

Svarīgākie riski, STRĀDĀJOT par

PAVĀRU.

Kā rīkoties, lai strādātu DROŠI

Strādājot par PAVĀRU, atceries, ka Tev var draudēt dažādi riska faktori:

Sagriešanās un sadursšanās

Strādājot ar nažiem, citiem
asiem darba rīkiem vai
saplīsušiem traukiem, var
rasties dažādas grieztas
vai durtas brūces

Paslidēšana un pakļupšana

Izlijuši šķidrumi, nevietā
novietoti vai nokrituši
priekšmeti var draudēt
ar smagiem kritieniem



Apdedzināšanās

Karstas virsmas vai šķidrums,
tvaiks vai uzliesmojusi eļļa
var izraisīt apdegumus

Fiziska pārslodze

Darbs piespiedu pozā,
biežas atkārtotas kustības
un nepareiza smagumu
pārvietošana var neatgrie-
zeniski sabojāt Tavu
mugurkaulu vai locītavas

Bioloģiskie riski

Daudzi pārtikas produkti
vai piedevas var radīt
alerģiskas reakcijas

Ķīmiskās vielas

Ja tīrīšanas un mazgāšanas
līdzekļi satur kairinošas vai
kodīgas vielas, tās var ietekmēt
Tavu ādu, acis un plaušas

Lai strādātu DROŠI:

- Lieto tikai darba kārtībā esošas iekārtas, īpaši pārbaudi elektrības vadus un kontaktus!
- Nažus un citus asos priekšmetus glabā drošā vietā, neatstāj tos izlietnē, uz galda vai zem produktiem!
- Vienmēr uzturi darba vietu kārtībā, savāc izlijušus šķidrumus un neatstāj neko uz grīdas!
- Lieto neslidošus darba apavus!
- Lieto darba apģērbu un, ja nepieciešams, arī piemērotus darba cimdus!
- Prasi, lai darba devējs regulāri tīra ventilācijas un atsūces sistēmas!
- Ievēro atpūtas pauzes, to laikā pavigro, ievēro veselīgu un kustīgu dzīvesveidu!
- Ja strādā profesionāli, apmeklē obligātās veselības pārbaudes un rūpējies par savu veselību!