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:*  *V: 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 gerð skrifleg áætlun um öryggi og heilbrigði, þar á meðal áhættumat og áætlun um forvarnir fyrir öll vinnusvæði og ferðir starfsmanna á milli þeirra? Tóku ÖT/ÖV þátt í gerð áhættumatsins? Komu aðrir starfsmenn einnig að því? Aðkoma erlendra starfsmanna? * Er leitað eftir utanaðkomandi ráðgjöf hjá viðurkenndum þjónustuaðila í vinnuvernd, ef ekki er nægileg þekking innan fyrirtækisins til gera áætlun um öryggi og heilbrigði? * 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-46/1980  Rg-730/2012  Rg-920/2006  FL-21/2006  FL-24/2008  Lb-1/2012  Lb-1/2007  Lb-4/2007  (fleiri tungumál)  Lb-1/2008  (fleiri tungumál)  Ábending  FL-25/2008 |
| 2. Aðild fleiri atvinnurekenda 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  (fleiri tungumál) |
| 4. Ungir starfsmenn | Aldursmörk, verkefni við hæfi, vinnutími, hvíld |  | R-426/1999  Lb-1/2006  Lb-2/2006 |
| 5. Þungaðar konur eða m/barn á brjósti | Áhættumat og verkefni við hæfi. |  | Rg-931/2000  Lb-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. |

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. Ræstirými | Aðgengi – er auðvelt að komast að ræstibúnaði?  Er búnaður til ræstinga í samræmi við umfang þrifa?  Er ræstiklefi / skápur nægilega stór?  Er loftræsting nægileg? Er aðgengi að vatni og skolvaski óhindrað? Ræstiklefar á hverri hæð, sjá nánar í reglum. |  | R-581/1995  4.3. gr. |
| 2. Skipulag húsnæðis | Auðvelt yfirferðar t.d. lítið af þröskuldum. Er mikið af hlutum sem þarf að færa til? Eru rafmagnssnúrur á gólfum? |  | R-581/1995  3. gr |
| 3. Yfirborð gólfs, lofts og veggja | Heilt, óskemmt yfirborð, þrif auðveld. |  | R-581/1995  6-7. gr. |
| ***Inniloft*** |  |  |  |
| 1.Hita- og rakastig | Hiti um 16-22°C, raki 30-50%. Koma skal í veg fyrir dragsúg og kulda, t.d. frá opnum dyrum/gluggum. |  | R-581/1995  9. gr. |
| 2.Almenn loftræsting | Fullnægjandi og án dragsúgs, loftskipti í samræmi við þarfir, ferskloft hreint og upphitað með jafnri dreifingu. |  | R-581/1995  10. gr. |
| 3. Tóbaksvarnir | Er vinnustaðurinn reyklaus? Reykingar bannaðar í öllum starfsmanna- og vinnurýmum.  Skv. reglugerð má leyfa reykingar í sérstöku loftræstu afdrepi þar sem tryggt er að reykur berist ekki í önnur rými. Sérstakar undanþágur, sjá reglugerð. |  | L-6/2002  Rg-326/2007 |
| **Efni og efnaáhrif** |  |  |  |
| 1. Varasöm og hættuleg efni | Öryggisblöð í 16 liðum á íslensku eða ensku. Atvinnurekandi þarf að tryggja að allir starfsmenn, íslenskir sem erlendir, fái kynningu á innihaldi þeirra á tungumáli sem þeir skilja. Merking á umbúðum og verklagsreglur. Fræðsla um meðferð og notkun efna. Fullnægjandi loftræsting. Viðeigandi persónuhlífar.  Tilmæli um að skipta út hættulegum efnum, ef mögulegt er, fyrir hættuminni eða hættulaus efni. Áhættumat vegna efnanotkunar. |  | Rg-553/2004  R-497/1994  L-61/2013  Rg-415/2014  FL-39/2018 |
| 2. Geymsla efna | Lokuð, læsanleg, loftræst geymsla fyrir eiturefni og varasöm efni. |  | Rg-553/2004 |
| 3. Neyðarbúnaður | Neyðarsturta með augnskolunarbúnaðiþar sem varasöm efni eru notuð. |  | Rg-553/2004 |
| **Lýsing og birtuskilyrði** |  |  |  |
| 1.Almenn lýsing | Hæfileg lýsing, fjöldi og staðsetning ljósgjafa, þrif ljósgjafa og glugga, dagsbirta. Birtumagn í samræmi við birtukröfur viðkomandi starfsemi. Ef gerðar eru sérstakar kröfur til þrifnaðar er ráðlögð birta a.m.k. 200-300 lux. |  | R-581/1995  8. gr.  ÍST EN 12464-1 |
| 2. Sérlýsing | Við krefjandi aðstæður skal lýsing aukin eftir þörfum. |
| ***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. 4. Stytting ómtíma – minnka bergmál.   Atvinnurekandi skal taka tillit til tækniframfara og grípa til tiltækra ráðstafana til að koma í veg fyrir álag/hættu 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. |  | Rg-921/2006, 7. gr.  Rg-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. |  | Rg-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 |
| 2. Titringsmörk | Mörk fyrir álag vegna vélræns titrings skiptast í mörk vegna handar- og handleggstitrings og vegna titrings í öllum líkamanum. Álag vegna vélræns titrings má aldrei fara yfir viðmiðunarmörk (sbr. þó 5. gr.). Heilsufarsskoðun ef titringsálag fer yfir viðmiðunarmörk. |  | Rg-922/2006, 3., 4., 7. og 10. gr. |
| ***Verkstöðvar - líkamlegt álag/ líkamsbeiting*** |  |  |  |
| 1. Verkstöðvar/álag á hreyfi- og stoðkerfi | Athuga vinnustöður og líkamsbeitingu við þrif, t.d. við   * Þurrmoppun/blautmoppun * Ryksugun * Afþurrkun * Gluggaþvottur * Þrif á veggjum, lofti og loftljósum   Viðmið:  Oftast unnið í olnbogahæð með beint bak og slakar axlir. Vinna fyrir ofan axlarhæð eða neðan hné vari stutt. Verkefnin nálægt líkamanum (35-45 cm mælt frá olnboga starfsmanns við bol að viðfangsefni, hámark 55-65 cm). Fjölbreytt verkefni, oft skipt um vinnustellingar og –hreyfingar. |  | R-499/1994  Rg-931/2000  FL-38/2018  FL-18/2005  FL-10/1989 |
| 2. Vinnuaðstaða, tæki og búnaður | Eru vinnutæki og búnaður heppileg með tilliti til líkamsbeitingar? Eru nauðsynleg verkfæri sem létta vinnuna til staðar, t.d. fyrir afþurrkun? Er nægilegt rými fyrir þann búnað sem nota þarf, t.d. ræstivagna, ræstivélar, moppur o.fl.? |  | Rg-367/2006 R-581/1995  FL-38/2018  FL-18/2005 |
| 3. Að lyfta og bera hluti – léttitæki | Meta þyngd/fjarlægð byrða og hversu oft þarf að lyfta, bera, ýta og draga. Eru nauðsynleg léttitæki til staðar, t.d. ræstivagnar, tröppur og trillur? Athuga aðgengi, rými, vinnuhæð, hæðarmun á gólfi, þröskulda, þyngd húsgagna og búnaðar sem þarf að færa úr stað við þrif o.s.frv. Eru tæki stillanleg fyrir starfsmenn? |  | R-499/1994  FL-38/2018  FL-18/2005  FL-10/1989  Lb-6/2007 |
| 4. Fræðsla – þjálfun | Fræðsla, þjálfun í líkamsbeitingu og notkun léttitækja.  Er starfsfólk meðvitað um rétta líkamsbeitingu og hæfilega þyngd byrða? Eru léttitækin notuð? |  | R-499/1994  FL-38/2018  FL-18/2005 |
| 5. Skipulag vinn-unnar, einhæfni – fjölbreytni | Er vinnan skipulögð þannig að líkamlegt álag sé fjölbreytt?  Er verkvíxlun? Ef ekki hægt, eru þá tekin hlé reglulega? Tímaþröng? |  | R-499/1994  FL-38/2018  FL-18/2005  FL-32/2014  FL-10/1989 |

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| Félagslegur og andlegur aðbúnaður |  |  |  |
| 1. Stjórnun | Hvatning og stuðningur í starfi. Umbun/viðurkenning fyrir vel unnin störf.  Eru ræstifyrirtæki með skýrar starfs- og verklýsingar fyrir starfsmenn / ræstihópa?  Eru skýrar reglur / fræðsla um hvernig samskiptum á að vera háttað milli starfsmanna ræstifyrirtækis og starfsmanna á vinnustaðnum sem verið er að ræsta hjá? |  | L-46/1980  Rg-1009/2015  FL-35/2016  FL-36/2016  (fleiri tungumál)  FL-32/2014  FL-13/1999 |
| 2. Athafnafrelsi, svigrúm, starfsþróun | Möguleikar starfsmanna til að hafa áhrif á skipulag/framkvæmd vinnunnar. Framgangur í starfi? |
| 3.Upplýsingaflæði, boðleiðir, samskipti | Boðskipti og upplýsingaflæði á milli starfsmanna og á milli starfsmanna og stjórnenda. Samskiptavandamál, tungumálaörðugleikar, einelti, áreitni, ofbeldi, hótanir.  Eru til stefna og viðbragðsáætlun um einelti og ofbeldi? Starfsmannafundir og fræðslufundir, jafnt fyrir íslenska og erlenda starfsmenn.  Samskipti starfsmanna ræstifyrirtækja við starfsmenn fyrirtækja sem þeir eru að ræsta hjá – hvernig er þeim háttað? |
| 4. Tilbreytingarleysi, einhæfni, einvera við vinnu | Umfang innihaldslítillar vinnu og/eða vinnu sem krefst stöðugrar athygli.  Fagleg einangrun og/eða raunveruleg einangrun. Stuðningur frá starfsmanna og/eða yfirmanna t.d. þegar ræstifyrirtæki senda starfsmenn í þrif til annarra fyrirtækja? |
| 5. Vinnutími | Tímaþröng, yfirvinna. Fá starfsmenn nægan tíma til að klára verkefni? Eru hlé og hvíldir skv. lögum? |
| 6. Endurmenntun, símenntun | Er skipulögð endurmenntun/námskeið hjá fyrirtækinu? Er þekkingarmiðlun innan vinnustaðarins? |  | Ábending |

Öryggi:

|  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- |
| Efnisþáttur – atriði | *Viðmið – athugasemdir* | *Mat:*  *V: 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? Eru þröskuldar í húsnæðinu sem erfitt er að komast yfir með ræstivagn? |  | R-581/1995,  42. gr. |
| 2. Umferðaleiðir innan dyra | Eru umferða- og gönguleiðir um vinnustaðinn greiðar og öruggar? Eru stigar, tröppur, fallvarnir, og gangar samkv. byggingareglugerð |  | R-581/1995,  3. og 39. gr.  Byggingarrg. |
| 3. Rýmingarleiðir | Greiðar, merktar útgönguleiðir, neyðarlýsing. |  | R-581/1995,  37. gr.  Byggingarrg. |
| 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.  Byggingarrg. |
| 5. Neyðaráætlun | Liggur fyrir áætlun í fyrirtækinu um viðbrögð við bráðahættu, t.d. efnaslysa, eldsvoða eða náttúru-hamfara ? Er hún kynnt reglulega öllum starfsmönnum, íslenskum og erlendum, og haldnar æfingar? |  | Rg-920/2006, 32. gr.  [www.almannavarnir.is](http://www.almannavarnir.is) |

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| ***Vélar og tæki*** |  |  |  |
| 1. Vélar | Staðsetning og stöðugleiki, stjórnbúnaður, neyðarstöðvunar­búnaður, hlífðarbúnaður, viðvörunarmerkingar, þjálfun starfsmanna. CE-merking á vélum innfluttum 1997 og síðar.  Aðstaða til viðgerða og þjónustu. Pallar, stigar og fallvarnir við þjónustustaði. Komið skal í veg fyrir ótímabæra gangsetningu meðan viðhalds- og viðgerðarvinna fer fram á hættusvæði. \*reglur gilda f. vélar eldri en 1997, leiðb. gilda fyrir allar vélar. |  | Rg-1005/2009  Rg-367/2006  R-707/1995  R-492/1987\* |
| 2. Staðsetning ræstivéla | Ef rafgeymir er í bón- eða þvottavél skal hlaða vélina í loftræstu rými. Ef ræstivél er með sýrugeymi þarf að hafa neyðarsturtu með augnskoli nálægt hleðslutæki. Geymsla ræstivéla með gasi skal uppfylla reglur Mannvirkja-stofnunar. Skulu vera í sérstakri geymslu með loftræstingu og án niðurfalls. Gasskynjari niður við gólf. |  | R-581/1995,  10. og 38. gr  R-108/1996  Rg um forða-geymslur fyrir F-gas, Mannvirkjast. |
| 3. Háþrýsti- verkfæri við þvott | Ekki má vera hægt að læsa stjórnbúnaði/gikk sprautubyssu í opinni stöðu, fari sjálfvirkt í lokaða stöðu þegar gikk er sleppt. Fylgja leiðbeiningum framleiðenda varðandi notkun búnaðarins.  Nota viðeigandi persónuhlífar, s.s. andlitshlíf, vatnsþéttan hlífðarfatnað, uppháa hanska og öryggisstígvél. Girða/skerma skal af vinnusvæði. |  | R-1005/2009 |
| 4. Tröppur/stigar | Lausar tröppur/stigar skulu merktar staðlinum EN-131 |  | Lb-1/1991  FL-34/2017  (fleiri tungumál) |
| ***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  [Uppl. um persónuhlífar](https://www.vinnueftirlit.is/vinnuvernd/oryggi/personuhlifar/)  R-497/1994  FL-23/2008 |
| 2. Val á persónu-hlífum - fræðsla | Viðeigandi hlífðarföt og hanskar, heyrnahlífar og hlífðar-gleraugu/ andlitshlífar eftir eðli vinnunnar.  Við blautþvott þarf hálkuverjandi skófatnað. Viðeigandi hanskar ef verið er að meðhöndla ætandi efni eða önnur sterk efni. Latex hanskar geta valdið ofnæmi. Viðeigandi persónuhlífar skulu vera aðgengilegar. Fræðsla um notkun þeirra. |  |

Aðbúnaður:

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| Efnisþáttur – atriði | Viðmið – athugasemdir | *V: Í lagi*  *X: Ekki í lagi*  *0: Á ekki við* | *Lög, reglur og leiðbein. VER. Annað* |
| ***Starfsmannarými*** |  |  |  |
| 1. Snyrtingar | Búnaður, stærð, loftræsting, fjöldi miðað við starfsmannafjölda og kyn. |  | R-581/1995,gr. 21-31 |
| 2. Kaffi/ matstofa | Búnaður, stærð, loftræsting. |  | R-581/1995,gr. 31-37 |
| 3. Búningsaðstaða | Læstir fataskápar eða fatahengi og læstar hirslur fyrir persónu-lega muni starfsmanna. Loftræsting, búnaður og stærð taki mið af fjölda starfsmanna. Kynjaskipt ef við á. Læst hirsla fyrir persónuleg verðmæti á föstum vinnustöðum þar sem starfsmaður annast ræstingu. |  | R-581/1995,  gr. 13-20 |

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

Dags.

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

Undirskrift

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

Undirskrift