

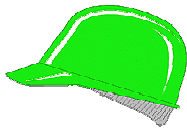
## Darba drošība un tās loma Tavā dzīvē.

Ja Tu no mācībām brīvajā laikā vai arī vasaras brīvlaikā vēlies strādāt, **neizmirsti par savu veselību un drošību darbā!**

Darbs ir interesants un dod iespēju nopelnīt, bet, ja neievēro darba drošības noteikumus, tas var kļūt par iemeslu traumām, nopietnām veselības problēmām un pamatīgi sabojāt Tavu turpmāko dzīvi. Tu taču to nevēlies, vai ne? Lai darbs nekļūtu par Tavas veselības un drošības ienaidnieku, zini savas tiesības un ievēro sekojošus priekšnosacījumus:

1. Ja Tavā darbā sastopami kādi veselībai kaitīgi darba vides faktori (piemēram, troksnis, ķīmiskas vielas) vai īpaši apstākļi (piemēram, darbs augstumā), **pirms darbu uzsākšanas Tev ir jāpārbauda sava veselība!** Veselības pārbaudi apmaksā darba devējs!
2. Pirms uzsākt darbu, darba devējam ir Tevi jāiepazīstina (jāinstruē) ar Taviem darba pienākumiem, kā arī to, kā pareizi un droši darbs veicams. **Ja neesi saņēmis ievadinstruktažu darbu uzsākt nedrīkst!**
3. Ievēro darba devēja izstrādātās drošības instrukcijas un darba vietā izvietotās darba drošības zīmes!
4. Ja Tu veic fizisku darbu, darba devējam ir jānodrošina Tevi ar darba apģērbu un individuālajiem aizsardzības līdzekļiem, kas Tevi pasargās pret darba vides riskiem (piemēram, aizsargcimdi, aizsargķivere, aizsargapavi utt.) **Strādājot lieto darba devēja piešķirtos aizsardzības līdzekļus!**
5. Rūpējies par savu drošību un veselību darbā un neriskē ar to. Ja ko nezini vai neesi pārliecināts, ka darbu vari veikt droši, jautā palīdzību pieredzējušākiem kolēģiem un darbu vadītājam vai darba devējam.

### Galvas aizsardzība



Ja Tev darbā ir iespēja saskarties ar krītošiem priekšmetiem (piemēram, būvniecībā), **strādājot obligāti lieto aizsargķiveri!**



Darbā neriskē - ievēro darba drošību!



Galvas aizsardzības līdzekļi (cepures, kapuces, tīkliņi matiem) var būt jālieto arī strādājot ar mehānismiem, kuros iespējams ieraut garus un vaļējus matus, kas var novest pie nelaimes gadījuma.

### Acu aizsardzība





Ja Tev darbā ir iespēja saskarties ar ķīmiskiem šķidrumiem, kas var nokļūt acīs, vai ar atlecošām daļiņām, (piemēram, skaidām no virpas kokapstrādē), **strādājot obligāti lieto aizsargbrilles!**



Darbā neriskē - lieto aizsargbrilles!





## Dzirdes aizsardzība no trokšņa

	<p>Lai aizsargātu savas ausis no pārāk liela trokšņa, ko Tavā darba vietā rada rokas instrumenti vai ražošanas iekārtas u.c., <b>obligāti lieto ausiņas!</b></p> <p>Ja sarunājoties ar otru cilvēku Tev ir jāpaaugstina balss, tad troksnis darba vietā varētu būt augstāks par atļauto normu un ir jālieto ausiņas vai ausu aizbāžņi!</p>	<p>Darbā neriskē - ievēro darba drošību!</p> 
---	--	--



## Elpošanas ceļu aizsardzība

	<p>Lai aizsargātu savus elpošanas ceļus no darba vietā sastopamiem kaitīgiem putekļiem, dūmiem, vīrusiem u.c. kaitīgām vielām, <b>obligāti lieto respiratoru!</b></p> <p>Piemēram, lietojot dažādus šķīdinātājus, lakas vai krāsas, to ilgstoša iedarbība uz Taviem elpošanas ceļiem var būt ļoti kaitīga, tāpēc lieto respiratoru.</p>	<p>Darbā neriskē - lieto respiratoru!</p> 
---	---	---

## Roku aizsardzība

	<p>Lai aizsargātu savas rokas no dažādiem dūrieniem, griezieniem, karstām vai aukstām virsmām, ķīmiskām vielām u.c. riskiem, <b>obligāti lieto aizsargcimdus!</b></p> <p>Piemēram, nesot kravas, būtu jālieto aizsargcimdi, jo īpaši, ja krava ir smaga vai tai ir asas malas.</p>	
---	--	---

## Kāju aizsardzība

	<p>Lai aizsargātu savas kājas no dažādiem triecieniem, saspiešanas, smagu priekšmetu uzkrišanas uz kājām, dažādām ķīmiskām vielām, kurās var iekāpt u.c. riskiem, <b>obligāti lieto aizsargapavus!</b></p> <p>Piemēram, būvniecībā vai noliktavā, kur ir risks, ka kāds priekšmets var uzkrīst uz kājas vai iespējams uzkāpt asam priekšmetam, ir jālieto aizsargapavi ar purngala daļas aizsardzību un necaurduramu zoli.</p>	<p>Darbā neriskē - lieto aizsargapavus!</p> 
---	--	---

Gadījumos, ja Tev piešķirtie aizsardzības līdzekļi (ķivere, cimdi, apavi u.c.) ir Tev neērti un nepiemēroti (piemēram, spiež, jo ir par mazu) vai arī ir radušās citas grūtības to izmantošanā, informē par to savu darba devēju, lai viņš tos varētu samainīt pret Tev atbilstošākiem.

Ar sīkāku informāciju par darba drošības jautājumiem Tu vari iepazīties, ielūkojoties: [www.osha.lv](http://www.osha.lv)