

Opetusviraston sisäilmatyöryhmä

Yhteistyöelin ja työrukkanen

Edustajat

Opev, työsuojelupäällikkö, pj.

Opev, tila- ja hankintapalvelut

Tilakeskus

Ympäristökeskus

Palmia

Sote, kouluterveydenhuolto

Opev, työsuojeluvaltuutettu

Työterveyskeskus

Opev, viestintä

HKR

Näin huolehdi sisäilman laadusta

Varmista raikas huoneilma

- Noudata kiinteistön käyttö- ja tuuletusohjeita.
- Tuuleta työtila tarpeen vaatiessa tehokkaasti ristivedolla noin viiden minuutin ajan.
- Älä tuki tai säädä itse ilmastoinnin tulo- ja poistoventtiilejä.
- Älä säilytä märkiä vaatteita työtiloissa.
- Syö lounaasi tai eväsi ruokailuun varatuissa tiloissa.

Huolehdi, että siivous on vaivatonta

- Säilytä paperit kansioissa tai suljetuissa kaapeissa.
- Pidä työtasot ja kaappien päälliset tyhjinä niin, että siivoojan on helppo pyyhkiä ne.
- Älä säilytä ylimääräisiä tavaroita työtiloissa. Pidä myös lattiapinnat mahdollisimman tyhjinä.
- Vie turhat tavarat pois ja säilytä tavarat niille tarkoitetuilla paikoilla.
- Pidä oma siivospäivä pari kertaa vuodessa, heitä turhat paperit pois ja siivoa työtilasi perusteellisesti.

Vältä epäpuhtauksien aiheuttajia

- Vältä voimakkaiden hajusteiden käyttöä.
- Älä säilytä työhuoneessasi ylimääräisiä pölyä kerääviä tavaroita, kuten pehmeitä koristetyynyjä, mattoja ja kangasverhoiltuja nojatuoleja.
- Muista, että osa huonekasveista on allergisoivia ja mullassa esiintyy mikrobeja.
- Vältä huonekohtaisia tulostimia ja silppureita. Tulostimista irtoaa ilmaan epäpuhtauksia.

Huolehdi, että lämpötila on sopiva

- Kun palelet, avaa patteriventtiilit ja silloin kun on kuuma, pienennä venttiiliä.
- Sulje sälekaihtimet ja käytä pöytäpuhallinta helteisellä säällä.
- Rajoita sisäistä lämpökuormaa. Se onnistuu, kun vähennät valaistusta, suljet tietokoneen (jos se virastosi ohjeistuksen mukaan on mahdollista) ja muut sähkölaitteet silloin kun et käytä niitä.
- Säätele lämpötasapainoa vaivattomasti lisäämällä tai vähentämällä vaatetusta tarvittaessa.
- Tarkista, että avattavat ikkunat myös sulkeutuvat kunnolla. Jos eivät sulkeudu, ota yhteys kiinteistön huoltomieheen.
- Älä peitä lämpöpattereita verhoilla tai kalusteilla.
- Tarkista, etteivät verhot peitä lämpöpatterin termostaattia.
- Tyhjennä ikkunalaudat. Näin varmistat, että lämpö pääsee kiertämään huoneessa.

Viihtyisyys, terveellisyys ja opsin vaatimukset tasapainossa

- Työhuoneen voi sisustaa viihtyisäksi, mutta muistathan huolehtia siisteydestä ja olla huomaavainen työtovereitasi kohtaan. Jos näistä toimenpiteistä ei ole riittävästi apua sisäilman laadun parantamisessa, tarkista oman virastosi ja kaupungin sisäilmaohjeet.