn riskit sekä vaarat ovat hallussa.

Työntekijän vastuulla on huolehtia, ettei hän aiheuta omalla toiminnallaan vaaraa itselleen tai muille.

Tässä oppaassa käymme yhdessä läpi seuraavat teemat:

1. Tunne työympäristösi
2. Siisteydestä ja hygieniasta huolehtiminen
3. Ergonomia
4. Suojainten käyttö
5. Häätilanteissa toimiminen



Tunne työympäristösi



Työpäivään valmistautuminen alkaa turvallisella työmatkalla.

Lähde töihin riittävän ajoissa, jotta sinulle ei tule kiire. Kiire lisää työmatkatapaturmien riskiä.

Muista myös eväät, jotta saat työpäivääsi energiaa!

Ole työpaikalla riittävän ajoissa.

Sinulle nimetään työpaikalta ohjaaja, jonka tapaat ensimmäisenä työpäivänä sovituissa paikassa.



Tutustukaa yhdessä työympäristöön työntekijän näkökulmasta. Mistä kautta työntekijät kulkevat töihin? Missä sijaitsevat tauko- ja WC-tilat? Missä voit säilyttää henkilökohtaisia tavaroitasi työpäivän ajan? **Kysy aina, jos jokin askarruttaa sinua!**

Ensimmäisenä työpäivänä saat työpaidan ohjaajaltasi. **Asianmukaiset työvaatteet helpottavat työntekoa ja suojaavat meitä työtapaturmilta.**



Työssä käytettävien kenkien on oltava suojaavat, hengittävät ja tukevat. Sukkien kannattaa olla nilkat peittävät. Hyvillä työkengillä jaksaa seistä koko työpäivän ajan. **Työkengiksi eivät sovellu avonaiset sandaalit tai korkeakorkoiset kengät.**





Siisteydestä ja hygieniasta huolehtiminen

Pitämällä työympäristömme siistinä ja hyvässä järjestyksessä voimme ehkäistä monta tapaturmaa. Vastuu työympäristön siisteydestä kuuluu kaikille.

Kulkuväylät ja hätäpoistumistiet pidetään esteettöminä.

Turhia ja rikkinäisiä tavaroita ei jätetä nurkkiin pyörimään. Lattioille jätetyt roskat, kuten pakkausmuovit saattavat aiheuttaa kompastumisen tai liukastumisen työntekijöille tai asiakkaille.



Jätteet ja roskat viedään niille sovittuun paikkaan ja kierrätetään oikea-oppisesti. Perehtykää yhdessä jätepuristimien turvalliseen käyttöön.

Ensiapukaapille ja sammutuskalustolle on oltava esteetön kulku. Hätätilanteessa niiden luokse on päästävä nopeasti, eikä eteen saa kasata tavaroita.

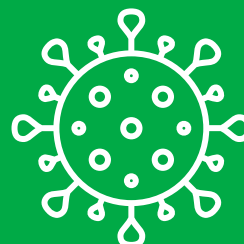


Työvälineet viedään takaisin paikoilleen ja pidetään puhtaina.

Ilmoita rikkinäisistä työvälineistä välittömästi ohjaajalle tai esimerkiksi työkaverille tapaturmien välttämiseksi.

Kertakäyttöhanskoja ja päähineitä käytetään erityisesti ravintolapuolen tehtävissä.

Korona-aikana kiinnitämme erityistä huomiota käsien pesuun, turvaväleihin ja tarvittaessa kasvomaskin käyttöön.





Ergonomia

Ergonomialla tarkoitetaan sitä, että työpisteet ja -välineet, kalusteet ja menetelmät on kehitetty sellaisiksi, että työntekijät voivat tehdä työtään turvallisesti satuttamatta itseään.

Tavaroiden nostamisessa ja siirtämisessä huomioidaan oikea nostotekniikka: pidä selkä suorana ja kuorma lähellä vartaloa. Vältä kiertoja ja taivutuksia, kun nostat. Korkeisiin ja raskaisiin nostoihin kannattaa pyytää apua työkaverilta. **Alle 18-vuotias nuori ei saa nostaa yli 15 kg:n taakkoja.**



Työpäivän aikana voi joutua nostamaan ja siirtämään suuria määriä tavaroita. Sen takia **työssä on tärkeää hyödyntää apuvälineitä**. Niiden käyttäminen vähentää työn fyysistä kuormittavuutta ja tapaturmariskiä.



Kaupan puolella hyllytys- ja kuormapurkutyössä käytettäviä apuvälineitä ovat esimerkiksi norsunjalka ja tasokärky. Ravintoloissa voidaan käyttää muun muassa astiakärkyjä, joilla vähennetään käsien kuormittumista astioiden kantamisessa. Pöytien pyyhkimisessä voidaan käyttää apuna kalustemoppia.



Suojainten käyttö

Kun työskentelemme erilaisten työtehtävien parissa, saatamme tarvita työn turvallisuuden varmistamiseksi erilaisia suojaimia.

Tavallisimpia työssä tarvittavia suojaimia ovat työhanskat, turvaleikkuri ja asianmukaiset työkengät.

Viiltosuojahanskoja käytetään esimerkiksi pullohuoneessa ja kertakäyttöhanskoja ravintolassa ruokaa valmistaessa.



Esimerkiksi hyllytystyössä työntekijä voi joutua tekemään työtä polvillaan, jonka vuoksi on hyvä muistaa käyttää polvisuojia.

Polvisuojat pienentävät polveen kohdistuvaa kuormitusta ja suojaavat kylmältä.

Kuormitusta voidaan myös vähentää työskentelemällä toispolviseisonnassa.

Työntekijä altistuu työssään melulle esimerkiksi tiskauspisteessä, pullonpalautushuoneessa ja varastotiloissa. **Melun aiheuttamilta haitoilta voidaan suojautua käyttämällä kuulosuojaimia,** joiden saatavuudesta työnantaja on vastuussa.





Hätätilanteissa toimiminen

Ilmoita aina omalle ohjaajallesi, päälliköllesi tai työkaverillesi, jos havaitset työssä jotakin tavallisesta poikkeavaa.

**Hätä- ja vaaratilanteissa paikalle
hälytetään apua hätänumerosta 112.**

Jos joudut hälyttämään apua, muista kertoa

1. Kuka olet?
2. Mistä soitat?
3. Mitä on tapahtunut?
4. Missä on tapahtunut?
5. Onko ihmisiä vaarassa?



**Pysy rauhallisena.
Älä katkaise puhelua,
ennen kuin olet saanut
siihen luvan.**

Turvallista työpäivää! 😊