

Väljaandja:	Vabariigi Valitsus
Akti liik:	määrus
Teksti liik:	terviktekst
Redaktsiooni jõustumise kp:	01.03.2021
Redaktsiooni kehtivuse lõpp:	Hetkel kehtiv
Avaldamismärge:	RT I, 26.02.2021, 19

# Kuvariga töötamise tervishoiu ja tööohutuse nõuded<sup>1</sup>

Vastu võetud 15.11.2000 nr 362

[RT I 2000, 86, 556](#)

jõustumine 01.03.2001

Muudetud järgmiste aktidega

Vastuvõtmine	Avaldamine	Jõustumine
29.11.2018	<a href="#">RT I, 05.12.2018, 1</a>	01.01.2019
19.02.2021	<a href="#">RT I, 26.02.2021, 9</a>	01.03.2021

Määrus kehtestatakse [tervishoiu ja tööohutuse seaduse](#) § 5 lõike 4 ja § 13<sup>1</sup> lõike 9 alusel.  
[[RT I, 05.12.2018, 1](#)- jõust. 01.01.2019]

## § 1. Kohaldusala

(1) Käesolevaid nõudeid kohaldatakse kõigi tegevusalade töökohtadele, kus töötaja tööülesannete hulka kuulub töötamine kuvariga.

(2) Nõudeid ei kohaldata:

- 1) liiklusvahendite või seadmete juhtimis- või valvekeskustele;
- 2) liiklusvahendites olevatele arvutisüsteemidele;
- 3) sülearvuti, tahvelarvuti ja muu samalaadse nutiseadmega lühiajalisele töötamisele;  
[[RT I, 05.12.2018, 1](#)- jõust. 01.01.2019]
- 4) väikese andme- või vaatekraaniga seadmega töötamisele.  
[[RT I, 05.12.2018, 1](#)- jõust. 01.01.2019]

## § 2. Kuvar ja töötamiskoht

(1) Kuvar on seade, mille ekraanil tehakse, saamisviisist olenemata, nähtavaks tärk- või graafiline kujutis.

(2) Töötamiskoha moodustavad käesoleva määruse mõistes kuvar ja selle juurde kuuluv riist- ja tarkvara, dokumendihoidja, töötool ja -laud, muud abivahendid ning neid ümbritsev töökeskkond.

## § 3. Tööandja ülesanded

(1) Tööandja on kohustatud töökeskkonna riskianalüüsi käigus hindama töötaja töötamiskohta, arvestades:

- 1) töötaja nägemist ohustavaid tegureid;
- 2) töötamisel tekkida võivad füüsilist või vaimset ülekoormust;
- 3) töökeskkonna ohutegureid, sealhulgas valgustatust, müra, elektromagnetilist kiirgust ja tööruumi sisekliimat;
- 4) töötamiskoha kujunduse ergonoomilisust ja sobivust töötajale.

(2) Riskianalüüsi tulemuste alusel peab tööandja vajadusel rakendama abinõusid töötaja töötingimuste parandamiseks, lähtudes §-des 4 ja 5 esitatud nõuetest.

(3) Iga töötaja peab saama vajaliku juhendamise ja väljaõppe enne kuvariga tööle asumist ning ka pärast oluliste muudatuste tegemist töötamiskohal.

(4) Tööandja peab korraldama töö selliselt, et töötaja saab silmade ülepinge ja sundasendis töötamisega tekkivate vaevuste ennetamiseks vaheldada kuvariga töötamist teistlaadsete tööülesannete täitmisega. Kui see pole võimalik, peab töötaja saama perioodiliselt pidada puhkepause. Puhkepauside kestus peab moodustama vähemalt 10% kuvariga töötamise ajast.

(5) Tööandja peab töötajale, kes vähemalt poole oma tööajast töötab kuvariga, korraldama tervisekontrolli, mis hõlmab:

1) silmade ja nägemise kontrolli, arvestades töötervishoiuarsti või silmaarsti määratud tähtaega konkreetsele töötajale, kuid mitte harvem kui üks kord kolme aasta jooksul, või töötaja nõudmisel nägemishäirete korral; [RT I, 26.02.2021, 9- jõust. 01.03.2021]

2) luu- ja lihaskonna seisundi kontrolli, eelkõige sundasendis viibimisega seotud vaevuste avastamiseks, sagedusega mitte harvem kui üks kord kolme aasta jooksul, või töötaja nõudmisel luu- ja lihaskonna vaevuste korral.

[RT I, 26.02.2021, 9- jõust. 01.03.2021]

(5<sup>1</sup>) Kui tööandja peab töötaja nõudmisel korraldama lõike 5 punkti 1 alusel töötajale silmade ja nägemise kontrolli, saadab tööandja töötaja töötervishoiuarsti, silmaarsti või optometriisti vastuvõtule.

[RT I, 26.02.2021, 9- jõust. 01.03.2021]

(6) Kui lõikes 5 või 5<sup>1</sup> nimetatud kontrollis või muus töötaja läbitud töötervishoiuarsti, silmaarsti või optometriisti tehtavas kontrollis selgub, et töötaja vajab kuvariga töötamiseks prille või muid nägemisteravust korrigeerivaid abivahendeid, peab tööandja need hankima või kokkuleppel töötajaga hüvitama nende maksumuse.

[RT I, 26.02.2021, 9- jõust. 01.03.2021]

(7) Kui lõike 5 punktis 2 nimetatud kontrollil selgub, et töötaja tervis on mitteergonoomiliste töötingimuste tõttu halvenenud, peab tööandja viivitamata rakendama abinõusid töötamiskoha ergonoomilise kujunduse parandamiseks.

(8) Lõigetes 5 ja 5<sup>1</sup> nimetatud kontrollide tehakse ning lõigetes 6 ja 7 nimetatud abinõusid rakendatakse tööandja kulul.

[RT I, 26.02.2021, 9- jõust. 01.03.2021]

#### **§ 4. Nõuded töökeskkonnale**

(1) Seadmetest lähtuv müra ning taustmüra tuleb viia nii madalale tasemele, et müra ei häiri keskendumist ega suhtlemist.

(2) Kiirgust, välja arvatud elektromagnetilise kiirguse nähtav osa, tuleb vähendada tasemeni, mis tagab töötaja ohutuse.

(3) Töötamiskoht tuleb kujundada selliselt, et valgusallikad – aknad ja katuseaknad, läbipaistvad või poolläbipaistvad seinad, eredalt värvitud seadmed ja seinad – ei asetse töötaja otseses vaateväljas ega halvenda kuva kvaliteeti. Akendel peab olema valgust reguleeriv kate.

(4) Üld- ja kohtvalgustus peavad tagama piisava tööpinna valgustatuse ja töötaja nägemisväljas olevate pindade vajaliku kontrastsuse, arvestades töö iseloomu ja töötaja nägemisteravust. Valgusallika võimalik peegeldumine kuvariekraanile peab olema välistatud.

(5) Tööruumi sisekliima ja ohtlike ainete sisaldus õhus peavad vastama kehtestatud normidele.

#### **§ 5. Nõuded töötamiskohale**

(1) Töötamiskoht peab olema projekteeritud ja kujundatud ergonoomiliselt. Töötajal peab olema võimalik saavutada sobiv ja mugav tööasend.

(2) Kuvariga töötamisel peab:

1) töölaud või -pind olema küllaldaselt suur, et võimaldada kuvari, klaviatuuri ja osutusseadiste (hiir), dokumendihoidja ning kuvariga ühenduses olevate välisseadmete sobivat paigutamist;

2) töötool olema püsikindel, istme kõrgus ja seljatoe asend reguleeritavad, vajadusel peab töötaja saama kasutada jalatuge;

3) dokumendihoidja olema kindlal alusel ja teisaldatav, et vältida pea ja silmade ebamugavaid liigutusi.

(3) Märgid kuvariekraanil peavad olema selged nii ühe rea ulatuses kui ka erinevates ridades. Loetavuse tagamiseks peab:

1) märkide ja ridade vaheline kaugus olema piisavalt suur;

2) märkide paistvus ja kontrastsus ekraanipildi tausta suhtes olema reguleeritav;

3) ekraanipilt olema püsiv ja vaba virvendustest;

4) ekraani kõrgus ja kaldenurk olema muudetavad.

(4) Klaviatuur peab olema eraldiasetsev, kaldega ja mati pinnaga ning paigutatud töölaual nii, et töötajal ei tekiks vaevusi kätes ega käsivartes. Selleks peab klaviatuuri ees ja kõrval olema piisavalt vaba ruumi käte ja käsivarte toetamiseks ja osutusseadiste kasutamiseks. Klaviatuur ja osutusseadised peavad võimaluse korral asetsema samal tasapinnal.

(5) Märkide tunnused klaviatuuril peavad eristuma taustavärvist ning olema selgesti nähtavad.

(6) Tarkvara väljatöötamisel ja valimisel peab tööandja võtma arvesse järgmisi põhimõtteid:

- 1) tarkvara peab sobima tööülesande täitmiseks;
- 2) tarkvara peab olema lihtne kasutada ning võimaluse korral olema kohandatav kasutaja teadmiste ja oskuste tasemele;
- 3) arvutisüsteem peab andma kasutajale talitlustulemustest tagasisidet;
- 4) tarkvara peab olema hea ergonoomilise kujundusega, eriti kui seda kasutatakse teksti- või andmetöötluseks.

(7) [Kehtetu -RT I, 05.12.2018, 1- jõust. 01.01.2019]

## **§ 6. Õigusaktide kehtivus**

[Käesolevast tekstist välja jäetud.]

## **§ 7. Määruse jõustumine**

Määrus jõustub 1. märtsil 2001. a.

<sup>1</sup>Euroopa Ühenduste Nõukogu direktiiv 90/270/EMÜ (EÜT L 156, 21/06/1990, lk 14–18)