



RĪGAS STRADIŅA
UNIVERSITĀTE



DARBA DROŠĪBAS un
VIDES VESELĪBAS INSTITŪTS
RSU agentūra

Nr. 6-2011

СПРАВОЧНИК ПО БЕЗОПАСНОСТИ И ЗДОРОВЬЮ НА РАБОЧЕМ МЕСТЕ!

*Я уверен, что стобой ничего плохого
не произойдет, ведь ты знаешь все о
безопасности труда и охране здоровья!*



LATVIJAS REPUBLIKAS
LABKLĀJĪBAS MINISTRIJA

VSAA
VALSTS SOCIĀLĀS APOROŠINĀŠANAS AĢENTŪRA

VALSTS DARBA INSPEKCIJA



Материал издан при содействии Государственного агентства по социальному страхованию как часть плана предупредительных мер в области охраны труда.

Информацию по вопросам охраны труда можете найти на домашней странице **www.osha.lv**

Материал подготовлен агентством при Рижском университете им. Страдыня – Институтом по безопасности труда и здоровья окружающей среды.

Nr. 6-2011-RUS

*Хорошее здоровье –
отличный труд!*



Цель настоящего справочника – ознакомить Вас с Вашими правами как работника в области охраны труда на рабочем месте и теми рисками, которые могут оказать отрицательное воздействие на Ваше здоровье и безопасность, а также познакомить Вас с важнейшими требованиями по охране труда на рабочем месте и необходимыми действиями при чрезвычайных ситуациях.

Трудовой договор Вас защитит!

Приступай к работе только после того, как с работодателем в письменной форме заключен трудовой договор, в котором прописаны права и обязанности работника, рабочее время и оплата труда.

Заключенный в устной форме трудовой договор не имеет юридической силы!



На каждом предприятии должна быть утверждена система по охране труда!

Помни, что на каждом предприятии должна существовать утвержденная система по охране труда. В рамках системы работодатель обязан назначить персону, ответственную за безопасность труда и охрану здоровья. Ответственная персона проводит оценку рисков на рабочем месте и консультирует работников.



Перед началом трудовой деятельности на предприятии с работником должен быть проведен инструктаж по вопросам охраны труда!

Работодатель обязан обеспечить обучение работника выполняемым функциям, ознакомить с факторами риска на рабочем месте, с необходимыми мероприятиями по охране труда и действиями при чрезвычайных ситуациях.



**Прежде, чем приступить
к работе, работник должен
пройти обязательную
проверку здоровья!**

Прежде, чем приступить к работе, ты должен пройти обязательную проверку здоровья, чтобы убедиться, что твое здоровье соответствует выполняемой работе.

Обязательную проверку здоровья следует проходить регулярно, проверку оплачивает работодатель.



Твое рабочее место должно быть надежным и безопасным для здоровья!

Твое рабочее место должно быть оборудовано в соответствии с работой, которую ты выполняешь. Рабочее место необходимо содержать в чистоте и порядке.



Самое главное – оценка риска на рабочем месте!

Ты должен быть ознакомлен с проведенной оценкой риска на рабочем месте, чтобы знать, как организовать свою работу, избегая рисков.

Оценка риска поможет тебе понять, как работать безопасно.



У тебя только два уха и больше не будет!

Береги слух – нарушения слуха необратимы, а профессиональная тугоухость неизлечима.

Если на рабочем месте повышенный шумовой фон, пользуйся средствами индивидуальной защиты. Научись правильно пользоваться наушниками и помни, что на тебя также влияет шумовой фон расположенного рядом рабочего места.



Не рискуй своими (единственными) руками!

Виброинструментом можно повредить руки – работай только с исправным инструментом!

Заботься о своих руках – используй вибропоглощающие рукавицы и давай рукам отдых, используя перерывы в работе.



У тебя только один позвоночник и другого не будет!

От общей вибрации может пострадать твой позвоночник – перед поездкой проверяй давление в колесах, сидение, амортизаторы.

Забойсьа о своем позвоночнике – выбирай безопасную скорость, соблюдай перерывы для отдыха, выполняй упражнения для расслабления спины и ног.



Зрение «дороже» лампочки!

Рабочее место должно быть достаточно освещено:

- проверь, все ли лампочки горят;
- проверь, все ли окна и светильники чистые и находятся в рабочем состоянии;
- не работай в полумраке – включи свет и сообщи работодателю о перегоревшей лампочке.



На каждом рабочем месте должен быть обеспечен надлежащий микроклимат!

Непригодный микроклимат (температура, влажность, воздухообмен) угрожает твоему здоровью и снижает работоспособность.

Не работай на сквозняке и одевайся соответственно выполняемой работе и погодным условиям!



Ты вправе дышать свежим воздухом!

Загрязненный воздух на рабочем месте снижает работоспособность, влияет на состояние здоровья, увеличивает риск несчастных случаев.

На рабочем месте должен быть обеспечен достаточный воздухообмен!

Включи вентиляцию или регулярно проветривай помещение.



Чистить или не чистить – вот в чем вопрос?

Вентиляционные системы (в том числе кондиционеры) необходимо регулярно чистить и проверять – именно тогда они будут работать эффективно, что позволит обеспечить подачу чистого воздуха на рабочем месте.

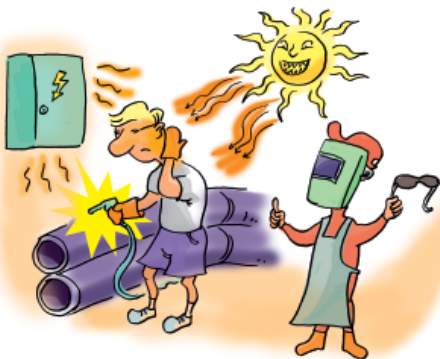
Неочищенная вентиляционная система может стать причиной заболевания.



Тебе угрожают и невидимые риски!

Помни, что тебе угрожают невидимые факторы риска – такие, как ультрафиолетовое и тепловое излучение или действие электромагнитных полей.

Требуй информацию от работодателя, чтобы узнать, как себя оградить от воздействия этих факторов.



Знаешь ли ты, с чем работаешь?

Пары химических веществ могут вызвать поражение глаз, дыхательных путей и кожи, поэтому:

- на упаковке/этикетке химических веществ должно находиться указание об опасности!
- у каждого химического вещества должен быть паспорт – он содержит важнейшую информацию о безопасной работе.

Всегда соблюдай требования, прописанные в инструкциях и паспортах!



Готов ли ты к возгоранию?

Работая с веществами, маркированными знаком «легко воспламеняющиеся вещества», будь особенно внимателен!

Помни, что пары химических веществ могут легко воспламениться, поэтому рядом с химическими веществами не используй открытое пламя и не проводи работы, при которых возникают искры!

Ты должен знать, где находится противопожарное оборудование!



Используй только надлежащие средства индивидуальной защиты!

Химические вещества могут просочиться через кожу или они могут быть втянуты с воздухом при вдохе, это причинит вред твоему здоровью. Всегда проявляй максимальную предосторожность и используй только подходящие перчатки и респираторы!



Береги окружающую среду!

Химические вещества и упаковка от них являются опасными отходами. Их собирают в специально оборудованных местах и сдают на переработку.

Многие химические вещества не разлагаются, а накапливаются в природе, уничтожая при этом растения и животных!



Пыль вредна для верхних дыхательных путей и легких.

Рабочее место должно быть оборудовано достаточно эффективной вентиляцией, чтобы обеспечить удаление мелких частиц пыли с рабочих мест!



Не становись биологическим «агентом»!

Биологические факторы риска могут вызывать инфекции, аллергию, проблемы с кожей и дыхательными путями, отравления.

Заболев, ты распространяешь инфекцию и угрожаешь здоровью коллег.

Если плохо себя чувствуешь, не выходи на работу!



Кондиционер – рассаdник микробов!?

Если на рабочем месте чувствуешь себя усталым, «что-то» раздражает глаза, кожу, горло либо ты часто болеешь, выясни, нет ли в помещении, где работаешь, вредных микроорганизмов – от поврежденных и технически неисправных кондиционеров, пораженных плесенью стен, ковров, заболевших коллег.



Вакцинация может сохранить твое здоровье!

Если на работе существует риск заразиться различными инфекционными заболеваниями, против которых можно пройти вакцинацию, работодатель обязан обеспечить или предложить вакцинироваться бесплатно. Используй это!



Чтобы твой первый полет не стал последним!

Работу на высоте выполняй только тогда, когда это можно сделать безопасно.

Ты должен быть специально обучен и экипирован (например, страховочным поясом), рабочее место должно быть надлежащим образом оборудованным.

Не работай на высоте без страховочного пояса или крепления.



Даже лучший протез не заменит твоей руки!

Будь осторожен при работе с оборудованием – всегда соблюдай все требования по охране труда при работе с конкретным устройством. Никогда не удаляй защитные системы и всегда блокируй оборудование перед тем, как приступить к его чистке.



Не носи то, что не можешь поднять!

Перемещая груз, соблюдай основные правила перемещения тяжестей – продумай, как поднять тяжесть, не поднимай тяжести сильно согнувшись, учитывай особенности поднимаемых грузов!

Где только возможно, используй вспомогательные средства для перемещения тяжестей!



Здоровье можно испортить и сидя!

Работа в принудительной позе (сидя, стоя и т. п.) может быть так же вредна, как и перемещение тяжестей.

Помни о необходимости сделать перерыв и выполни необходимые физические упражнения!



Работа с электричеством не игра – у тебя только одна жизнь!

Работая в местах, где существует риск получения электротравмы:

- оцени опасность;
- не делай ничего, чего не умеешь делать или не вправе выполнять;
- соблюдай знаки безопасности;
- знай, как действовать при чрезвычайных ситуациях.



Помни, что для взрыва достаточно лишь искры!

Во время работы со взрывоопасными веществами избегай толчков, трения, искрения и не позволяй курить.

Используй только взрывобезопасный инструмент, принимай во внимание любой возможный очаг возгорания!



Для безопасной работы – безопасное оборудование!

Перед началом работы убедись, что оборудование технически исправно – проверено и присутствуют все необходимые защитные устройства.

Следи за тем, чтобы регулярно проводилось техническое обслуживание оборудования.

Не работай на неисправном оборудовании!



Ознакомься с действиями при чрезвычайных ситуациях!

Знай, где находятся пути эвакуации и как действовать при чрезвычайных ситуациях!

**Единый телефон спасательных служб
– 112**



Дополнительная информация

VALSTS DARBA INSPEKCIJĀ

ГОСУДАРСТВЕННАЯ ТРУДОВАЯ ИНСПЕКЦИЯ

K. Valdemāra ielā 38, k-1, Rīgā, LV-1010

Tālrunis 67186522, 67186523

www.vdi.gov.lv

LATVIJAS BRĪVO ARODBIEDRĪBU SAVIENĪBĀ

СОЮЗ СВОБОДНЫХ ПРОФСОЮЗОВ ЛАТВИИ

Bruņinieku ielā 29/31, Rīgā, LV-1001

Tālrunis 67270351, 67035960

www.lbas.lv

RSU DARBA DROŠĪBAS UN VIDES VESELĪBAS INSTITŪTĀ

ИНСТИТУТ ПО БЕЗОПАСНОСТИ ТРУДА И

ЗДОРОВЬЯ ОКРУЖАЮЩЕЙ СРЕДЫ

Dzirciema ielā 16, Rīgā, LV-1007

Tālrunis 67409139

www.rsu.lv/ddvvi