

DZIMISCĒSĪS • BORNINCESIS

ANNO



1590

CĒSU

— AR IEDVESMU NO CĒSĪM! —

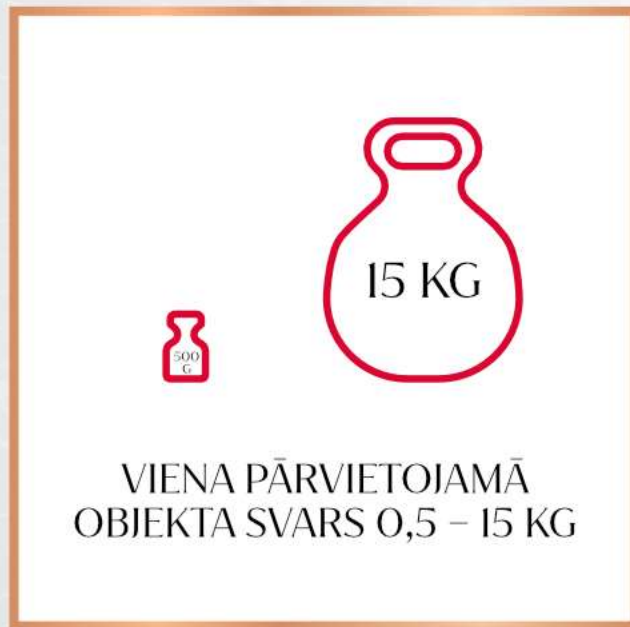
DARBA AIZSARDZĪBAS UN VIDES SPECIĀLISTE  
LINDA AKMENTIŅA

# LIELĀKĀ ALUS DARĪTAVA LATVIJĀ



# PROBLĒMA

PAKOTĀJU DARBĀ JĀVEIC REGULĀRA  
SMAGUMU PĀRVIETOŠANA



2020. GADĀ SAŅEMTI DARBINIEKU  
IEROSINĀJUMI ŠLODZES SAMAZINĀŠANAI

# CEĻŠ UZ RISINĀJUMIEM

NEATKARĪGU EKSPERTU  
VĒRTĒJUMS 2020. GADĀ

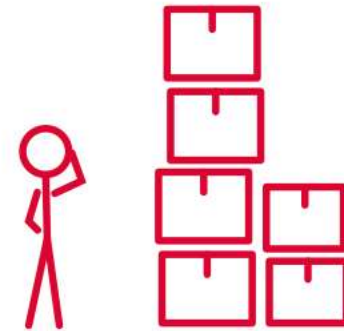
Lai novērtētu ergonomiskos riskus tiek izmantota slodzes galveno rādītāju (SGR-A) metode



SMAGUMU CELŠANA UN  
PĀRVIETOŠANA (SGR – A  
METODE)



SMAGUMU VILKŠANA UN  
STUMŠANA (SGR – B  
METODE)



FIZISKO PĀRSLODŽU  
VĒRTĒJUMS (GERONIMO  
METODE)

«PRĀTA VĒTRA» AR PAKOŠANAS LAUKUMA VADĪBU  
UN DARBINIEKIEM, KĀ REZULTĀTĀ RADĀS IDEJAS  
DARBA VIETU UZLABOJUMIEM

The background features a faint, light-colored illustration of a house with a chimney and a person standing in front of it. The house has a gabled roof and a chimney on the right side. The person is standing with their back to the viewer, looking towards the house. The entire scene is rendered in a light, sketchy style against a solid red background.

RISINĀJUMI

# DARBA VIETAS PĀRKĀRTOŠANA



## PIRMS

ŠAURA DARBA VIETA DIVĀM  
DARBINIECĒM PIE GATAVĀS  
PRODUKCIJAS NOŅEMŠANAS,  
APGRŪTINĀTA TRANSPORTA PLŪSMA

CAM-15 otd. 17.11.2020 22:35:21



## PĒC

ĒRTĀKA TRANSPORTA PLŪSMA  
PAKOŠANAS ZONĀ, KATRAI  
DARBINIECI SAVĀ GAN IEPAKOJAMO  
PRODUKTU UZLIKŠANAS, GAN  
IEPAKOTĀS PRODUKCIJAS  
NOŅEMŠANAS ZONA

CAM-15 sestd. 28.11.2020 22:32:57

# DARBA VIETAS PĀRKĀRTOŠANA



## PIRMS

PLĒVOTĀJS BIEŽI TIKA PĀRVIETOTS,  
AIZKRAUTA DARBĪBAS ZONA, KAS  
PIRMS IEKĀRTAS DARBĪBAS  
JĀATBRĪVO



## PĒC

ATRASTA ĒRTĀKĀ VIETA  
PRODUKCIJAS TRANSPORTĒŠANAI,  
IEZĪMĒTA PLĒVOTĀJA DARBĪBAS  
ZONA, SKAIDRI NOTEIKTS LAUKUMS,  
KURĀ NENOVIETOT PRIEKŠMETUS

# DARBA VIETAS PĀRKĀRTOŠANA



## PIRMS

VAKUUMA PACĒLĀJA MAINĀMĀS  
DETAĻAS NOVĪETOTAS DAŽĀDĀS  
VIETĀS



## PĒC

VAKUUMA PACĒLĀJA MAINĀMĀJĀM  
DETAĻĀM IERĪKOTS PLAUKTS



# DARBA APRĪKOJUMS



## PIRMS

PRODUKCIJAS IEPAKOJUMI UN STIKLA PUDELES TIEK PĀRVIETOTAS AR ROKĀM



(18) Vacuum tube lifter JumboFlex with multiple vacuum gripper lifts all types of cardboard boxes - YouTube



## PĒC

PRODUKCIJAS IEPAKOJUMU NOŅEMŠANAI NO IEPAKOŠANAS IEKĀRTAS, KĀ ARĪ STIKLA PUDEĻU UZLIKŠANAI UZ IEKĀRTAS UZSTĀDĪTI VAKUUMA PACĒLĀJI (3GB)

# DARBA APRĪKOJUMS



## PIRMS

AKCĪZES ETIĶEŠU LĪMĒŠANAI PRODUKCIJAS IEPAKOJUMI TĪKA PĀRVIETOTI UZ PALETĒM, LAI PIELĀGOTU AUGSTUMU, CILĀTAS PALETES



## PĒC

PRODUKCIJAS IEPAKOJUMU NOVIEĻOŠANAI PIEMĒROTĀ AUGSTUMĀ, UZSTĀDĪTAS PACEĻAMĀS PLATFORMAS (2GB) AR PRETSLĪDES MATERIĀLU

# DARBA APRĪKOJUMS

## PIRMS

IEPAKOŠANAS MATERIĀLI, ETIĶEŠU IEPAKOJUMI PĀRVIETOTI NESŌT, DARBA MATERIĀLI/INSTRUMENTI NOVĪETOTI DAŽĀDĀS VIETĀS AP DARBA ZONU



## PĒC

DAŽĀDU IEPAKOŠANAS MATERIĀLU PĀRVIETOŠANAI NODROŠINĀTI RĀTI – VĪEGLI PĀRVIETOJAMI, VAR NOVĪETOT TUVU DARBA VIETAI



# DARBA APRĪKOJUMS

UZSTĀDĪTS  
PLĒVES RUĻĻU  
PACĒLĀJS, LAI  
PLĒVES RUĻĻI  
NEBŪTU JĀCĒĻ  
UZ IEKĀRTAS AR  
ROKĀM



# INDIVIDUĀLIE AIZSARDZĪBAS LĪDZEKĻI (IAL)



ERGONOMISKIE PAKLĀJI  
ĒRTĀKAI STĀVĒŠANAI



DARBINIEKI IZMANTO  
MUGURU BALSTOŠĀS  
JOSTAS, ROKU LOCĪTAVU  
SAITES



IZVEIDOTAS IAL  
STANDARTA GRĀMATIŅAS  
AR DARBINIEKAM  
PIEEJAMAJIEM IAL – T.SK  
MUGURAS JOSTAS, ROKU  
LOCĪTAVU SAITES

# DARBINIEKU APMĀCĪBA



## 7.5. Kravas pārvietošana izmantojot satvērēju mazo iepakojumu pārvietošanai:

DARBA AIZSARDZĪBAS  
INSTRUKCIJAS –  
IZMANTOJOT VIZUĀLUS  
PIEMĒRUS



- 7.5.1. Kravas pacelšanas darbību kontrolē, izmantojot vadības pogu.
- 7.5.2. Lai satvērēju pievienotu pārvietojamajai kravai, jāpiespiež vadības poga, satvērējs jāpieliek pārvietojamajai kravai un vadības poga jāatlaiž.
- 7.5.3. Atlaižot vadības pogu, krava automātiski pacelies.
- 7.5.4. Paceltā krava jāvirza uz plānoto novietošanas vietu.
- 7.5.5. Lai kravu nolaistu un atbrīvotu, atkārtoti jāpiespiež vadības poga, krava jāvirza lejup uz plānoto novietošanas vietu un krava atlaidīsies tiklīdz būs sasniegusi virsmu.



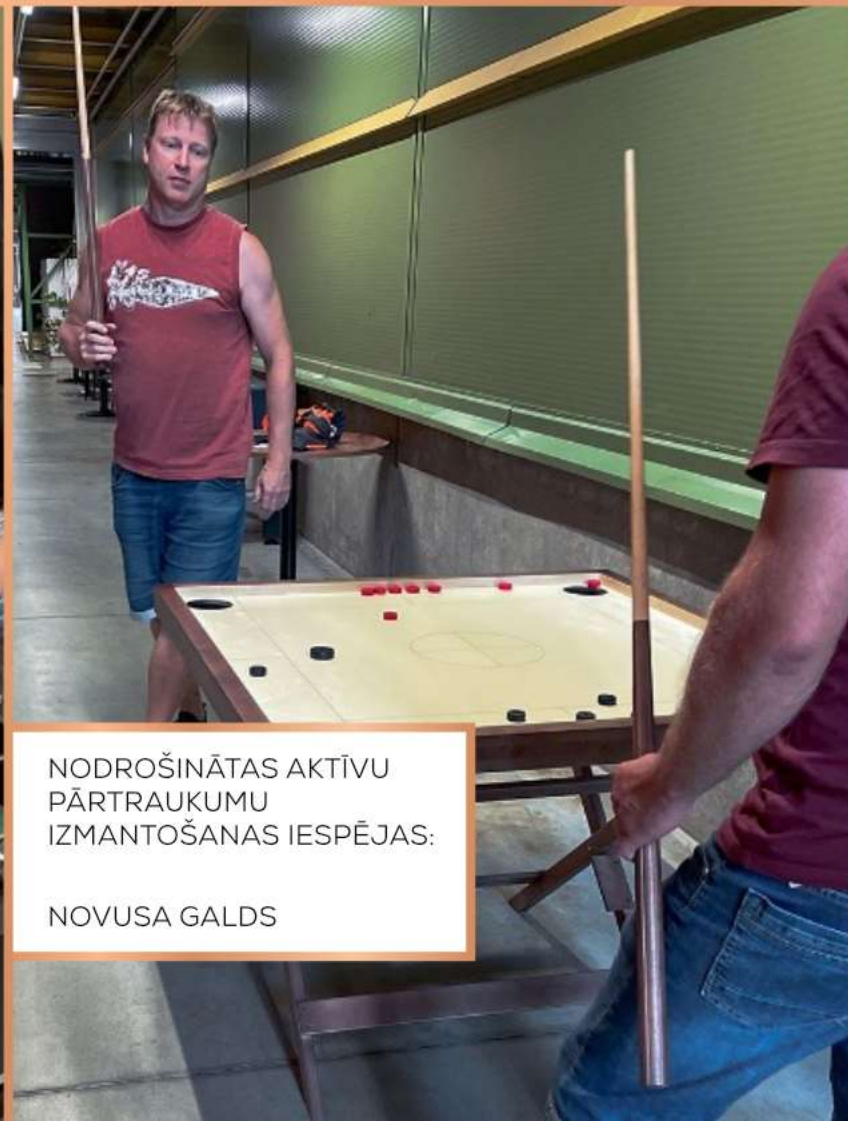
LEKCIJA UN PRAKTISKĀS  
NODARBĪBAS  
"ERGONOMISKIE FAKTORI  
CEĻOT SMAGUMUS,  
PAREIZA SMAGUMU  
CELŠANA UN IETEKME UZ  
VESELĪBU"

# SOCIĀLĀ ERGONOMIKA



NODROŠINĀTAS AKTĪVU  
PĀRTRAUKUMU  
IZMANTOŠANAS IESPĒJAS:

GALDA FUTBOLS



NODROŠINĀTAS AKTĪVU  
PĀRTRAUKUMU  
IZMANTOŠANAS IESPĒJAS:

NOVUSA GALDS



ATBALSTS VESELĪGAM  
DŽĪVESVEIDAM:

SPORTA NODARBĪBU  
LĪDZFINANSĒJUMS

VESELĪBAS  
APDROŠINĀŠANA

NELAIMES GADĪJUMU  
APDROŠINĀŠANA

# SOCIĀLĀ ERGONOMIKA

## APMAKSĀTA DALĪBA PUBLISKOS SPORTA PASĀKUMOS:

DROSMES SKRĒJIENS,  
RIMI RĪGAS MARATONS

## UZNĒMUMĀ ORGANIZĒTI PAŠĀKUMI DARBINIEKIEM:

MĒNESIS «ESI SVEIKS UN VESELS» AR JOGAS  
NODARBĪBĀM, VELO IZAICINĀJUMU,  
ERGOTERAPEITA LEKCIJU UN INDIVIDUĀLĀM  
KONSULTĀCIJĀM,

IK GADU AKTĪVI PASĀKUMS DARBINIEKIEM, KURI  
SASNIEGUŠI 50 GADU DZĪVES PIEREDZI







SASNIEGTAIS REZULTĀTS

# ATKĀRTOTS DARBA VIDES RISKU NOVĒRTEJUMS

**NO EKSTREMĀLI LIELA  
FIZISKA SLODZE**  
(2020. GADA AUGUSTS)

**UZ ZEMS RISKS**  
(2021. GADA MAIJS)

AUGSTS RISKS

VIDĒJS RISKS

ZEMS RISKS

# VEIKSMES FAKTORI



VADĪBAS ATBALSTS




DARBINIEKU IESAISTE





SADARBĪBA AR  
EKSPERTIEM



# PALDIES

 [www.facebook.com/cesualus](https://www.facebook.com/cesualus)  
 [www.instagram.com/cesualus](https://www.instagram.com/cesualus)

 [www.draugiem.lv/cesualus](https://www.draugiem.lv/cesualus)  
 [www.twitter.com/cesualus](https://www.twitter.com/cesualus)

 [www.youtube.com/cesualuslv](https://www.youtube.com/cesualuslv)  
 [www.linkedin.com/company/cesualus](https://www.linkedin.com/company/cesualus)