

Priešgaisrinė sauga

- Turite žinoti, kur yra gesintuvai, atsarginiai išėjimai, pirmosios pagalbos vaistinė ir susirinkimų vieta.
- Suveikus aliarmui ar kilus gaisrui, gelbėkite asmenis, kuriems gresia tiesioginis pavojus, išpėkite kitus žmones ir greitai išeikite. Skambinkite skubios pagalbos iškvietimo numeriu **112**.
- Degimo dujos yra nuodingos, tad jų neįkvėpkite, nes galite iš karto prarasti sąmonę.
- Jei gaisras nedidelis, naudokite gesintuvą.
- Išeidami uždarykite langus ir duris.
- Gaisrininkus palydėkite į reikiamą vietą. Jei įmanoma, pasakykite jiems, kur yra trąšos, dujų balionai ir biocidai.
- Naudokite tik aprobuotą elektros įrangą. Jei nesate tikri, klauskite darbdavio.
- Jei elektriniai šildytuvai apdengti ar naudojami šlapiems drabužiams džiovinti, jie gali sukelti gaisrą.
- Iš priešgaisrinės signalizacijos prietaiso niekada neišimkite baterijos – tai gali išgelbėti jūsų gyvybę!

Susidarius kritinei situacijai skambinkite šiais numeriais:

112



Higiiena

Liga

Jei blogai jaučiatės, sergate gripu ar pastebėjote odos užkrėtimo požymių, susisiekite su darbdaviu. Jei sergate, viduriuojate, sergate gastroenteritu ar gripu, užsikrėtėte žaizda, prasidėjo odos uždegimas ar oda buvo pažeista, darbe negalite liesti valgomų produktų.

Ūkių darbininkams itin rekomenduojama pasiskiepyti nuo stabligės.

Jei lankėtės kituose šiltnamiuose, prieš sugrįždami į darbo vietą visada nusiprauskite po dušu, pasikeiskite drabužius ir batus.

Rankų higiena

Jei liosite valgomus produktus, rankas plaukite:

- prieš pradėdami dirbti;
- pasinaudoję tualetu;
- parūkę;
- pavalgę;
- valę ir lietę atliekas;
- čiaudėję ar nusišluostę nosį.

Kaip plauti rankas

- Nusimaukite žiedus, riešines ir nusiimkite laikrodį.
- Sušlapinkite rankas šiltu tekančiu vandeniu.
- Muilu ištrinkite visas rankas.
- Plaukite rankas, riešus, pirštus, pirštų galiukus, tarpupirščius ir panages.
- Kruopščiai nuskalaukite rankas tekančiu vandeniu.
- Kruopščiai nusišluostykite rankas švari rankšluosčiu ar popieriniu rankšluosčiu.
- Užsukite čiaupą alkūne ar popieriniu rankšluosčiu.

Saugus darbas traktoriumi ir mechanizmais

Norėdami dirbti traktoriumi, šakiniu krautuvu, krautuvu, visomis visureigėmis transporto priemonėmis arba kita technika, aptarkite tai su savo darbdaviu ir įsitinkite, kad turite galiojantį vairuotojo pažymėjimą ir mokate dirbti šia technika.

Saugus darbas traktoriumi ir mechanizmais

Svarbios saugaus darbo traktoriumi sąlygos

Turite būti praktiškai ir teoriškai parengti saugiai dirbti traktoriumi ir prie jo prikabintais padargais. Mokymas turi būti pagrįstas dokumentais, juose turi būti nurodyta:

- įrangos paskirtis ir ją naudojant galintis kilti pavojus;
- paruošimas galimoms nepaprastoms situacijoms;
- priežiūra ir tikrinimas;
- pavojus, kylantis prikabinant padargus prie traktoriaus ir nuo jo atkabinant.

Atminkite

- Traktoriuje draudžiama vežtis keleivių. Venkite sėdėti ant judančių mechanizmų.
- Dėvėkite saugos diržą.
- Nešokinėkite iš kabinos. Niekada nelipkite iš važiuojančio traktoriaus ar jį nelipkite.
- Sustabdę traktorių užtraukite rankinį stabdį, nuleiskite padargus ant žemės, sustabdykite variklį ir ištraukite raktelius.

Svarbios saugaus mechanizmų naudojimo sąlygos

- Niekada nenaudokite mechanizmų, jei jūsų neprasė jų naudoti, savo mokymo negalite pagrįsti dokumentais bei nežinote, kaip saugiai naudoti mechanizmus. Turite suprasti, kaip veikia valdymo svirtys. Jei nesate tikri, klauskite.
- Mechanizmas turi būti geros būklės. Jei pastebėsite bet kokių saugos problemų, praneškite apie jas darbdaviui, net jei tokias problemas ir pašalinote.
- Avėkite neslystančią avalynę. Nevilkėkite drabužių su kabančiomis juostelėmis, raiščiais ar besiplaikstančiomis rankovėmis, kurias gali įtraukti judančios mechanizmų dalys. Susiriškite ilgus plaukus. Be to, naudojant mechanizmus pavojų gali kelti žiedai ir karoliai, nes juos gali įtraukti mechanizmų dalys ar išsikišę objektai.
- Prieš paleisdami transporto priemonę ir ją važiuodami ar prieš paleisdami kitus mechanizmus įsitinkite, kad niekam nekyla pavojus. Nedidinkite greičio. Be to, gali darbininkų ar net vaikų būti kitų už traktoriaus, priekabos ar kitose vietose, kuriose nesitikiate jų esant. Įsitinkite, kad niekam nekyla pavojus.
- Jei dirbant būtini garso ar rankomis rodomi signalai, su komanda iš anksto susitarkite dėl jų reikšmių. Svarbu pasiruošti mechanizmo sutrikimams, pvz., jis gali užsikimšti. Jei komunikacija neaiški, mašinistas gali paleisti mašiną kitiems darbininkams vis dar būnant pavojingose zonoje.
- Jei nesate mašinistas, tačiau dirbate šalia mašinos, mašinistas turi žinoti, kad esate netoliese, jis turi jus matyti. Nestovėkite toje pačioje linijoje, kurioje yra transporto priemonė (traktorius), – nei jos priekyje, nei už jos. Laikykitės sutartų darbo procedūrų ir saugos taisyklių. Paisykite instrukcijų. Jei nesuprantate, klauskite.
- Šis ženklas informuoja kitus vairuotojus apie kelyje važiuojančią lėtąją transporto priemonę. Ženklas turi būti švarus ir gerai matomas.



Sveiki

atvykę dirbti į įmonę!

įmonės kontaktinė informacija:



Bendrosios saugos taisyklių

Darbuotojai – didžiausias mūsų turtas. Manome, kad jūs daugiausia prisidedate prie įmonės sėkmės. Šiame ūkyje visi dirbame kaip viena komanda. Vertiname darbuotojų sveikatą, saugą ir gerą savijautą, visi kartu esame atsakingi už kiekvieno dirbančiojo saugą. Tikimės, kad pasitenkinimą darbu užtikrins darbo aplinkos tobulinimas, rūpinimasis darbuotojų sauga ir sveikata. Darbas žemės ūkyje gali būti pavojingas. Norime, kad kiekvieną dieną visi būtumėte sveiki ir saugiai grįžtumėte namo, tad svarbu, kad kiekvienas iš jūsų:

- laikytis saugos taisyklių;
- praneštų apie bet kokias avarijas, nelaimingais atsitikimais vos nepasibaigusius ar žalos vos nesukėlusius incidentus, saugos problemas, mechanizmų veikimo sutrikimus ir pavojus;
- jei reikia, naudotų asmens apsaugos priemones;
- darbe prižiūrėtų bendradarbius;
- laikytis higienos taisyklių.

Atminkite

- Darbo metu griežtai draudžiama vartoti alkoholinius gėrimus ar narkotikus.
- Higienos ir priešgaisrinės saugos sumetimais rūkyti leidžiama tik per pertraukas rūkymo zonose.
- Neleidžiamas bet kokio pobūdžio netinkamas ar rasistinis elgesys arba seksualinis priekabiavimas prie bendradarbių.

Darbo valandos

Tiksli darbo valandų sąskaityba yra labai svarbi, tad kiekvienos dienos darbo valandas įrašykite tiksliai ir sąžiningai, nesvarbu, ar jums taikomas valandinis įkainis, ar mokama už atliktą darbą (įkainis už atliktą darbą). Jūsų darbo sutartyje bus numatyta, kiek valandų per savaitę galite dirbti. Vadovas jums pasakys, kada prasideda jūsų darbo diena, kada ji baigiasi ir kiek pertraukų galite turėti. Visada atvykite į darbą laiku ir prieš prasidedant darbo dienai apsivilkite tinkamus darbo drabužius.



Katrine L. Helberg

Darbuotojų pareigos

Darbdavio atsakomybė už darbuotojų sveikatą ir saugą darbe didžiausia, tačiau ir jūs, kaip darbuotojas, turite pareigų. Pagal įstatymus darbdavys ir darbuotojai turi veikti išvien, kad prižiūrėtų darbo vietą, užtikrintų ir pagerintų jos saugą, rūpintųsi, kad ji nekenktų darbuotojų sveikatai.

Darbuotojų pareigos

- Laikytis saugos taisyklių ir darbdavio nurodymų.
- Prižiūrėti, kad darbo aplinka būtų švari ir tvarkinga.
- Rūpintis savo ir kitų asmenų sauga ir sveikata. Naudotis savo įgūdžiais, patirtimi, pateiktomis instrukcijomis ir galimomis priemonėmis.
- Būti mandagiems; vengti priekabiavimų prie kitų asmenų ir netinkamai su jais elgtis.
- Darbe tinkamai prižiūrėti mechanizmus ir įrangą. Galite būti atsakingas už nuostolių atlyginimą, jei juos sukelsite tyčia ar dėl nerūpestingumo.
- Pranešti darbdaviui apie visus sužeidimo atvejus bei dėl darbo sąlygų, mechanizmų, įrangos ir prietaisų kylančius sunkumus.
- Rūpestingai ir pagal instrukcijas naudoti asmens apsaugos priemones ir kitas darbdavio suteiktas priemones.
- Dėvėti tinkamą aprangą, kuri nesukelia pavojaus susižeisti.
- Naudojant ir laikant pavojingas medžiagas ar naudojant mechanizmus, darbo įrangą ir kitus prietaisus laikytis saugos instrukcijų.
- Be rimtos priežasties niekada neišimti ar neatjungti saugos prietaisų ar priemonių. Jei laikinai reikės išimti saugos prietaisą ar priemonę, turite kaip įmanoma greičiau įdėti juos atgal ar prijungti iš naujo.
- Niekada nenuimti ar nesunaikinti jokių saugos ženklų ar instrukcijų.
- Dalyvauti sveikatos patikrose, kurių reikia norint įvertinti jūsų galėjimą dirbti.

Jei manote, kad darbas kelia tiesioginę grėsmę jūsų gyvybei ar sveikatai, galite jį nutraukti ir kuo greičiau apie tai informuoti prižiūrėtoją.



Katrine L. Helberg

Saugos pavojų rūšių suvokimas

Fizinis pavojus kyla dėl aplinkos sąlygų, pvz., triukšmo, vibracijos, ilgo buvimo saulėkaitoje ar šaltyje, didelės drėgmės ar skersvėjo, mineralinės kilmės dulkių bei per ryškaus ar nepakankamo apšvietimo.

- Triukšmingose vietose naudokite darbdavio suteiktas klausos apsaugos priemones. Triukšmas sukelia ne tik klausos netekimą, bet ir stresą, susierzinimą, sumažina darbo našumą ir gebėjimą susikoncentruoti, trukdo atsipalaiduoti ir miegoti.
- Darbe apsisaugokite nuo šalčio: ne tik vilkėkite šiltus, vėjui ir vandeniui nepralaidžius drabužius, bet ir pertraukas praleiskite šiltoje vietoje, valgykite šiltą maistą, jei galima, mūvėkite pirštines, stenkitės neliesti šalto metalo.
- Jei dirbsite karštomis ir drėgnomis sąlygomis, venkite karščio sukeliama streso: gerkite daug vandens, retkarčiais pasislėpkite nuo kaitros, stebėkite, ar bendradarbiams nepasireiškė šiluminio streso požymių.

Gyvi padarai kelia **biologinį pavojų**. Žemės ūkyje jis gali atsirasti dirbant su gyvuliais, pvz., pavojų gali kelti gyvulių šeriai, oda, šlapimas ir parazitai. Organinės medžiagos, pvz., grūdų dulkės, miltai, pelėsis, augalų žiedadulkės ir vabzdžiai, gali sukelti sveikatos problemų. Dėl biologinių pavojų gali kilti infekcija, alergija ar toksinės reakcijos.

- Jeigu dirbate su supelėjusia medžiaga, naudokite tinkamą apsauginę kaukę nuo dulkių.

Cheminių pavojų kelia degios, sprogstamosios ar nuodingos medžiagos, pvz., valomieji gaminiai, tirpikliai, pesticidai, benzinas ir gyvulių vaistai. Jos gali sukelti simptomus po vieno kontakto arba po ilgo laiko, šioms medžiagoms susikaupus kūne. Dėl cheminės rizikos gali kilti astma, atsirasti odos simptomų, vėžys, reprodukcijos sistemos ar vystymosi sutrikimų, gali būti pažeista smegenų ar nervų sistema arba vaisius.

- Prieš naudojant chemikalus privaloma darbuotoją tinkamai informuoti ir apmokyti.
- Chemikalus laikykite pirminėje taroje su etiketėmis; prižiūrėtoji praneškite apie etikečių neturinčią chemikalų tarą.
- Prieš pradėdami pesticidų purškimo darbus, išsiaiškinkite su darbdaviu, ar turite galiojančius leidimus ir ar mokate tai daryti. Paprastai kitose šalyse įgytos kvalifikacijos nepažįstamos.
- Neturėdami leidimo neikite į teritoriją, kurioje neseniai buvo purkšta pesticidų arba insekticidų.
- Laikytės saugos taisyklių ir, jei reikia, naudokite asmens apsaugos priemones.

Saugos pavojų rūšių suvokimas

Psichologinės rizikos:

psichosocialinė darbo aplinka turi užtikrinti gerą kiekvieno asmens savijautą darbe. Jei atrodo, kad darbas jums neįprastas, labai monotoniškas ar labai intensyvus, dirbate vienas, darbo dienos per ilgos ar nuolat kankina tėvynės ilgesys, – galite patirti psichologinę įtampą. Dėl psichologinės įtampos ar streso gali sumažėti budrumas, energija ir gera savijauta.

- Jei jaučiatės prislėgti, kamuoja rimti miego sutrikimai ar jaučiatės nelaimingas dėl esamos padėties, pasikalbėkite su savo vadovu.
- Laisvalaikį stenkitės praleisti užsiimdami mėgstama veikla.
- Dalyvaukite bendrose darbovietės veiklose.

Ergonominių pavojų kelia prastai įrengtos darbo vietos ar technologijos procesų trūkumai, pvz., prastas apšvietimas, darbas nejudant, pasikartojantis kilnojimas ir sunkių objektų kilnojimas, nestabilių ar nepatogių laikyti krovinių laikymas, darbas, kai reikia nuolat kartoti vienodą nepatogų judesį. Atliekant sodininkystės darbus dažnai tenka dirbti pasilenkus. Darbo nejudant ar pasikartojančio darbo padarinius galima sumažinti, imantis toliau nurodytų priemonių.

- Baigę nejudamą darbą ištempkite ir išjudinkite raumenis.
- Kai įmanoma, kažkiek pakeiskite darbo užduočių atlikimą.
- Pasikalbėkite su darbdaviu, jei turėsite pasiūlymų dėl įrankių, darbo stalo aukščio, apšvietimo ir t. t.

Sužeidimo pavojus

Atliekant sodininkystės darbus galima susižeisti paslydus, suklypus ir nugriuvus. Dėl ledu padengto kiemo, šlapio lauko ir netvarkingos darbo aplinkos padidėja šių nelaimingų atsitikimų pavojus. Be to, galima susižeisti keliant ir nešant objektus. Galima sunkiai susižeisti įspainiojus į judančias ir besisukančias mechanizmų dalis. Itin pavojinga situacija susidaro, kai derliaus nuėmimo mašina užsikemša lauke, o darbininkas, bando atkimšti nesustabdytą mašiną. Prieš bandant pašalinti kamštį labai svarbu sustabdyti judančią mašinos dalį, o daugeliu atvejų ir variklį. Saugos priemonės turi būti savo vietose. Ilgai dirbant gali sulėtėti reakcija ir padidėti sužeidimo pavojus. Išsimiegokite.

Toliau pateikta keletas mirtinų sužeidimų dirbant su mechanizmais pavyzdžiai.

- Darbininkas buvo už bulvių kombaino ir jį valė, kai vairuotojas staiga pavažiavo atgal, ir kombainas pervažiavo darbininką.
- Iškilio pavojus, kad traktorius, kurio nevaldė vairuotojas, įvažiuos į upę. Darbininkas bandė išsukti į važiuojantį traktorių, tačiau nukrito po traktoriaus ratu.
- Darbininkas dirbo vairuojama žoliapjove ir atsitrenkė į obelies šaką. Jis buvo suspaustas tarp sėdynės ir medžio šakos.