



Baarityön ergonomian kehittäminen

Laura Laitinen & Laura-Karoliina Murto

2022 Laurea



Laurea-ammattikorkeakoulu

Baarityön ergonomian kehittäminen

Laura Laitinen & Laura-Karoliina
Murto
Palveluelämysten tuottaminen ja
kehittäminen
Opinnäytetyö
Toukokuu, 2022

Laura Laitinen & Laura-Karoliina Murto

Baarityön ergonomian kehittäminen

Vuosi

2022

Sivumäärä

21

Tämän opinnäytetyön tavoitteena oli luoda kehittämissuhteita ergonomisempaan baarityöhön. Opinnäytetyö käsittelee ergonomiasta ja baariergonomiasta, jotka molemmat turvataan työturvallisuuslaissa. Teorian pohjalta tehtiin havaintoja, kuinka ergonomian tulisi olla, ja teemahaastatteluiden avulla saatiin tietoa siitä, miten ergonomia toteutuu baarityössä.

Opinnäytetyöprosessissa ensimmäisenä etsittiin lähteitä ja koottiin teoriaperusta opinnäytetyölle. Lähteet koostuivat kotimaisesta painetusta kirjallisuudesta sekä ravitsemistoimialan toimialaraportista vuodelta 2016. Tämän jälkeen suoritettiin teemahaastattelu, jonka tulosten pohjalta laadittiin kehittämissuhteet baarityön ergonomian parantamiseen.

Toiminnallisen opinnäytetyön tuotoksena oli kehittämissuhteita, jotka on laadittu haastattelujen tulosten pohjalta. Kehittämissuhteet suunniteltiin vakauttamaan ja parantamaan selkä-, jalka- ja käsivaivoja. Tilojen ja tasojen suunnittelulla voidaan minimoida kurottelu ja siitä syntyvä rasitus. Pehmustettu matto jalkojen alla, auttaa jaksamaan työpäivän läpi. Haastateltavat myös kaipasivat lisää ohjeistusta esimerkiksi seinälle kiinnitettävien ohjeiden muodossa. Kaikki baarityöntekijät voivat hyödyntää opinnäytetyön tuloksia.

Laura Laitinen & Laura-Karoliina Murto

Developing the Ergonomics of Bar work

Year	2022	Pages	21
------	------	-------	----

The objective of this bachelor's thesis was to create suggestions for more ergonomic bar work. The thesis reviews ergonomics and bar ergonomics, both of which are protected by the Occupational Safety and Health Act. Based on the theory, observations were formed about how ergonomics should be, and the focused interviews provided information on how ergonomics are implemented in bar work.

The first step of the thesis process was to locate sources and form a theoretical basis for the thesis. The sources consisted of printed Finnish literature and an industry report on the nutrition industry published in 2016. After that, the focused interview was performed and based on the results of the interviews, suggestions to improve the ergonomics of bar work were prepared.

The output of the thesis is development suggestions based on the results of the interviews. The interviews revealed that the legs, arms, and back are most strained in bar work. Suggestions were designed to stabilize and improve these ailments. By designing spaces and standards, as well as by stretching the resulting strain can be minimized. Padded carpet under the feet, helps to cope through the workday. It was also discovered that the interviewees needed more guidance on ergonomics, for example instructions attached to the walls. Everyone working in bars can utilize the results of the thesis.

Keywords: bar ergonomics, ergonomics, focused interview, occupational safety, strain

Sisällys

1	Johdanto.....	6
2	Toimialan esittely	6
3	Työturvallisuus.....	7
3.1	Työturvallisuuslaki	7
3.2	Työsuojelu.....	8
3.3	Ergonomia	9
3.4	Baariergonomia.....	12
4	Kehittämisehdotusten tuottaminen.....	13
4.1	Teemahaastattelun teoria	13
4.2	Toteutus	15
4.3	Tulokset	16
4.4	Kehittämisehdotukset	16
5	Johtopäätökset	17
	Lähteet.....	18
	Liitteet	19

1 Johdanto

Idea opinnäytetyöhön lähti keväällä 2021, kun toteutimme muutaman muun opiskelijan kanssa Työelämäprojekti-opintojakson, jossa selvitettiin muutoksia baarialalla trendien suhteen. Opintojakson edetessä heräsi ajatus ergonomisemman baarityöskentelyn tutkimuksesta ja parempien ratkaisujen selvittämisestä.

Opinnäytetyössä on keskitytty baarialan henkilöstön hyvinvointiin. Hyvinvointi on laaja käsite, joka sitoo itseensä työn henkisen, sosiaalisen ja fyysisen puolen. Aiheen rajaamiseksi, tämä keskittyy tarkemmin fyysisiin kuormituksiin ja ergonomiaan. Tässä opinnäytetyössä keskitytään toimijoihin, jotka ensisijaisesti myyvät alkoholituotteita, kuten baarit ja yökerhot.

Tarkoituksena oli tehdä tutkimus ergonomisemmasta baarityöskentelystä, painottaen oikeita työasentoja, työliikkeiden ja työvälineiden tärkeyttä työntekijän hyvinvointiin ja töissä jaksamiseen, selvittää vastuita sekä saada ratkaisuja. Opinnäytetyön tavoitteena on laatia kehittämis ehdotuksia baarityön ergonomian kehittämiseen.

Opinnäytetyö toteutettiin teemahaastatteluiden pohjalta. Haastatteluihin valittiin baarialalla työskenteleviä ja alalla lopettaneita. Näin saatiin paljon tärkeää ja oleellista tietoa.

Opinnäytetyö alkaa johdannolla ja toimialaan tutustumalla. Näiden jälkeen seuraava luku käsittelee työturvallisuutta sisältäen lainsäädännön, työsuojelun sekä ergonomian. Opinnäytetyön neljännessä luvussa, kehittämis ehdotusten tuottaminen, tarkastellaan teorian pohjalta toteutusta ja annetaan tulosten pohjalta kehittämis ehdotukset ergonomisempaan baarityöskentelyyn. Viimeisenä on johtopäätökset.

2 Toimialan esittely

Baaritoiminta luokitellaan ravitsemisalaksi. Ravitsemistoimialalla baarit kuuluvat samaan toimialaluokkaan kuin kahvilat. Kyseinen toimialaluokka on jaettu alatoimialoihin olut- ja drinkkibaarit sekä kahvilat ja kahvilabaarit. Kahvilabaareissa on pääasiassa tarjolla alkoholittomia juomia, ellei niillä ole anniskeluoikeuksia. (Jänkälä 2016, 18-19.)

Opinnäytetyö käsittelee ensisijaisesti yllä mainittuja olut- ja drinkkibaareja, sillä ne anniskelevat pääasiassa alkoholijuomia. Ravitsemuksen toimialaraportin mukaan olut- ja drinkkibaarien luokkaan kuuluvat pubit ja baarit, olutravintolat, yökerhot sekä cocktailbaarit. (Jänkälä 2016, 19.)

Ravitsemustoiminta toimialaraportissa kerrotaan alan työllistävän lähes 13 000 toimipaikassa yli 52 000 työntekijää vuonna 2014. Näistä toimipaikoista noin 400 on luokiteltu olut- ja

drinkkibaareihin. Luokka työllistää 1150 työntekijää. Vuoden 2014 loppuun mennessä anniskelulupia oli myönnetty yli 2,3 miljoonaa eri puolille maata. (Jänkälä 2016, 19-20, 25.)

3 Työturvallisuus

Tässä luvussa käsitellään käsitteistöä, joka sijoittuu yläkäsitteen työturvallisuus alle. Luvun alakäsitteitä ovat työturvallisuuslaki, työsuojelu ja ergonomia. Ergonomia alaluvun jälkeen käsitellään tarkemmin vielä baariergonomiaa.

3.1 Työturvallisuuslaki

Lainsäädännöllä, sopimuksilla sekä työala- ja yrityskohtaisilla toimenpiteillä on tarkoitus parantaa työympäristön turvallisuutta sekä terveellisyyttä. Jotta työolot pysyisivät ajan tasalla yrityksissä, on työterveyshuolto- ja työturvallisuuslainsäädäntöä uudistettu vuosituhanen vaiheessa. Kussakin yrityksessä tulee olla tietoa työsuojelulainsäädännöstä ja sen vaikutuksista yrityksen toimintaan, jotta työnteko olisi mahdollisimman turvallista ja terveellistä. Se myös asettaa yrityksille työturvallisuuden minimitason, jota tulee lain mukaan noudattaa. Tärkeimpiä työsuojelulakeja ovat työturvallisuuslaki, jonka tarkoituksena on ehkäistä tapaturmia ja kartuttaa henkisen sekä fyysisen työsuojelun merkitystä työyhteisössä. Lisäksi sen avulla on mahdollista saada välineitä, joilla voidaan puuttua työpaikan ongelmakohtiin, kuten työssä jakamiseen sekä väkivallan uhkaan työyhteisössä. Lainsäädännöt mahdollistavat työsuojelutoiminnan yrityksissä. (Kämäräinen, Lappalainen, Oksa, Pääkkönen, Rantanen, Saarela, Sillanpää & Soini 2009, 3, 32.)

Työnantaja on velvollinen turvallisuuslain (738/2002) pohjalta varmistamaan erilaisilla toimilla työntekijöiden turvallisuus ja terveys heidän työympäristöissään. Tällöin työnantajan on yhtä jatkoisesti seurattava turvallisuutta niin työympäristössä kuin työtavoissakin. Lisäksi hänen tulee kiinnittää huomiota tehtyjen toimenpiteiden heijastusta työn turvallisuuteen ja terveellisyteen. Työvälineet ja työpisteen rakenteet tulee mitoittaa sekä valita ergonomisesti. Niiden tulee olla mukautettavissa ja järjestettävissä niin, että ne eivät aiheuta terveyden näkökulmasta haitallista sekä vaarallista kuormitusta. Huomioon on otettava: riittävä tila työn tekoon sekä vaihtelevuus työasennoissa, työn keventäminen apuvälineiden keinoin, nostojen ja siirtojen toteuttaminen turvallisesti sekä toistorasitteiden aiheuttamien haittojen minimointi tai välttäminen. (Kämäräinen ym. 2009, 16, 106.)

Työturvallisuuslaki (738/2002) ja työsuojelun valvonnasta työpaikan työsuojelutoiminnasta koskeva laki (44/2006) velvoittavat työsuojelun yhteistoiminnan yrityksissä. Valvontalaissa 26 § ilmoitetut asiat, jotka kuuluvat työpaikan yhteistoimintaan ovat muun muassa: Työntekijän turvallisuuteen ja terveyteen heijastuvat seikat sekä muutokset. Periaatteet ja käytännöt, joidenka pohjalta kartoitetaan työpaikan vaarat ja ongelmat, jotka heijastuvat työntekijöiden turvallisuuteen sekä terveyteen. Kehittämistavoitteet- ja ohjelmat, joilla ylläpidetään

työkykyä, turvallisuutta sekä terveyttä työyhteisössä. Mitoitukset ja muutokset, joiden avulla kohennetaan työkykyä, turvallisuutta ja terveyttä. Lisäksi valvontaan sisältyy kattava perehdytys ja ohjaus työhön, työympäristöön sekä työyhteisöön. Tähän kuuluu muun muassa turvallinen työskentely työyhteisössä. Näiden tekojen laiminlyöntiä kutsutaan työturvallisuusrikkomuksena ja on rangaistavissa sakoilla. Työnantaja tai tämän edustaja on mahdollista tuomita rikoslain 47 luvun 1§ pohjalta työturvallisuusrikkomukseen, mikäli hän laiminlyö tahallaan tai huolimattomasti työturvallisuutta. (Kämäräinen 2009, 18-19, 33.)

Työterveyslaki (1383/2001) edellyttää työterveyshuoltoa tekemään työpaikkaselvityksen, jossa kartoitetaan työssä ja työpaikan seurauksena aiheutuvat ruumiilliset ja henkiset kuormitukset, työntekijän työ- ja toimintakyvyt sekä väkivallan vaarat ja uhat. Lisäksi työpaikkaselvitykseen sisältyy ehdotusten tuottaminen havaittujen epäkohtien korjaamiseksi. (Kämäräinen ym. 2009, 69.)

Valtioneuvoston asetuksen VNa 85/2006 mukaan työnantajan on suojeltava työntekijän kuuloa ja ennalta ehkäistävä vaaroja ja haittoja. Työnantajan on huolehdittava, että työssä tapahtuvaa melua arvioidaan ja mitataan sopivin aikaväleihin. Maksimi meluallistumisen ylempi toiminta-arvo on 85 dB tai äänen huipputaso 137 dB. Altistuksen raja-arvona on 87 dB keskiäänentasona ja 140 dB huipputasona. Kyseiset arvot kartoitetaan kuulosuojaimen sisään päässeinä metelinä. (Kämäräinen ym. 2009, 150.)

3.2 Työsuojelu

Työsuojelun tarkoituksena on turvata työntekijöiden turvallinen työskentely työyhteisössä torjumalla työtapaturmia ja ammattitautteja. Sen avulla on voitu minimoida terveys- ja turvallisuusongelmia ja näin kasvattamaan mukavuutta ja kehittävyttä työpaikoilla. Työsuojelun myötä yrityksissä on pystytty muun muassa kasvattamaan tuottavuutta, tuloksellisuutta, kannattavuutta, kilpailukykyä, työmotivaatioita sekä osaamista. Sen on nähty kohentavan työikäisen väestön terveydentilaa lisäämällä työelämän tasa-arvoa. Työsuojelussa puhutaan ennakoivasta ja korjaavasta toiminnasta. Ennakoivassa yritys on sitoutunut noudattamaan jokapäiväisesti toteutuvaa työsuojelua, joka perustuu työsuojelun toimintaohjelmaan, työsuojeluorganisaatioon ja työterveyshuollon suunnitelmiin. Korjaavassa osiossa puututaan työsuojelun ongelmiin ja muutetaan niitä. (Kämäräinen ym. 2009, 8-9, 15.)

Työsuojelun tärkeimpiä työvälineitä ovat lainsäädännöt. Se jaetaan kolmeen osaan, fyysiseen, psyykkiseen sekä sosiaaliseen. Fyysiseen työsuojeluun kuuluu työpaikan tekniset sekä rakenteelliset osat. Näihin sisältyy muun muassa fysikaaliskemialliset ja mikrobioliset vaarat, fyysiset kuormitukset, tilat, työvälineet, koneet sekä laitteet. Fyysisiä vaaroja pyritään välttämään hyvällä työturvallisuudella, jolloin työympäristöstä tulee työntekijän terveydellisestä näkökulmasta turvallinen. Työntekijän hyvinvointia pyritään ylläpitämään myös hyvällä

työhyvinvoinnilla. Tavoitteena on saada terveyden näkökulmasta mahdollisimman hyvä hyvinvoinnin tila, jossa fyysinen, psyykkinen ja sosiaalinen tila on tasapainossa. Aina tapaturman syy ei löydy vaarallista laitteista tai työympäristöstä vaan tällöin työntekijä on laiminlyönyt työturvallisuus ohjeita. (Kämäräinen ym. 2009, 10-11,15.)

Yleisestä työsuojelusta on vastuussa työnantaja, mutta se voi jakaa vastuutta esimieskunnalle, joka haarautuu ylimpään johtoon, keskijohtoon ja työnjohtoon. Keskijohdon esimiesten työsuojelutehtäviin kuuluu työturvallisuusohjeiden asettaminen ja sen informointi, laitteiden hankinta sekä niiden seuraaminen. Lisäksi tehtäviin kuuluu työturvallisuusvalvonnan organisointi sekä työturvallisuustietoisuuden kertominen. Teknisesti aiheutuvien tapaturmien ja ammattitautien välttämisen, kone- ja laiteturvallisuuden lisäksi työsuojeluun kuuluu muun muassa työhygieniä, ergonomia ja työssä jaksaminen. Työnsuunnittelussa fyysisen kuormituksen näkökulmasta tulisi ottaa huomioon työn vaatimukset suhteessa elimistön suorituskykyyn. (Kämäräinen ym. 2009,11, 16.)

3.3 Ergonomia

Ergonomia on iso osa turvallista, sujuvaa sekä tehokasta työntekoa. Sen tarkoituksena on välttää muun muassa virheitä, terveyshaittoja, tapaturmia, epäviihtyvyyttä sekä onnettomuuksia työssä. Ergonomian lähtökohtana on analysoida ihmisiä työympäristöissään sekä tekniikan käyttäjinä, jotta voitaisiin kehittää yhä parempia toimintaympäristöjä. Hyvä ja toimiva ergonomia tarvitsee tuntemusta käyttäjästä ja hänen tarpeistaan, joita hyödynnetään kehittämisvaiheissa. Tähän kuuluu muun muassa tietoa käyttäjän tarpeista, kyvyistä ja toimintatavoista. Muita analysoitavia osia ovat työympäristön valaistus, lämpötila, ääniympäristö, tilat sekä kalusteet. Ne voivat olla joko käyttäjälleen sopivia tai sopimattomia. Ergonomian tavoitteena on toimiva työympäristö, jossa käyttäjällä on mahdollisuus toteuttaa itseään parhaimmalla mahdollisella tavalla ja näin tuottaa tuloksellisuutta yritykselle. Se toimii suunnittelun periaatteena. (Launis & Lehtelä 2011, 17-19.)

Ergonomia muodostuu kolmesta eri ihmisten toiminnan osasta, tekniikasta, psykologisista sekä fysiologisista tekijöistä. Nämä kolme osa-aluetta otetaan huomioon toimintaympäristön suunnitteluvaiheessa. Fyysiseen osaan kuuluu fyysinen työympäristö, työvälineiden-, pisteiden, - ja menetelmien suunnittelu. Kognitiiviseen ergonomiaan taas näyttöjen, ohjainten sekä informaation esittämistapojen suunnittelu, sekä organisatoriseen ergonomiaan työkokonaisuuksien, työaikajärjestelyjen, henkilöstön ja työprosessien suunnittelu sekä tuotannon, toiminnanlaadun ja yhteistyön kehittäminen. Työntekijöiden toimintoja ja tuntemuksia seuraamalla saadaan käsitys puutteista, joihin etsitään ratkaisuja sekä joita testataan sopivuuden selvittämiseksi. Prosessissa hyödynnetään yhteistyötä eri käyttäjien ja alojen välillä, jotta sopivuus pystytään varmistamaan. Ergonomian tärkeimmät kehittämiskohteet ovat työprosessit ja tekniset ratkaisut, kuten koneet sekä laitteet. Työntekijän hyvä fyysinen kunto tai työhön harjaantuminen eivät

kuuluu ergonomiaan, vaikka sillä olisikin vaikutusta järjestelmän toimivuuden näkökulmasta. Ergonomian tärkein tavoite on, että laitteet ja työ olisi tehokasta ja turvallista kaikille. (Launis & Lehtelä 2011,19-21.)

Ergonomisesti toimivassa ympäristössä on otettu huomioon työasennot, esteetön liikkuvuus, työntekijän mitat ja vapaa kommunikointi eri pisteiltä, laitteiden helppo käyttöisyys, ympäristökäyttäjät, kuten valaistus ja ääniympäristö sekä työpisteiden vaivaton puhtaanapito. Lisäksi suunnitteluvaiheessa tulee työpisteet suunnitella siten, että tapaturmia ei satu ja, että työnteko on turvallista jokaisen työntekijän näkökulmasta. Työntekijän mitat ovat yksi tärkeimmistä osista ergonomian suunnittelussa. Huonosti ja väärin mitoitettut laitteet, esineet sekä tilat hankaloittavat työntekoa ja aiheuttavat näin rasitussairauksia. Lopullisena seurauksena ovat erilaiset tapaturmat työssä. Ihmisen mitoituksessa, eli antropometriassa otetaan huomioon työntekijän muoto, rakenne, fysiologiset vaatimukset sekä työntekijän mittojen eroavaisuudet. Työntekijän mittoihin vaikuttavat muun muassa sukupuoli, ikä ja elintavat. Kunkin laitteen mitoituksen tulee olla yksilöity niin, että se sopii kaikille työntekijöille koosta riippumatta. Tämän vuoksi useimmat laitteet tulisi olla joko säädettäviä tai kullekin mukautettuja. Useimmat mitat mitataan luisista kohdista normaalijakauman vakioasennossa, eli esimerkiksi silloin, kun selkä on täysin suorana. (Launis & Lehtelä 2011, 25, 47-48, 51, 53,57.)

Mitoituksen ja ergonomian näkökulmasta etenkin seisomatyössä tulee työntekijällä olla tuki tasapainon ylläpitämiseksi tarpeeksi laajalta alueelta lattian pinnasta katsottuna. Kurottelu tilanteissa työntekijän on saatava tuki pöydän reunasta reisien ja lantion korkeudelta. Toistuvassa seisomatyössä on mahdollista hyödyntää seisomisalustoja. Myös työpöytien tulee vastata ergonomian tarpeita. Yhtäjaksoisessa työssä pöytien tulee olla työntekijän mittojen ja tehtävän vaatimusten edellyttävällä korkeudella. Joissakin tapauksessa helposti säädettävät pöydät helpottavat oikean mitoituksen saamiseksi. Kuitenkin raskasrakenteiset asiakastiskit ovat hankalia ja vaikeita säätää, jonka vuoksi mitoitusta voidaan muuttaa säädettävillä tai vaihdettavilla korkeilla sekä jalkatuilla. (Launis & Lehtelä 2011, 147,163,166-168.)

Nostotilanteissa työntekijän tulisi nostaa jaloilla, ei selällä. Tällöin ergonomisesti nostotilanteessa selän tulisi olla suorana ja pystyssä sekä hyödyntää jalkoja niin sanotusti jalkanostossa. Jalkanostossa työntekijän on mahdollista pitää taakka vartalonsa lähellä ja näin vähentää selän kuormitusta. Lattiatasosta nostattaessa tulee kuormaan oma vartalon paino mukaan, joka kuormittaa polviniveliä ja polven seudun jänteitä. Tämä nostotyylillä on epätaloudellista ja kuormittavaa keholle. Myös jalat suorana, selkä eteen ja alaspäin taivuttaessa kuormittaa selkärangan välilevyä aiheuttaen siellä puristusta. Tällöin myös selkälihaksiin kohdistuu enemmän kuormitusta. Kyseinen nostotapa koetaan kuitenkin helpompana, koska aina nostoympäristössä ei mahdollista toteuttaa jalkanostoa. Nostoympäristö tulisi suunnitella ergonomiaystävällisesti niin, että lattialta nostoa tapahtuisi mahdollisimman vähän. Valtioneuvoston nostopäätöksen (1409/1993) mukaan varastot ja muut materiaalin käsittelyä ylläpitävät prosessit tulee

suunnitella niin, että käsin nostamista tapahtuu mahdollisimman vähän. Mikäli käsin nostamista ei voida minimoida suunnittelulla, tulee se muuten toteuttaa mahdollisimman hyväksi. Nostotilanteessa tulee olla tarpeeksi tilaa, jotta työntekijä voi seistä normaalissa asennossa. Jalkaterien tulee olla vaakasuunnassa lähellä nostokohdetta tai sen alla, jos nostettava taakka on raskas. Noston alussa ja lopussa ei tule olla kitkaa tai suuria esteitä alustan ja taakan välillä. Lisäksi taakkojen otekohdista tulee saada hyvä ote ja ne eivät saa olla teräviä tai liukkaita. Taakan ollessa suuri, tulee jokaisella nostajalla olla hyvät tartuntakohdat taakasta. Taakan ei tule olla kooltaan yli 60 cm, jotta se ei aiheuttaisi lisäkuormitusta keholle. Se ei saa myöskään olla liian korkea eikä liian vetelä, jotta sen yli näkee hyvin sekä siitä saa kunnan otteen. Taakoissa on oltava myös ilmoitettuna sen paino ja muut nostamista helpottavat tiedot. Työntekijän voimantuottokyky, noston suoritustapa, taakan paino- ja muoto sekä nostoasento vaikuttavat kuitenkin merkittävästi nostosuorituksen kuormittavuuteen. (Launis & Lehtelä 2011, 185-186, 188-190.)

Ergonomian näkökulmasta työliikkeillä ja välineillä on suuri merkitys kuormittavuuteen. Ne lisäävät työn sujuvuutta ja tuloksellisuutta sekä minimoivat tapaturmia ja käsivaivojen syntyä. Tärkeintä on huomioida työliikkeiden toistot, koska pienikin virhe voi aiheuttaa rasisairauksia. Käsiliikkeitä suunniteltaessa tulisi havaita työtilanteiden riskitekijät, jotka voivat aiheuttaa käsivaivoja sekä vaurioita. Hyvällä suunnittelulla vältytään vaivoilta sekä riskitekijöiltä. Vaivojen taustalla voi kuitenkin olla myös työntekijän ikä, sukupuoli, käden koko, terveydentila, aikaisemmat liikuntaelinsairaudet ja huono voimantuottokyky. Suurimpina riskitekijöinä uskotaan olevan suuren voiman käyttö, samojen liikkeiden toistaminen pitkää ja epäedulliset liikesuunnat ja nivelten ääriasennot. Kuormittavuuden kannalta esimerkiksi työskentely kädet pään yläpuolella tai kynärpäät hartioiden yläpuolella tulisi kestää vain yli 2 tuntia päivässä. Myöskään saman liikkeen toistaminen ilman vaihtelua muutaman sekunnin välein saisi kestää vain yli 2 tuntia päivässä. Käteen sopimattoman muotoinen, kulmikas tai terässärmäinen työkalu aiheuttaa painetta pienelle alueelle kättä ja näin aiheuttaa hermojen, verisuonten tai jänteiden vaurioita. Sopimaton materiaali tai pintarakenne työvälineessä voivat aiheuttaa rakkoja ja hiertymiä. Oikein mitoitettussa ja muotoilussa työvälineessä on otettu huomioon käyttötilanne, käyttäjän ominaisuudet sekä käytön erityisvaatimukset. Ergonomisesti toimiviin liikkeisiin voidaan vaikuttaa hyvällä suunnittelulla. Työpisteet tulee esimerkiksi mitoittaa oikein, työvälineet on oltava oikein muotoillut, työssä tulee olla apuvälineitä, kuten käsituet, kiinnittimet sekä kannattimet. Optimaalisessa työliikkeessä vartalo ja raajojen asento ja liikesuunnat voimantuoton näkökulmasta ovat hyvät ja työliike rento ja sujuva. Käytettävän voiman, liikkeiden sekä asennon tulee olla vaihtelevaa. (Launis & Lehtelä 2011, 195-196, 197-198, 209.)

Liikkeiden, asentojen ja välineiden lisäksi melulla on suuri vaikutus sujuvaan työntekoon. Voimakas ja jatkuva kova melu saattaa aiheuttaa kuulovaurioita sekä stressireaktioita työpaikalla. Se haittaa työntekoa ja huonontaa puheen erottumista sekä peittää merkki- ja varoitusäänien

kuulemisen. (Launis & Lehtelä 2011, 278.) Koneet ja laitteet aiheuttavat usein melulähteitä työpaikalla. Sen laatuun ja syntymiseen heijastavat laitteiden ominaisuudet, kuten niiden muotoilut, valmistusmateriaalit ja käsiteltävät materiaalit. Myös ympäristö, kuten työtilan koko ja muoto ovat yhteyksissä melun laatuun ja sen etenemiseen. Koneista ja laitteista aiheutuva melu on lähtöisin niiden värähtelevistä pinnoista sekä kaasujen ja nesteiden virtauksista. Näitä ovat esimerkiksi iskuäänet, muuntajan melu, laakeriäänet, hankaussmelut sekä putki- ja suihkuvirtaukset. Mikäli työpaikan meluarvot ylittyvät, tulee niiden syyt selvittää. Tällöin on aktivoitava meluntorjuntaohjelma, hankkia työntekijälle kuulosuojaimet, laitettava melualueelle ilmoitus sekä selvitettävä työntekijän kuulo ja opastaa häntä melun kanssa. Meluhaittoja voidaan minimoida hiljemmillä laitteistoilla ja koneilla sekä muuttamalla tuotantomenetelmät, työtavat sekä prosessi hiljaisemmaksi. (Kämäräinen ym. 2009, 149-150, 153, 278).

3.4 Baariergonomia

Toimiva työympäristö tukee baarimestarin persoonallisuutta ja edesauttaa häntä toteuttamaan itseään työpaikalla. Baarityöskentely on raskasta ja vaativaa, jonka vuoksi hyvällä fyysisellä kunnolla on merkitystä työssäjaksamiseen. Koko työvuoron ajan baarimestarin tulee seistä ja kävellä sekä nostaa raskaita koreja, tiskipakkeja ja oluttynnyreitä. Työpäivän aikana askeleita kertyy tuhansia, jonka vuoksi jalkoihin ja selkään syntyy kuormitusta. Myös epäsäännöllisten työaikojen, metelin ja päihtyneiden asiakkaiden vuoksi työ koetaan rasittavana. (Aho, Autti & Siitonen 2020, 17-18.)

Tavaroiden oikealaisella sijoittamisella on suuri merkitys työn sujuvuuteen ja sen nopeuteen. Tavarat ja tuotteet tulisi sijoittaa niin, että ne ovat helposti otettavissa. Tällä tavoin vältetään turhia askeleita työvälaineitä noutaessa. Baarimestarin työpiste tulisi suunnitella niin, että työ olisi siellä ergonomisesti toimiva sekä sujuva ja helppo. Sen keskipisteenä pidetään jääpala-allasta, jonka ympärille kaikki muodostuu. Kaikki tavarat tulisi olla käden ulottuvilla ja niiden tulisi soveltua baaritiskille. Oluthanat tulisi sijoittaa baarimestarin työpisteen viereen tai kahden työpisteen väliin. Lasit tulisi olla työpisteen edessä tai vasemmalla puolella. Vesipisteen tulisi olla tiskikoneen vieressä tai baarimestarin työpisteen vieressä. Tällöin shakerit ja kädet on helppo pestä tarvittaessa. Roskisten ja tyhjien pullojen laatikot tulisi sijoittaa luonnollisten liikeratojen lähetyville, jotta välttyttäisiin turhilta liikkeiltä. (Aho ym. 2020, 65-67.)

Työvuoron aikana kaikki tärkeät tarvikkeet tulisi aina olla baaritiskin takana helposti saatavilla. Se vaikuttaa merkittävästi työn sujuvuuteen ja tehokkuuteen. Baarimestarin tarvikkeisiin kuuluu muun muassa pillit, servietit, shakerit, baarilusikat, siivilät, alkoholimitat, muddlerit, sekoituslasit, kaatonokat, hedelmäveitset, hedelmäpinsetit ja sitruspuristimet. Muita tarpeellisia tarvikkeita ovat tiski-, kassa- sekä kahvikoneet. Toimivassa baariympäristössä on käytössä käsisivarasto, josta saa helposti tuotteita otettua työaikana. Näin välttyään turhilta askelilta.

Oikeanlainen tuotteiden ja tavaroiden sijoittelu vaikuttaa suoraan työn mukavuuteen. (Aho ym. 2020, 67.)

Baarivälineiden laatuun vaikuttaa eri valmistajat. Työvälineisiin tulisi investoida ja pohtia, mitkä ovat tarpeellisia ja tarpeettomia työn sujumuuden näkökulmasta. Kauniit designtuotteet ovat kuluttajia varten, ei baarimestareita. Tärkeimpien ja baarimestareiden suosimiin välineisiin kuuluu shakerit, joita käytetään juomien sekoittamiseen. Boston shaker on yksi tavanomaisimmista työvälineistä. Sopivaan shakeriin vaikuttaa käyttäjä itse. Desing-malliset shakerit eivät välttämättä sovellu kiireiseen baariin, jolloin tavallinen perusmalli on toimivampi vaihtoehto. Shakereita tulee olla riittävästi käytössä työpäivän aikana. Myös baarilusikka on tärkeä osa baarityöskentelyä. Baarilusikan muotoilu esimerkiksi pituus vaikuttaa sen monikäyttöisyyteen. Lusikkaa hyödynnetään mittaamiseen, sekoittamiseen, juomien kerrostamiseen ja sekoittamiseen. Ruostumattomasta teräksestä valmistettu lusikka kestää pitkään ja on kannattava investointi. Lusikan oikeanlainen käyttötekniikka helpottaa työntekoa. Samoin muddlerit, eli murskaimet ovat tärkeä väline baarityöskentelyssä. Ne tulisi olla valmistettu kovasta muovista tai vinyylistä, jotta se olisi hygieenisempi ja kestävämpi käytössä. Muddlerilla baarimestari saa murskattua niin hedelmiä ja marjoja, kuin yrtejäkin. Useimmat Suomessa käytetyt muddlerit ovat valitettavasti huonolaatuisia. Puiset, maalatut muddlerit ovat epähygieenisia, koska niistä saattaa irrota maalia asiakkaan juomaan. Lisäksi hedelmäveitset ovat tarvittavia välineitä baarissa. Sahalaitainen, sopivan kokoinen veitsi on helppokäyttöinen. Veitsen on oltava terävä ja jäykkä, jotta sillä olisi hyvä leikata. Tylsällä veitsellä leikkaaminen ei ole turvallista. Helppojen puhtaana pidettävä veitsi on valmistettu ruostumattomasta teräksestä. (Aho ym. 2020. 71-74, 78, 81.)

4 Kehittämisehdotusten tuottaminen

Tässä luvussa syvennyttään laadulliseen tutkimusmenetelmään, teemahaastattelun sekä haastattelun toteutukseen. Toteutus alaluvussa selitetään haastateltavat, haastattelutilanne sekä kysymykset. Seuraavana on tulokset ja luvun viimeisessä alaluvussa käsitellään tulosten pohjalta saadut kehittämisehdotukset.

4.1 Teemahaastattelun teoria

Haastattelu on sosiaalinen vuorovaikutustilanne kahden tai useamman henkilön välillä. Tilanne muistuttaa keskustelua, mutta haastattelun ja keskustelun erottava tekijä on se, että haastattelun tavoitteena on tiedon systemaattinen kerääminen. Haastattelutilanne- ja kysymykset on ennalta päätetty ja haastattelijalla on vastuussa tilanteen johtamisesta. (Hirsjärvi & Hurme 2014, 41-43.)

Teemahaastattelu kohdistuu nimensä mukaisesti jonkun teeman ympärille, josta keskustellaan. Teemahaastattelussa painotetaan yksilöllisesti haastateltavien elämänsä maailmaa ja heidän

näkemyksiään tilanteisiin. Teemahaastattelussa oleellisista ei ole haastattelujen määrä tai niiden syvällisyys, vaan haastattelujen avulla pyritään löytämään keskeisimmät ja oleellisimmat. Teemahaastattelussa ei ole tarkkoja kysymyksiä, toisin kuin lomakehaastattelussa, eikä se myöskään ole täysin vapaa, kuten strukturoimaton haastattelu, joten joskus sitä kutsutaan myös nimellä puolistrukturoitu haastattelu. (Hirsjärvi & Hurme 2014, 48.)

Teemahaastattelun kokonaisuus syntyy kolmesta vaiheesta. Ensimmäisessä vaiheessa, suunnitteluvaiheessa, pohditaan tutkimusongelmia ja ilmiöiden pääluokkia, eli peruskäsitteitä teorian ja tutkimustiedon pohjalta. Haastatteluvaiheessa yksityiskohtaisen kysymysluettelon sijaan laaditaan teema-alueuettelo, joka kuvastaa teoreettisia pää- ja alakäsitteitä. Näihin käsitteisiin kohdistetaan varsinaiset haastattelukysymykset. Luetteloa voidaan hyödyntää myös keskustelun ohjaamisessa kiintopistettä kohti sekä muistilistana. Viimeisessä vaiheessa keskitytään analyysiin, eli saatu haastattelutieto luokitellaan ja tulkintaa. (Hirsjärvi & Hurme 2014, 66-67.)

Ennen haastattelu tulee olla suunnitelma haastattelun ajankohdasta, sen kestosta, haastattelupaikasta ja haastattelussa käytettävästä välineistöstä. Ajankohta käsittää vuodenaajan, viikonpäivän sekä kellonajan. Loma-aikoina haastateltavia on vaikea tavoittaa, joten parhaimpia ajankohtia haastattelulle ovat huhti-toukokuu ja syys-lokakuu. Arkipäivät sopivat haastatteluille usein paremmin kuin viikonloput. Myös kellonajalla on väliä. Haastattelut tulisi suorittaa aamu kahdeksan ja ilta kahdeksan välillä, kuitenkin niin, ettei esimerkiksi ruokailuajat häiriinny. Aikoja voi muuttaa vain haastateltavien pyynnöstä. Haastattelupaikaksi käy usein mikä tahansa paikka, mutta usein se on haastateltavan koti, julkinen tila, haastateltavan työpaikka tai koulu, tai joku muu vapaamuotoisempi paikka. Paikan tulisi olla rauhallinen ja haastateltavan tulisi tuntea olonsa turvalliseksi siellä. Myös lämpötilan tulisi olla sopiva, sekä valon määrä on tärkeä, jotta osapuolet näkevät toistensa ilmeet ja eleet. Haastattelujen kesto vaihtelee paljolti. Yleensä keston vaihtelu johtuu haastateltavasta. Haastatteluun kannattaa varata aikaa, jotta sen jälkeen voi keskustella vapaamuotoisemmin. Teemahaastattelut ovat usein henkilökohtaisia, ja siksi olisi epäkohteliasta lopettaa keskustelu heti, kuin tarvittava tieto on saatu. (Hirsjärvi & Hurme 2014, 73-75.)

Haastattelusta saatu data on tallennettava jossakin muodossa. Monen haastattelun tallentamiseen minidisc-tallentimet ovat sopivia. Myös videonauhurit tai mikrofonia käyttämällä saatu tieto voidaan tallentaa tietokoneelle. Tallentaminen sujuvoittaa ja nopeuttaa haastattelutilannetta. Luonteva ja vapautunut keskustelu syntyy siitä, kun teema-alueet on opeteltu ulkoa ja datan kirjoittaminen ylös käsin korvataan esimerkiksi puheen nauhoittamisella. (Hirsjärvi & Hurme 2014, 75,92.)

Aineisto voidaan purkaa kahdella tapaa, joko litteroimalla tai päätelmien tekeminen suoraan tallennetusta aineistosta. Aineiston purkaminen teema-alueisiin on selkeä tapa. Purkaminen on monivaiheinen prosessi, joka koostuu analyysistä sekä synteisistä. Analyysi on

aineistokokonaisuuden erittelyä ja luokittelua, synteessissä keskitytään kokonaiskuvan luontiin ja tulkintaan sekä tuomaan tutkittu ilmiö uuteen perspektiiviin. Eli aineiston luokittelun jälkeen pyritään löytämään yhtäläisyydet ja yhteydet aineistossa. Tämä auttaa hahmottamaan aineistoa uudessa valossa. Prosessi alkaa aineiston kuvailulla. Kuvailulla selvitetään ominaisuudet ja piirteet, jotka ovat olennaisia tutkimukselle. Kuvailu antaa vastaukset peruskysymyksiin, kuten mitä, missä ja milloin. Luokittelu vaiheessa haastatteluaineistosta säilytetään vaan tarvittava tieto. Tietoa uudelleen järjestetään, jolloin sitä saadaan enemmän. Järjestämisen jälkeen usein palataan tutkimaan, vieläkö luokittelu pitää vai pitkäkö niitä lisätä tai muokata. Yhdistely vaiheessa etsitään samankaltaisuudet ja yhdistetään saadut luokat. (Hirsijärvi & Hurme 2014, 138, 141, 143-145, 147-149.)

4.2 Toteutus

Teemahaastattelun suunnittelu aloitettiin teorian pohjalta. Teoriasta nostettiin pääluokiksi ergonomia ja baariergonomia. Teema-alueet muodostettiin näiden alaluokista. Alaluokkia paranneltiin lisäämällä kysymyksiä. Tämän jälkeen tehtiin suunnitelma haastatteluun tarvittavasta ajasta ja paikasta.

Baariergonomia haastatteluun pyrittiin löytämään eri-ikäisiä ja eri taustaisia henkilöitä. Haastateltavia saatiin tutkimukseen viisi, joista kaksi oli naisia ja loput kolme miehiä. Haastateltavia lähestyttiin ensin sähköpostilla, jossa kysyttiin halukkuutta osallistumiseen. Osa haastateltavista löydettiin myös sosiaalisen median kautta kyselyllä.

Haastattelukysymykset lähetettiin sähköpostilla haastateltaville etukäteen tutustuttavaksi. Tämän jälkeen haastattelut toteutettiin pikaviestintäohjelma Zoomin kautta. Moni haastateltavista pystyttiin hoitamaan kasvotusten. Haastateltavilta kysyttiin lupa haastattelun nauhoitukseen, jotta tekstin ja tulosten läpikäynti sujuisi vaivattomammin. Zoomin lisäksi haastatteluita tehtiin kahvilassa ja ravintolassa. Haastattelut toteutettiin huhti-toukokuun aikana arki-iltapäivisin. Haastattelut kestivät 32-60 minuuttia.

Asiantuntijoita haastateltiin teemahaastattelua hyödyntäen. Kysymykset eli teemat oli kieltä baarialan työnteon ympärille. Teemat käsittelivät välineistä, nostoista ja metelistä aiheutuvia vahinkoja, tilojen ja tasojen avaruutta ja mitoitusta, sekä viimeisillä avoimilla kysymyksillä oli tarkoitus selvittää, kenen vastuulla on ergonominen perehdytys työhön ja mitä haastateltavat kehittäisivät baarialalla, jotta työ olisi ergonomisesti turvallista työntekijälle. Teemahaastattelun kysymykset löytyvät opinnäytetyön lopusta liitteenä (Liite 1).

Aineisto dokumentoitiin nauhoittamalla Zoom-keskustelu, sekä kasvokkain suoritettujen haastattelujen kirjattiin paperille käsin, niin, että toinen keskittyi kirjaamaan tuloksia ja toinen viemään haastattelua eteenpäin.

Päätelmiä lähdettiin tekemään suoraan saadusta aineistosta. Jokaista teema-aluetta tutkittiin omanaan ja vastauksista etsittiin yhtäläisyydet. Aineiston yhdistäminen loi lisää aineistoa, jota käsiteltiin useita kertoja, jotta vain oleellinen jäi jäljelle. Näin saatiin haastattelun tulokset, joiden pohjalta myös kehittämisehdotukset luotiin.

4.3 Tulokset

Tuloksien pohjalta voimme päätellä, että ergonomiaan vaikutti niin oma tekeminen, kuin tilat, tasot, sekä välineiden laatu ja sijoittelu. Haastattelun mukaan voimme todeta, että ergonomisesti ongelmallisia kohteita olivat tavaroiden vääränlainen sijoittelu, tarpeellisten tarvikkeiden puuttuminen sekä tilojen vääränlainen mitoitus. Tuloksista kävi ilmi, että eniten hukka-askeleita syntyi tavaroiden sijoittelun vuoksi. Jääpalakoneen sekä muiden tärkeiden baarivälineiden, kuten sekoituslusikan, shakerin ja veitsen sijoittelu eri tiloihin tai ympäri baaritiskiä koettiin ergonomisesti hankalaksi. Askeleiden lisäksi seisominen kovalla kivilattialla aiheutti ongelmia alaselkään sekä jaloille. Baaritiskin sekä muun tilan vääränlainen mitoitus pakotti käyttäjän kurottelemaan sekä improvisoimaan tavaroiden laskemista tasoille.

Liian ahtaat tilat vaikeuttivat tavaroiden nostamista, jolloin helposti tuli nostettua kiireessä väärin. Lisäksi painavat, lattialta nostettavat raskaat tavarat koettiin aiheuttavan selkävaivoja. Lisäksi pitkään jatkuneet toistot, kuten juomien ravistelu, sekä astiapakkien nosto aiheuttivat käsi- ja selkävaivoja. Meluhaittoja syntyi tutkimuksen pohjalta jonkin verran. Ongelmaksi ilmeni musiikki, pulloroskis, ihmiset sekä koneet, kuten pesukone. Kuitenkaan pysyviä vammoja meluhaitasta ei ole havaittu syntyvän.

Ergonomisen työskentelyn vastuu havaittiin olevan tutkimuksen mukaan esimiehellä, että työntekijällä itsellään. Esimies antoi ohjeistuksia, joita työntekijä noudatti. Lisäksi ergonomiseen työhön koettiin vaikuttavan oma fyysinen kunto, jota ylläpidetään vapaa-ajalla erilaisilla urheilulajeilla. Kuitenkaan työpaikalla ei ole ollut käytössä virallista ohjeistusta ergonomiselle työskentelylle.

4.4 Kehittämisehdotukset

Tuloksien myötä kehittämiskohteiksi löytyi kovalla kivilattialla seisominen, tilojen vääränlainen mitoitus, välineiden laatu ja määrä, tavaroiden sijoittelu, toistuvat toistot, sekä riittävän ohjeistuksen puute. Jotta työ olisi ergonomisempaa ja sujuvampaa baarimestarin näkökulmasta tulisi näihin ongelmakohtiin löytää ratkaisuja.

Seisomatyötä tehdessä tulisi jalkojen alla olla pehmustettu matto, jotta välttyttäisiin selkä- ja jalkavaivoilta. Tilojen vääränlainen mitoitus synnyttää myös hukka-askeleita, joka ei loppujen lopuksi oli tehokasta työnteon ja kehon näkökulmasta. Liian suuri tila vaikeuttaa työnsujuvuutta, koska tavaroita joutuu hakemaan joko eritiloista tai pöytäpinnoilta. Myös liian suuri baaritiski pakottaa käyttäjänsä kurottelemaan, jolloin helposti syntyy yläkropan vaivoja. Siksi

oikeanlainen mitoitus pöydissä olisi tärkeää. Liian pienikin tila on ergonomisesti katsottuna huono. Liian ahtaassa tilassa on vaikeaa tehdä nostoja jaloilla. Oikea nostotekniikka on ergonomisesti tärkeää, jotta välttyttäisiin selkävaivoilta. Painavia esineitä ei tulisi myöskään nostaa useita kertoja päivässä lattiatasoista. Lattialta nostettavat taakat aiheuttavat ongelmia polvi-nivelille ja selälle. Taakat tulisi nostaa ylemmältä tasolta tai jos ei mahdollista, tällöin nostotilaa tulisi olla riittävästi, jotta lattialta nostaminen olisi mahdollista suorittaa ergonomisesti oikein.

Välineiden määrällä ja laadulla oli tuloksien mukaan merkitystä. Välineitä tulisi olla riittävästi sekä niiden laatuun tulisi panostaa. Oikeanlaiset välineet, kuten terävät veitset, shakerit sekä sekoituslusikat helpottavat työntekoa ja aiheuttavan näin vähemmän tapaturmia ja vammoja. Myös oikea työskentely tapa on kytköksissä ergonomiseen työskentelyyn. Esimerkiksi oikeanlaisella sekoitustekniikalla voidaan välttyä käsi- ja hartiaseudun ongelmilta. Kuitenkin samojen liikkeiden toistaminen liian usein kuormittaa niveliä. Kädet pään yläpuolella työskentelyä tulisi olla päivässä vain yli 2 tuntia. Tämän vuoksi taukojen tai työtehtävien vaihtelu helpottaisi päivän aikana syntyvää kuormitusta. Tuloksien pohjalta ilmeni myös ergonomisen oppaan puute työpaikoilla. Tällainen ohjeistus ennaltaehkäisisi tapaturmia ja tukisi ergonomista työskentelyä.

5 Johtopäätökset

Opinnäytetyön tavoitteena oli laatia kehitysehdotuksia parempaan baarityöskentelyyn. Tutustuimme tutkittavaan aiheeseen teorian avulla ennen teemahaastattelun toteuttamista. Toteutetun teemahaastattelun avulla saimme selville ergonomian näkökulmasta ongelmakohtia. Kehitysideat muodostettiin hyödyntäen teoreettisia lähteitä sekä haastattelun vastauksia.

Ongelmakohtiksi haastattelun analysoinnissa selvisi hukka-askeleet, selkä, jalka- ja käsivaivat ja riittämätön tieto. Kehittämideoiksi syntyi teorian ja tulosten pohjalta ergonomiset matot jalkojen alle, tilojen oikeanlainen mitoitus, välineiden sijoittaminen baaritiskille, nostojen helpottaminen, esimerkiksi, että lattian sijaan nostetaan korkeammalta sekä ohjeiden tulostaminen työpaikan seinälle.

Tämä opinnäytetyö on tarkoitettu kaikille alalla työskenteleville ammattilaisille sekä aiheesta kiinnostuneille. Opinnäytetyön tuotoksena syntyneiden kehittämisideoiden pohjalta on mahdollista tuottaa kattavampi määrällinen tutkimus esimerkiksi liittyen ergonomiseen oppaaseen baarityöskentelyssä.

Lähteet

Painetut

Aho, K. Autti, N. & Siitonen, T. 2020. Baarityön käsikirja. Vantaa: Hansaprint Direct Oy. Kirjapaino Oy.

Hirsjärvi, S & Hurme, H. 2014. Tutkimushaastattelu. Tallinna: Raamatutrükikoda.

Kämäräinen, M. Lappalainen, J. Oksa, P. Pääkkönen, R. Rantanen, S. Saarela, K. Sillanpää, J. & Soini, S. 2009. Työsuojelun perusteet. Sastamala: Vammalan kirjapaino.

Launis, M. & Lehtelä, J. 2011. Ergonomia. Tampere: Tammerprint.

Sähköiset

Jänkälä, S. 2016. Ravitsemistoiminnan toimialaraportti. Työ- ja elinkeinoministeriö. Viitattu 15.5.2022. https://julkaisut.valtioneuvosto.fi/bitstream/handle/10024/79841/1_2016_TOIMI-ALARAPORTTI_ravitsemistoiminta.pdf

Liitteet	
Liite 1: Teemahaastattelun kysymyslomake	20

Liite 1: Teemahaastattelun kysymyslomake

Hei.

Kiitos mielenkiinnostasi haastattelua kohtaan. Kirjoitamme opinnäytetyötä Laurea ammatti-korkeakoulussa ergonomisemmasta baarityöskentelystä ja tätä varten tarvitsemme ammattilaisen näkemystä asiaan. Kiitos ajastasi. Seuraavat teemat liittyvät baarialaan ja baareissa työskentelyyn, fyysisiin tekijöihin keskittyen.

Pyydämme Sinua olemaan avoin ja rehellinen, jotta tulokset olisivat mahdollisimman todennukaisia. Mietiskele seuraavia asioita niin, kuinka olet ne kokenut ja miten ne ovat, eikä niin, kuinka niiden tulisi olla. Vastaukset käsitellään ja liitetään opinnäytetyöhön anonyymisti.

Laurea ammattikorkeakoulu,

Laura Laitinen ja Laura-Karoliina Murto

TILAT JA ETÄISYYDET

Hukka-askeleet

Seisominen

Tilan määrä ja avaruus

TASOT

Laskutilan määrä

Tasojen korkeus

Apuvälineet

Rasitusvammat

VÄLINEET

Tärkeimmät ja useimmin käytetyt

Sijoittelu

Välineiden ergonomisuus

Välineistä aiheutuneet vahingot

NOSTOT

Kuinka usein

Mistä nostetaan (esim. onko kahvoja, kaveri apuna, nostetaanko lattialta vai ylempää...)

Rasitus ja tapaturmat

MELUHAITAT

Meteli

Vahingot

VASTUU

Ohjeistus (onko sellaista annettu työhön perehdyttäessä ja työn aikana)

Kenellä?

TULEVAISUUS

Missä voisi parantaa ja kehittää, että työ olisi ergonomisesti turvallisempaa?