



## Leikskólinn Íðavöllur

Við Gránufélagsgötu, 600 Akureyri

### Pungaðar konur og konur með barn á brjósti

Nr. skýrslu: 1  
Dags: 01.11.2021  
Unnið af:  
Öryggistrúnaðarmanni:  
Ingibjörgu Ólafsdóttur  
Öryggisverði:  
Önnu Lilju Sævarsdóttur

## ÁHÆTTUMAT Á VINNUMHVERFI PUNGAÐRA KVENNA og með barn á brjósti

### Innra starf fyrirtækis:

<i>Efnisþáttur – atriði</i>	<i>Viðmið – athugasemdir</i>	<i>Mat: V: Í lagi X: Ekki í lagi 0: Á ekki við</i>	<i>Lög, reglur og leiðbein .VER Annað</i>
<b>Vinnuverndarstarf</b>			
<i>1. Vinnuverndarstarf. Andleg eða líkamleg þreyta og vinnutími</i>	Nauðsynlegt getur verið að breyta vinnutíma og öðrum vinnuskilyrðum tímabundið, þar á meðal tímasetningu og tíðni hléa, og breyta lengd vakta og vaktafyrirkomulagi til að forðast áhættu.	V	
Vandamál vegna líkamsstillinga hjá konum sem eru þungaðar eða hafa nýlega alið barn	Tryggja verður að vinnutími, vinnuálag og vinnuhraði séu í hófi og, ef mögulegt er, að starfsmenn geti sjálfir ráðið nokkru um hvernig verkið er skipulagt. Tryggja þarf að hægt sé að setjast niður þegar þörf krefur. Forðast má þreytu eða draga úr henni með því að gefa kost á lengri og fleiri vinnuhléum.	V	
Stöður í vinnunni Líkamsbeiting og líkamsstillingar	Séð skal til þess að konan geti sest þegar það hentar. Stöðugar setur og stöðugar stöður eru óráðlegar. Beta er að sitja og standa til skiptis. Sé það ekki hægt ætti að veita starfsmönnum afnot af hvíldaraðstöðu.	V	

**Grænn litur** = Helstu áherslur - vandamál sem tekið er á í fyrirbyggjandi starfi

**Skammstafanir:** L=Lög, R=Reglur, Rg=Reglugerð, Lb=Leiðbeiningar, FL=Fræðslu- og leiðbeiningarit, ÍST EN= Íslenskur staðall

<p>Skortur á hvíld og öðrum þægindum</p> <p>Hætta vegna ónógrar næringar</p>	<p>Hvíld er þýðingarmikil fyrir konur sem eru þungaðar eða hafa nýlega alið barn. Þreyta eykst á meðgöngunni og eftir barnsburð og kunna starfstengdir þættir að auka á þreytuna. Þörf er á bæði andlegri og líkamlegri hvíld.</p> <p>Konan gæti þurft að hafa aðgang að heppilegu afdrepi þar sem hún gæti tyllt sér þægilega niður eða lagst út af öðru hvoru ein og ótrufluð til að láta líða úr sér.</p> <p>Gera þarf ráðstafanir til að koma til móts við konurnar að þessu leyti, einkum að því er varðar þörf fyrir hlé til að hvílast, <b>nærast og fá sér hressingu.</b> Hreinlætisaðstaðan verður að vera í lagi</p>	V	
Brjóstagjöf	<p>Forvarnir fela í sér:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li><input type="checkbox"/> aðgang að sérherbergi til að gefa barni brjóst eða mjólka brjóstin</li> <li><input type="checkbox"/> afnot af öruggum, hreinum ísskápum til að geyma brjóstamjólka í á meðan vinna stendur yfir og aðstöðu til að þvo, sótthreinsa og geyma flát</li> <li><input type="checkbox"/> frítíma (án þess að dregið sé af launum eða fríðindi afnumin og án ótta við refsingu) til að mjólka sig eða gefa barni brjóst</li> </ul>	V	

### Aðbúnaður:

Efnisþáttur – atriði	Viðmið – athugasemdir	Mat: V: Í lagi X: Ekki í lagi 0:Á ekki við	Lög, reglur og leiðb. VER Annað
<b>Starfsmannarými</b>			
Að færa byrðar úr stað með handafli	<p>Breytingarnar, sem atvinnurekanda ber að gera, fara eftir áhættunni sem matið leiðir í ljós og aðstæðum á vinnustað. Til dæmis getur verið unnt að breyta starfi þannig að áhættan, sem fylgir því að færa byrðar úr stað með handafli, minnki hjá öllum starfsmönnum, þar á meðal konum sem eru þungaðar eða hafa nýlega alið barn. Eða það getur verið nauðsynlegt að fullnægja sérstökum þörfum konunnar og draga úr líkamlegri vinnu eða láta henni í té aðstoð til að draga úr áhættunni.</p> <p>Reglur nr. 499/1994 fjalla um lágmarkskröfur</p>	V	

\_\_\_\_\_

Dagsetning

\_\_\_\_\_

Öryggistrúnaðarmaður Iðavallar

\_\_\_\_\_

Öryggisvörður Iðavallar