

# **„Stress un veselības veicināšana darba vietās – iespējas un pieredze” IEVADS**

Darba drošības un vides veselības institūts,  
Rīgas Stradiņa universitāte  
Valmiera, 01.10.2018

# Plāns 2018. gadam

- Plānoti reģionālie un Rīgas semināri (kopskaitā ~40). Tēmas:
  - » Ķīmiskie darba vides riska faktori
  - » Ergonomika
  - » Semināri par OiRA (online interactive risk assessment) lietošanu
  - » EML un OS
  - » Veselības veicināšana darba vietās – ar uzsvaru uz psihoemocionāliem riskiem
  - » DA apmācību metodes
  - » Riska novērtējuma «meistardarbnīca» u.c.

# Plāns 2018

## ■ «Lielie» semināri

- » Riski veselības aprūpē – 26.11.2018
- » Psihoemocionālie faktori -

## ■ Citas aktivitātes

- » Atsevišķu nozaru un tēmu informatīvie materiāli
- » **Video:** Uzņēmumu konkurss – 3 filmas
  - Tiks izrādītas: 26.10.2018.

## ■ Sākušies arī semināri no Valsts darba inspekcijas ESF projekta, gadā plānoti apmēram 45 semināri

## ■ Vairāk būs – meistarklašu un praktisku semināru!

## ■ DAVS un DAS – aicināti iesaistīties ar savu pieredzi!

# Plāni 2019.gadam?

## ■ Vairāk «meistarklašu»

- » Par veselības jautājumiem (OVP, pasākumi, pirmā palīdzība u. tml.)
- » Par ķīmiskajām vielām (mērījumi, to biežums, rezultātu interpretācija u. tml.)

## ■ Semināri par dažādām tēmām (Ergo, VVDV, ķīmiskās vielas)

## ■ Virkne materiālu – daži pārstrādāti, virkne plakātu (par nogurumu, par maņu orgāniem u.c.)

## ■ Interaktīvie «rīki» – nelaimes gadījumu izmeklēšana

# Aicinām izmantot: www.failiem.lv/rsu

Secure | https://failiem.lv/rsu

failiem.lv

lelādē Glabā Pārdod Saņem Publicē Backup Cenas Failu veikali Pakalpojumi

Reģistrēties



Šī ir Rīgas Stradiņa universitātes Darba drošības un vides veselības institūta (RSU DDVVI) izveidota vietne, kur iespējams lejupielādēt  
Lasīt vēl... atbilstoši dažādus DDVVI un tā sadarbības partneru sagatavotus multimediju informatīvos materiālus. RSU DDVVI veic zinātnisku

Nosūtīt failus

Koplietot profilu

Visi faili Galerijas

Ievadi šeit meklējamās atslēgas vārdus...



<p>321_2016_Videopado...mov 70 MB</p>	<p>320_2106_Videopado...mov 70 MB</p>	<p>319_2016_Videopado...mov 59 MB</p>	<p>318_2016_Pedejie_v...mp4 391 MB</p>	<p>317_2016_Macekla_s...mp4 200 MB</p>	<p>316_Macekla_stasts...mp4 571 MB</p>	<p>315_2016_Bistamas...mp4 701 MB</p>
<p>309_2016_Riski_pav...mp4 1.5 GB</p>	<p>308_2016_DA_veseli...mp4 1.4 GB</p>	<p>314_2016_Riciba_ar...mp4 696 MB</p>	<p>009_282_2015_Darba...mp4 83 MB</p>	<p>008_281_2015_Indiv...mp4 69 MB</p>	<p>007_279_2015_Runa...mp4 455 MB</p>	<p>006_278_2015_Darba...mp4 497 MB</p>

# Filmas pieejamas arī – VDI Youtube kontā!



Valsts darba inspekcija

## Valsts darba inspekcija

Sākums

**Videoklipi**

Atskaņošanas saraksti

Kanāli

Diskusija

Par



Augšupielādes ▾

Pievienošanas datums (no jau...



1:31

**Feeling guide - a video on tool winning GPA of stress...**



6:44

**Izvēle ir Tavās rokās**

69 skatījumi • pirms 2 mēnešiem



13:37

**Darbs ir kā spēle**

71 skatījums • pirms 2 mēnešiem



2:29

**Darbs komandā**

32 skatījumi • pirms 2 mēnešiem

# Mājas lapa [www.stradavesels.lv](http://www.stradavesels.lv)

- Aicinām izmantot un kopīgi uzlabot!
  - » Visi **INFORMATĪVIE MATERIĀLI** (pieejama meklēšana ar filtra palīdzību)
  - » **KALENDĀRS!**
  - » **PIETEIKŠANĀS** sistēma!
  - » Kalendārā pieejamas **PREZENTĀCIJAS** un **VIDEO**
  - » Nelaiemes gadījumu izmaksu **KALKULATORS**
  - » **ATPAZĪSTI BĪSTAMĪBU** – darba vide foto, kuros jāatrod riski
  - » **Jaunums – ZINĀŠANU LINEĀLI! (+iespēja pašiem veidot)**
- Lūgums – iesūtīt priekšlikumus tehniskiem uzlabojumiem [www.stradavesels.lv](http://www.stradavesels.lv)



JAUNUMI

EKSPERTI & PADOMI

MATERIĀLI

**KALENDĀRS**

KALKULATORI

Specializētais seminārs Rīgā "Fizikālo darba vides riska faktoru novērtēšana" PIETEIKŠANĀS SLĒGTA

# Specializētais seminārs Rīgā "Fizikālo darba vides riska faktoru novērtēšana" PIETEIKŠANĀS SLĒGTA

**DATUMS:** 2016. gada 12. aprīlis

**VIETA:** Rīga, Anniņmuižas bulvāris 26a, RSU Medicīnas tehnoloģiju izglītības centrs, 235. telpa (2.stāvs)

**PIELIKUMS:** [Lejupielādēt \(PDF\)](#)

**PREZENTĀCIJAS:** [Atvērt](#)

**VIDEO:** [Atvērt](#)





# Aicinām izmantot – MATERIĀLU FILTRU!

JAUNUMI

EKSPERTI & PADOMI

**MATERIĀLI**

KALENDĀRS

KALKULATORŠ

LINEĀLS

RISKA

**X Filtrēt**

## Riska faktori

- Apgaismojums
- Azbests
- Bioloģiskie riski
- Darbs augstumā
- Darbs ar datoru
- Elektromagnētiskie lauki
- Elektrība
- Ergonomiskie riski
- Jonizējošais starojums
- Kancerogēni
- Ķīmiskās vielas un putekļi
- Mikroklimats
- Optiskais starojums
- Paslīdēšana, pakļupšana, aizķeršanās
- Psīhoemocionālie riska faktori
- Sprādzienbīstamība
- Traumatisma riska faktori
- Troksnis
- Ugunsdrošība

## Nozares

- Apsardze
- Biroja darbs
- Būvniecība
- Darbs laboratorijā
- Enerģijas ražošana
- HORECA
- Ieguves rūpniecība un karjeri
- Izglītības iestādes
- Lauksaimniecība
- Kokapstrāde un mēbeļu ražošana
- Ķīmiskā rūpniecība
- Metālapstrāde
- Mežizstrāde
- Pārtikas un dzērienu ražošana
- Poligrāfija un papīra ražošana
- Skaistumkopšana
- Tekstilizstrādājumu ražošana
- Transports un loģistika

## Tēmas

- Apmācība
- Arodslimības
- Atkarības darba vidē
- Attālinātais darbs
- Bērni un jaunieši
- Darba attiecības
- Darba aizsardzības sistēma
- Darba aprikojums un bīstamās iekārtas
- Darbinieki ar īpašām vajadzībām
- Darbinieku iesaiste
- Darba vides iekšējā uzraudzība
- Drošības zīmes
- Ekonomika
- E-pakalpojumi
- Hroniskas slimības un darbs
- Indikatori
- Individuālie aizsardzības līdzekļi

Bērnodārzā(36%)



Sākumskolā(14%)



Pamatskolā(28%)



Vidusskolā / profesionālās iestādē(17%)



Augstskolā(0%)



Tas ir darba devēja pienākums



Kopā nobalsojuši

## **⚡ Riska spēle**



[JAUNUMI](#)[EKSPERTI & PADOMI](#)[MATERIĀLI](#)[KALENDĀRS](#)[KALKULATORI](#)[LINEĀLS](#)

Šis tests ir paredzēts, lai pārbaudītu zināšanas par obligatajiem veselības pārbaudēm. Šajā testā ir XX jautājumi.

## Būvniecība

Šis tests ir paredzēts, lai pārbaudītu zināšanas par darba vides riska faktoriem un darba aizsardzības jautājumiem būvniecības nozarē. Šajā testā ir 19 jautājumi.

## Nelaiemes gadījumi darbā un to izmeklēšana

Šis tests ir paredzēts, lai pārbaudītu zināšanas un izpratni par nelaiemes gadījumu darbā izmeklēšanu un reģistrāciju. Šajā testā ir 18 jautājumi.

## Bioloģiskie riska faktori

Šis tests ir paredzēts, lai pārbaudītu zināšanas par darba vides bioloģiskajiem riska faktoriem. Šajā testā ir 19 jautājumi.

Kurā no minētajām nepieciešams izstrādāt aizsardzības praksi?

Autoservisi(24%)



Ceļu būve(20%)



Uzkopšanas darbība



Atkritumu apsaimniekošana



Poligrāfija(16%)



Nevienā no minētajām

# Tests LINEĀLS

IZMĒRI ZINĀŠANAS DARBA AIZSARDZĪBĀ!

Kopā lietots jau **6 919** reizes!



KOPĒJAIS  
RĪKU SKAITS

24

PAREIZĀS ATBILDES SASTĀDA

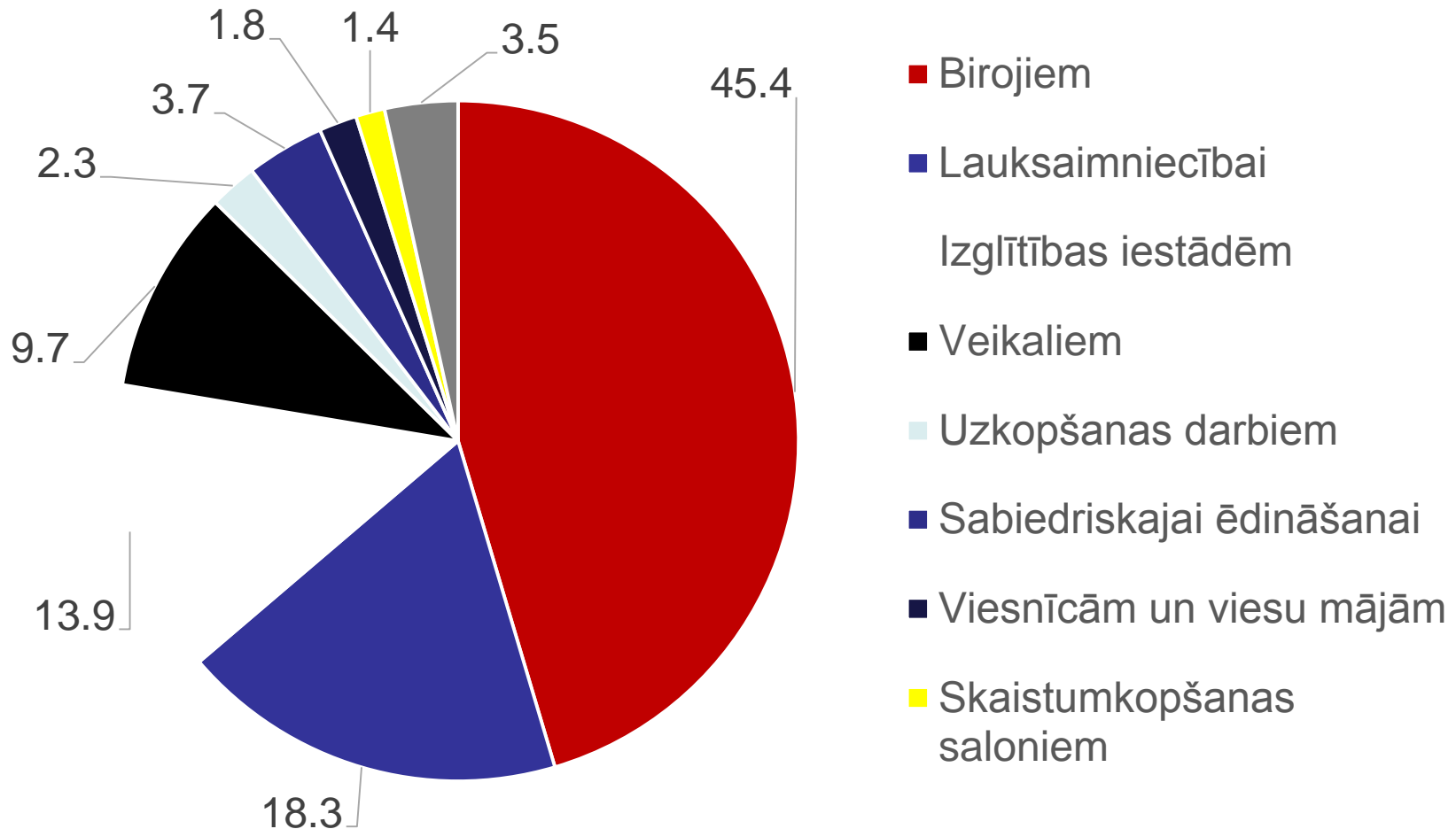
**55,63%**

POPULĀRĀKAIS RĪKS  
Ugunsdrošība

GRŪTĀKAIS RĪKS  
Darbs slēgtās telpās

JAUNĀKAIS RĪKS  
Ādas arodslimības

# Kurus OiRA rīkus lieto visbiežāk? (%)?



## Vēl dažas aktualitātes

- NAPO – šogad jau 20!!!
- VDI var iznomāt NAPO tērpu dažādiem darba aizsardzības pasākumiem!
- Šogad vēlā rudenī: - skolu kampaņa ar NAPO (lūgums pieteikt skolas/PII – nākošajam gadam)
- No ESF – būs iespējami semināri vienā/divos uzņēmumos (to nodarbinātajiem) – lūgums pieteikties e-pastā

# Semināra mērķis?

- Pārrunāt jautājumus par stresu un veselības veicināšanu darba vietās – teoriju, praksi un pieredzi
- Pārrunāt klātesošo speciālistu pieredzi - lūgums izteikt arī savu viedokli!
- Iespēja satikties nozarē strādājošiem speciālistiem!