

VILNIAUS SENVAGĖS GIMNAZIJOS

Įmonės kodas 190002226

PATVIRTINTA
2019 m. rugsėjo 11 d.
įsakymu Nr. V-209

**ADMINISTRACIJOS DARBUOTOJO
SAUGOS IR SVEIKATOS INSTRUKCIJA NR. 4**

VILNIAUS SENVAGĖS GIMNAZIJA
kodas 190002226

PATVIRTINTA

PATVIRTINTA
2019 m. rugsėjo 11 d.
įsakymu Nr. V-209

ADMINISTRACIJOS DARBUOTOJO SAUGOS IR SVEIKATOS INSTRUKCIJA NR. 4

I. BENDROJI DALIS

1. Administracijos darbuotojas turi būti nustatyta tvarka priimtas į darbą, išklauses įvadinį ir darbo vietoje instruktavimus darbuotojų saugos ir sveikatos klausimais.

2. Darbuotojas privalo laikytis darbo tvarkos taisyklių, vykdyti įstaigos darbuotojų saugos ir sveikatos norminių dokumentų reikalavimus.

3. Darbo priemonės privaloma naudoti pagal darbo priemonių dokumentuose nurodytus saugaus naudojimo reikalavimus, laikytis nustatyto darbo ir poilsio režimo.

4. Nedirbti su techniškai netvarkingomis darbo priemonėmis ir apie tai nedelsiant pranešti savo padalinio vadovui.

5. Darbuotojas privalo informuoti padalinio vadovą, darbuotojų saugos ir sveikatos specialistą apie situaciją darbo vietoje ar kitoje įstaigos vietoje, kuri, jo įsitikinimu, gali kelti pavojų darbuotojų saugai ir sveikatai.

6. Darbuotojas, nukentėjęs dėl nelaimingo atsitikimo darbe, ūmios profesinės ligos, asmuo, matęs įvykį arba jo pasekmes, privalo nedelsdamas apie tai pranešti padalinio vadovui, įstaigos vadovui, įmonės darbuotojų saugos ir sveikatos specialistui, jeigu jis pajėgia tai padaryti.

7. Įvykus nelaimingam atsitikimui, būtina nukentėjusiam suteikti pirmąją pagalbą. Reikalui esant, iškviesti greitąją medicinos pagalbą tel.112.

8. Asmens higienos reikalavimai:

8.1. susitepus rankas, plauti jas tik prausimuisi skirtomis priemonėmis, nenaudoti skiediklių, tirpiklių.

9. Administracijos darbuotojui, pažeidusiam šios instrukcijos reikalavimus, taikoma Lietuvos Respublikos įstatymų nustatyta atsakomybė.

**II. PROFESINĖS RIZIKOS VEIKSNIAI.
SAUGOS PRIEMONĖS NUO JŲ POVEIKIO**

10. Pavojingi veiksniai darbo aplinkoje, dėl kurių darbuotojas gali patirti ūmių sveikatos sutrikimų:

10.1. elektros srovės poveikis, esant netvarkingiems kištukiniams lizdams, kištukams, elektros instaliacijai, elektros prietaisams. Paveikus elektros srovei, netenkama sąmonės, sutrinka arba nutrūksta širdies veikla bei kvėpavimas, o kartais ištinka staigi mirtis;

10.2. netvarkinga darbo vieta, slidžios grindys - galimi paslydimai, užkliuvimai, traumos;

10.3. dirbant su videoterminalais - elektrostatinis krūvis. Jis veikia periferinę nervų sistemą;

10.4. dirbant su mechanizmais, gali traumuoti judančios neuždengtos mechanizmų dalys;

10.5. laiku nepastebėtas organizacinės technikos gedimas - galimos traumos;

10.6. vairuojant transportą - netvarkingas automobilis, slidi, nelygi kelio danga, kelio kliūtys, kelių eismo taisyklių nesilaikymas. Susidarius tam tikroms aplinkybėms, galimos avarijos;

10.7. kenksmingos automobilio išmetamosios dujos, automobiliui dirbant uždaroje patalpoje. Patalpa privalo būti tinkamai vėdinama.

11. Kenksmingi veiksniai darbo aplinkoje, kurių ilgalaikis poveikis gali būti pavojingas sveikatai:

11.1. neergonomiškai įrengta darbo vieta. Turi būti pakankamai erdvės darbo ir kitiems judesiams atlikti bei kūno padėčiai ir pozai keisti. Vienai darbo vietai turi būti skiriama ne mažiau kaip 6 m² darbo patalpos ploto ir ne mažiau kaip 20 m³ erdvės;

11.2. nepakankamas darbo vietos apšvietimas - kenkia akims;

11.3. meteorologinės darbo sąlygos, neatitinkančios reglamentuotų normų - mažina organizmo atsparumą ligoms;

11.4. triukšmas. Įranga ir aparatūra, kurią eksploatuojant kyla triukšmas bei vibracija, turi būti montuojama ant specialių pakylų su amortizuojančiomis tarpinėmis. Leidžiami triukšmo lygiai atitinkamose darbo vietose pateikti lentelėje:

Eil. Nr.	Objekto pavadinimas	Garso lygis ir ekvivalentinis garso lygis, dBA
1.	Darbo vietos, skirtos kompiuterių įrenginiams aptarnauti.	70
2.	Administracijos patalpos	50
3.	Raštinės	60

11.5. darbo ir poilsio režimo nesilaikymas, dirbant su videoterminalu, kenkia sveikatai. Nepertraukiamai dirbti prie videoterminalo galima ne daugiau kaip 1 valandą. Dirbant 8 val. darbo dieną, reglamentuotos (papildomos) 5 (10) min. trukmės pertraukos nustatomos po 1 val. nuo darbo su videoterminalu pradžios.

12. Privalomos saugos priemonės:

12.1. priklausomai nuo atliekamų darbų darbuotojui gali būti išduodamos asmeninės apsaugos priemonės - darbo drabužiai;

12.2. darbuotojas privalo prižiūrėti ir naudoti pagal paskirtį asmenines apsaugos priemones, laiku pranešti darbo vadovui apie jų nusidėvėjimą, netinkamumą naudoti, kad baigiasi jų naudojimo terminas.

III. DARBUOTOJO VEIKSMAI PRIEŠ DARBO PRADŽIA

13. Apžiūrėti darbo vietą, pašalinti nereikalingus daiktus, galinčius trukdyti darbui. Patikrinti, ar tvarkingos grindys (neįplyšusi danga, sausos, neslidžios), neužkrauti vaikščiojimui skirti takeliai.

14. Patikrinti, ar tvarkinga darbo įranga, su kuria bus dirbama darbo metu.

15. Patikrinti elektros įrenginius darbo vietoje:

15.1. ar tvarkingas elektros kabelio kištukas, kištukinis lizdas, į kurį jungiamas įrenginys;

15.2. ar nenutrūkę elektros laidai, jungiantys įrenginį su elektros tinklu, ar nepažeista jų izoliacija.

16. Kiekvieną dieną prieš pradėdant vairuoti automobilį, reikia patikrinti automobilio techninę būklę.

17. Pastebėjus bet kokius trūkumus, pagal galimybes ir kompetenciją pašalinti juos arba pranešti darbo vadovui.

IV. DARBUOTOJO VEIKSMAI DARBO METU

18. Palaikyti darbo vietoje švarą ir tvarką.
19. Ant darbo stalo laikyti tik tuos dokumentus, priemones, kurios reikalingos tiesioginiam tuo metu atliekamam darbui.
20. Atlikti tik paskirtą darbą, neleisti dirbti pašaliniams asmenims.
21. Neatitraukti savo ir kitų dėmesio pašalinėmis šnekėmis bei darbais.
22. Įmonėje turi būti vengiama nereikalingo triukšmo, palaikoma dalykinė darbo atmosfera.
23. Atliekant užduotis už įstaigos ribų, teritorijose, pastatuose vadovautis saugos ženklų reikalavimais.
24. Gamybiniuose baruose vaikščioti tik praėjimams skirtais takeliais.
25. Neiti į teritorijos zoną, kurioje dirba kranai, įvairūs kėlimo mechanizmai.
26. Neiti arti veikiančių mechanizmų, kad būtų išvengta traumų.
27. Atsargiai lipti laiptais, laikytis turėklų.
28. Daugiaaukščiuose pastatuose, kuriuose įrengti liftai, laikytis liftų naudojimo taisyklių, kurios iškabintos liftų kabinose arba įlipimo aikštelėse.
29. Vairuojant tarnybinį transportą arba savo transportą darbo reikalais, vykdyti kelių eismo taisyklių reikalavimus.
30. Visus įrengimus, esančius darbo vietoje, naudoti tik pagal paskirtį.
31. Jei kopijavimo aparate, spausdintuve užstrigo popieriaus lapas, išjungti kopijavimo aparatą, spausdintuvą, išimti lapą pagal eksploatacijos vadove nurodytą darbų eigą (neprisiliesti prie fiksavimo velenų, nes jie labai karšti).
32. Eksploatuojant elektros įrenginius:
 - 32.1. nepalikti be priežiūros elektros įrenginių, įjungtų į elektros tinklą, išskyrus tuos, kurie turi būti įjungti pastoviai;
 - 32.2. į buitinio naudojimo elektros šakučių lizdus draudžiama jungti elektros prietaisus, viršijant instaliacinį galingumą.
33. Nedelsiant išjungti įrenginį iš elektros tinklo ir pranešti apie tai padalinio vadovui:
 - 33.1. pajutus bent mažiausią elektros srovės poveikį ar pastebėjus įrenginio neįprastą triukšmą, vibraciją, svylančios izoliacijos kvapą, dūmus, kibirkštis;
 - 33.2. stipriai įkaitus įrenginiui;
 - 33.3. pažeidus kabelio (laido) izoliaciją;
 - 33.4. pastebėjus kitus nebūdingus darbo metu požymius.
34. Neliesti drėgnomis rankomis elektros įrengimų, jungiklių, elektros šakučių lizdų. Valyti juos tik sausu skudurėliu.
35. Neremontuoti pačiam sugedusio elektros įrenginio, laidų, kištuko ir pan. Tai atlikti gali tik tas darbuotojas, kuris turi reikiamą elektrotechninio personalo kvalifikaciją.
36. Elektros oro šildytuvus su atvira kaitinimo spirale, vandens šildytuvus, virdulius, kavos virimo aparatus naudoti tik specialiai tam skirtose ir įrengtose vietose.

V. DARBUOTOJO VEIKSMAI AVARINIAIS (YPATINGAIS) ATVEJAIS

37. Įvykus avarijai, nedelsiant pranešti darbo vadovui. Iki tyrimo pradžios išsaugoti įvykio vietą tokią, kokia ji buvo avarijos metu, jei tai nekelia pavojaus žmonių gyvybei.

38. Darbuotojas, pastebėjęs gaisrą, privalo:

38.1. skubiai išjungti įjungtus elektros įrengimus;

38.2. nedelsiant pranešti apie gaisrą ugniagesiams tel. 112;

38.3. imtis priemonių informuoti žmones apie gaisrą ir organizuoti jų bei materialinių vertybių evakuavimą;

38.4. gesinti gaisrą turimomis priemonėmis;

38.5. iškviešti į gaisravietę padalinio vadovą ar kitą vadovaujantį darbuotoją.

39. Degančių elektros įrenginių negalima gesinti vandeniu, juos reikia gesinti dujų, miltelių ABC klasės gesintuvais.

VI. DARBUOTOJO VEIKSMAI BAIGUS DARBĄ

40. Išjungti įrengimus, su kuriais buvo dirbta, jei jie nepaliekami dirbti budinčiuoju režimu.

41. Darbuotojas, išeinantis iš kabineto paskutinis, privalo užrakinti duris.

42. Prieš užrakindamas duris, darbuotojas privalo patikrinti:

42.1. ar uždaryti langai ir kitos angos;

42.2. ar nėra pasilikusių žmonių;

42.3. ar išjungti elektros įrenginiai, radijo, ventiliacijos sistemos, apšvietimas ir kiti įrengimai, kurie turi būti išjungti, pasibaigus darbui;

42.4. ar nesijaučia patalpose dujų, degėsių ir kitų nebūdingų specifinių kvapų;

42.5. ar ant patalpų šildymo sistemos nepalikta skudurų ir kitų degių medžiagų.

Parengė: _____

(Parašas, Vardas Pavardė, data)