**Notið einnig aðra vinnuumhverfisvísa og sértæka vísa þegar við á**

**Nafn fyrirtækis:\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_ Heildarfjöldi starfsmanna:\_\_\_\_\_\_\_\_**

**Útibú/deild:\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_ Fjöldi starfsmanna:\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_**

Innra starf fyrirtækisins:

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| *Efnisþáttur – atriði* | Viðmið – athugasemdir | *Mat**🗸= í lagi**X=ekki í lagi**0=á ekki við* | *Lög, reglur og leiðbein. VER.. Annað* |
| ***Vinnuverndarstarf*** |  |  |  |
| 1. Skipulag og virkni vinnuverndarstarfsins | Er kerfisbundið vinnuverndarstarf fyrir hendi í fyrirtækinu?* Er öryggistrúnaðarmaður/-vörður, öryggisnefnd? Hafa þeir sótt vinnuverndarnámskeið?
* Hefur verið gert áhættumat og áætlun um forvarnir fyrir öll vinnusvæði og ferðir starfsmanna í tengslum við starfsemina? Tóku ÖT/ÖV þátt í gerð áhættumatsins? Komu aðrir starfsmenn einnig að því? Aðkoma erlendra starfsmanna? Er leitað eftir utanaðkomandi ráðgjöf ef ekki er nægileg þekking innan fyrirtækisins?
* Er unnið markvisst að úrbótum? Er eftirfylgni?
* Er uppbygging vinnuverndarstarfs í samræmi við stærð og umfang starfseminnar?
* Eru reglulegar skoðunarferðir um vinnustaðinn/ vinnusvæðið, fundir í öryggisnefnd? Er eftirlitsbók til staðar?

Eru starfsmenn hvattir til að stunda líkamsrækt og heilbrigða lífshætti? |  | L-46/1980Rg-920/2006FL-21/2006FL-24/2008Lb-1/2007Lb-4/2007Lb-1/2008Lb-1/2012ÁbendingFL-25/2008 |
| 2. Aðild fleiri atvinnu-rekenda að vinnustað | Sameiginleg ábyrgð á vinnuverndarstarfi og vinnuaðstæðum, t.d. vegna verktaka og birgja. |  | Rg-920/2006 22. gr |
| 3. Fræðsla/þjálfun  | Fá nýráðnir starfsmenn, íslenskir sem erlendir, skipulagða fræðslu og þjálfun? Ef já, er vinnuvernd hluti af því? Er gengið úr skugga um að erlendir starfsmenn hafi skilið þá fræðslu og leiðbeiningar sem þeir hafa fengið?Fá allir starfsmenn reglubundna þjálfun og fræðslu í vinnuvernd, t.d. ef þeir flytjast á milli starfa/staða, nýr búnaður eða efni eru tekin í notkun eða ný tækni innleidd? |  | L-46/1980, 14. gr.Rg-920/2006, 25. gr.Lb-4/2007 |
| 4. Ungir starfsmenn | Áhættumat, aldursmörk, verkefni við hæfi, vinnutími, hvíld. |  | Rg-426/1999Lb-1/2006Lb-2/2006 |
| 5. Þungaðar konur, konur með barn á brjósti | Áhættumat og verkefni við hæfi. |  | Rg-931/2000Lb-1/2001 |
| 6. Vinnuslys | Vinnuslys tilkynnt, tilkynningablað á heimasíðu VER. Greining slysahættu. Skráning og greining slysa og “næstum slysa”/óhappa. Endurskoðun áhættumats. |  | L-46/1980, 78.-80. gr.Rg-920/2006, 30. gr.FL-30/2013 |

**Hollustuhættir:**

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| *Efnisþáttur – atriði* | Viðmið – athugasemdir | *Mat:**V: Í lagi**X: Ekki í lagi**0: Á ekki við* | *Lög, reglur og leiðbein. VER. Annað* |
| ***Vinnurými*** |  |  |  |
| 1. Stærð | Loftrými ≥12m3 á mann, lofthæð yfir 4 m telst ekki með. Flatarmál herbergis sem unnið er í meginhluta vinnudagsins ≥ 7m2. Lofthæð 2,5 m. |  | R-581/1995, 4-5. gr.,Byggingarr.  |
| 2. Skipulag  | Er aðskilnaður milli deilda/vinnusvæða eftir starfsemi, t.d. vegna hitastigs eða hávaða? Staðsetning og bil milli innréttinga, véla og búnaðar.\*Reglur gilda f. vélar eldri en 1997, leiðb. gilda fyrir allar vélar. |  | R-581/19953. gr.R-384/2005Rg-921/2006R-492/1987\*Byggingarr. |
| 3. Yfirborð gólfs, lofts og veggja | Heilt, óskemmt yfirborð, þrif auðveld. |  | R-581/1995, 6.-7. gr. |
| ***Inniloft*** |  |  |  |
| 1.Hita- og rakastig. | Hiti um 18-22°C, raki 30-50%. Koma skal í veg fyrir: * dragsúg og kulda, t.d. frá opnum dyrum/gluggum, kaldari rýmum og köldum flötum
* hitageislun frá gluggum.

Hitastig getur verið lægra ef heilbrigðissjónarmið vegna meðferðar matvæla krefjast þess, þá ávallt eins nálægt 16°og hægt er, lægsta hitastig í kældu rými þar sem unnið er að staðaldri 10° C. Rakastig fari ekki þar yfir 60%. Hvíldaraðstaða, vinnuhlé, persónuhlífar. |  | R-581/1995, 9. gr.R-384/2005Vinnuv.átak VER 1997: [www.vinnueftirlit.is](http://www.vinnueftirlit.is) |
| 2. Almenn loftræsting. | Fullnægjandi og án dragsúgs, loftskipti í samræmi við þarfir, ferskloft hreint og upphitað, staðsetning loftinntaka, hávaði frá loftræstingu í lágmarki, reglubundið viðhald. Þjónustubók. |  | R-581/1995. 10. gr. |
| 3. Staðbundin loftræsting | Afsog frá mengandi búnaði. |  | R-581/1995, 8. gr. |
| 4. Þrif | Eru þrif nægjanleg? Er komið í veg fyrir ryksöfnun?  |  | FL-27/2006 |
| 5.Sólarálag frá gluggum | Dregið skal úr hitaálagi með sólarfilmum eða öðru sambærilegu. |  | R-581/1995 8. gr.R-498/1994 |
| 6. Tóbaksvarnir | Er vinnustaðurinn reyklaus? Reykingar bannaðar í öllum vinnu- og starfsmannarýmum. Leyfa má reykingar þar sem þær valda ekki óþægindum og loftræsting er fullnægjandi. Sérstakar undanþágur, sjá reglugerð. |  | L-6/2002 Rg-326/2007 |
| ***Efni og efnaáhrif*** |  |  |  |
| 1. Varasöm og hættuleg efni vegna ræstinga eða tækja | Öryggisblöð á íslensku og tungumálum sem erlendir starfsmenn skilja. Merking á umbúðum og verklagsreglur. Fræðsla um meðferð og notkun efna. Nægjanleg loftræsting. Viðeigandi persónuhlífar. Tilmæli um að skipta út hættulegum efnum fyrir hættuminni, ef mögulegt er,. |  | R-553/2004, 10. gr.R-497/1994 L-45/2008Rg-236/1990 |
| 2. Geymsla efna | Lokuð og læsanleg, loftræst geymsla fyrir eiturefni og varasöm efni. |  | R-553/2004 |
| 3. Neyðarbúnaður | Neyðarsturta með augnskolunarbúnaði þar sem varasöm efni eru notuð. |  | R-553/2004  |

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| ***Lýsing*** |  |  |  |
| 1. Almenn lýsing | Hæfileg lýsing, fjöldi og staðsetning ljósgjafa, þrif ljósgjafa og glugga, dagsbirta, varnir gegn ofbirtu. Lágmarksbirta 200-300 lux. |  | R-581/1995, 8. gr.ÍST EN 12464-1(Staðlaráð.)Rg-165/2012 |
| 2. Sérlýsing (vinnulýsing) | Við venjulegar aðstæður 300-750 lux, við krefjandi aðstæður allt að 1000 lux. Við afgreiðslukassa 750 lux, við kjötvinnslu 500-750 lux.  |  |
| 3. Glampa-myndun | Birta frá ljósgjöfum og gluggum valdi ekki glampa í vinnufleti eða búnaði. |  | R-581/1995, 8. gr.R-498/1994 |
| ***Hávaði*** |  |  |  |

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| 1. Hávaðavarnir | Áhersluröðun:1. Við upptök – koma í veg fyrir myndun hávaðans.
2. Yfirbygging véla/búnaðar.
3. Skilveggir/skilrúm – aðskilja hljóðlátari starfsemi frá háværri og nið frá tækjum.
4. Stytting ómtíma – minnka bergmál.

Atvinnurekandi skal gera áhættumat og áætlun um forvarnir þar sem tekið er tillit til tækniframfara og tiltækra ráðstafana til að koma í veg fyrir áhættu af álagi vegna hávaða við upptök hans.Starfsmenn skulu draga úr hávaða eins og kostur er og stuðla að því að þær ráðstafanir sem gerðar eru til að draga úr hávaða komi að notum. |  | R-921/2006, 7. gr.R-921/2006, 7. og 11. gr |
| 2. Hávaðamörk | Fyrir truflandi hávaða (utanaðkomandi hávaða) gilda eftirfarandi mörk:* Utanaðkomandi hávaði þar sem mikilvægt er að samræður geti átt sér stað fari ekki yfir 65 dB(A) að jafnaði á 8 klst. vinnutíma.
* Utanaðkomandi hávaði í mat- og kaffistofum fari ekki yfir 60 dB(A) á meðan á notkun stendur.
* Utanaðkomandi hávaði þar sem gerðar eru miklar kröfur til einbeitingar og samræður eiga að geta átt sér stað óhindrað fari ekki yfir 50 dB(A) að jafnaði á 8 klst. vinnutíma.
 |  | R-921/2006, 5. gr. |
| ***Titringur*** |  |  |  |
| 1.Titringsvarnir | Verða starfsmenn fyrir titringsálagi? Áhættumat og áætlun um heilsuvernd/forvarnir. |  | Rg-922/2006, 7. – 8. gr.Rg-920/2006  |

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| ***Verkstöðvar – líkamlegt álag/ líkamsbeiting*** |  |  |  |
| 1. Verkstöðvar/ álag á hreyfi – og stoðkerfi. | Vinnustöður og líkamsbeiting, t.d. við afgreiðslukassa/afgreiðsluborðáfyllingu í búðí kjötdeildá lager/móttökuViðmið:Oftast unnið í olnbogahæð með beint bak og slakar axlir. Vinna fyrir ofan axlarhæð eða neðan hné kemur sjaldan fyrir. Verkefnin nálægt líkamanum (35-45 cm mælt frá olnboga starfsmanns við bol að viðfangsefni, hámark 55-65 cm). Fjölbreytt verkefni, oft skipt um vinnustöður og –hreyfingar. |  | R-499/1994FL-18/2005FL-10/1989Vinnuverndar-átak í mat-vöruversl. 1997,Heilsubúðin 1997, [www.vinnueftirlit.is](http://www.vinnueftirlit.is) |
| 2. Vinnuaðstaða við verkstöðvar | Nægt rými, verkefni í þægilegri vinnuhæð og seilingarfjarlægð. Undirlag þægilegt, gólf laus við hálku. Stillanlegur búnaður t.d. stillanleg vinnuborð og vinnustólar.**Afgreiðslukassi:** *Hæð* **–** stillanleg 85-105 cm, ef ekki u.þ.b. 90 cm. Hægt að sitja og standa til skiptis.*Þykkt kassaborðs* **–** hámark 8-10 cm, svo hægt sé að koma lærum undir borð og sitja þétt að því.*Vinnusvið* **–** seilingarfjarlægð í vörur að jafnaði ekki meiri en 20-30 cm frá borðbrún, hámark 40-50 cm**.***Rými fyrir fætur* a.m.k. 65 cm undir borðið og frír snúningur eða hreyfing til hliðar. Stuðningur undir fætur þegar setið er, mjúkt undirlag þegar staðið er. *Færibönd* að og frá skanna.*Vinnustóll* – stöðugur, þægilega bólstraður, veitir góðan stuðning, stillanleg hæð og halli setu og baks.**Afgreiðsluborð:** Vinnuhæð, vinnusvið, borðrými**Kjötborð, kæliborð, hillur**:– vinnuhæð, vinnusvið. |  | R-499/1994FL-18/2005FL-10/1989 Vinnuv.átak VER 1997: [www.vinnueftirlit.is](http://www.vinnueftirlit.is) |
| 3. Staðsetning verkstöðva | Staðsetning véla, vinnuborða og tækja, þannig að þægilegt flæði sé milli verkþátta í verkefnum/framleiðsluferli. |  | FL-18/2005FL-10/1989  |
| 4. Að lyfta og bera vörur | Líkamsbeiting við að flytja vörur. Meta þyngd/fjarlægð byrða og hversu oft þarf að lyfta, bera, draga og ýta; sérstakt áhættumat vegna þungaðra kvenna og ungra starfsmanna. Þegar vörur, sem lyfta þarf oft, eru staðsettar neðan við hné eða ofar en í brjósthæð skal nota léttitæki. |  | R-499/1994Rg-931/2000Rg-920/2006FL-18/2005FL-16/2000FL-10/1989Vinnuv.átak VER 1997 |
| 5. Léttitæki | Eru nauðsynleg léttitæki til staðar, t.d. lyftarar, vagnar, tröppur, stigar og trillur? Athuga rými, hæðarmun á gólfi, þröskulda o.s.frv.  |  |
| 6. Fræðsla – þjálfun | Fræðsla, þjálfun í notkun léttitækja og líkamsbeitingu. Er starfsfólk meðvitað um rétta líkamsbeitingu og hæfilega þyngd byrða? |  |
| 7. Skipulag vinn-unnar, einhæfni - fjölbreytni | Er vinnan skipulögð þannig að líkamlegt álag sé fjölbreytt? Er verkvíxlun? Ef ekki hægt, eru þá tekin hlé reglulega? Mönnun á álagstíma. |  |

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| ***Félagslegur og andlegur aðbúnaður*** |  |  |  |
| 1. Stjórnun | Hvatning og stuðningur í starfi, umbun/viðurkenning fyrir vel unnin störf. Starfsmannasamtöl. |  | L-46/1980Rg-931/2000 R-426/1999 R-1000/2004FL-13/1999FL-16/2000FL-19/2008Lb-4/2007 |
| 2. Vinnutími, vinnuskipulag | Skipulag vinnutímans: vaktavinna (fylgi sólahringnum), vaktavinna þungaðra kvenna, tilviljunarkennd yfirvinna, vinnu- og hvíldartími ungra starfsmanna, tímaþröng, fjöldi verkefna, afleysing. |  |
| 3. Tilbreytingar-leysi, einhæfni, einvera við vinnu | Einhæf vinna og/eða vinna sem krefst stöðugrar athygli. Stuðningur frá starfsmönnum og/eða yfirmönnum. |  |
| 4. Athafnafrelsi, svigrúm, starfs-þróun | Hafa starfsmenn möguleika á að hafa áhrif á skipulag og framkvæmd vinnunnar? Framgangur í starfi. |  |
| 5. Samskipti, upp-lýsingaflæði, boð-leiðir | Boðskipti á milli starfsmanna og á milli starfsmanna og stjórnenda. Samskiptavandamál, ágreiningur, áreitni, einelti. Tungumála-örðugleikar. Er til stefna og viðbragðsáætlun um einelti? Starfsmannafundir og fræðslufundir.  |  |
| 6. Hótanir, ofbeldi, ráns-tilraunir | Forvarnir: Hönnun, innréttingar, yfirsýn, aðgengi, verklag, mönnun, aldur starfsmanna. Viðbragðsáætlun vegna hótana og ofbeldis? Myndavélar, boðkerfi, þjálfun. Viðbrögð: Áfallahjálp, stuðningur við starfsmenn, atvikaskráning, tilkynning til Vinnueftirlitsins.. |  |
| 7. Endurmenntun, símenntun | Er skipulögð endurmenntun/námskeið hjá fyrirtækinu? Er þekkingarmiðlun innan vinnustaðarins? |  | Ábending |

**Öryggi:**

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| Efnisþáttur – atriði | *Viðmið – athugasemdir* | *Mat**🗸= í lagi**X=ekki í lagi**0=á ekki við* | *Lög, reglur og leiðbein. VER.* *Annað* |
| **Húsnæði/****Umhverfi**  |  |  |  |
| 1. Aðgengi | Er aðgengi að húsnæðinu gott og öruggt, t.d. við móttöku vara? Eru fallvarnir við rampa og palla?Er aðgengi fatlaðra tryggt (ábending)?  |  | R-581/1995, 42. gr.R- 499/1994Byggingarr. |
| 2. Umferðaleiðir innan dyra | Eru umferða- og gönguleiðir um vinnustaðinn greiðar og öruggar? Eru stigar, tröppur og handrið samkvæmt byggingareglugerð? |  | R-581/19953. og 39. gr.Byggingarr.R-367/2006 |
| 3. Rýmingarleiðir | Greiðar, merktar útgönguleiðir, neyðarlýsing |  | R-581/1995,37. gr.Byggingarr. |
| 4. Umferðaleiðir utan dyra | Eru umferða- og gönguleiðir utan dyra öruggar (athuga lýsingu, handrið, hálkuvarnir o.fl.)?Er hrunhætta af þaki, t.d. snjór eða grýlukerti? |  | R-581/1995,41. gr.Byggingarr. |
| 5. Vöruhurðir og sjálfvirkar rennihurðir | Öryggisbúnaður t.d. þrýstilisti, ljósnemavörn til varnar klemmihættu endastopp, reglubundið viðhald., haldrofi. Þjónustubók ef framleiðandi krefst þess.  |  | R-581/1995 44. gr. Rg-1005/2009ÍST EN 12453 |
| 6. Öryggis- og heilbrigðismerki | Dæmi um merkingar:Neyðarskilti um flóttaleiðir. Bann við reykingum og opnum eldi. Boðmerki um notkun persónuhlífa. |  | R-707/1995 |
| 7. Neyðaráætlun | Liggur fyrir neyðaráætlun í fyrirtækinu/stofnunni vegna náttúruhamfara eða eldsvoða? |  | Ábending |
| **Vélar og tæki** |  |  |  |
| 1. Vélar | Staðsetning og stöðugleiki, stjórnbúnaður, neyðarstöðvunarbúnaður, hlífabúnaður sé til staðar og stilltar í lægstu stöðu miða við verkefni, varúðarmerkingar. CE-merking á vélum innfluttum 1997 og síðar. |  | Rg-1005/2009R-492/1987 (gilda f. vélar eldri en 1997, leiðb. gilda fyrir allar vélar) |
| 2. Kæliklefar | Hurð á kæliklefum skal opnast út og vera búin læsingum þannig að þær verði opnaðar bæði utan og innan frá. Klefinn skal vera með lýsingu og hringingarkerfi svo hægt er að gefa merki frá honum. Snertlar neyðarkerfis skulu vera upplýstir og merktir. |  | Rg-12/1965Vinnuv.átak VER 1997 |
| 3. Lyftarar | Réttindi lyftarastjórnenda, vinnuvélaskoðanir. Vinnuvélaréttindi erlendra starfsmanna þurfa staðfestingu Vinnueftirlitsins. |  | R-198/1983R-388/1989 |
| 10. Rafgeyma-hleðsla  | Sérstakt eða afmarkað loftræst rými eftir því sem við á. Öryggis- og heilbrigðismerkingar. Öryggisblöð, neyðarsturta og augnskolunarbúnaður. Neistafrír rafbúnaður. |  | Rg-553/2004R-707/1995ÍST EN 50272-3:2002Lb.-1/1990 |
| **Persónuhlífar** |  |  |  |
| 1. Grunnkröfur | Allar persónuhlífar CE-merktar og skv. viðkomandi ÍST EN staðli. Leiðbeiningar á íslensku. Nota skal persónuhlífar þegar ekki er hægt að koma við öðrum lausnum eða á meðan unnið er að fullnægjandi úrbótum. |  | R-501/1994 R-497/1994 |
| 2. Hlífðarföt og hanskar | Hlífðarfatnaður við vinnu í kældum rýmum. Skurðþolnir hlífðarhanskar og svuntur við úrbeiningu. Aðrar persónuhlífar eftir þörfum, t.d. öryggisskór og hlífðargleraugu. |  | R-501/1994R-497/1994 |
| **Annað** |  |  |  |
| 1. Slökkvibúnaður | Staðsetning, fjöldi, gerð. Samráð við eldvarnareftirlit. |  | Reglur Mannvirkjast. |
| 2. Skyndihjálpar-búnaður | Staðsetning, fjöldi, gerð. Fræðsla um skyndihjálp. |  | R-581/1995, 38. gr. |

**Aðbúnaður:**

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| Efnisþáttur – atriði | *Viðmið – athugasemdir* | *Mat**🗸= í lagi**X=ekki í lagi**0=á ekki við* | *Lög, reglur og leiðbein. VER.**Annað* |
| ***Starfsmanna-rými*** |  |  |  |
| 1. Snyrtingar | Fjöldi hreinlætistækja miða við starfsmannafjölda. Snyrtiherbergi aðgreind eftir kynjum. Loftræsting. einnota handþurrkur eða handklæðarúllur. Klósettpappír á þar til gerðum höldurum. Sápa. |  | R-581/1995 21-31. gr. |
| 2. Kaffi/matstofa | Búnaður, stærð miðuð við starfsmannafjölda. Loftræsting. |  | R-581/1995 31-37. gr. |
| 3. Búningsaðstaða | Læstir fataskápar eða fatahengi og læstar hirslur fyrir persónulega muni starfsmanna. Loftræsting, búnaður og stærð taki mið af fjölda starfsmanna. Kynjaskipt ef við á. |  | R-581/1995 13-20. gr. |
| Ræstiklefar |  |  |  |
| 1.Ræstiklefar | Aðgengi, búnaður, stærð, loftræsting, vatn og skolvaskur. Ræstiklefar á hverri hæð, sjá nánar í reglum. |  | R-581/1995,43. gr.Byggingarr. |

\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_

Dags.

\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_

Undirskrift

\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_

Undirskrift