

DARBA AIZSARDZĪBAS PRASĪBAS PASTNIEKIEM UN KURJERIEM



DARBA AIZSARDZĪBAS PRASĪBAS PASTNIEKIEM UN KURJERIEM

Neraugoties uz plašo digitālo pakalpojumu izplatību un drukāto preses izdevumu popularitātes samazināšanos, mūsu ikdiena tomēr joprojām nav iedomājama bez pasta un kurjeru pakalpojumiem. Lai arī preses izdevumu un vēstuļu piegāde ir samazinājusies, to aizvietojuši plašā tirdzniecība internetā, tāpēc populāra ir kļuvusi dažādu preču piegāde mājās. Darba vide šajā nozarē pēdējo gadu laikā nav būtiski mainījusies, tomēr arī Latvijā, līdzīgi kā visā pasaulē, līdztekus lielajiem pasta uzņēmumiem parādījušies daudzi mazi uzņēmumi, kuri arī piedāvā dažāda veida pasta un kurjeru pakalpojumus, ne vienmēr apziņoties visus šajā nozarē esošos darba vides riska faktoros.

Šis atgādnis mērķis ir informēt par svarīgākajām darba drošības un veselības aizsardzības prasībām un būtiskākajiem darba vides riska faktoriem, strādājot par pastnieku vai kurjeru.

KAS IR PASTNIEKA UN KURJERA DARBS?

Pastnieka un kurjera darbs var ietvert ļoti dažādus darba procesus – sākot no dokumentācijas noformēšanas (darbs ar datoru, kodu skeneru u. c.), pasūtīto sūtījumu un preču komplektēšanas līdz pasta un citu veidu sūtījumu (preču) piegādei. Kurjeru darbs bieži var ietvert arī dažādu sūtījumu savākšanu no klientiem un piegādi šķirošanas centros.

Šajā materiālā ir iekļauta svarīgākā informācija par darba vides riskiem, kas saistīti ar pasta vai kurjerpasta pakalpojumu sniegšanu.

PIRMS SĀKT DARBU...

Pirms sāk darbu, atceries, ka jebkuras darba attiecības sākas ar darba līguma parakstīšanu – tajā jābūt aprakstītiem Taviem darba pienākumiem, minētai darba samaksai un noteiktam darba laikam. Tikai rakstisks darba līgums nodrošinās Tev juridiskās un sociālās garantijas gadījumā, ja Tu saslimsi, tiksi nepamatoti atlaists, cietīsi nelaimes gadījumā darbā vai saslimsi ar arodslimību.

Pirms darba līguma parakstīšanas Tavam nākamajam darba devējam jānosūta Tevi uz obligāto veselības pārbaudi. Tās mērķis ir pārliecināties, vai Tavs veselības stāvoklis atbilst veicamajam darbam (piemēram, ja Tev jau ir muguras veselības problēmas, tad darbs, kas saistīts ar smagumu pārvietošanu vai ilgstošu stāvēšanu un iešanu, vēl vairāk tās pasliktinās). Pirms darba sākšanas darba devējam jānodrošina Tev mācības par darba aizsardzības jautājumiem – gan ievadapmācība jeb tā saucamā ievadinstruktāža, gan darba aizsardzības instruktāža konkrētā darba veikšanai.

Ievadapmācības (ievadinstruktāžas) laikā Tev no darba devēja ir jāsaņem vispārēja informācija par uzņēmumu un tā darbību, svarīgākajiem darba vides riska faktoriem un to ietekmi uz veselību, darba kārtības noteikumiem, darba aizsardzības organizāciju uzņēmumā, svarīgākajiem darba aizsardzības pasākumiem (drošības zīmēm, veselības pārbaudēm u. c.), Taviem pienākumiem un tiesībām, nodarbināto pārstāvniecību, kā arī rīcību ārkārtas situācijās.

Darba aizsardzības instruktāžas laikā darba devējam Tevi jāiepazīstina ar veicamo darbu, darba devēja apstiprinātām instrukcijām un darba aizsardzības prasībām atbilstoši konkrētā darba veidam vai profesijai attiecīgajā darbavietā, praktiski parādot drošus darba paņēmienus un metodes un, ja nepieciešams, izmantojot uzskates līdzekļus.

Šis materiāls ir tikai viens no informācijas avotiem par drošu un veselībai nekaitīgu darbu – tas neaizstāj darba aizsardzības instrukciju konkrēto darbu drošai veikšanai!

Atceries!

*Tavs pienākums ir iepazīties ar darba aizsardzības instrukcijās un citos dokumentos noteiktajām prasībām.
Ja kaut ko neesi sapratis – pārjautā!*

KĀDAS SEKAS VAR RASTIES, NEIEVĒROJOT DARBA AIZSARDZĪBAS PRASĪBAS?

Dažādu darba vides riska faktoru iedarbības dēļ var tikt apdraudēta nodarbināto drošība un veselība, darba aizsardzības prasību neievērošana var radīt ekonomiskus zaudējumus gan nodarbinātajiem, gan uzņēmumiem. Visbiežāk nodarbināto veselība var tikt ietekmēta:

- **nelaiimes gadījumu** dēļ gūstot dažādus veselības traucējumus (traumas), piemēram, paslīdot un nokrītot uz slidenas ielas vai kāpnēm, krītot no velosipēda;
- dažādu darba vides riska faktoru iedarbības dēļ gūstot **akūtus vai hroniskus veselības traucējumus** (arodslimības), piemēram, ilgstošas stāvēšanas dēļ iegūstot vēnu varikozi vai sabojājot mugurkaulu.

Atceries!

Šajā materiālā vēlamies Tevi informēt par svarīgākajiem darba vides riska faktoriem un biežākajiem nelaimes gadījumu cēloņiem, kuri var sabojāt Tavu veselību, strādājot par pastnieku vai kurjeru.

KĀDI IR ŠAJĀ DARBĀ BIEŽĀK SASTOPAMIE RISKA FAKTORI?

Nozīmīgākie darba vides riska faktori, kas ietekmē vai var ietekmēt pastnieku un kurjeru veselības stāvokli, ir:

- ergonomiskie faktori;
- nelaimes gadījumu risks;
- bioloģiskie riska faktori;
- psihosociālie riska faktori;
- nepiemērots mikroklimats;
- ultravioletais starojums.

Šai nozarei ir raksturīga darba vide, kurā uz nodarbinātajiem bieži iedarbojas **vairāki riska faktori vienlaikus**, tādējādi ietekmējot un apdraudot vairākas organisma sistēmas – sākot no elpošanas sistēmas un beidzot ar balsta un kustību sistēmu. Kaut gan pēdējo gadu laikā ir ieviestas jaunas tehnoloģijas, tās praktiski nav ietekmējušas pasta sūtījumu un preču fizisko piegādi, un arī šajā nozarē nodarbināto veselība un drošība joprojām var tikt būtiski apdraudēta.

ERGONOMISKIE RISKA FAKTORI

Ergonomiskie riska faktori ir vieni no būtiskākajiem riska faktoriem pastniekiem un kurjeriem – sākot no ilgstoša darba stāvus vai sēdus un beidzot ar smagumu pārvietošanu to piegādes laikā klientiem.

Smagumu pārvietošana notiek gan tieši (piemēram, nesot vai ceļot), gan ar dažādu palīgierīču palīdzību (ceļot ar kādu celšanas ierīci vai pārvietojot ar ratiņiem). Šajā nozarē smagumu pārvietošana bieži vien saistīta arī ar pārvietošanos pa kāpnēm, nelīdzenām vai slidenām virsmām, kas rada gan nelaimes gadījumu risku, gan traucē ergonomiski pareizi noturēt smagumus.

Smagumu pārvietošana var radīt dažādus veselības traucējumus gan mugurai un locītavām, gan arī saitēm un muskuļiem.

Otrs pastniekiem un kurjeriem biežāk sastopamais ergonomiskais risks ir **atrašanās t. s. piespiedu pozās**, ar to saprotot ķermeņa vai to daļu atrašanos ilgstoši nemainīgā stāvoklī, kas šajā nozarē parasti ir saistīts ar ilgstošu stāvēšanu vai sēdēšanu (piemēram, šķirojot sūtījumus vai noformējot dokumentāciju). Lai arī bieži šādi darbi tiek veikti salīdzinoši īsu laiku, tomēr arī šajās situācijās ir svarīgi ievērot ergonomikas prasības.

Dažādās piespiedu darba pozas – sēdus, stāvus, ejot, tupus, noliecoties vai stiepjoties – atkarībā no to veida var ietekmēt kakla un plecu joslu, elkoņus un plaukstas, muguru, gūžas vai kājas.



Neregulāras formas iepakojumi un slideni iepakojuma materiāli (t. sk. papīrs) ievērojami palielina slodzi muskuļiem un locītavām



Dažādu palīglīdzekļu, piemēram, ratiņu, izmantošana ievērojami samazina ergonomiskos riskus

Svarīgākie preventīvie pasākumi:

- seko savas darba vietas ergonomiski optimālam iekārtojumam (piemēram, lai šķirošanas galdu virsmas būtu

piemērotā augstumā; lai būtu nodrošināti optimāli kustību maršruti pasta nodaļas vai šķirošanas vietās; lai būtu pietiekams apgaismojums);

- ievēro pareizus smaguma celšanas pamatprincipus (piemēram, turi taisnu muguru, cel smagumu “ar kājām”, nevis “ar muguru”; ievēro ieteicamās normas periodiskai smaguma noturēšanai ar abām rokām: vīriešiem – ne vairāk par 10 kg un sievietēm – ne vairāk par 7 kg);
- nepieciešamības gadījumā prasi darba devējam smagumu pārvietošanas palīgīdzekļu (ratiņu, kastu u. tml.) nodrošinājumu un lieto tos;
- ievēro regulāras atpūtas pauzes un veic atslodzes vingrinājumus;
- apmeklē obligātās veselības pārbaudes!

NELAIMES GADĪJUMU RISKS

Līdzīgi kā citās nozarēs, arī ar pastniekiem un kurjeriem nelaimes gadījumi parasti notiek nodarbināto neuzmanības un noteikto darba aizsardzības prasību neievērošanas dēļ. Pastniekiem un kurjeriem gandrīz vienmēr raksturīgi mainīgi darba apstākļi, piemēram, pie dažādiem pasūtītājiem veicot pasūtījumu piegādi vai saņemšanu neierastos apstākļos, var notikt dažādi nelaimes gadījumi. Nelaimes gadījums var notikt ar jebkuru nodarbināto, tāpēc ir svarīgi zināt iespējami vairāk par to, kā rūpēties par savu veselību un drošību.

PIEŽĀKIE NELAIMES GADĪJUMU VEIDI

Ceļu satiksmes negadījumi, kas saistīti ar satiksmes noteikumu (piemēram, atļautā braukšanas ātruma) neievērošanu, bīstamu manevru veikšanu, mobilā telefona lietošanu braukšanas laikā,

nepietiekamu atpūtu vai miegu, kas samazina uzmanību un reakciju, atrašanos pie auto vai velosipēda stūres alkohola, medikamentu vai citu apreibinošu vielu ietekmē);

Svarīgākie preventīvie pasākumi:

- ievēro ceļu satiksmes noteikumus;
- ievēro pietiekamu atpūtas laiku;
- atvēli pietiekamu laiku nakts miegam;
- pārzini kravas un transporta līdzekļa specifiku un tehniskās prasības!

Atceries!

Mobilā tālruņa lietošana zvanīšanai vai īsziņu rakstīšanai ievērojami paaugstina nelaimes gadījumu risku!

Numura sastādīšana prasa vidēji 12 sekundes.

Atbildēšana uz zvanu prasa vidēji 5 sekundes.

Šajā laikā, braucot ar ātrumu 90 km/h, automašīna nobrauc vairāk nekā 100 metru!

Negadījumi ar iekšējo transportu, kas galvenokārt saistīti ar dažāda veida iekrāvēju un palešu ratiņu lietošanu kravu pārvietošanai sūtījumu un preču šķirošanas punktos. No šiem negadījumiem būtiskākie ir saistīti ar:

- nepietiekami platiem pārvietošanās ceļiem, nodarbināto pārāk tuvu atrašanos iekrāvējiem (īpaši t. s. akļajās zonās) un tā sadursmi ar gājēju (uzbraukšanu, aizķeršanu, saspiešanu u. tml.);
- atļautā braukšanas ātruma neievērošanu;
- iekrāvēju vai ratiņu apgāšanos;
- sliktu pārredzamību un / vai nepareizi plānotiem pārvietošanās maršrutiem;

- pārāk smagu kravu pārvietošanu;
- sliktu ceļa (virsmas) segumu (piemēram, bedrēm, augstuma starpību, slietņiem);
- iekrāvēju, ratiņu vai citu iekšējā transporta līdzekļu izmantošanu tam neparedzētam darbam (piemēram, stumšanai, vilkšanai).

Šādu negadījumu smagākās sekas ir saistītas ar uzbraukšanu kolēģiem, preču vai plauktu apgāšanu un iekrāvēju vai ratiņu apgāšanos.

Svarīgākie preventīvie pasākumi:

- ievēro ceļa apzīmējumus (īpaši gājēju pārejas), brīdinājuma zīmes (piemēram, STOP zīmes), drošu attālumu (nestrādā tuvāk par 5 m no citas tehnikas vai nodarbinātajiem);
- ieslēdz brīdinošos skaņas un gaismas signālus;
- izmanto tikai darba kārtībā esošus iekrāvējus un palešu ratiņus;
- lieto visus nepieciešamos individuālās aizsardzības līdzekļus (piemēram, labi redzamu un gaismu atstarojošu apģērbu, apavus un ķiveri)!

Nelaimes gadījumi, strādājot vai atrodoties blakus transporta līdzekļiem (iekrāvējiem, kravas automašīnām, citam piegādes transportam), kas rodas, tehnikai uzbraucot virsū vai aizskarot nodarbinātos, piemēram, nepareizas vai nedrošas kravas pārvietošanas laikā (piemēram, noslīdot kravai).

Svarīgākie preventīvie pasākumi:

- ievēro drošu attālumu, īpaši atrodoties blakus citām automašīnām, vai brīdinošos skaņas un gaismas signālus;

- lieto visus nepieciešamos individuālās aizsardzības līdzekļus (piemēram, labi redzamu un gaismu atstarojošu apģērbu, apavus un ķiveri)!

Paklupšana, pakrišana un līdzīga veida traumas, kas rodas, pārvietojoties pa nelīdzenu vai slidenu segumu (piemēram, šķirošanas zonās, uz ielām, ietvēm, kāpņu telpās), kā arī izkāpjot un iekāpjot transporta līdzekļa kabīnē, sākot braukt ar velosipēdu.

Svarīgākie preventīvie pasākumi:

- esi piesardzīgs un uzmanīgs darbā;
- lieto piemērotus darba apavus;
- pārvietojoties pa kāpnēm, turies pie rokturiem vai kāpņu margām un lieto visus pakāpienus!



Sūtījumu un iepakojuma izvietošana pārvietošanās ceļos rada augstu paklupšanas risku



Apsnigušas un apledojušas virsmas rada augstu paslidēšanas risku

BIOLOĢISKIE RISKA FAKTORI

Pastnieki un kurjeri bieži var būt pakļauti arī dažādu bioloģisko faktoru iedarbībai. Visbiežāk tās ir ērcu pārnēsātās infekciju slimības – ērcu encefalīts un Laimas slimība jeb Laimas borelioze. Ar ērcēm saskarties iespējams ne tikai mežā, bet arī parkos, apstādījumos un zaļajā zonā. Bieži iespējami suņu un citu dzīvnieku kodumi, kas saistās ne tikai ar nelaimes gadījumu risku un grūti dzīstošām brūcēm, bet arī ar risku inficēties ar trakumsērgu.

Svarīgākie preventīvie pasākumi:

- lieto atbilstošu apģērbu, pēc darba laika beigām pārbaudi, vai nav piesūkusies ērce;
- veic nepieciešamās vakcinācijas (piemēram, pret ērcu encefalītu);
- saskarē ar jebkuru dzīvnieku (kaķiem, suņiem u. c.) ievēro piesardzību;
- ievēro personīgo higiēnu (mazgā rokas, glabā darba apģērbu tam paredzētā vietā, regulāri to mazgā)!

Svarīgākie rīcības principi, saskaroties ar agresīvu suni:

- nekādā gadījumā nemēģini bēgt;
- piespied muguru sienai, sētai, automašīnai vai kam līdzīgam, lai aizsargātos no aizmugures. Ar somu, mapi vai kādu citu priekšmetu centies aizsargāt vēdera un augšstilbu rajonu;
- saskarsmē ar svešu suni saglabā mieru, strauji nekusties un skaties sunim acīs;
- nekādā gadījumā neklaigā, nevicini rokas vai nesper – suns to var uztvert kā apdraudējumu un aizstāvēties uzbrūkot!



Saskarsme ar agresīviem suņiem rada gan fizisku, gan emocionālu risku

MIKROKLIMATS UN KLIMATISKIE APSTĀKĻI

Mikroklimatu raksturojošie lielumi (temperatūra, gaisa mitrums, gaisa plūsmas ātrums, siltuma starojums u. c.) var radīt diskomfortu, kas parasti nerada tiešus veselības traucējumus, bet var veicināt citu (piemēram, elpošanas ceļu) slimību attīstību vai darba spēju pazemināšanos, kā arī paaugstināt nelaimes gadījumu risku.

Pastnieki un kurjeri visbiežāk saskaras ar tādām problēmām kā vējš un pārāk zema (piemēram, rudens un ziemas sezonā) vai augsta (vasaras periodā) gaisa temperatūra.

Darbs lietū, sniegā vai vējā var izraisīt saaukstēšanos un veicināt muguras sāpju attīstību. Nepiemēroti laika apstākļi var radīt arī paaugstinātu nelaimes gadījumu risku, piemēram, darbs lielā vējā samazina pārvietošanās drošību, savukārt apledoījums paaugstina risku paslidēt.

Svarīgākie preventīvie pasākumi:

- izvēlies darba sezonai un laikam atbilstošu apģērbu;
- seko līdzi, lai šķirošanas centros tiktu lietotas (ieslēgtas) un periodiski tīrītas ventilācijas un gaisa kondicionēšanas sistēmas;
- samazini caurvēja iespējamību (vienmēr aizverot logus, durvis un vārtus);
- atkarībā no sezonas prasi, lai darba devējs nodrošina iespēju padzerties, atdzesēties vai sasildīties, izžāvēt apģērbu u. tml.!

ULTRAVIOLETAIS STAROJUMS

Pastnieki un kurjeri var tikt pakļauti ievērojamai ultravioletā (UV) starojuma iedarbībai – pasta sūtījumu un dažādu preču piegāde bieži notiek dienas pirmajā pusē, kad saules radītā UV starojuma iedarbība ir visaugstākā. UV starojums var radīt dažādus ādas bojājumus, tostarp apdegumus un ādas vēzi (melanomu).

Svarīgākie preventīvie pasākumi:

- sezonas laikā seko līdzi laika apstākļiem un iespēju robežās plāno darbus tā, lai laikā, kad saules aktivitāte ir visaugstākā (t. i., laikā no plkst. 11.00 līdz 15.00), nebūtu ilgstoši jāatrodas ārpus telpām;

- lieto pareizu darba apģērbu un individuālās aizsardzības līdzekļus (galvassegu, kreklu ar garām piedurknēm, garās bikses, saulesbrilles ar aizsardzību pret UV starojumu);
- lieto ādas aizsargkrēmu ar saules aizsardzības faktoru, kas nav mazāks par 30 (SPF 30), atkārtoti uzklājot to ne retāk kā reizi 2 stundās!

PSIHOEMOCIONĀLIE RISKA FAKTORI

Psihoemocionālie riska faktori, kurus rada vienmuļš darbs, garas darba stundas, darbs naktīs un agra celšanās, augsta bīstamība (ceļu satiksmes negadījumu, uzbrukumu un vardarbības riska dēļ) un atbildība par piegādājamām precēm var radīt paaugstinātu risku veselībai, kā arī samazināt uzmanību un koncentrēšanās spējas, tādējādi paaugstinot nelaimes gadījumu risku. Visi šie faktori var veicināt miega traucējumus un hronisku nogurumu, kas bieži ir smagu negadījumu iemesls.

Lai cilvēks justos labi, nepieciešamas vismaz 8 stundas miega diennakts laikā, turklāt svarīga ir arī miega kvalitāte. Pirmās noguruma pazīmes ir aizsapņošanās, braukšana pāri ceļa krāsojuma līnijām un braukšanas joslas neievērošana, pārmērīga žāvāšanās un acu aizkrišana. Lielāko bīstamību rada t. s. mikro-miegs – īslaicīga iesnaušanās, kas ilgst vidēji 4–5 sekundes, kuru laikā bieži notiek satiksmes negadījumi.

Svarīgākie preventīvie pasākumi:

- rūpīgi izplāno piegādes maršrutu, paredzot pietiekamu laiku atpūtai;
- ievēro regulārus īslaicīgus pārtraukumus;
- atvēli laiku atpūtai un miegam starp braucieniem;
- regulāri vēdini automašīnas kabīni!



Liels darba apjoms un garas darba stundas rada paaugstinātu stresu limeni darbiniekiem

KĀDAS IR TAVAS TIESĪBAS?

Atceries!

Darba devēja pienākums ir nodrošināt drošu un veselībai nekaitīgu darba vidi!

Ja uzskati, ka Tava drošība vai veselība ir apdraudēta, Tev ir tiesības:

- neuzsākt vai pārtraukt darbu, ziņojot tiešajam darba vadītājam (vai uzņēmuma uzticības personai), ja darba apstākļi rada vai var radīt draudus Tev vai apkārtējo cilvēku drošībai un veselībai;

- neuzsākt vai pārtraukt darbu, ja darba veikšanai izmantojamais aprīkojums (iekārtas, darbarīki, ventilācijas sistēma, materiāli u. c.) neatbilst darba aizsardzības vai to ražotāju noteiktajām prasībām un nav pārbaudīts;
- atteikties veikt darba uzdevumus, ja to izpilde neatbilst Tavai profesionālajai sagatavotībai;
- pieprasīt atbilstošus individuālās aizsardzības līdzekļus, lai pasargātu sevi no darba vides riska faktoru iedarbības.

Atceries!

Vienmēr atceries par savām tiesībām un nebaidies tās izmantot!

JA DARBĀ NOTICIS NELAIMES GADĪJUMS

Ja ar Tevi vai kolēģi noticis nelaimes gadījums darbā, **Tavs pienākums** ir par to nekavējoties ziņot tiešajam darba vadītājam un darba aizsardzības speciālistam, nepieciešamības gadījumā sniegt pirmo palīdzību un izsaukt neatliekamo medicīnisko palīdzību.

Darba devēja pienākums ir izmeklēt nelaimes gadījumu darbā un reģistrēt to Valsts darba inspekcijā 30 darbdienu laikā pēc nelaimes gadījuma. Cietušajam jāsaņem viens akta eksemplārs no nelaimes gadījuma izmeklēšanas ar Valsts darba inspekcijas reģistrācijas numuru. Nelaimes gadījuma izmeklēšanas akts Tev būs nepieciešams, lai Tu varētu saņemt sociālo palīdzību ārstēšanas un rehabilitācijas izdevumu segšanai no Valsts sociālās apdrošināšanas aģentūras.

JA TAVA VESELĪBA IR PASLIKTINĀJUSIES

Ja netiek nodrošināti droši un veselībai nekaitīgi darba apstākļi, netiek ievērotas darba aizsardzības prasības vai lietoti individuālie aizsardzības līdzekļi, darba vides riska faktori var izraisīt arodslimības.

Ja jūti, ka Tava veselība darba apstākļu iedarbības dēļ ir pasliktinājusies, Tev ir tiesības prasīt darba devējam norīkojumu uz darba devēja apmaksātu ārpuskārtas obligāto veselības pārbaudi, kuras laikā arodslimību ārsts varēs pārbaudīt Tavas sūdzības.

Jebkurā gadījumā ir svarīgi laicīgi vērsties pēc palīdzības pie ārsta, jo daudzas no arodslimībām ir sekmīgi ārstējamas, ja tās tiek savlaicīgi pamanītas. Turpretī, ja slimības netiek laikus ārstētas, tās var izraisīt paliekošas sekas un, iespējams, pat invaliditāti.

Atceries!

Sociālās garantijas pēc nelaimes gadījuma darbā vai konstatētas arodslimības Tu varēsi saņemt tikai tad, ja Tev būs darba līgums un Tu ziņosi par nelaimes gadījumu darbā!

Sociālās garantijas pēc darbā notikuša nelaimes gadījuma vai arodslimības gadījumā ietver valsts apmaksātus ārstēšanas un rehabilitācijas pakalpojumus, darbnespējas lapas apmaksu un kompensāciju par darbspēju zudumu, ja radušies veselības traucējumi ir neatgriezeniski.



RĪGAS STRADIŅA
UNIVERSITĀTE



DARBA DROŠĪBAS un
VIDES VESELĪBAS INSTITŪTS
RSU aģentūra

NR. 363-2018

PAPILDU INFORMĀCIJA

LABKLĀJĪBAS MINISTRIJAS DARBA ATTIECĪBU UN DARBA AIZSARDZĪBAS POLITIKAS DEPARTAMENTĀ

Skolas ielā 28, Rīgā, LV-1010

Tālrunis 67021526

www.lm.gov.lv

VALSTS DARBA INSPEKCIJĀ

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

Tālrunis 67186522, 67186523

www.vdi.gov.lv

LATVIJAS DARBA DEVĒJU KONFEDERĀCIJĀ

Raiņa bulvāris 4, 2. stāvs, Rīga, LV-1050

Tālrunis 67225162

www.iddk.lv

LATVIJAS BRĪVO ARODBIEDRĪBU SAVIENĪBĀ

Bruņinieku ielā 29/31, Rīgā, LV-1001

Tālrunis 67270351, 67035960

www.lbas.lv

RSU DARBA DROŠĪBAS UN VIDES VESELĪBAS INSTITŪTĀ

Dzirčiema ielā 16, Rīgā, LV 1007

Tālrunis 67409139

www.rsu.lv/ddvvi

PAR DARBA AIZSARDZĪBAS JAUTĀJUMIEM

www.osha.lv

www.stradavesels.lv



Labklājības ministrija



Valsts sociālās
apdrošināšanas 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, 2014.
Bezmaksas izdevums.