

GINČŲ KOMISIJOS PRIE SOCIALINĖS APSAUGOS IR DARBO MINISTERIJOS

PATVIRTINTA

Ginčų komisijos prie Socialinės apsaugos
ir darbo ministerijos pirmininko
2014 m. rugsėjo 24 d.
įsakymu Nr. AV-12

DARBUOTOJO SAUGOS IR SVEIKATOS ĮVADINĖ INSTRUKCIJA NR. 1

I. BENDROSIOS ŽINIOS APIE ĮSTAIGĄ IR JOS VEIKLOS YPATUMUS

1. Ginčų komisija prie Socialinės apsaugos ir darbo ministerijos (toliau - Komisija) yra biudžetinė įstaiga, finansuojama iš Lietuvos Respublikos valstybės biudžeto, kodas 300128184.

2. Steigėja ir kontroliuojantis subjektas yra Lietuvos Respublikos socialinės apsaugos ir darbo ministerija.

3. Pagrindinė veikla: įgyvendinti valstybinę neįgaliųjų socialinės integracijos politiką, užtikrinti neįgaliųjų teisių gynybą, nagrinėjant ginčus dėl neįgalumo lygio ir darbingumo lygio nustatymo, dėl darbo pobūdžio ir sąlygų, kaupti sisteminti ir apibrėžti neįgaliųjų aprašymuose keliamas problemas ir teikiant siūlymus Socialinės apsaugos ir darbo ministerijai, prisidėti prie neįgaliųjų integracijos politikos tobulinimo.

II. PAVOJAI AR RIZIKA, KURIE EGZISTUOJA ĮSTAIGOJE IR SU KURIAIS GALI SUSIDURTI DARBUOTOJAS

4. Pavojingi veiksniai darbo vietoje, dėl kurių darbuotojas gali patirti ūmių sveikatos sutrikimų, patirti traumas:

4.1. elektros srovė, elektros įrenginių gedimai bei netinkama eksploatacija;

4.2. kritimas laiptais arba užkliuvus (užkrauta darbo zona ar praėjimai), slidžios grindys;

4.3. krintantys daiktai iš aukščio;

4.4. netvarkinga, neparuošta darbo vieta;

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

5.1. triukšmas;

5.2. dulkės;

5.3. nepatogi darbo poza (stovint, nepatogiai dirbant);

5.4. stereotipiniai (plaštakos, rankų, pečių juostos raumenų) judesiai;

5.5. nepakankamas darbo vietos apšvietimas;

5.6. nekokybiška ventiliacija, dėl kurios trūksta deguonies, skauda galvą, gali sukelti kvėpavimo takų ligas, peršalimus ir kt.).

6. Darbuotojas privalo vykdyti įstaigos darbuotojų saugos ir sveikatos norminių teisės aktų reikalavimus.

III. DARBDAVIO PAREIGOS IR TEISĖS GARANTUOJANT DARBUOTOJAMS SAUGIAS IR SVEIKAS DARBO SĄLYGAS

7. Komisijos pirmininkas (toliau – pirmininkas), įgyvendindamas darbdavio pareigą, privalo sudaryti darbuotojams saugias ir sveikatai nekenksmingas darbo sąlygas:

7.1. užtikrina, kad Komisijos darbo vietos, darbo priemonės, darbo aplinka atitiktų darbuotojų saugos ir sveikatos teisių aktų reikalavimus;

7.2. organizuoja profesinės rizikos ir darbuotojų saugos apsaugos būklės įvertinimą, jos paso pildymą bei tikslinimą;

7.3. sprendžia, kokias kolektyvines ar asmenines apsaugos priemones naudoti, aprūpina jomis, darbo vietas, darbuotojus. Įrengia buitines, sanitarines ir asmens higienos patalpas;

7.4. tikrina, kad darbuotojai gautų visapusišką informaciją apie saugos ir sveikatos apsaugos organizavimą įstaigoje, apie esamą ar galimą profesinę riziką, parengtas priemones rizikai šalinti, taip pat apie Valstybinės darbo inspekcijos patikrinimo rezultatus;

7.5. tvirtina darbuotojų saugos ir sveikatos pareigines instrukcijas;

7.6. organizuoja darbuotojų instruktavimą, mokymą ir jų saugaus darbo tikrinimą;

7.7. užtikrina darbuotojų darbo ir poilsio režimą, dirbto darbo laiko apskaitą;

7.8. vadovaujantis Vyriausybės patvirtintais Nelaimingų atsitikimų darbe tyrimo ir apskaitos nuostatais, Profesinių ligų tyrimo ir apskaitos nuostatais, praneša apie nelaimingus atsitikimus darbe, profesines ligas atitinkamoms valstybės institucijoms, sudaro sąlygas tirti nelaimingus atsitikimus darbe bei profesines ligas, organizuoja jų registravimą;

7.9. organizuoja kontrolę, kaip darbuotojai laikosi saugos ir sveikatos reikalavimų;

7.10. darbuotojų prašymu nemokamai išduoda pažymą, susijusias su darbu bei darbo santykiais įstaigoje;

7.11. sudaro sąlygas darbuotojų privalomiems sveikatos patikrinimams, organizuoja pirmąją medicininę pagalbą;

8. Darbdavio teisės garantuojant darbuotojams saugias ir sveikas darbo sąlygas:

8.1. leisti įsakymus dėl darbuotojų saugos ir sveikatos, reikalauti, kad darbuotojai dirbdami rūpintųsi savo pačių, taip pat kitų darbuotojų sauga ir sveikata;

8.2. pažeidusiems darbuotojų saugos ir sveikatos reikalavimus skirti drausmines nuobaudas;

8.3. įstatymų numatyta tvarka reikalauti atlyginti įstaigai pažeidimu padarytą žalą;

8.4. neleisti darbuotojui dirbti, kai jis darbe neblaivus, apsvaigęs nuo narkotinių ar toksinių medžiagų;

IV. DARBUOTOJO ATLIEKANT DARBO SUTARTIMI SULYGTĄ DARBĄ TEISĖS IR PAREIGOS

9. Darbuotojas turi teisę:

9.1. reikalauti, kad pirmininkas užtikrintų darbuotojų saugą ir sveikatą, aprūpintų asmeninėmis apsaugos priemonėmis;

9.2. sužinoti iš pirmininko apie darbo aplinkoje esančius sveikatai kenksmingus ir (ar) pavojingus veiksnius;

9.3. susipažinti su išankstinių ir periodinių sveikatos tikrinimų rezultatais. Jei nesutinka su patikrinimo rezultatais, sveikatą pasitikrinti pakartotinai;

9.4. atsisakyti dirbti, jeigu yra pavojus saugai ir sveikatai, kaip numatyta darbuotojų saugos ir sveikatos įstatyme;

9.5. įstatymų nustatyta tvarka reikalauti, kad būtų atlyginta žala, padaryta sveikatai dėl nesaugių darbo sąlygų;

9.6. iškilus klausimams dėl saugos ir sveikatos, kreiptis į pirmininką, Valstybinę darbo inspekciją ar kitą valstybės instituciją.

10. Darbuotojas privalo:

10.1. vykdyti darbuotojų saugos ir sveikatos norminių dokumentų reikalavimus ir rūpintis savo ir kitų darbuotojų sauga ir sveikata;

10.2. darbo priemonės naudoti pagal darbo priemonių dokumentuose, darbuotojų saugos ir sveikatos instrukcijose nurodytus jų saugaus naudojimo reikalavimus;

10.3. savavališkai neišjungti, nekeisti arba nešalinti naudojamose darbo priemonėse ar kituose įrengimuose, pastatuose, kitose įstaigos vietose įrengtų darbuotojų saugos ir sveikatos apsaugos įtaisų (priemonių), naudoti tokius įtaisus tinkamai ir apie jų gedimus pranešti pirmininkui;

10.4. nedelsiant informuoti pirmininką, apie situaciją darbo vietose, darbo patalpose ar kitose komisijos vietose, kuri, jo įsitikinimu, gali kelti pavojų darbuotojų saugai ir sveikatai, taip pat apie darbuotojų saugos ir sveikatos reikalavimų pažeidimus, kurių pats pašalinti negali arba neprivalo;

10.5. bendradarbiauti su pirmininku įgyvendinant darbuotojų saugos ir sveikatos reikalavimus ir priemones;

10.6. imtis priemonių pagal galimybes bei turimas žinias pašalinti priežastis, galinčias sukelti traumas, ūmius apsinuodijimus, avarijas, apie tai nedelsiant informuoti pirmininką;

10.7. informuoti pirmininką apie darbo metu gautas traumas, kitus su darbu susijusius sveikatos sutrikimus;

10.8. patikrinti sveikatą Darbuotojų saugos ir sveikatos įstatymo nustatyta tvarka;

10.9. vykdyti teisėtus pirmininko, pareigūnų, kontroliuojančių darbuotojų saugą ir sveikatą įstaigoje, nurodymus.

V. DARBUOTOJO PAREIGOS IR VEIKSMAI ĮVYKUS NELAIMINGAM ATSIDIKIMUI DARBE, AVARIJAI, KILUS GAISRUI

11. Įvykus nelaimingam atsitikimui darbe, avarijai, incidentui, kilus gaisrui, darbuotojas privalo imtis priemonių pagal galimybes bei turimas žinias pašalinti priežastis, galinčias sukelti traumas, ūmius apsinuodijimus, avarijas, apie tai nedelsiant informuoti direktorių, prireikus mokėti suteikti pirmąją pagalbą nukentėjusiems.

12. Darbuotojas, nukentėjęs dėl nelaimingo atsitikimo darbe (jeigu jis pajėgia), ir asmuo, matęs įvykį arba jo padarinius, privalo nedelsdami pranešti pirmininkui apie nelaimingą atsitikimą darbe.

13. Lengvas nelaimingas atsitikimas darbe turi būti ištirtas per 7 darbo dienas nuo įvykio dienos. Tiriant lengvą nelaimingą atsitikimą darbe, gali dalyvauti pats nukentėjęsysis, jo šeimos narys arba nukentėjusiojo atstovas.

14. Sunkus ar mirtinas nelaimingas atsitikimas darbe turi būti ištirtas per 20 darbo dienų nuo įvykio dienos. Lietuvos Respublikos vyriausiasis valstybinis darbo inspektorius ar jo pavaduotojas, atsižvelgdami į tyrimo sudėtingumą, gali pratęsti tyrimo trukmę (ne ilgiau kaip 20 darbo dienų).

15. Darbe įvykęs nelaimingas atsitikimas, apie kurį nukentėjęsysis nustatyta tvarka nepranešė darbdaviui arba dėl kurio nukentėjęsysis neteko darbingumo ne iš karto, ištiriamas darbdaviui gavus nukentėjusiojo ar jo interesams atstovaujančio asmens prašymą raštu ne vėliau kaip per 30 kalendorinių dienų nuo prašymo gavimo dienos. Įvykę nelaimingi atsitikimai tiriami vadovaujantis Nelaimingų atsitikimų darbe tyrimo ir apskaitos nuostatais bei avariją tyrusios komisijos padarytomis išvadomis.

16. Įvykus incidentui (incidentas – nesaugus įvykis, susijęs su darbu, kai nesužeidžiamas nė vienas darbuotojas arba kai dėl darbuotojo traumos, gautos incidento metu, reikalinga tik pirmoji medicinos pagalba), būtina išsiaiškinti jo priežastis ir imtis konkrečių priemonių, kad tai nepasikartotų.

17. Kilus gaisrui darbovietėje, darbuotojai privalo:

17.1. pastebėjęs kilusį gaisrą, telefonu pranešti Bendrajam pagalbos centrui (tel. 112) ir Komisijos pirmininkui (tel. 860329928);

17.2. jeigu nepavyksta liepsnos užgesinti per 8–10 sekundžių (pirmu gesintuvu), reikia mesti gesintuvą ir evakuotis iš degančios patalpos į lauką.

17.3. Pirmininkas telefonu apie gaisrą praneša:

- 17.3.1. Bendrajam pagalbos centrui;
- 17.3.2. Lietuvos Respublikos Seimo kanceliarijos Ūkio skyriui;
- 17.3.3. Saugos tarnybai.

18. Paaikškėjus, kad gaisras bus likviduotas savo jėgomis ir pavojus nebegresia, pirmininkas turi apie tai telefonu pranešti Bendrajam pagalbos centrui ir atšaukti iškvietimą.

VI. EVAKUACIJOS KELIAI, PRIEŠGAISRINĖS IR PIRMOSIOS PAGALBOS PRIEMONĖS IR JŲ IŠDĖSTYMO VIETOS

- 21. Evakuaciniai išėjimai turi būti neužkrauti, paruošti žmonėms evakuoti.
- 22. Visos evakuacinės durys turi lengvai atsidaryti evakuacijos kryptimi.
- 23. Draudžiama jas užkalti arba užrakinti iš lauko. Vidinis užraktas turi leisti duris lengvai atidaryti bet kuriuo paros metu.
- 24. Patalpos turi būti švarios, tvarkingos, reguliariai valomos.
- 25. Patalpose negalima kūrėti laužų, deginti fakelų, rūkyti.
- 26. Gaisro gesinimo priemonės ir naudojimosi jomis taisyklės:
 - 26.1. prieinamiausios priemonės gaisrui gesinti yra vanduo, smėlis arba žemės, rankiniai gesintuvai, nedegūs audeklai ir net drabužiai;
 - 26.2. bendriausioji taisyklė - gesinti gaisrą intensyviausio degimo vietoje, prieinamiausiomis priemonėmis veikti ne liepsną, o degantį paviršių. Pirmiausia reikia užkirsti kelią ugniai plisti;
 - 26.3. benzino, žibalo, organinių alyvų ir tirpiklių, užsidegusios instaliacijos negalima gesinti vandeniu. Juos reikia gesinti putų ir miltelių gesintuvais, smėliu ir žemėmis (užberti, o jeigu gaisro židinytis nedidelis – uždengti nedegiu audeklu, vandeniu sušlapintu sunkiu audeklu ar drabužiu);
 - 26.4. jeigu yra kabančių arba nutrauktų (apdegusių) elektros laidų, kol nėra aišku, kad laidais nebeteka srovė, reikia elgtis taip, tarsi prie jų tikrai prijungta įtampa, ir imtis atitinkamų saugumo priemonių.
- 27. Kiekviename visuomeninių pastatų ir statinių aukšte turi būti ne mažiau kaip du nešiojamieji ugnies gesintuvai.
- 28. Įstaigoje turi būti užrašai (ženklai), nurodantys gesintuvų laikymo vietą. Krypties (gelbėjimosi) ir informacijos ženklai, nurodantys gesintuvų laikymo vietą bei gaisrinius čiaupus, kurie turi būti išdėstyti taip, kad jie iš bet kurios patalpos vietos (taško) būtų gerai matomi.

VII. DARBUOTOJO VEIKSMAI DARBO METU UŽ ĮSTAIGOS RIBŲ

- 29. Darbuotojas, turintis darbo užduotį kitoje organizacijoje, turi vykdyti šiuos nurodymus:
 - 29.1. patekti į organizacijos, kurioje turi darbo užduotį, teritoriją gali tik nustatyta toje organizacijoje tvarka;
 - 29.2. atvykęs į organizaciją, turi vykdyti tos organizacijos darbuotojų teisėtus nurodymus;
 - 29.3. organizacijoje gali atlikti tik su užduoties vykdymu susijusius veiksmus;
 - 29.4. atlikdamas užduotį, darbuotojas turi saugotis važiuojančių transporto priemonių ar objektų, keliančių pavojų sveikatai ar saugumui.
- 30. Darbuotojas, vykdamas atlikti užduotį kitoje organizacijoje visuomeniniu transportu, turi vykdyti keleivių pareigas, nustatytas Kelių eismo taisyklėse:
 - 30.1 autobuso, troleibuso, taksi leidžiama laukti tik įlipimo aikštelėse, o kur jų nėra – šaligatvyje ar kelkraštyje;
 - 30.2. keleiviams leidžiama įlipti ar išlipti tik transporto priemonei visiškai sustojus.

31. Darbuotojas, vykdamas atlikti užduotį kitoje organizacijoje pėsčiomis, privalo vykdyti pėsčiųjų pareigas, nustatytas Kelių eismo taisyklės – pėstieji privalo eiti šaligatviais, o kai jų nėra, - kelkraščiu. Kelkraščiu eiti prieš transporto priemonių važiavimo kryptį.

32. Darbuotojo veiksmai darbo metu už įstaigos ribų gali būti laikomi susiję su darbu šiais atvejais:

32.1. atliekant darbo santykiais (sutartimi) suldytą darbą, pirmininko rašytiniu pavedimu vykdomą už įstaigos ribų;

32.2. darbo metu vykstant darbo reikalais (vykdant pirmininko pavestą užduotį, įskaitant jo siuntimą tikrintis sveikatos);

32.3. nukentėjus dėl smurto, jeigu smurto aplinkybės ir motyvai susiję su darbu (remiantis teisėsaugos institucijos ir tiriančių asmenų išvadomis);

32.4. vykstant į darbą ar iš darbo įstaigos ar jos samdomu transportu;

32.5. esant komandiruotėje (vykdant ten pirmininko užduotį paskirtoje vietoje bei vykstant iš poilsio vietos į užduoties vykdymo vietą ir atgal);

32.6. vykstant darbo dienomis tarp darbovietės ir gyvenamosios vietos, išėjus (išvažiavus) į už įstaigos teritorijos ribų esančią vietą, kur darbuotojas gali būti per pertrauką, skirtą pailsėti ir pavalgyti.

33. Darbuotojo veiksmai darbo metu už įstaigos ribų nelaikomi susiję su darbu šiais atvejais:

33.1. esant kelyje tarp darbovietės ir gyvenamosios vietos tuo laiku, kai privalėjo dirbti;

33.2. esant kelyje tarp darbovietės ir gyvenamosios vietos, vykstant tiesioginiu maršrutu (pagrindu laikomas trumpiausias visuomeninio transporto maršrutas), tačiau pakeliui aplankant įvairius objektus (kirpyklą, parduotuvę, kavinę ir kt.), arba vykstant netiesioginiu maršrutu. Taip pat, jeigu kelyje vartojo alkoholinius gėrimus, įskaitant alų, narkotines ar toksines medžiagas, arba gėrimas gatvėse, stadionuose, skveruose, parkuose, visų rūšių visuomeniniame transporte, taip pat girtas pasirodymas viešose vietose (LR administracinių teisės pažeidimų kodekso 178 str.);

33.3. darbo ar ne darbo laiku kelyje vykstant atsiimti pinigines lėšas iš savo asmeninės sąskaitos banko ar kredito įstaigoje (bankomatu).

VIII. KITI DARBUOTOJUI AKTUALŪS SU DARBUOTOJŲ SAUGA IR SVEIKATA ĮSTAIGOJE SUSIJĘ KLAUSIMAI

34. Pirmininkas, kuris savo veiksmu ar neveikimu pažeidė darbuotojų saugos ir sveikatos teisės aktus ir tuo neužtikrino saugių ir sveikų darbo sąlygų, atsako įstatymų nustatyta tvarka.

35. Pirmininkas neatsako už darbuotojų saugos ir sveikatos reikalavimų neužtikrinimą arba darbdavio atsakomybę už tai gali būti sumažinta, jeigu ištyrus nelaimingą atsitikimą darbe ar profesinę ligą nustatoma, kad tai įvyko susiklosčius neįprastoms ar nenumatytoms aplinkybėms, kurių pirmininkas negalėjo kontroliuoti, arba dėl atsitikimų, kurių padarinių negalima buvo išvengti, nors ir buvo naudojamos visos reikiamos priemonės.

36. Darbuotojui, kuris pažeidė darbuotojų saugos ir sveikatos teisės aktus ar įmonės darbuotojų saugos ir sveikatos norminius dokumentus, su kuriais buvo supažindintas, taikoma įstatymų nustatyta atsakomybė.

37. Įvykiai nepripažįstami draudiminiais, kai nelaimingo atsitikimo tyrimo metu nustatoma, kad:

37.1. apdraustasis buvo neblaivus ar apsvaigęs nuo narkotinių, toksinių ar psichotropinių medžiagų ir tai nebuvo susiję su jam draudėjo pavesto darbo technologijos ypatybėmis;

37.2. apdraustasis nukentėjo dėl savo veikos, kurioje ikiteisminio tyrimo institucija arba teismas nustatė nusikalstamos veikos požymius arba kad ši veika yra susijusi su administraciniu teisės pažeidimu, išskyrus darbo saugos ar darbo higienos norminių teisės aktų pažeidimus;

- 37.3. apdraustasis sąmoningai (tyčia) siekė, kad įvyktų nelaimingas atsitikimas;
- 37.4. apdraustasis savavališkai (be darbdavio žinios) dirbo sau (savo interesais);
- 37.5. prieš apdraustąjį buvo panaudotas smurtas, jeigu smurto aplinkybės ir motyvai nesusiję su darbu, išskyrus atvejus, kai nelaimingas atsitikimas įvyksta pakeliui į darbą ar iš darbo.
38. Prieš pradėdamas dirbti, darbuotojas turi apžiūrėti darbo vietą, įrenginius ir įsitikinti jų tvarkingumu. Radęs trūkumus, privalo apie tai pranešti pirmininkui, kad jie būtų pašalinti.
39. Darbuotojas gali pradėti darbą tik esant techniškai tvarkingiems įrenginiams ir tinkamai sutvarkytai darbo vietai.
40. Pirmininkas negali duoti darbuotojams nurodymų, kurie prieštarauja saugos ir sveikatos teisės norminiams aktams bei taisyklėms.
-

**GINČŲ KOMISIJOS
PRIE SOCIALINĖS APSAUGOS IR DARBO MINISTERIJOS**

PATVIRTINTA

Ginčų komisijos prie Socialinės apsaugos
ir darbo ministerijos pirmininko
2014 m. rugsėjo 24 d.
įsakymu Nr. AV-12

**DARBUOTOJO, DIRBANČIO KOMPIUTERIU,
SAUGOS IR SVEIKATOS INSTRUKCIJA NR. 2**

I. BENDROJI DALIS

1. Dirbti kompiuteriu gali tik apmokytas, nustatyta tvarka pasitikrinęs sveikatą, išklauses įvadinį saugos ir sveikatos instruktažą ir pirminį instruktažą darbo vietoje darbuotojas. Periodiškai darbuotojas instruktuojamas ne rečiau kaip kartą per 12 mėnesių.

2. Darbuotojo darbas turi būti suplanuotas taip, kad kasdien dirbant prie vaizduoklio periodiškai būtų daromos pertraukos, įskaitomos į darbo laiką, arba būtų keičiama veikla, sumažinant darbo prie vaizduoklio krūvį.

Nepertraukiamai dirbti kompiuteriu galima ne ilgiau kaip 1 val. Dirbant 8 val. darbo dieną, reglamentuotos (specialios) 5-10 min. trukmės pertraukos nustatomos po 1 val. nuo darbo kompiuteriu pradžios. Dirbant 12 val. darbo dieną (40 val. darbo savaitę), reglamentuotos (specialios) pertraukos pirmosioms 8 val. nustatomos pagal 8 val. darbo pamainos režimą, likusias 4 val. po kiekvienos darbo valandos daroma 15 min. pertrauka. Pertraukų metu ir pasibaigus darbui rekomenduojama atlikti specialius akių ir fizinius pratimus.

3. Darbuotojui suteikiama ne ilgesnė kaip dviejų valandų ir ne trumpesnė kaip pusės valandos pertrauka pailsėti ir pavalgyti. Ši pertrauka paprastai suteikiama praėjus pusei darbo dienos laiko, bet ne vėliau kaip po keturių darbo valandų.

4. Darbuotojo darbo laikas neturi viršyti keturiasdešimt aštuonių valandų per savaitę.

5. Vykdydamas darbuotojų saugos ir sveikatos norminių dokumentų bei teisės aktų reikalavimus ir siekdamas kiek galima labiau rūpintis savo ir kitų darbuotojų sauga ir sveikata, darbuotojas, dirbantis kompiuteriu, privalo:

5.1. darbo priemones naudoti pagal jų dokumentuose ir šioje instrukcijoje nurodytus reikalavimus;

5.2. tinkamai naudoti kolektyvinės ir asmeninės saugos priemones;

5.3. savavališkai neišjungti, nekeisti ir nešalinti darbo priemonėse, įrenginiuose, pastatuose įrengtų darbuotojų saugos ir sveikatos apsaugos įtaisų ar ženklų, juos tinkamai naudoti ir apie gedimus pranešti pirmininkui;

5.4. nedelsdamas pranešti pirmininkui apie padėtį darbo vietose, patalpose, kuri, jo įsitikinimu, gali kelti pavojų darbuotojų saugai ir sveikatai, taip pat apie darbuotojų saugos ir sveikatos reikalavimų pažeidimus, kurių pats pašalinti negali arba neprivalo;

5.5. bendradarbiauti su pirmininku įgyvendinant darbuotojų saugos ir sveikatos reikalavimus ir priemones;

5.6. pagal galimybes bei turimas žinias imtis priemonių traumų, ūmių apsinuodijimų, avarijų priežastims pašalinti, apie tai nedelsdamas pranešti pirmininkui;

5.7. nustatyta tvarka pasitikrinti sveikatą. Darbuotojui privalomi išankstiniai (prieš priimant dirbti kompiuteriu) ir periodiškai (per atitinkamai reguliarius laiko intervalus) sveikatos, ypač akių ir regėjimo, tikrinimai pagal Sveikatos apsaugos ministerijos nustatytą tvarką;

- 5.8. pranešti pirmininkui apie darbo metu gautas traumas, kitus su darbu susijusius sveikatos sutrikimus;
- 5.9. laikytis Komisijos darbo tvarkos taisyklėse, darbo grafike nustatyto darbo ir poilsio režimo, darbe nevirtoti alkoholinių gėrimų bei narkotinių medžiagų, rūkyti tik tam skirtose vietose;
- 5.10. laikytis asmens higienos reikalavimų, prižiūrėti, kad būtų švarūs darbo drabužiai bei apavas, rankas plauti tik tam skirtomis priemonėmis;
- 5.11. laikytis priešgaisrinės tvarkos taisyklių.
6. Darbuotojas turi teisę:
- 6.1. reikalauti, kad pirmininkas sudarytų saugias ir sveikatai nekenksmingas darbo sąlygas, įrengtų kolektyvines apsaugos priemones, aprūpintų asmeninės apsaugos priemonėmis;
- 6.2. sužinoti iš pirmininko pavojingus ir kenksmingus veiksnius;
- 6.3. susipažinti su išankstinių ir periodinių privalomų sveikatos tikrinimų rezultatais. Jeigu su jais nesutinka, sveikatą pasitikrinti pakartotinai. Reikalauti pakeisti darbą, jeigu Neįgalumo ir darbingumo nustatymo tarnyba ar sveikatos priežiūros įstaiga nustatė, kad jis negali dirbti darbo sutartyje numatyto darbo;
- 6.4. tartis su pirmininku dėl darbo sąlygų gerinimo;
- 6.5. atsisakyti dirbti, jeigu pirmininkas nesiima reikiamų priemonių pašalinti darbuotojų saugos ir sveikatos reikalavimų pažeidimus, kai neišmokomas saugiai dirbti, sugedus darbo priemonėms, kai dirbama pažeidžiant nustatytus technologinius reglamentus, neįrengus kolektyvinės apsaugos priemonių, kai darbo aplinka kenksminga ir pavojinga sveikatai;
- 6.6. įstatymų nustatyta tvarka reikalauti, kad būtų atlyginta žala, padaryta sveikatai dėl nesaugių darbo sąlygų;
- 6.7. iškilus klausimams dėl saugos ir sveikatos būklės darbo vietoje, kreiptis į pirmininką, Valstybinę darbo inspekciją ar kitą valstybės instituciją;
- 6.8. pavojaus atveju darbuotojas turi teisę nutraukti darbą, išeiti iš darbo patalpos, palikti darbo vietą.
7. Darbuotojas, nukentėjęs dėl nelaimingo atsitikimo darbe, ūmios profesinės ligos ar incidento, matęs įvykį arba jo padarinius, privalo nedelsdamas apie tai pranešti pirmininkui, jeigu pajėgia tai padaryti.
8. Darbuotojui, pažeidusiam darbuotojo saugos ir sveikatos norminių teisės aktų, dokumentų, su kuriais buvo supažindintas, šios instrukcijos reikalavimus, taikoma Lietuvos Respublikos įstatymų nustatyta atsakomybė.

II. PROFESINĖS RIZIKOS VEIKSNIAI. SAUGOS PRIEMONIŲ NUO JŲ POVEIKIO

9. Profesinės rizikos veiksniai darbuotojo darbo vietoje yra šie:
- 9.1. techniškai netvarkingas kompiuteris;
- 9.2. spinduliuotė, elektromagnetinis laukas;
- 9.3. elektros srovė;
- 9.4. triukšmas, vibracija;
- 9.5. netinkamas darbo vietos apšvietimas, ženklų ryškumas;
- 9.6. netvarkinga darbo vieta.
10. Jonizuojančios spinduliuotės lygiavertės dozės galia 0,1 m atstumu nuo vaizduoklio bet kurio išorinio paviršiaus turi neviršyti 1 uS/val.
11. Patalpos oro kokybė turi atitikti higienos normas. Patalpos šildymas, vėdinimas ir oro kondicionavimas turi būti įrengtas pagal galiojančių techninių reglamentų reikalavimus.
12. Triukšmo lygis darbo vietoje neturi viršyti higienos normose nustatytų dydžių. Prireikus patalpų apdailai gali būti naudojamos garsą sugeriančios medžiagos.
13. Pagal galiojančius norminius teisės aktus turi būti organizuotas profesinės rizikos vertinimas, kurio metu nustatomas darbo kompiuteriu poveikis darbuotojo sveikatai, ypač regėjimui, fizinei ir protinei įtampai, ir imtasi priemonių kenksmingiems veiksniams išvengti.

III. DARBUOTOJŲ VEIKSMAI PRIEŠ DARBO PRADŽIĄ

14. Prieš pradėdamas dirbti, darbuotojas privalo:
 - 14.1. įsitikinti, kad techniškai tvarkingas kompiuteris, spausdintuvas, modemas ir t.t.;
 - 14.2. patikrinti, ar tvarkingi kabeliai, šakučių lizdai ir šakutės;
 - 14.3. sutvarkyti darbo vietą, pašalinti visus nereikalingus ir darbui trukdančius daiktus, darbui reikalingus dokumentus ir priemones išdėstyti patogiai.

IV. DARBUOTOJO VEIKSMAI DARBO METU

15. Darbo vietoje būtina palaikyti švarą ir tvarką, neapkrauti jos nereikalingais daiktais. Darbo metu neužsiimti pašaliniais darbais, neblaškyti kitų darbuotojų dėmesio.
16. Darbuotojo darbo vieta turi būti įrengta taip, kad darbuotojas galėtų laisvai prie jos prieiti, turėtų pakankamai erdvės darbo ir kitiems judesiams atlikti bei kūno padėčiai keisti.
17. Šviesos šaltiniai (langai, peratomos arba peršviečiamos pertvaros, ryškiai dažyti įrenginiai arba sienos) turi neakinti ir kuo mažiau atspindėti šviesą vaizduoklyje.
18. Vienai darbo vietai turi būti skirta ne mažiau kaip 6 kv. m., darbo patalpos ploto ir ne mažiau kaip 20 kub., m. erdvės.
19. Patalpos apšviesta turi būti pakankama visiems darbo veiksmams atlikti, atitinkanti darbo pobūdį ir tenkinanti darbuotojo regos ypatumus.
20. Bendroji apšviesta turi būti:
 - 20.1. darbo stalo paviršiaus – ne mažesnė kaip 300 lx ir ne didesnė kaip 500 lx;
 - 20.2. vaizduoklio – ne mažesnė kaip 100 lx ir ne didesnė kaip 250 lx.
21. Natūralios ir dirbtinės apšvietos šaltiniai turi būti įrengti ir išdėstyti taip, kad darbuotojas išvengtų akinančių blyksnių ir atspindžio vaizduoklyje poveikio.
22. Darbuotojo stalas ir jo paviršius turi būti pakankamai didelis, kad būtų galima patogiai išdėstyti vaizduoklį, klaviatūrą, dokumentus ir kitus būtinus įrenginius. Darbo stalo paviršius turi būti mažai atspindintis.
23. Dokumentų laikiklis turi būti stabilus, reguliuojamas ir nustatytas taip, kad iki minimumo sumažintų akių ir kaklo raumenų nuovargį.
24. Klaviatūros vietos aukštis turi būti toks, kad leistų išlaikyti taisyklingą kūno laikyseną, išvengti plaštakų, riešų ir pečių juostos nuovargio.
25. Priešais klaviatūrą turi būti pakankamai erdvės, kad darbuotojas galėtų atremti plaštakas ir riešus.
26. Riešų padėtis turi būti neutrali: plaštaka ir dilbis turi būti vienodame aukštyje, kad nereikėtų lenkti riešo.
27. Klaviatūra ir pelė turi būti viename aukštyje.
28. Vaizduoklis turi būti lengvai pasukamas ir pakreipiamas pagal darbuotojo poreikius. Atstumas nuo darbuotojo akių iki vaizduoklio turi būti ne mažesnis kaip 40 cm.
29. Darbo stalo konstrukcija turi atitikti ergonominius reikalavimus ir užtikrinti patogią darbuotojo pozą.
30. Darbo kėdė turi būti stabili, leidžianti darbuotojui lengvai ir laisvai judėti bei pasirinkti patogią kūno padėtį.
31. Darbo kėdės konstrukcija turi atitikti ergonominius reikalavimus: kėdė turi būti su kėlimo ir sukimo mechanizmu, leidžiančiu keisti kėdės aukštį bei atlošo atlenkimo kampą; turėti porankius. Porankiai turi būti reguliuojami.
32. Pėdų atrama turi būti pritaikoma konkrečiam darbuotojui. Pėdų atramos aukštis ir kampas turi būti reguliuojami, kad galima būtų individualiai pritaikyti kiekvienam asmeniui.
33. Kad būtų išvengta elektros srovės poveikio ir mechaninių traumų, draudžiama atidarinėti įrenginių, elektros skydelių dureles, dangčius, taisyti, drėgnomis rankomis liesti, šlapią šluoste valyti kompiuterį, jungiklius, šakučių lizdus.

34. Kompiuterį naudoti tik pagal paskirtį.
35. Nepalikti įjungtų įrenginių be priežiūros.
36. Kompiuterius, modemus, spausdintuvus leidžiama remontuoti bei prižiūrėti tik specialiai tam pasiruošus, pradinę elektrosaugos kategoriją turinčiam asmeniui. Darbuotojui pačiam juos remontuoti draudžiama.
37. Dirbti galima tik techniškai tvarkingu kompiuteriu, modemu, spausdintuvu.
38. Darbuotojui draudžiama be vadovo žinios leisti dirbti kompiuteriu kitiems asmenims, imtis darbų, nesusijusių su darbo užduoties vykdymu.

V. DARBUOTOJO VEIKSMAI AVARINIAIS (YPATINGAIS) ATVEJAIS

39. Pastebėjus bet kokį kompiuterio, kitų įrenginių gedimą, netvarkingus kabelius ir šakučių lizdus, sumažėjus įtampai (išjungus signalui), pajutus elektros srovės poveikį, reikia nedelsiant nutraukti darbą, išjungti iš elektros tinklo prietaisus ir skubiai pranešti pirmininkui.
40. Darbuotojas turi nedelsiant pranešti pirmininkui apie susidariusią avarinę situaciją, pavojų, perspėti kitus darbuotojus ir pranešti atitinkamoms tarnyboms.
41. Kilus gaisrui pranešti pirmininkui, gesinti gaisrą turimomis gesinimo priemonėmis.

VI. DARBUOTOJO VEIKSMAI BAIGUS DARBĄ

42. Baigęs darbą, darbuotojas privalo:
 - 42.1. sutvarkyti darbo vietą, išjungti kompiuterį, kitus įrenginius iš elektros tinklo;
 - 42.2. patikrinti, ar išjungti šildymo prietaisai, ventiliacija, apšvietimas;
 - 42.3. apie visus darbo metu pastebėtus trūkumus pranešti pirmininkui.
-

**GINČŲ KOMISIJOS
PRIE SOCIALINĖS APSAUGOS IR DARBO MINISTERIJOS**

PATVIRTINTA

Ginčų komisijos prie Socialinės apsaugos ir
darbo ministerijos pirmininko

2014 m. rugsėjo 24 d.

įsakymu Nr. AV-12

**DARBUOTOJO, VAIRUOJANČIO TARNYBINĮ
ARBA NUOSAVĄ AUTOMOBILĮ DARBO REIKALAIS,
SAUGOS IR SVEIKATOS INSTRUKCIJA NR. 3**

I. BENDROJI DALIS

1. Vairuoti tarnybinį arba nuosavą automobilį darbo reikalais gali ne jaunesnis kaip 18 metų amžiuo, nustatyta tvarka pasitikrinęs sveikatą, turintis vairuotojo pažymėjimą, išklauses įvadinį instruktažą ir pirminį instruktažą darbo vietoje. Periodiškai tarnybinį arba nuosavą automobilį darbo reikalais vairuojantis darbuotojas (toliau darbuotojas) instruktuojamas ne rečiau kaip kartą per 12 mėnesių. Pasikeitus darbo aplinkai, atsiradus naujiems rizikos veiksniams, pradėjus naudoti naujas darbo priemones, darbuotojas instruktuojamas papildomai.

2. Darbuotojas turi pasitikrinti sveikatą prieš pradėdamas dirbti, o dirbdamas – tikrintis periodiškai. Pirmininkas privalo užtikrinti, kad darbuotojas laiku pasitikrintų sveikatą. Pirmininkas turi patvirtinti darbuotojų, kuriems privaloma pasitikrinti sveikatą, sąrašą ir sveikatos tikrinimo grafiką, suderintą su atitinkama asmens sveikatos priežiūros įstaiga. Su šiuo grafiku įstaigos darbuotojai turi būti supažindinami pasirašytinai.

Darbuotojas, pajutęs neigiamą darbo ar darbo aplinkos poveikį sveikatai, turi teisę pasitikrinti sveikatą kitu laiku, negu nustatytas privalomo sveikatos tikrinimo grafike.

Darbuotojas, atsisakęs nustatytu laiku pasitikrinti sveikatą, nušalinamas nuo darbo ir jam už tą laiką, kol pasitikrins sveikatą, nemokamas darbo užmokestis.

3. Pradėjęs dirbti ir kas penkeri metai darbuotojas turi įgyti žinių sveikatos klausimais.

4. Darbuotojo darbo ir poilsio laiko paskirstymas per parą, savaitę ar apskaitinį laikotarpį, taip pat kasdieninio darbo pradžią ir pabaigą nustatoma pagal įstaigos darbo tvarkos taisykles.

5. Darbuotojui suteikiama ne ilgesnė kaip dviejų valandų ir ne trumpesnė kaip pusės valandos pertrauka pavalgyti ir pailsėti. Ši pertrauka paprastai suteikiama praėjus pusei darbo dienos laiko, bet ne vėliau kaip po keturių darbo valandų.

6. Darbuotojo darbo laikas neturi viršyti keturiasdešimt valandų per savaitę. Ilgiausias darbo laikas, įskaitant viršvalandžius, neturi viršyti keturiasdešimt aštuonių valandų per septynias dienas.

7. Darbuotojas vykdydamas pareigą rūpintis savo ir kitų darbuotojų sveikata, turi nedelsdamas pranešti pirmininkui apie nelaimingą atsitikimą darbe, pakeliui į darbą arba iš jo, incidentą, ūmią profesinę ligą, kitus su darbu susijusius sveikatos sutrikimus, jeigu pajėgia tai padaryti. Pastebėjęs darbo vietoje darbuotojų saugos ir sveikatos pažeidimų, grėsmę keliančių veiksnių, taip pat nedelsdamas turi pranešti pirmininkui.

8. Darbuotojas turi teisę atsisakyti dirbti, nutraukti darbą, jeigu nepašalinami pavojų keliantys veiksniai, susidaro avarinė situacija, kyla grėsmė sveikatai ir gyvybei, ir atsisakymo dirbti priežastis nedelsdamas raštu praneša pirmininkui.

9. Darbuotojas turi laikytis asmens higienos reikalavimų, rūpintis, kad būtų švarūs drabužiai ir apavas, rankas plauti tik tam skirtomis priemonėmis, rūkyti ir valgyti taip pat tik tam skirtose vietose.

10. Darbuotojas, pažeidęs saugos ir sveikatos norminių teisės aktų, dokumentų, su kuriais buvo supažindintas, šios instrukcijos reikalavimus, atsako Lietuvos Respublikos įstatymų nustatyta tvarka.

II. PROFESINĖS RIZIKOS VEIKSNIAI. SAUGOS PRIEMONĖS NUO JŲ POVEIKIO

11. Profesinės rizikos veiksniai darbo vietoje yra šie:

11.1. etiliuotas benzinas;

11.2. išmetamos dujos;

11.3. elektros srovė;

11.4. aukšta temperatūra;

11.5. chemikalai;

11.6. triukšmas;

11.7. vibracija;

11.8. transporto priemonė;

11.9. slidi, nelygi kelio danga.

12. Darbuotojo darbo vietoje bendras triukšmo lygis neturi viršyti 85 dB (A), oro užterštumas – higienos normose nurodytų dydžių.

III. DARBUOTOJO VEIKSMAI PRIEŠ DARBO PRADŽIĄ

13. Prieš pradėdamas vairuoti automobilį, darbuotojas privalo:

13.1. patikrinti, ar turi vairuotojo pažymėjimą, automobilio techninį taloną, transporto priemonių savininkų ir valdytojų civilinės atsakomybės privalomojo draudimo liudijimą, sveikatos pažymėjimą;

13.2. patikrinti automobilio techninę būklę:

13.2.1. apžiūrėti automobilį iš išorės ir įsitikinti, ar nepažeistas kėbulas, neteka alyva, degalai, aušinimo, stabdžių ir amortizatorių skysčiai. Jeigu automobilis varomas dujomis, įsitikinti, kad sandarūs balionai ir uždarojoji armatūra. Rastus gedimus pašalinti;

13.2.2. nuvalyti automobilio numerį, stiklus, apšvietimo ir signalizacijos prietaisus, įsitikinti, kad tvarkingi stabdžiai, vairo mechanizmas, šviesos ir garso signalai, padangos, veikia stiklų valytuvai;

13.2.3. patikrinti, ar yra reikiamas lygis variklio karteryje, aušinimo skysčio radiatoriuje, stabdžių skysčio stabdžių ir sankabos hidraulinių pavarų maitinimo bakeliuose, elektrolito akumuliatorių baterijoje, degalų bake;

13.2.4. patikrinti, ar sankabos stabdžių laisvoji eiga atitinka instrukcijoje nurodytą (vizualiai), ar veikia stovėjimo stabdys, ar pakankamas oro slėgis padangose, ar automobilyje yra vaistinė, gesintuvas, vilktis, įrankių komplektas;

13.3. gauti darbo užduotį.

IV. DARBUOTOJO VEIKSMAI DARBO METU

14. Darbuotojas privalo laikytis Kelių eismo taisyklių.

15. Vairuodamas automobilį, darbuotojas privalo:

15.1. nuolat stebėti kontrolinius matavimo prietaisus ir automobilio mechanizmų veikimą;

15.2. nuo priekyje važiuojančios transporto priemonės laikytis tokiu atstumu, kad, atsižvelgiant į gamtines sąlygas, kelio būklę ir važavimo greitį, būtų galima automobilį sustabdyti;

15.3. nedelsiant sustoti, jei sugedo automobilis, taip pat esant kitiems gedimams, kurie kelia grėsmę pėsčiųjų saugumui ar pačiam vairuotojui.

16. Automobilio variklis užvedamas starteriu. Draudžiama užvesti variklį tempiant automobilį kitu automobiliu.

17. Veikiant varikliui, kabinoje ar uždaro tipo kėbule ilsėtis arba miegoti draudžiama.

18. Jeigu prireikia tempti kitą automobilį, darbuotojas turi nuolat jį stebėti. Standžioji vilktis neturi būti ilgesnė kaip 4 m, o lanksčioji 6 m. Draudžiama tempti automobilį su priekaba, du (ir daugiau) automobilius, automobilį su sugedusia stabdžių sistema, kai traukiamojo automobilio svoris yra didesnis negu traukiančiojo, taip pat traukti standžiąja vilktimi, jei sugedęs vairo mechanizmas.

19. Darbuotojui draudžiama:

19.1. vairuoti automobilį apsvaigusiam nuo alkoholio ar narkotikų, sergant ar pervargus;

19.2. perduoti automobilį vairuoti kitam asmeniui, jei jis neturi vairuotojo pažymėjimo, suteikiančio teisę vairuoti šios kategorijos automobilį, automobilio savininko sutikimo, arba jo pavardė neįrašyta į kelionės lapą;

19.3. vežti skystą ar smulkų krovinį nesandarioje taroje;

19.4. šildyti automobilį atvira ugnimi, rūkyti arti automobilio benzino prietaisų ir įrenginių;

19.5. automobilio kabinoje vežiotis ir laikyti benzina ar kitus lengvai užsiliepsnojančius skysčius, benzinuotus skudurus;

19.6. eksploatuoti automobilį, jei ant variklio ar jo karteryje susikaupė purvo, degėsių, tepalų;

19.7. išlipti iš automobilio kabinos prieš tai neįsitikinus, kad nevažiuoja kitas automobilis;

19.8. pildant automobilio baką, naudoti kibirus ar kitus atvirus indus pro žarną siurbti benzina burna.

20. Keisti automobilio ratą reikia lygioje vietoje, prieš tai išjungus automobilio variklį, įjungus rankinį stabdį, pavarą ir užfiksavus bent vieną automobilio ratą.

21. Variklio radiatoriaus dangtelį atsukti, esant įkaitusiam varikliui, galima tik su pirštinėmis ir atsistojus prieš vėją taip, kad aušinimo skysčio garai neapdegintų rankų ir veido.

22. Vairuojant automobilį tamsiu paros metu, stengtis nežiūrėti į priešais atvažiuojančio automobilio žibintus, atidžiai stebėti kelkraštį, nes jis kelia didesnę pavojų negu prasilenkiantys automobiliai, be to, neapakins atvažiuojančio automobilio žibintai.

23. Jeigu dėl gedimo prireiktų palikti automobilį, būtina pasirūpinti, kad jis nenuriedėtų, nebūtų kliūtis kitiems eismo dalyviams ir juo nepasinaudotų kiti asmenys.

V. DARBUOTOJŲ VEIKSMAI AVARINIAIS (YPATINGAIS) ATVEJ AIS

24. Įvykus eismo avarijai, darbuotojas privalo:

24.1. nedelsdamas sustoti, įjungti avarinę signalizaciją ir pastatyti avarinį ženklą;

24.2. neliesti daiktų, kurie gali būti susiję su įvykiu;

24.3. prireikus iškviešti greitąją medicinos pagalbą, jei tai neįmanoma, nukentėjusįjį į gydymo įstaigą nuvežti pakeleivingu arba savo automobiliu, paskui sugrįžti į įvykio vietą;

24.4. apie įvykį pranešti kelių policijai ir sulaukti jos atvykimo;

24.5. jeigu automobilis trukdo judėjimui, pažymėti įvykio vietą ir nuvažiuoti nuo važiuojamosios dalies.

25. Jei automobilio avarijos metu nukentėjusiojo nugabenti į ligoninę ar iškviešti gydytojo nėra galimybės, suteikti pirmąją pagalbą turi darbuotojas.

26. Pagal Komisijoje nustatytą tvarką apie avariją būtina pranešti administracijai.

VI. DARBUOTOJŲ VEIKSMŲ BAIGUS DARBĄ

27. Baigęs darbą darbuotojas privalo:

27.1. pastatyti automobilį į garažą ar kitą nurodytą vietą;

27.2. apžiūrėti, ar automobilis nepažeistas, ar neteka degalai, alyva, aušinimo, stabdžių ir amortizatorių skysčiai;

27.3. atjungti akumuliatorių, jei yra, įjungti signalizaciją, užrakinti automobilį;

27.4. apie darbo metu pastebėtus gedimus (tarnybinio automobilio) pranešti pirmininkui.

Instrukciją parengė
Buhalterė

Audrutė Ruškienė