

2017. gada

Darba aizsardzības instrukcija sētniekam Nr.31

1. Vispārīgās prasības.

1.1. Par sētnieku atļauts strādāt personām:

- 1.1.1. kuras ir instruētas darba aizsardzībā, ugunsdrošībā, elektrodrošībā, kā arī iepazīstinātas ar konkrētajā darba vietā izpildāmo darbu specifiku;
- 1.1.2. kuru veselības stāvoklis ir pārbaudīts un atbilst profesijas prasībām;
- 1.1.3. kuras ir apmācītas pirmās palīdzības sniegšanā.

1.2. Bīstamie un kaitīgie darba vides faktori:

- 1.2.1. fizikālie darba vides riska faktori (apgaismojums, troksnis, vibrācija);
- 1.2.2. psihoemocionālie darba vides riska faktori (monotons darbs, saspringta psiholoģiskā situācija u.c.);
- 1.2.3. traumatiska darba vides riska faktori (slidens vai nelīdzens segums, mikrotraumas, karsti šķidrums, pakļūšana un pakrišana, nepareiza darba aprīkojuma izmantošana);
- 1.2.4. ķīmiskie darba vides riska faktori (ķīmisko līdzekļu ieelpošana, saskare ar ādu, putekļi);
- 1.2.5. bioloģiskie darba vides riska faktori (dažādu veidu saslimšanas, piem. gripa, ērcu encefalīts);
- 1.2.6. ergonomiskie darba vides riska faktori (darbs stāvus, biežas un atkārtotas kustības, smags darbs);
- 1.2.7. putekļi (organiskas izcelsmes putekļi, smilšu putekļi, darba procesā radušies putekļi).

1.3. Individuālie aizsardzības līdzekļi:

- 1.3.1. darba cimdi;
- 1.3.2. aizsargapģērbs ar gaismu atstarojošiem elementiem;
- 1.3.3. darba apavi;
- 1.3.4. sejas aizsargs;
- 1.3.5. respirators;
- 1.3.6. austiņas.

1.4. Kolektīvie aizsardzības līdzekļi:

- 1.3.7. apgaismojums (vispārējais un vietējais);
- 1.3.8. apmācības un informatīvie materiāli – plakāti;
- 1.3.9. drošības zīmes;
- 1.3.10. iekārtu zemējums.

1.5. Ugunsdrošības un sprādziendrošības prasības:

- 1.5.1. kategoriski aizliegts smēķēt un lietot atklātu uguni darba vietā;
- 1.5.2. nodrošiniet brīvu pieeju darba vietā esošajiem ugunsdzēsības līdzekļiem;
- 1.5.3. ievērot ugunsdrošības instrukciju un rīcības plānu ugunsgrēka gadījumā.

1.6. Elektrodrošības prasības:

- 1.6.1. aizliegts veikt jebkādu elektroiekārtu un elektroierīču remontu;
- 1.6.2. elektrosadales skapjus drīkst atvērt tikai elektriķis;
- 1.6.3. elektropadeves traucējumu gadījumā iekārtas nekavējoties jāizslēdz un jāpaziņo par traucējumiem tiešajam vadītājam;

- 1.6.4. aizliegts skarties pie atklātiem (neizolētiem) elektrovadiem;
- 1.6.5. pamanot atklātus elektrovadus, nekavējoties ziņojiet tiešajam vadītājam, elektriķim;
- 1.6.6. ievērot elektrodrošības instrukciju neelektrotehniskajam personālam.

1.7. Kārtība, kādā ziņo par konstatētiem iekārtu, ierīču un instrumentu bojājumiem:

- 1.7.1. bojājumu gadījumos (mehāniski bojājumi, palielināta vibrācija, deguma smaka, slēdžu uzkaršana u.c.) nekavējoties pārtraukt darbu, izslēdzot darba aprīkojumu, ziņot tiešajam vadītājam un brīdināt citus darbiniekus par radušos situāciju;
- 1.7.2. darbu atsākt tikai tad, kad novērsti bojājumi.

1.8. Kārtība, kādā ziņo par darbā notikušu nelaimes gadījumu, avāriju vai citu ārkārtas gadījumu:

- 1.8.1. jāpārtrauc darbs un, ja iespējams, notikuma vieta jāatstāj neskartā;
- 1.8.2. ārkārtas situācijā nekavējoties ziņot tiešajam vadītājam par ugunsgrēku vai situāciju, kura apdraud cilvēka veselību vai dzīvību;
- 1.8.3. nekavējoties jāsniedz cietušajam pirmā palīdzība, jāizsauc neatliekamā medicīniskā palīdzība (**tālr. 112, 113**) un jāpaziņo tiešajam vadītājam.

1.9. Darba higiēnas prasības:

- 1.9.1. ēst tikai tam speciāli paredzētās vietās;
- 1.9.2. mazgāt rokas pirms ēšanas un darbu beidzot;
- 1.9.3. darba vietā neglabāt pārtikas produktus un dzeramo ūdeni.

1.10. Saskaņā ar Darba aizsardzības likumu, par šīs instrukcijas neievērošanu, darba devējs var piemērot nodarbinātajiem disciplinārsodus par darba aizsardzības normatīvo aktu un citu darba aizsardzības noteikumu pārkāpumiem, kā arī darba devēja prasību neizpildi darba aizsardzības jautājumos.

2. Darba aizsardzības prasības, uzsākot darbu:

- 2.1. apskatīt un sakārtot savu apģērbu. Aizpogāt piedurkņu galus un visas pogas. Ja paredzēts, uzvilkt aizsargapģērbu.
- 2.2. pārbaudīt savus darba rīkus un citus darbam vajadzīgos piederumus, elektroierīces u.c., pārlicināties, vai tie nav bojāti.
- 2.3. pirms darba sākšanas (iestājoties darbā) darba devējam jāiepazīstina dārznieka ar apkopjamās teritorijas īpatnībām, darba apjomu.
- 2.4. neuzsākt darbu, ja ir slikta pašsajūta, reibonis. Ziņot par to darba devējam.
- 2.5. iepazīties ar darba aprīkojuma lietošanas instrukciju.

3. Darba aizsardzības prasības, veicot darbu:

- 3.1. darba laikā jābūt uzmanīgam. Darīt tikai to darbu, kurš ietilpst Jūsu pienākumos.
- 3.2. nestrādāt ar bojātiem darba rīkiem. Ja bojājumi rodas darba procesā, nekavējoties pārtraukt darbu un savas kompetences ietvaros censties kļūmi novērst. Ja tas neizdodas, ziņot tiešajam vadītājam.
- 3.3. atkritumu grozus **aizliegts** iztukšot ar rokām, tie ir jāizber.
- 3.4. **aizliegts** labot elektriskos darba rīkus, atvērt un tīrīt elektrosadales skapjus.
- 3.5. strādāt tikai atstarojošā (kurš nodrošina paaugstinātu redzamību) apģērbā.
- 3.6. lai aizsniegtu (notīrītu) augstāk stāvošus priekšmetus, jāizmanto kāpnes, kuras nodrošinātas pret slīdēšanu, **aizliegts** izmantot gadījuma priekšmetus (kastes, paliktņus un tml.).
- 3.7. esiet uzmanīgi slaukot kāpnes. Nekāpieties atmuguriski.
- 3.8. **aizliegts** tīrot logus kāpt uz palodzēm un mazgāt ieplīsušus stiklus.
- 3.9. neatbalstieties pret darba rīkiem.
- 3.10. ar slapjām rokām vai mitru lupatu neaiztikt un neslaucīt elektrotīklam pieslēgtas elektroietaisies, slēdžus.
- 3.11. uzlasot atkritumus strādājiet speciālos cimdos un veiciet to ar lāpstiņas palīdzību.
- 3.12. ja ziemas laikā pie jumta izveidojušās lāstekas, **aizliegts** strādāt to iespējamās krišanas zonā. **Nekavējoši** jāizlik nožogojumi, lai novirzītu gājēju kustību.

- 3.13. pa teritoriju pārvietojaties uzmanīgi, neskrieniet, īpaši atkalas laikā.
- 3.14. uzstādīt barjeras un brīdinājuma zīmes (attālums 5-7m no darba vietas, spilgtā krāsā, tumšā laikā - atstarojošas), ja darbu veikšanas vietās ir intensīva satiksme.
- 3.15. strādājot uz ielas, stāvlaukumā uzmanieties no braucošiem transporta līdzekļiem, stāviet ar seju pret tiem.
- 3.16. **aizliegts** pārsviest sniegu ar rokām tālāk par 3m horizontālā virzienā vai šķēršļiem augstākiem par 2m.
- 3.17. **aizliegts** atstāt instrumentus un grūžu kaudzes uz ielas braucamās daļas. Laužņus neatstāt vertikālā stāvoklī.
- 3.18. stumjot sniegu vai citus grūžus darbarīku kātus neatbalstiet pret vēderu, tiem jāatrodas sānos.
- 3.19. stiklu tīrīšanas darbos tiek pielaisti strādnieki, kuri izgājuši medicīnisko apskati un ir speciāli apmācīti. Pirms stiklu tīrīšanas ir jāpārbauda rāmju izturība un stikla stiprums tajos. Tīrīt logu stiklus augstumā bez drošības pasākumu veikšanas – **aizliegts**. Tīrīt stiklojuma ārpusi no ēkas iekšpuses, bez aizsardzības līdzekļu pielietošanas – **aizliegts**.
- 3.20. darba laikā jābūt uzmanīgam. Darīt tikai to darbu, kurš ietilpst Jūsu pienākumos.
- 3.21. ievērot darba aprīkojuma ražotāja lietošanas instrukciju.
- 3.22. nestrādāt ar bojātiem darba rīkiem. Ja bojājumi rodas darba procesā, nekavējoties pārtraukt darbu un savas kompetences ietvaros censties kļūmi novērst. Ja tas neizdodas, ziņot tiešajam vadītājam.
- 3.23. **aizliegts** strādāt bez individuālajiem aizsardzības līdzekļiem.
- 3.24. neatbalstieties pret darba rīkiem.
- 3.25. apstrādājot augsni tieši ar rokām, strādāt aizsargcimdos un darbus veikt uzmanīgi, lai nesavainotu rokas ar augsnē iespējami esošiem priekšmetiem.
- 3.26. strādājot ar zāles pļaušanas mašīnām:
 - 3.26.1. iepazīties ar iekārtas ekspluatācijas instrukciju un pildīt visas tās prasības;
 - 3.26.2. pārbaudīt pļaujamo vietu un novākt visus svešķermeņus (zarus, akmeņus un tml.);
 - 3.26.3. strādāt individuālās aizsardzības līdzekļos;
 - 3.26.4. pļaušanas laikā neļaut uzturēties tuvumā nepiederošām personām.
- 3.27. cērtot krūmus ar cirvi, darīt to uzmanīgi un neturēt rokas tiešā ciršanas vietas tuvumā. Regulāri kontrolēt cirvja nostiprinājumu uz kāta.
- 3.28. mitrā laikā neizmantojot ārpus telpām elektrotīklam pieslēgtas elektroietaisies, slēdžus. Elektroierīces aizliegts atslēgt no elektrotīkla raujot aiz vada. Aizliegts labot elektriskos darba rīkus.
- 3.29. **aizliegts** atstāt instrumentus nomestus tādās vietās, kur iespējama uzkāpšana uz tiem un bez uzraudzības.

4. Darba aizsardzības prasības, beidzot darbu:

- 4.1. sakārtot, notīrīt savu darba apģērbu un novietot to paredzētā vietā.
- 4.2. sakārtot savus darba rīkus un novietot tos uzglabāšanas vietā.
- 4.3. ziņot tiešajam vadītājam par darba laikā konstatētajiem bojājumiem, nepilnībām u.c.

5. Darba aizsardzības prasības ārkārtas situācijās:

- 5.1. ja noticis nelaimes gadījums darbā, nekavējoties jāsniedz cietušajam pirmā palīdzība, jāizsauc ātrā medicīniskā palīdzība (tālr. **113** vai **112**) un jāpaziņo tiešajam vadītājam.
- 5.2. jāpārtrauc darbs un notikuma vieta jāatstāj neskarta.
- 5.3. elektriskās strāvas trieciena gadījumā cietušais jāatbrīvo no strāvas iedarbības (atslēdzot strāvu vai pielietojot strāvu nevadošus materiālus pārvietot cietušo drošā vietā).
- 5.4. ugunsgrēka gadījumā izsaukt ugunsdzēsējus (tālr. **112**), paziņot darba devējam un palīdzēt ugunsgrēka likvidēšanā savas kompetences ietvaros.
- 5.5. **pirmās palīdzības sniegšana:**
 - 5.5.1. gadījumos, ja nepieciešams sniegt pirmo palīdzību - kādam no darbiniekiem, vajag pārtraukt darbu un ziņot par notikušo tiešajam darba vadītājam un zvanīt pa tālruni: **113 vai 112**.

- 5.5.2. **pirmā palīdzība** ir paša cietušā vai citas personas prasmīga, mērķtiecīga un nekavējoša rīcība notikuma vietā, lai saglabātu cietušā organisma dzīvības funkcijas un novērstu iespējamās sekas līdz ierodas neatliekamā medicīniskā palīdzība.
- 5.5.3. dzīvības uzturēšanas pasākumus sāciet nekavējoši un turpiniet līdz ierodas neatliekamā medicīniskā palīdzība.
- 5.5.4. darba devējs uzņēmumā nodrošina pasākumus, kas nepieciešami pirmās palīdzības sniegšanai, bīstamo iekārtu avārijas seku ierobežošanai vai likvidēšanai, ugunsdzēsībai, nodarbināto un citu personu evakuēšanai:
 - 5.5.4.1. nodrošina sazināšanos ar ārējiem dienestiem (neatliekamā medicīniskā palīdzība, ugunsdzēsības un glābšanas darbu dienesti);
 - 5.5.4.2. norīko nodarbinātos, kuri apmācīti pirmās palīdzības sniegšanā (ar rīkojumu);
 - 5.5.4.3. nosaka kārtību, kādā nodrošināma apmācība pirmās palīdzības sniegšanā.
- 5.5.5. darba devējam darba vietā ir jānodrošina pirmās palīdzības aptieciņa, kurā atrodas pirmās palīdzības sniegšanai nepieciešamie medicīniskie materiāli.

Sastādīja:	Paraksts:	Datums:
SIA „Media Control” darba aizsardzības speciālists Anīta Garkalne		03.08.2017.
Darba aizsardzības instrukcija ir pārskatīta:	Paraksts:	Datums: