

DARBA AIZSARDZĪBAS PRASĪBAS PAŠNODARBINĀTĀM PERSONĀM



Mainoties dažādiem ekonomiskajiem apstākļiem, mainās arī nodarbinātības formas. Uzņēmumiem, izvērtējot savus resursus un līdzekļu optimizācijas iespējas, rodas pastiprināta interese par pašnodarbināto personu piesaistišanu, nevis darbaņēmēju nodarbināšanu, tādējādi samazinot kopējo nodokļu slogu, kas saistīts ar darba samaksu, un aizstājot to ar ārpakalpojumu.

Arī darbaņēmējam vienkāršākais veids, kā kļūt ekonomiski neatkarīgam no darba devēja, ir kļūt par pašnodarbinātu personu, piedāvājot savus pakalpojumus.

Pašnodarbinātas personas statusa priekšrocība ir tāda, ka persona var strādāt mājās, nav jāirē darba telpas vai birojs, turklāt pašnodarbinātais pats var noteikt savu darba laiku, tādējādi iegūstot lielāku rīcības brīvību un klientu loku.

Tas ir vilinoši, tomēr pašnodarbinātai personai ir jāreķinās ar to, ka arī viņai no daudz kā būs jāatsakās. No darbaņēmēja kļūstot par pašnodarbināto, persona pati uzņemas visu atbildību par savu darbību, kā arī nodrošina darbam nepieciešamos līdzekļus, tajā skaitā darba apģērbus un apavus.

Pašnodarbinātais ir pats sev darba devējs – savu darba laiku nosaka pats. Līdz ar to pašnodarbinātais nevar pretendēt uz paaugstinātu samaksu par darbu ārpus noteiktā darba laika un brīvdienās. Tāpat pašnodarbinātai personai nepienākas apmaksāts ikgadējais atvaļinājums un par atbilstošu un pietiekamu atpūtu ir jārūpējas pašam.

Pašnodarbinātais, pats par sevi veicot valsts sociālās apdrošināšanas obligātās iemaksas, saņem līdzīgas sociālās garantijas kā darbinieks, kas strādā pie darba devēja, piemēram, valsts apmaksāto slimības pabalstu, maternitātes pabalstu, bērna kopšanas pabalstu. Visas sociālās garantijas ir atkarīgas no pašnodarbinātā veiktajām iemaksām.

Tomēr jāatzīmē, ka pašnodarbināta persona netiek apdrošināta bezdarba gadījumam, nelaimes gadījumiem darbā un arodslimībām, kas var būtiski pasliktināt pašnodarbinātās personas dzīves kvalitāti gadījumā, ja šī persona, veicot darba pienākumus, cietis nelaimes gadījumā vai saslims ar arodslimību.

Pašnodarbinātai personai ir jāreķinās arī ar to, ka būs nepieciešamas administratīvās, juridiskās, finanšu prasmes un iemaņas, būs jābūt spēcīgam profesionālim savā jomā un jāvar pilnīgi patstāvīgi organizēt un veikt savu darbu. Iepriekš minētais ļaus pilnvērtīgi izmantot visas tās priekšrocības, ko sniedz pašnodarbinātā statuss.

Latvijā normatīvajos aktos nav vienota jēdziens “pašnodarbinātā persona” skaidrojuma vai definējuma. Pēc būtības ar jēdzienu “pašnodarbinātā persona” saprotama persona, kas veic darbu pati savā vadībā un nav pakļauta citas personas virsvadībai (nav darba attiecībās ar citu personu).

Šī informatīvi skaidrojošā **materiāla mērķis** ir vērst pašnodarbināto personu uzmanību uz nepieciešamību ievērot gan pašnodarbinātajiem normatīvajos aktos obligāti noteiktās darba aizsardzības prasības, gan arī darba aizsardzības prasības, kas pašnodarbinātajam nav obligātas, bet kuras būtiski var ietekmēt darba dzīves kvalitāti.

Materiāla mērķis ir izskaidrot, ka darba aizsardzības pamatprasību labprātīga ievērošana ir pašnodarbinātā interesēs – lai viņš saudzētu savu veselību, gan nodrošinot savu drošību, gan saglabājot savas darba spējas.

Kādas darba aizsardzības prasības ir jāievēro pašnodarbinātai personai? Kā pašnodarbinātai personai saglabāt darba spējas un kā noteikt riskus darba vidē? Uz šiem un citiem jautājumiem tiks meklētas atbildes informatīvajā materiālā.

KAS IR PAŠNODARBINĀTA PERSONA?

Likuma "Par valsts sociālo apdrošināšanu" 1. panta 3. apakšpunkta izpratnē pašnodarbinātais ir persona, kura gūst ienākumus (vai ieņēmumus) kā:

- persona, kas veic individuālo darbu;
- persona, kuras pastāvīgā dzīvesvieta ir Latvijas Republikā un kura saņem autoratļīdzību (autortiesību un blakustiesību atlīdzību), – izņemot autortiesību mantinieku un citu autortiesību pārņēmēju;
- zvērināts notārs;
- zvērināts advokāts;
- zvērināts revidents;
- prakses ārsts, prakses farmaceits, prakses veterinārārsts, prakses optometrists;
- cita fiziska persona, kuras pastāvīgā dzīvesvieta ir Latvijas Republikā un kura reģistrējusies kā saimnieciskajā darbībā gūtā ienākuma nodokļa maksātāja;
- zemnieku (zvejnieku) saimniecības īpašnieks, kas, nebūdams darba tiesiskajās attiecībās ar savas zemnieku (zvejnieku) saimniecības pārvaldes institūciju, veic šīs zemnieku (zvejnieku) saimniecības vadības funkciju, ja šajā zemnieku (zvejnieku) saimniecībā likumā noteiktajā kārtībā nav iecelts (ievēlēts) pārvaldnieks (direktors);
- persona, kuras pastāvīgā dzīvesvieta ir Latvijas Republikā un kuras darbu apmaksā no Latvijas Republikai piešķirtajiem ārvalstu tehniskās palīdzības vai starptautisko finanšu institūciju aizdevuma līdzekļiem;
- zvērināts tiesu izpildītājs;
- individuālais komersants.

Likuma "Par reglamentētajām profesijām un profesionālās kvalifikācijas atzīšanu" 1. panta 7. apakšpunktā noteikts, ka pašnodarbināta persona ir persona, kas darba ienākumus gūst patstāvīgi, neiesaistoties kā darbinieks darba tiesiskajās attiecībās ar darba devēju un neieņemot amatu, kas dod tiesības uz atlīdzību.

Terminu "pašnodarbinātais" juridiski parasti lieto, ja fiziskā persona saimnieciskās darbības veikšanai ir reģistrējusies Valsts ieņēmumu dienestā kā pašnodarbināta persona, kura no saviem ienākumiem veic sociālās apdrošināšanas obligātās iemaksas. Savukārt, runājot par "pašnodarbinātajiem" kopumā, parasti tiek runāts par neatkarīgiem darba veicējiem, kas paši nosaka savus pienākumus.

KĀDAS DARBA AIZSARDZĪBAS PRASĪBAS PAŠNODARBINĀTAJAM IR OBLIGĀTAS?

Nodarbināto drošības un veselības aizsardzības prasības regulē dažādi normatīvie akti. Par nodarbinātā drošību un veselību ir jārūpējas darba devējam.

Kas uzņemas atbildību par pašnodarbinātā veselību un drošību darbā?

Darba aizsardzības likuma vispārīgie principi un mērķi attiecas uz ikvienu personu, kas veic darbu neatkarīgi no darbības jomas. Darba aizsardzības likumā ir skaidri noteikti darba devēja pienākumi un tiesības, un, tā kā pašnodarbinātais pats uzņemas atbildību par sevi un savu darbu, tad Darba aizsardzības likumā noteiktie drošības principi ir saistoši arī pašnodarbinātajiem.

Darba aizsardzības likuma (pieņemts 20.06.2001.) 4. panta otrajā daļā noteikts, ka "pašnodarbinātajam ir pienākums rūpēties par savu drošību un veselību darbā, kā arī par to personu drošību un veselību, kuras ietekmē vai var ietekmēt viņa darbs".

Konkrētas darba aizsardzības prasības dažādās nozarēs, kuras ir obligātas arī pašnodarbinātajiem, nosaka atbilstoši normatīvie akti.

Viena no nozarēm, kas regulē pašnodarbināto personu pienākumus un atbildību darba aizsardzības jomā, ir **būvniecība**, un konkrētas darba aizsardzības prasības pašnodarbinātajiem paredz Ministru kabineta noteikumi Nr. 92 "Darba aizsardzības prasības, veicot būvdarbus" (pieņemti 25.02.2003.; turpmāk – MK92).

Pašnodarbinātajiem, veicot būvdarbus, ir šādi pienākumi:

- pirms darbu vai darbības uzsākšanas būvlaukumā informēt projekta izpildes koordinatoru vai citas atbildīgās personas par attiecīgo darbības veidu, kā arī koordinēt savu darbību darba aizsardzības jomā;
- ievērot normatīvajos aktos noteiktās prasības par darba aprikojuma un individuālo aizsardzības līdzekļu lietošanu.

Pašnodarbinātie, veicot būvdarbus, ievēro projekta sagatavošanas koordinators, projekta izpildes koordinators, galvenā būvdarbu veicēja un atsevišķu būvdarbu veicēja norādījumus, kā arī Darba aizsardzības likumā noteiktos darba aizsardzības vispārīgos principus attiecībā uz:

- būvlaukuma norobežošanu un tīrības un kārtības uzturēšanu tajā;
- darba vietu izvēli; nosakot pārvietošanās un kustības maršrutus un iekārtu izvietošanas zonas, ņem vērā nepieciešamību brīvi piekļūt katrai darba vietai;
- dažādu materiālu izmantošanas apstākļiem;
- mašīnu, iekārtu un instalāciju tehnisko apkalpi un pārbaudēm, uzsākot ekspluatāciju, kā arī regulārām pārbaudēm ekspluatācijas laikā, lai novērstu defektus, kas rada risku nodarbināto drošībai un veselībai;
- dažādu materiālu uzglabāšanas zonu ierīkošanu un marķēšanu (īpaši bīstamiem materiāliem un vielām);
- izmantoto bīstamo materiālu un vielu savākšanu un pārvietošanu;
- atkritumu un būvgružu glabāšanu, savākšanu, pārvietošanu un likvidēšanu;
- dažādiem darbiem vai darba posmiem paredzētā izpildes termiņa maiņu, pamatojoties uz darba gaitu būvlaukumā;
- sadarbību ar pašnodarbinātajiem;
- sadarbību un darbu saskaņošanu ar citām rūpnieciskām ražotnēm būvlaukumā vai tā tuvumā.

Otra nozare, kas stingri regulē darba aizsardzības prasības, kuras jāievēro pašnodarbinātajiem, ir **mežsaimniecība**.

Ministru kabineta noteikumi Nr. 310 "Darba aizsardzības prasības mežsaimniecībā" (pieņemti 02.05.2012.; turpmāk – MK310) paredz virkni konkrētu darba aizsardzības prasību, kas jāievēro pašnodarbinātajam, veicot mežsaimniecības darbus.

MK310 nosaka, ka pašnodarbinātais, ja ir iegūta atbilstoša kvalifikācija vai apgūts attiecīgs mācību kurss, var veikt šādus mežsaimniecības darbus:

- mašīnizētu stādīšanu un sēšanu;
- jaunaudžu kopšanu ar motorzāģi, krūmgriezi ar ripu vai krūmgriezi ar ķēdes pievadu;
- darbu ar ķīmiskām vielām;
- augošu koku atzarošanu ar motorinstrumentu;
- koku gāšanu, atzarošanu, sagarumošanu ar motorzāģi vai ar meža mašīnām;

- mašīnizētu pievešana ar meža mašīnām vai treilēšanu;
- iekraušanu autotransportlīdzeklī.

Lai pašnodarbinātais mežsaimniecības darbos varētu lietot motorinstrumentus (krūmgriezi vai motorzāģi) vai vadīt meža mašīnu, nepieciešama attiecīgā motorinstrumenta vai meža mašīnas vadītāja kvalifikāciju apliecināša licencētas izglītības iestādes izsniegta apliecība.

Pašnodarbinātajam ir pienākums:

- nodrošināt sevi ar atbilstošiem individuālajiem aizsardzības līdzekļiem;
- ierīkot sev atsevišķu vietu, kur patverties no nelabvēlīgiem laikapstākļiem, sasildīties, atpūsties, uzsildīt ēdienu, paēst, ja pašnodarbinātais atrodas darba vietā nepārtraukti ilgāk par astoņām darba stundām;
- vakcinēties pret ērcu encefalītu saskaņā ar normatīvajiem aktiem par vakcināciju.

Pirms mežizstrādes darbu sākšanas pašnodarbinātais aizpilda cirsma izstrādes tehnoloģisko karti divos eksemplāros. Viens cirsmas izstrādes tehnoloģiskās kartes eksemplārs glabājas cirmā, un par tās atrašanās vietu pašnodarbinātais informē visus pārējos darba veicējus. Otrs cirsmas izstrādes tehnoloģiskās kartes eksemplārs glabājas pie pašnodarbinātā.

KĀDI PASĀKUMI PAŠNODARBINĀTĀJAM JĀVEIC SAVAS DROŠĪBAS UN VESELĪBAS NODROŠINĀŠANAI?

Ar jēdzienu “darba aizsardzība” saprot nodarbināto drošību un veselību darbā un pasākumus to nodrošināšanai, kuru mērķis ir izveidot drošu un veselībai nekaitīgu darba vidi, kā arī novērst nelaimes gadījumus darbā un arodslimības. Ko var darīt pašnodarbinātais, lai veiktu darbu drošāk?

Pašnodarbinātajam darba aizsardzības jomā ir jāievēro tās pašas prasības, kas ir noteiktas nodarbinātajiem Darba aizsardzības likumā:

- rūpēties par savu drošību un veselību un to personu drošību un veselību, kuras ietekmē vai var ietekmēt pašnodarbinātā darbs;
- lietot darba aprīkojumu, transportu un citus ražošanas līdzekļus saskaņā ar ražotāja instrukcijām, bet bīstamās vielas – saskaņā ar ķīmisko vielu un ķīmisko maisījumu drošības datu lapām;
- lietot kolektīvos un individuālos aizsardzības līdzekļus saskaņā ar ražotāja instrukcijām un pēc lietošanas attiecīgos aizsardzības līdzekļus novietot tiem paredzētajā vietā;
- ievērot drošības zīmes, kā arī lietot drošības ierīces, ar ko apgādāts darba aprīkojums un darba vieta, saskaņā ar ražotāja instrukcijām un atturēties no attiecīgo drošības ierīču patvaļīgas iedarbināšanas, mainīšanas vai pārvietošanas;
- nekavējoties ziņot par nelaimes gadījumu darbā, kā arī par jebkuriem darba vides faktoriem, kuri rada vai var radīt risku personu drošībai un veselībai, arī par trūkumiem uzņēmuma darba aizsardzības sistēmā, ja pašnodarbinātais veic darbu cita uzņēmuma teritorijā vai darba vietā;
- piedalīties pasūtītāja rīkotās instruktāžās un mācībās darba aizsardzības jomā (piemēram, būvniecības vai mežsaimniecības darbos);
- ievērot uzņēmuma darba kārtības noteikumus un darba devēja rīkojumus, kas precīzē darbinieka uzvedības noteikumus uzņēmumā.

Ja pašnodarbinātais strādā kopā ar citu darba devēju nodarbinātajiem, kuru drošību vai paša pašnodarbinātā drošību var ietekmēt darbs, tad jāievēro visas citu darba devēju noteiktās prasības, kā arī jāpiedalās mācībās, ja tādas tiek organizētas. Jāatceras, ka tas nepieciešams pašu drošības un veselības labā! Tā kā pašnodarbinātajām personām nav darba devēja, kuram būtu pienākums rūpēties par drošību un veselību, tad tas jā dara pašiem pašnodarbinātajiem!

Tipiskie darba aizsardzības prasību neievērošanas piemēri Latvijā:

- izsniegto individuālo aizsardzības līdzekļu un darba apģērba nelietošana;
- darba aprikojuma, bīstamo vielu, transporta un citu ražošanas līdzekļu nelietošana saskaņā ar normatīvajos aktos noteikto dokumentāciju (ražotāja instrukcijām, ķīmisko vielu un ķīmisko maisījumu drošības datu lapām u. c.);
- darba aizsardzības instrukciju prasību neievērošana;
- nepareizu vai nepiemērotu darba paņēmieni, metožu, darba aprikojuma izvēle;
- darba izpildes tehnoloģiju neievērošana;
- nepietiekama uzmanība, veicot darbu;
- darbs alkohola reibuma stāvoklī.

KAS IR DARBA VIDES RISKA NOVĒRTĒJUMS UN KĀPĒC TAS IR SVARĪGS?

Pašnodarbinātajam, veicot savu darbu, ieteicams pievērst vērību savai darba videi. Darba vide ir darba vieta ar visiem tās kaitīgajiem faktoriem, kas var iedarboties arī uz pašnodarbinātā veselību vai drošību. **Darba vides kaitīgie faktori** iedarbojas uz cilvēka veselību neatkarīgi no uzņēmējdarbības formas vai amata, kuru cilvēks ieņem, – tie var iedarboties gan uz darbinieka, gan nodarbinātā, gan pašnodarbinātā veselību.

Gandrīz jebkuram darbam ir raksturīgs kāds no kaitīgajiem darba vides faktoriem. Tie var būt **fizikālie** (troksnis, vibrācija, nepietiekams apgaismojums u. c.), **ķīmiskie** (lakas, krāsas, mazgāšanas un tīrīšanas līdzekļi, degviela u. c.), **psiholoģiskie** (pārāk maz laika, lai precīzi un droši izpildītu darbu, sliktas attiecības ar klientiem, darbs naktī, vardarbīgs uzbrukums u. c.), **bioloģiskie** (ērču encefalīts, B hepatīts, HIV/AIDS u. c.), **ergonomiskie** (smagu priekšmetu pārvietošana, vienveidīgas kustības u. c.), **traumatiskie** (iegriešana, ieciršana, uzbraukšana, priekšmetu uzkrišana, paslīdēšana u. c.) un citi faktori.

Tieši kādi kaitīgie faktori iespējami darba vietā, ir jānoskaidro pašam pašnodarbinātajam. Ir jāizvērtē, vai var attīstīties kādi veselības traucējumi, vai var notikt nelaimes gadījums, kā arī jānosaka pasākumi, kas būtu jāveic, lai nodrošinātu sev drošu un veselībai nekaitīgu darba vidi. Šo procesu sauc par darba vides riska novērtēšanu. Darba devējiem tā ir jāveic vienu reizi gadā vai tad, ja būtiski izmainās darbs, kas jā dara (piemēram, tiek nopirkta jaunas iekārtas, tiek izmantotas citas ķīmiskās vielas utt.).

Darba vides risks jānovērtē ne tikai tāpēc, ka to nosaka normatīvie akti, bet patiesais riska novērtēšanas iemesls ir cilvēka aizsardzība, darot darbu. Lai varētu izvēlēties atbilstošus individuālo aizsardzības līdzekļus, ir precīzi jāzina, pret ko šiem individuālajiem aizsardzības līdzekļiem ir jāaizsargā. Tāpat, zinot, kādi faktori iedarbojas uz nodarbināto veselību, var precīzi nosūtīt nodarbinātos uz veselības pārbaudi, kas ļautu noskaidrot, vai attiecīgajā darba vietā esošie kaitīgie faktori ir ietekmējuši cilvēku veselību. Droši strādāt iespējams tikai tad, ja ir zināmi attiecīgajā darba vietā raksturīgie kaitīgie un bīstamie faktori un ja cilvēks zina, ko viņš attiecīgajos apstākļos drīkst darīt un ko ne.

Arī pašnodarbinātajam, ja rodas veselības problēmas un nākas doties pie ārsta, ir jāzina un jāprot ārstam izstāstīt, kādi kaitīgie faktori ir pašnodarbinātā darba vidē, kas, iespējams, var ietekmēt veselības stāvokli.

Pirms darba vides riska faktoru noteikšanas ir jāzina, ka:

- darba vides **riska faktors** ir jebkas, kas darba vidē var nodarīt kaitējumu personas drošībai vai veselībai, piemēram, ķīmiskās vielas, elektrība, darbs uz pārvietojamām kāpnēm, atstāta vaļēja atvilktnē utt.;
- darba vides **risks** ir varbūtība, ka personas drošībai vai veselībai darba vidē var rasties kaitējums (piemēram, ka darbā izmantotā ķīmiskā viela var radīt ādas apdegumu).

Sākumā ir jāsaprot, kādā veidā, veicot darbu, pašnodarbinātā persona var tikt savainota vai var tikt nodarīts kaitējums to personu drošībai un veselībai, kuras ietekmē vai var ietekmēt pašnodarbinātā darbs. Ja pašnodarbinātais katru dienu veic vienu un to pašu darbu, ir viegli nepamanīt būtiskus darba vides riska faktorus, jo cilvēks pie tiem ir pieradis un tie liekas pašsaprotami.

Lai viegli varētu pamanīt darba vides riska faktorus, var noderēt dažī vienkārši padomi:

- padomāt par savām darba metodēm, aprīkojumu, apģērbu, apaviem u. c. lietām, un noteikt tās, kas patiesi var nodarīt kaitējumu (piemēram, vai lietotajam darba aprīkojumam nav noņemti vai bojāti drošības vāki, vai apgaismojumam nav izdegušas spuldzes u. tml.);
- pārskatīt ražotāja sagatavoto darba aprīkojuma dokumentāciju (piemēram, lietošanas instrukciju);
- sameklēt internetā pieejamo informāciju par darba aizsardzību nozarē, kurā pašnodarbinātais strādā; šim nolūkam var noderēt dažādas mājaslapas un to adreses, piemēram:
 - ✓ Strādā vesels! (www.stradavesels.lv);
 - ✓ Eiropas Darba drošības un veselības aizsardzības aģentūras nacionālais kontaktpunkts (www.osha.lv);
 - ✓ Kampanja “Veselīgas darba vietas iniciatīva” (http://osha.europa.eu/lv/campaigns/hwi/ra_tools_checklists);
 - ✓ Valsts darba inspekcija (www.vdi.gov.lv);
 - ✓ Labklājības ministrija (www.lm.gov.lv);
 - ✓ Lielbritānijas Veselības un drošības administrācija (www.hse.gov.uk), kur ir pieejami dažādi praktiski skaidrojumi gan par vispārīgām tēmām, gan specifiskiem darba vides riska faktoriem un to novēršanas iespējām.
- pieprasīt un pārskatīt lietoto ķīmisko vielu vai maisījumu drošības datu lapas (ja tādas nav pieejamas vai pieejamā informācija nav pietiekama, iespējams internetā atrast līdzīga maisījuma drošības datu lapas; taču jāņem vērā, ka dažādu ražotāju ķīmisko vielu vai maisījumu drošības datu lapās esošās informācijas kvalitāte var būt ļoti atšķirīga);
- pameklēt informāciju par visiem darbā notikušajiem nelaimes gadījumiem nozarē, kurā pašnodarbinātais strādā (piemēram, <http://www.vdi.gov.lv/lv/darba-aizsardziba/nelaimes-gadijumu-karte/>); iespējams, ka tas palīdzēs ievērot kādas iepriekš nepamanītas darba vides problēmas;
- atcerēties, ka jāņem vērā arī visi tie darba vides riska faktori, kas izraisa slimības, tikai ilgstoši iedarbojoties (piemēram, ķīmiskās vielas vai troksnis).

KAS IR INDIVIDUĀLIE AIZSARDZĪBAS LĪDZEKĻI UN KĀPĒC TIE IR JĀLIETO?

Individuālie aizsardzības līdzekļi ir izstrādājumi, ierīces, iekārtas un sistēmas, kuras nodarbinātais lieto, lai aizsargātu savu drošību un veselību pret bīstamu vai kaitīgu faktoru iedarbību darbā. Individuālo aizsardzības līdzekļu izvēle ir ļoti svarīga, jo tikai pareizi izvēlēts individuālās aizsardzības līdzeklis spēs aizsargāt personu no iespējamo kaitīgo darba vides riska faktoru iedarbības.

Individuālos aizsardzības līdzekļus pašnodarbinātais izvēlas, ņemot vērā darba vides riskus. Tiem ir jāatbilst attiecīgajiem darba vides riska faktoriem – jāaizsargā persona tieši pret to darba vides riska faktoru, kuram tā ir pakļauta. Piemēram, darba cimdi būtiski atšķiras atkarībā no tā, vai tie nepieciešami metināšanā (aizsardzībai pret karstumu, karsta metāla šļakatām un dzirkstelēm), veselības aprūpē vai skaistumkopšanā (cimdi aizsardzībai pret vīrusiem – B, C hepatītu, HIV/AIDS, kas tiek pārnēsāti ar asiņu palīdzību) vai smagumu pārvietošanai (ērti, plāni cimdi ar pretslīdes punktējumu). Līdzīgi, vērtējot veicamo darbu un iespējamos riskus, jānosaka gan prasības darba apaviem (piemēram, triecienizturīgs purngals, neslidoša, necaurdurama zole, piemērotība darbam telpās, mitrumizturība u. c.), gan elpceļu aizsardzības līdzekļiem (piemēram, aizsardzībai pret noteiktiem putekļiem vai konkrētām ķīmiskajām vielām).

Jāatceras, ka individuālo aizsardzības līdzekļu lietošana nedrīkst radīt vēl lielāku risku (piemēram, ja trokšņainā vidē ir jālieto austiņas, tad jāizvēlas tādas, lai persona tomēr varētu dzirdēt brīdinājuma signālus).

Ja pašnodarbinātais ir sevi nodrošinājis ar atbilstošiem individuālajiem aizsardzības līdzekļiem, viņam ir jāveic pasākumi, kas nodrošina aizsardzības līdzekļu uzturēšanu darba kārtībā un atbilstību higiēnas prasībām (glabāšanu, pārbaudi, tīrīšanu, žāvēšanu, dezinfekciju, remontu) saskaņā ar ražotāja instrukcijām.



Nedrīkst atstāt respiratorus pie kokapstrādes vai metālapstrādes darbgaldiem, jo tie var pārklāties ar telpā esošajiem putekļiem arī no iekšpuses un radīt vēl lielāku risku, kad pašnodarbinātais to lietos nākamajā dienā, ieelpojot koka vai metāla putekļus tieši no respiratora.

Individuālie aizsardzības līdzekļi jāglabā tā, lai nepieļautu to mehāniskus vai bioloģiskus bojājumus, kā arī ķīmiski aktīvu, citādi bīstamu vai kaitīgu vielu, gaismas, temperatūras vai mitruma kaitīgu iedarbību, jo tie var sabojāties un kļūt lietošanai nederīgi, pat bīstami. Tas nozīmē, ka nedrīkst individuālos aizsardzības līdzekļus atstāt darba vietā – tie ir jāglabā speciāli paredzētās vietās (skapīšos) vai ģērbtuvēs.

Lai iegūtu plašāku informāciju par individuālo aizsardzības līdzekļu lietošanu, glabāšanu un kopšanu, arī pašnodarbinātajam rekomendējams pieprasīt no tirgotāja to lietošanas dokumentāciju.

Individuālais aizsardzības līdzeklis	Piemēri	Kādos gadījumos jālieto individuālie aizsardzības līdzekļi
Galvas aizsardzības līdzekļi	Cepures, kapuces, tīkliņi matiem	<ul style="list-style-type: none"> • Strādājot ar mehānismiem, kuros iespējams ieraut garus un vaļējus matus • Ražojot pārtikas produktus, lai mati nonāktu gatavajā produkcijā
	Aizsargķivere	<ul style="list-style-type: none"> • Ja ir iespēja traumēties ar krītošiem priekšmetiem (piemēram, būvniecībā, darbs zem celtniem, mežsaimniecības darbos)
	Pretrīciena aizsargcepure	<ul style="list-style-type: none"> • Situācijās un vietās, kur iespējams atsist galvu (remontējot automašīnu)
Sejas un acu aizsardzības līdzekļi	Sejas aizsargi, aizsargbrilles	<ul style="list-style-type: none"> • Ja ir iespēja saskarties ar ķīmiskām vielām, kas var nokļūt acīs (piemēram, veicot mazgāšanas līdzekļu atšķaidīšanu pirms telpu uzkopšanas) • Ja ir iespēja traumēties ar lidojošām metāla vai koka skaidiņām / daļiņām (piemēram, slīpēšanas un virpošanas darbos metālapstrādē un kokapstrādē)
Dzirdes aizsardzības līdzekļi	Austiņas, ausu ieliktni (antifoni)	<ul style="list-style-type: none"> • Ja ir paaugstināts troksnis (piemēram): <ul style="list-style-type: none"> – darbā ar rokas elektroinstrumentiem (rokas leņķa slīpmašīnu, perforatoru u. c.); – darbā ar metālapstrādes iekārtām; – darbā ar pārtikas pārstrādes iekārtām; – darbā ar kokapstrādes iekārtām
Elpceļu aizsardzības līdzekļi	Aizsargmaskas, respiratori, gāzmaskas u.c.	<ul style="list-style-type: none"> • Ja darba vides gaisā izdalās putekļi, dūmi (piemēram, slīpēšanas darbos, metināšanas darbos), tvaiki (lakas, krāsas, šķīdinātāji, degvielas tvaiki u. c.), azbests (piemēram, veicot vecas siltumizolācijas demontāžu)

Individuālais aizsardzības līdzeklis	Piemēri	Kādos gadījumos jālieto individuālie aizsardzības līdzekļi
Roku aizsardzības līdzekļi	Aizsargcimdi	<ul style="list-style-type: none"> • Ja pastāv iespēja saskarties ar karstām virsmām (piemēram, karstiem katliem, pannām) vai aukstām virsmām (piemēram, propāna-butāna gāzes uzpildē) • Ja pastāv risks savainot rokas iegriežot, iedurot u. tml. (piemēram, kokapstrādē, veicot smagumu pārvietošanu) • Ja pastāv ķīmisko vielu iedarbības risks (piemēram, veicot uzkopšanas darbus ar sintētiskajiem mazgāšanas līdzekļiem) • Ja pastāv vīrusu iedarbības risks
	Aizsargkrēmi	<ul style="list-style-type: none"> • Ja tiek veikts netīrs, putekļains darbs • Ja tiek veikts darbs ar ūdeni (piemēram, trauku mazgāšana, telpu mitrā uzkopšana, friziera darbs) • Ja darba vietā jāvalkā cieši pieguļoši cimdi (piemēram, veselības aprūpē, kosmetoloģijā, pārtikas ražošanā) • Ja, veicot darbu, nepieciešams bieži mazgāt rokas (piemēram, pārtikas ražošanā)
Kāju (pēdu) aizsardzības līdzekļi	Aizsargapavi	<ul style="list-style-type: none"> • Ja pastāv risks, ka kāds priekšmets var uzkrīst uz kājas (piemēram, kraušanas darbos, darbā būvniecībā, kokapstrādē, metālapstrādē) • Ja pastāv ķīmisko vielu iedarbības risks (piemēram, izlijusi eļļa vai degviela) • Ja pastāv pēdas saduršanas risks, uzkāpjot uz asa priekšmeta (piemēram, būvniecībā, mehāniskajās darbnīcās)
Ādas aizsardzības līdzekļi	Ādas aizsargkrēms pret ultravioleto starojumu	<ul style="list-style-type: none"> • Ja darbs jāveic ārā tiešos saules staros (piemēram, lauksaimniecības, apstādījumu veidošanas, zālāju apkopšanas darbos, ceļu būvē, būvniecībā)

Jāraugās, lai individuālie aizsardzības līdzekļi (ķivere, cimdi, apavi u.c.) būtu ērti un piemēroti (piemēram, lai nespiež, jo ir par mazu, vai nekrīt nost, jo ir par lielu). Ja radušās kādas grūtības to izmantošanā, tie ir jānomaina pret piemērotākiem un atbilstošākiem.

KAS IR VAKCINĀCIJA PRET ARODINFEKCIJĀM UN KĀPĒC TĀ IR NEPIECIEŠAMA?

Arī pašnodarbinātajam, pildot darba pienākumus, draud iespēja inficēties, ja viņš nonāk saskarē ar infekcijas slimību izraisītājiem, kā arī ar slimības izraisītāju pārnēsātājiem, infekciozām personām vai dzīvniekiem (piemēram, ērcēm, suņiem, cilvēkiem, kuri ir inficējušies ar B hepatītu). Šādi iegūtu infekciju sauc par arodinfekciju. Lai novērstu šādas inficēšanās gadījumus, pašnodarbinātajam ir jāvakcinējas pret B hepatītu, trakumsērgu, ērcu encefalītu un dzelteno drudzi, ja darba procesā ar tām ir iespēja inficēties.

Latvijā visbiežāk vakcināciju nepieciešams veikt pret ērcu encefalītu (piemēram, darbiniekiem, kas uzkopj parkus, pļauj zāli, strādā mežā u. c.) un B hepatītu (personām, kuras sniedz manikīra un pedikīra pakalpojumus, ir saistītas ar tetovēšanas un ādas caurduršanas procedūrām u. c.).

Pašnodarbinātajam vakcinēties pret ērcu encefalītu saskaņā ar normatīvajiem aktiem par vakcināciju ir obligāta prasība saskaņā ar darba aizsardzības prasībām mežsaimniecībā (MK310).

KAS VAR NOTIKT, JA NETIEK IEVĒROTAS DARBA AIZSARDZĪBAS PRASĪBAS?

Parasti, runājot par sekām, kas var notikt, ja netiek ievērotas darba aizsardzības prasības, tiek minēti nelaimes gadījumi darbā, jo tie notiek pēkšņi un sekas ir manāmas uzreiz, taču iespējamas arī cita veida sekas, piemēram:

- arodslimības;
- citas saslimšanas vai to saasināšanās;
- darbspēju samazināšanās;
- darba aprikojuma bojājumi;
- tiešās un netiešās izmaksas arodslimību gadījumā un situācijās, kad darbā noticis nelaimes gadījums.

Nelaimes gadījums darbā vai arodslimība var sagraut cilvēka dzīvi. Tie ietekmē arī pašnodarbinātā uzņēmējdarbību, ja tiek zaudēta saražotā produkcija, bojāts darba aprikojums vai pašnodarbinātais tiek iesaistīts tiesas prāvā par kādam nodarītu kaitējumu.

KAS IR NELAIMES GADĪJUMS DARBĀ?

Latvijā terminu “nelaimes gadījumi darbā” definē šādi:

Nelaimes gadījums darbā – apdrošinātās personas veselībai nodarītais kaitējums vai apdrošinātās personas nāve, ja to cēlonis ir vienas darbadienas (maiņas) laikā noticis ārkārtējs notikums, kas radies, pildot darba pienākumus, kā arī rīkojoties, lai glābtu jebkuru personu vai īpašumu un novērstu tiem draudošās briesmas.

Diemžēl pašnodarbinātās personas nav apdrošinātas atbilstoši likumam “Par obligāto sociālo apdrošināšanu pret nelaimes gadījumiem darbā un arodslimībām” (pieņemts 02.11.1995.).

Tomēr tas, ka pašnodarbinātie nav apdrošināti pret nelaimes gadījumiem darbā un arodslimībām, nenozīmē, ka šie cilvēki, veicot darbu, nevar zaudēt darbspējas un līdz ar to arī ienākumus un darba dzīves kvalitāti. Tāpēc pašnodarbinātajam jāorganizē savs darbs tā,

lai izvairītos no nelaimes gadījumiem, veicot darba pienākumus. Tāpat ir jāizvērtē iespējas pašiem apdrošināt savu veselību vai veikt uzkrājumus vecumdienām vai slimības gadījumiem.

KĀDI IR BIEŽĀKIE NELAIMES GADĪJUMU VEIDI?

Nokrišana no augstuma

Kritieni ir viens no tiem iemesliem, kuru rezultātā rodas traumas. Nokrītot no augstuma, traumas var būt ļoti dažādas. Piemēram, kritieni uz kājām izraisa papēža kaulu, apakšstilba un augšstilba kaulu lūzumus. Krītot no lielāka augstuma, bieži notiek mugurkaula skriemeļu kompresijas lūzumi krūšu un jostas daļā. Kritieni uz galvas izraisa kakla skriemeļu bojājumus, kas var komplicēties ar muguras smadzeņu bojājumu. Kritieni uz vēdera izraisa krūškurvja un vēdera iekšējo orgānu bojājumus.

Priekšmetu uzkrišana

Dažādu priekšmetu – gan darba aprīkojuma, gan materiālu u. c. – uzkrišana strādājošajiem ir bieži novērojams nelaimes gadījumu veids, turklāt priekšmetu uzkrišanas varianti un līdz ar to arī traumu veidi var būt ļoti atšķirīgi. Piemēram, ja darbi tiek veikti vairākos stāvos (būvniecības uzņēmumos), tad priekšmeti var uzkrīst darbiniekam uz galvas. Savukārt, ja priekšmets darbiniekam izšļūk no rokām, tad kritiena augstums nav liels un visbiežāk tiek traumētas paša darbinieka kāju pēdas un pirksti. Ļoti smagas traumas var iegūt, ja, piemēram, materiālu, apgāšanās notiek noliktavās, kur priekšmeti tiek sakrauti nestabilās kaudzēs vai ir sakrauti, pārsniedzot pieļaujamo plauktu svaru.

Savainošanās ar asiem priekšmetiem

Sagriežoties ar nažiem un citiem asiem priekšmetiem, visbiežāk tiek traumēti roku pirksti un plaukostas. Lai gan sākotnēji varētu šķist, ka traumas nav pārāk smagas, tomēr jāatceras, ka sagriešanās parasti notiek ar nesteriliem priekšmetiem (piemēram, ar nazi, ar kuru iepriekš griezta gaļa), un rezultātā brūce var tikt inficēta. Bieži plauktu un pirkstu savainošana notiek kokapstrādē, ja tiek strādāts ar neatbilstošiem darbgaldiem (piemēram, tādiem, kuriem noņemti aizsargi).

Arvien biežāk dažādu profesiju pārstāvjiem tiek reģistrēti saduršanās gadījumi ar potenciāli inficētiem priekšmetiem (piemēram, šļircēm, kuras, iespējams, inficētas ar B un C hepatīta vīrusu, HIV/AIDS). Ja agrāk šī problēma visbiežāk tika novērota veselības aprūpē nodarbinātajiem, tad, pieaugot intravenozo narkotiku lietotāju skaitam, arvien vairāk inficējas nodarbinātie, kas saistīti ar atkritumu savākšanu publiskajās vietās (piemēram, publisko ēku apkopēji, sētnieki, degvielas staciju operatori utt.).

Paklupšana, paslīdēšana un aizķeršanās

Paslīdēšanas, paklupšanas un aizķeršanās risku nosaka vairāki blakusfaktori. Paslīdēšanu veicina uz grīdas esošas vielas – gan cietā, gan šķidrā agregātstāvoklī. Šīm vielām saskaroties ar apavu zoli, pazūd tiešais kontakts ar grīdas virsmu un cilvēks var zaudēt līdzsvaru, paslīdēt un nokrist, gūstot savainojumu.

Nodarbināto paklupšanu un aizķeršanos visbiežāk izraisa pārvietošanās virsmas nelīdzekļi segums: pakāpieni, ar dažādām lietām pārblīvētas ejas vai vienkārši uz grīdas novietoti priekšmeti, kas nav labi redzami un pamanāmi. Kā piemēru var minēt elektrokabeļus, kas

bieži vien nepiestiprināti stieptas pa grīdu. Turklāt paklupšana, paslidēšana un aizķeršanās var būt tikai pirmais ķēdes posms, kas tālāk izraisa citus nelaimes gadījumus. Piemēram, paslidot virtuvē, var gadīties ar roku nejausi pieskarties karstajām virsmām un iegūt apdegumus, bet būvobjektā pēc aizķeršanās iespējams nokrist no vairāku metru augstuma.

KĀDI IR SVARĪGĀKIE NELAIMES GADĪJUMU CĒLOŅI?

Ir jāatceras, ka gandrīz vienmēr nelaimes gadījumu cēloņi ir atrodamī darba vietās. Retos gadījumos nelaimes gadījumus darbā izraisa ar darbu nesaistīti faktori, kurus tieši nevar ietekmēt paši darbu veicēji (piemēram, ja elektromontierim, strādājot privātmājā, iekož nepiesiets suns). Tomēr visbiežāk nelaimes gadījuma cēloņus iespējams noskaidrot, veicot nelaimes gadījumu izmeklēšanu.

Nelaimes gadījumu cēloņus var iedalīt divās grupās, izšķirot tiešos jeb izraisošos cēloņus un netiešos jeb veicinošos cēloņus (faktorus). Pie tiešajiem cēloņiem tiek pieskaitīta bīstama darba vide un nodarbinātās personas pieļautās kļūdas, bet pie veicinošajiem faktoriem – nepietiekama darba vides uzraudzība, kā arī personas nevērīgā attieksme pret darba aizsardzības jautājumiem un veselības stāvokli.

Cilvēciskais faktors bieži tiek minēts kā svarīgākais nelaimes gadījumu cēlonis, bet patiesībā šīs kļūdas atspoguļo dziļākas darba aizsardzības sistēmas problēmas, jo tās veidojas, pieņemot nepareizus vai nepiemērotus lēmumus. Turklāt katram no lēmumiem iespējami vairāki cēloņi.



Pašnodarbināts celtnieks vienojās ar mājas īpašnieku par privātmājas āršienas apdares veikšanu. Lai taupītu līdzekļus, viņš pats izveidoja sastatnes, kuru stabilitāte un drošība netika pārbaudīta. Pēc vairāku dienu darba, kārtējo reizi uzkāpjot uz sastatnēm, vīrietis nokrita un salauza abas kājas. Slimošanas laikā cietušajam nebija nekādu ienākumu, jo viņš pats sevi nebija apdrošinājis pret nelaimes gadījumiem darbā un arodslimībām. Tāpat cietušajam pašam bija jāsedz ārstēšanas un rehabilitācijas izdevumi, kā arī jāvienojas ar pasūtītāju par citu darba izpildes termiņu.

KAS IR ARODSLIMĪBAS?

Latvijā terminu “arodslimības” definē šādi:

Arodslimības – atsevišķām nodarbināto kategorijām raksturīgas slimības, kuru cēlonis ir darba vides fizikālie, ķīmiskie, higiēniskie, bioloģiskie un psiholoģiskie faktori.

Kaut arī pašnodarbinātās personas nav apdrošinātas atbilstoši likumam “Par obligāto sociālo apdrošināšanu pret nelaimes gadījumiem darbā un arodslimībām” (pieņemts 02.11.1995.), tomēr arī pašnodarbinātajiem ir jāzina par slimībām, kas var attīstīties tieši darbā, – par arodslimībām, jo **tās var izraisīt pārejošu vai paliekošu darbspēju zudumu, ko izsaka procentos, vai arī invaliditāti, kuras smagumu izsaka grupās (I, II, III).**

Latvijas Republikas Ministru kabinets ar MK noteikumiem Nr. 908 “Arodslimību uzskaites un izmeklēšanas kārtība” (pieņemti 06.11.2006.) ir apstiprinājis to slimību sarakstu, kuru etioloģiju iespējams saistīt ar darbu (arodu). Galīgo diagnozi nosaka Paula Stradiņa Klīniskās universitātes slimnīcas Aroda un radiācijas medicīnas centra Centrālā ārstu konsultatīvā komisija arodslimībās.

Izšķir vairākas arodslimību grupas:

- ražošanas putekļu izraisītas arodslimības, piemēram, hroniskais putekļu bronhīts;
- ķīmisko vielu izraisītas arodslimības, piemēram, saindēšanās ar organiskajiem šķīdinātājiem vai svina savienojumiem;
- fizikālo faktoru izraisītas arodslimības: vibrācijas slimība, aroda vādzirdība;
- fizisko pārslodžu un atsevišķu orgānu un sistēmu pārpūles izraisītas arodslimības, piemēram, balsta un kustību aparāta slimības;
- bioloģisko faktoru izraisītas arodslimības, piemēram, tuberkuloze, ērcu encefalīts, vīrushepatīti u. c.);
- alerģiskās arodslimības, piemēram, bronhiālā astma;
- onkoloģiskās arodslimības (ļaudabīgie audzēji), piemēram, cietkoksnes putekļu izraisītas deguna dobuma un blakusdobumu ļaudabīgas saslimšanas u. c.

ARODSLIMĪBU PIEMĒRI

Starp kaitīgajiem darba vides faktoriem, piemēram, **metināšanas darbos**, minami metināšanas aerosoli, mangāns, hroms un citi metināmajā pamatmateriālā esošie metāli, ultravioletais starojums, metināšanas procesā izmantotās gāzes, karstas metāla daļiņas un šlakatas, ultravioletais starojums, fiziska pārslodze (darbs piespiedu pozā un lokāls muskuļu sasprindzinājums), ugunsbīstamība, sprādzienbīstamība. Ja pašnodarbinātais nelieto individuālos aizsardzības līdzekļus (piemēram, respiratoru elpceļu aizsardzībai), viņam, veicot metināšanas darbus, var attīstīties plašs arodslimību spektrs – pneimokonioze (plaušu fibroza saslimšana), hronisks bronhīts, bronhiālā astma, alerģisks dermatīts, ekzēma, kā arī saindēšanās ar mangānu, jo nodarbinātais ieelpo tā saucamo metināšanas aerosolu, kura sastāvā ir gan mangāns, gan hroms, gan citi metāli, kas ir metināmā materiāla sastāvā, vai citām ķīmiskajām vielām, kas rodas karstā temperatūrā no metināmā metāla virsmas pārklājumiem.

Taču jāatceras, ka laika posms, kas paiet no kaitīgā faktora iedarbības brīža līdz arodslimības diagnosticēšanas brīdim, bieži vien ir vairāki gadi – pat vairāki gadu desmiti. Un līdz tam brīdim cilvēkam būs pakāpeniski samazinājušās darba spējas, viņš būs periodiski kavējies

darbu veselības stāvokļa dēļ, kas kopumā ietekmē uzņēmuma ekonomiskos rādītājus.

Labas darba spējas ir pamats ne tikai katra cilvēka individuālajai labklājībai, bet arī sabiedrībai kopumā, tādēļ pašnodarbinātajam pašam ir ne tikai jāveicina darba spēju uzturēšana esošajā līmenī, bet jāveicina arī to atjaunošana. Slikta darba spējas ne tikai samazina darba produktivitāti, bet palielina arī nelaimes gadījumu un ārkārtas situāciju risku, kurā var būt iesaistīts ne tikai pats pašnodarbinātais, bet riskam var tikt pakļauti arī citi cilvēki.

Labas darba spējas un veselība ir svarīga jebkuram cilvēkam, tomēr pašnodarbinātajiem tās var būt īpaši būtiskas, jo slimības vai nelaimes gadījumā, pašnodarbinātās personas nesāņems gandrīz nekādu sociālo palīdzību!

KĀDI VĒL VESELĪBAS TRAUČĒJUMI VAR RASTIES, JA NETIEK IEVĒROTAS DARBA AIZSARDZĪBAS PRAŠĪBAS?

Kaitīgie faktori darba vidē ne tikai paši var izraisīt kādu noteiktu saslimšanu, bet arī radīt jau esošu hronisku veselības traucējumu paasinājumu. Šīs slimības nav minētas Latvijas Republikas normatīvajos aktos, tādēļ personai nepienākas kompensācija par nodarīto kaitējumu veselībai, taču lielā mērā no darba atkarīgās slimības ietekmē cilvēka darba spējas, tādējādi arī ražošanas procesus uzņēmumā.

Piemēram, ja pašnodarbinātais ilgstoši bez individuālajiem aizsardzības līdzekļiem (cimdiem) strādā ar ķīmiskajām vielām, kas uzsūcas caur ādu un kaitīgi iedarbojas uz aknām, un inficējas ar kādu vīrushepatītu, slimība norisināsies smagāk. Tas saistīts ar faktu, ka ķīmiskās vielas jau būs izraisījušas aknu bojājumus, kā rezultātā aknu kompensācijas spējas būs mazākas.

Vēl jāatgādina – ja darbā noticis nelaimes gadījums vai attīstījusies arodslimība, un pat tad, ja nav cietusi veselība, tāpat rodas dažādas ar bojājumiem saistītas izmaksas (tiešās izmaksas par bojāto aprīkojumu, bojātā aprīkojuma nomaiņu, rezerves daļu sagāde, laiks, kas patērēts bojājuma apjoma noteikšanai un novēršanas iespēju izvērtēšanai, utt.)



Pašnodarbināts daudzu gadu garumā veica meža izstrādes un kopšanas darbus, strādājot ar motorzāģi un trimmeri, bieži strādādams vairāk kā 10 stundas dienā un neievērodams pārtraukumus un atpūtas pauzes, jo likās svarīgi vairāk nopelnīt un ātrāk pabeigt darbu. Pēc aptuveni 7 gadu perioda viņam sākās sūdzības par roku tirpšanu naktīs, pirkstu salšanu, samazinātu spēku plaukstās, kā arī muguras sāpēm, jo bija attīstījusies t.s. vibrācijas slimība un karpālā kanāla sindroms.



RĪGAS STRADIŅA
UNIVERSITĀTE



DARBA DROŠĪBAS un
VIDES VESELĪBAS INSTITŪTS
RSU aģentūra

NR. 295-2016

KUR UN KĀDĀ VEIDĀ VAR SAŅEMT INFORMĀCIJU UN KONSULTĀCIJAS?

VALSTS DARBA INSPEKCIJĀ

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

Tālrunis 67186522, 67186523

www.vdi.gov.lv

vai Valsts darba inspekcijas reģionālajās inspekcijās

LATVIJAS BRĪVO ARODBIEDRĪBU SAVIENĪBĀ

Bruņinieku ielā 29/31, Rīgā

Tālrunis: 67035959

martins@lbas.lv

RSU DARBA DROŠĪBAS UN VIDES VESELĪBAS INSTITŪTĀ

Dzirciema ielā 16, Rīgā, LV 1007

Tālrunis: 67409139

www.rsu.lv/ddvvi

PLAŠĀKA INFORMĀCIJA PAR DARBA AIZSARDZĪBU LATVIJĀ:

www.stradavesels.lv



LATVIJAS REPUBLIKAS
LABKLĀJĪBAS MINISTRIJA



VALSTS SOCIĀLĀS APRODZINĀŠANAS AĢENTŪRA



VALSTS DARBA INSPEKCIJA

Šis materiāls ir izdots ar Valsts Sociālās apdrošināšanas aģentūras atbalstu kā daļa no Darba aizsardzības preventīvo pasākumu plāna.

Materiālu sagatavoja: Rīgas Stradiņa universitātes Darba drošības un vides veselības institūts, 2016. Bezmaksas izdevums.