

# Etätyön riskit

Työpiste ja pvm:

## Työtila ja -ympäristö



Työtilan sopivuus työhön (riittävä tila, tilan turvallisuus)

Häiriötön ympäristö (keskittymisrauha, ei melua)

Työpisteen valaistus

## Ergonomia

Työasento (kalusteet ja niiden säädöt)

Työ- ja apuvälineet (erillinen näyttö, näppäimistö ja hiiri jne.)

Näyttöpääte-ergonomia (näytön koko ja kirkkaus)

Työnantajan tuki välineiden hankinnassa

Ergonomiaohjeistus

Työn tauotus, taukoliikunta

## Työvälineet

Työhön soveltuvat laitteet ja työvälineet

Ohjelmistot, verkkoyhteyksien toimivuus

IT-tuki häiriö- ja ongelmatilanteissa

## Vuorovaikutus ja yhteistyö

Tiedonkulku

Yhteydenpito- ja kokouskäytännöt

Johtaminen

## Ohjeistus ja perehdytys

Perehdytys etätyöhön (ml. tietoturva ja -suoja)

Etätyöhön liittyvät periaatteet, säännöt ja vakuutukset

Yhteys työterveyshuoltoon

## Työaika

Työajan ilmoittaminen ja seuranta

Vaikutusmahdollisuudet työaikaan

Työn ja vapaa-ajan yhteensovittaminen

Palautuminen

Kuormittuminen

**Muistiinpanot**

Lined writing area with 25 horizontal lines.