

Laitoshuoltajan työpäivän ergonomiaa

Päivällä siivotaan aula-, käytävä-, toimisto- ja saniteettitiloja.
Luokkien siivous on yleensä aamulla 5.30–8.00 tai 16–20.



On tärkeää löytää itselle oikea työasento. Säätövarret ovat hyvä keksintö parantamaan ergonomiaa, kädet eivät saisi nousta yli olkalinjan.



Leveä moppipyhyin on tehokkaampi kuin kapea väljissä tiloissa. Menetelmä valitaan likatyypin mukaan; irtoliialle paras on nihkeäpyyhintä. Se sitoo pölyn välineeseen eikä litistä sitä pinnalle.



Selän rasitus vähenee, kun tasot pyyhitään nihkeytetyllä moppipyyhkimellä.



Myös taulunpesussa moppipyhyin on hyvä apuväline. Lyhytvartinen säätövarsi helpottaa ulottumista myös taulun yläreunaan.



Mikrokuitupyhkeen avulla saa paremmin pinnoilta sormenjäljet ja tahrat kuin kalustemopilla. Kehon painoa hyväksi käyttäen mekaniikka on suurempi. Mikrokuitupyhettä käytetään tarvittaessa ja kerran viikossa säännöllisesti tasojen pyyhinnässä. Huomaa tukikäden käyttö ja kädenvaihto.

Säätövarsi lisää ulottuvuutta. Työskennellessä katse eteenpäin.



Rakennussiivous tuo muutoksen normaaliin työpäivään. Loppusiivous tehtiin tiloissa, joihin oli vaihdettu lattia materiaali.

Yhteistyössä rakennussiivous sujuu joutuisasti, turvatikkailla työkaveri Heli Kauppinen. Tikkaat on tarkoitettu lyhytaikaiseen ja kevyeen työhön.

Säätövarsi apuna seinien nihkeäpyyhinnässä.