

ŠIAULIŲ KULTŪROS CENTRAS

3	0	2	2	9	6	7	1	1
---	---	---	---	---	---	---	---	---

(įstaigos kodas)

DARBUOTOJO, DIRBANČIO SU BIURO TECHNIKA IR VIDEOTERMINALAIS SAUGOS IR SVEIKATOS INSTRUKCIJA Nr. 5

I. BENDROJI DALIS

1. Atlikti Šiaulių kultūros centro (toliau – Centras) veiklos vadybos, organizavimo, apskaitos, raštvedybos bei kitus darbus, teikti informaciją, gali ne jaunesnis kaip 18 metų amsmuo, išmanantis Centro veiklos specifiką, pasitikrinęs sveikatą, išklauses darbuotojų saugos ir sveikatos, gaisrinės saugos instruktavimus.
2. Darbuotojo darbo ir poilsio režimas:
 - 2.1. darbo laiko norma 40 valandų per savaitę, (neskaitant papildomo darbo, viršvalandžių) nebent darbo teisės normos nustato sutrumpintą darbo laiką ar šalys susitaria dėl ne viso darbo laiko;
 - 2.2. vidutinis darbo laikas, įskaitant viršvalandžius, per kiekvieną septynių dienų laikotarpį negali būti ilgesnis kaip 48 valandos (neįskaitant darbo pagal susitarimą dėl papildomo darbo laiko);
 - 2.3. darbo laikas, įskaitant viršvalandžius ir darbą pagal susitarimą dėl papildomo darbo negali būti ilgesnis kaip 12 val., neįskaitant pietų pertraukos, ir 60 val. per kiekvieną septynių dienų laikotarpį;
 - 2.4. negali būti dirbama daugiau kaip šešias dienas per septynias paeiliui einančias dienas;
 - 2.5. dirbant pagal suminę darbo laiko apskaitą, maksimalusis darbo laikas (įskaitant viršvalandžius, tačiau neįskaitant darbo pagal susitarimą dėl papildomo darbo), vidutiniškai per septynių dienų laikotarpį negali būti ilgesnis kaip 48 valandos, skaičiuojant per apskaitinį laikotarpį.
 - 2.6. darbuotojui suteikiamos fiziologinės pertraukos pagal poreikį ir specialios pertraukos, dirbant lauke ar nešildomose patalpose, profesinės rizikos sąlygomis, dirbant sunkų fizinį darbą;
 - 2.7. pertrauka pailsėti ir pavalgyti, ne vėliau kaip po 5 darbo valandų. Jos trukmė ne trumpesnė nei 30 min. ir ne ilgesnė kaip 2 val. (nebent susitarta dėl suskaidytos darbo dienos laiko režimo);
 - 2.8. kasdienio nepertraukiamojo poilsio tarp darbo pamainų trukmė negali būti trumpesnė kaip 11 val. iš eilės, o per 7 paeiliui einančių dienų laikotarpį darbuotojui turi būti suteiktas bent 35 valandų nepertraukiamo poilsio laikas. Jeigu darbo dienos trukmė daugiau kaip 12 val., bet ne daugiau kaip 24 val., nepertraukiamojo poilsio tarp darbo pamainų laikas negali būti mažesnis negu 24 valandos.
3. Pranešimo apie nelaimingą atsitikimą tvarka:
 - 3.1. pačiam nukentėjus nelaimingo atsitikimo metu, jei gali, nedelsiant pranešti Centro direktoriui ar jo įgaliotam asmeniui, Centro darbuotojų saugos ir sveikatos tarnybai bei darbuotojų atstovui;
 - 3.2. pamačius ar sužinojus, kad įvyko nelaimingas atsitikimas, suteikti nukentėjusiam pirmąją pagalbą, jei reikia, iškviesti greitąją medicinos pagalbą bendruoju pagalbos telefonu 112. Pranešti apie nelaimingą atsitikimą Centro direktoriui ar jo įgaliotam asmeniui;
 - 3.3. kol nelaimingas atsitikimas bus pradėtas tirti, darbo vieta ir įrenginių būklė turi likti tokia, kokia buvo nelaimingo atsitikimo metu. Jeigu dėl to kyla pavojus aplinkui esančių darbuotojų gyvybei ar sveikatai, galima daryti tik būtinus pakeitimus apie tai surašant aktą;
 - 3.4. įvykus nelaimingam atsitikimui pakeliui į darbą arba iš darbo, kreiptis į gydymo įstaigą ir nedelsiant pranešti Centro direktoriui, ar jo įgaliotam asmeniui.
4. Pranešimo apie darbo metu pastebėtus trūkumus tvarka - savavališkai nešalinti darbo priemonių, įrenginių ir pastatų gedimų, taip pat juose įrengtų darbuotojų saugos ir sveikatos apsaugos įtaisų gedimų; nedelsiant pranešti Centro direktoriui ar jo įgaliotam asmeniui, Centro darbuotojų saugos ir sveikatos tarnybai bei darbuotojų atstovui apie darbo ir darbų saugos priemonių gedimus, apie padėtį darbo vietose, darbo patalpose, pavojų darbuotojų saugai ir sveikatai.

5. Darbuotojas gali atsisakyti dirbti darbus, jei jų saugiai atlikti neapmokytas; jei įrankiai, įrenginiai techniškai netvarkingi; darbo aplinka kelia pavojų sveikatai ir gyvybei; jei kolektyvinės apsaugos priemonės neužtikrina darbuotojo apsaugos nuo rizikos veiksnių, o asmeninės apsaugos priemonės neišduotos; jei asmeninės apsaugos priemonės techniškai netvarkingos, nepatikrintos, neišbandytos.
6. Asmens higienos reikalavimai - dirbti tik su tvarkingais, švariais drabužiais, avalyne; rankas plauti tik tam skirtomis priemonėmis, nelaikyti maisto produktų darbo vietoje ir nevalgyti.
7. Už šios instrukcijos nevykdymą, darbuotojui taikoma LR įstatymų nustatyta drausminė, materialinė, administracinė atsakomybė, priklausomai nuo pažeidimo pobūdžio ir pasekmių.

II. PROFESINĖS RIZIKOS VEIKSNIAI. SAUGOS PRIEMONĖS NUO JŲ POVEIKIO

8. Profesinės rizikos veiksniai, galintys veikti darbuotoją:
 - 8.1. netvarkinga darbo vieta, netvarkingi ar slidūs keliai, grindys, laiptai, užkrauti judėjimo takai;
 - 8.2. elektros srovė, statinis elektros krūvis;
 - 8.3. nepakankamas darbo vietos apšvietimas;
 - 8.4. dulkės, cheminės medžiagos, jų garai;
 - 8.5. kritimas iš aukščio (tvarkant archyvą, dirbant aukštai, ant kopėčių);
 - 8.6. dirbant videoterminalais - regėjimo įtampa;
 - 8.7. agresyvūs, linkę smurtauti klientai;
 - 8.8. vairuojant automobilį – KET nesilaikymas, vairavimo klaidos;
 - 8.9. galimas tam tikrų krovinių perkėlimas, tvarkymas rankomis;
 - 8.10. neuždengti elektros įrenginių (aparātų) apsauginiai gaubtai, besisukančios ir judančios dalys;
 - 8.11. įrenginių ir kitų darbo priemonių saugios eksploatacijos reikalavimų nesilaikymas.
9. Darbo kėdė, stalo konstrukcija turi atitikti ergonominius reikalavimus. Nuovargiui ir įtampai mažinti pertraukų metu, po darbo, rekomenduojama atlikti specialius fizinius pratimus.
10. Laikytis automobilių, darbo priemonių saugaus naudojimo taisyklių.
11. Darbdavys, įvertinęs kenksmingus ir pavojingus fizikinius, cheminius, biologinius ir kitokius veiksnius, pagal poreikį, nemokamai aprūpina darbuotoją asmeninėmis apsaugos priemonėmis.

III. DARBUOTOJO VEIKSMAI PRIEŠ DARBO PRADŽIĄ

12. Paruošti darbo vietą, sudėti tvarkingai reikalingas darbai priemonės.
13. Apžiūrėti ir įsitikinti:
 - 13.1. ar elektros įrenginiai, kitos priemonės, tvarkingi, ar tvarkingas, nepažeistas elektros kabelis, ar patikimai uždengtos besisukančios, slankiojančios ir elektros įtampą turinčios srovinės dalys;
 - 13.2. ar pakankamas darbo vietos apšvietimas;
 - 13.3. ar tvarkinga darbo vieta, praėjimai neužkrauti pašaliniais daiktais;
 - 13.4. ar veikia apsauginių gaubtų (durelių) blokavimo įtaisai;
 - 13.5. ar kištukinė rozetė turi atskirą įžeminimo (įnulinimo) kontaktą;
 - 13.6. ar patikimai ir stabiliai pastatyti įrenginiai, darbo priemonės.
14. Pastebėjus bet kokį gedimą, netvarką ar keliantį pavojų veiksnį, informuoti Centro direktoriui ar jo įgaliotą asmenį. Darbo nepradėti, kol nebus pašalinti visi trūkumai.

IV. DARBUOTOJO VEIKSMAI DARBO METU

15. Vykdyti darbo tvarkos taisyklių, darbo ir poilsio laiko reikalavimus, ilsėtis, valgyti, rūkyti tam skirtose vietose, dirbti tik darbo sutartimi sulgytą darbą, kai yra žinomi saugūs jo atlikimo būdai.
16. Būti dėmesingam, atidžiam, nesikalbėti, netrukdyti dirbti kitiems. Visur palaikyti tvarką ir švarą. Be darbdavio ar jo įgalioto asmens leidimo nepavesti savo darbo atlikti kitam asmeniui.
17. Bendraujant su klientais, privačiais asmenimis, būti atidiems, nesudaryti konfliktinių situacijų. Susidarius konfliktinei situacijai, kilus realiai grėsmei žmonių saugai, sveikatai, elgtis ramiai, išeiti iš pavojingos aplinkos ar teritorijos, iškviešti policijos pareigūnus.
18. Vaikščioti tam skirtais takais. Atsargiai lipti laiptais, laikytis ranka turėklų. Eiti šaligatviu, kur

jo nėra, kairiuoju kelkraščiu. Pastatuose, kur įrengti liftai, laikytis jų naudojimo taisyklių.

19. Vairuojant automašiną, laikytis KET reikalavimų, stebėti automobilio mechanizmų darbą. Įlipti ir išlipti iš automobilio atsargai laipteliais, nešokinėti, tvirtai laikytis rankomis už turėklų.
20. Elektros įrenginių, aparatų, maitinimo elektros kabelis turi būti prijungtas prie elektros tinklo taip, kad netrukdytų praeinantiems ir nebūtų įmanoma už jo užkliūti. Visi įrenginiai turi stovėti taip, kad būtų lengva pasiekti kištukinę jungtį.
21. Neliesti drėgnomis rankomis elektros jungiklių, prietaisų, jei prisilietus, jaučiama elektros srovė.
22. Vienu metu nesiliesti prie elektrinių įrenginių metalinių dalių ir įžemintų sistemų (centrinio šildymo radiatorių, vandentiekio vamzdžių ir kt.).
23. Esant įjungtam elektros įrenginiui draudžiama - jį remontuoti, valyti ir derinti; dirbti, kai nuimti apsauginiai gaubtai; draudžiama remontuoti elektros įrenginį neturinčiam tam teisės.
24. Išjungti elektros įrenginį ir ištraukti kištukinę jungtį būtina:
 - 24.1. nutrūkus elektros energijos tiekimui;
 - 24.2. kai netvarkinga kištukinė jungtis ar valdymo mygtukai, kai pažeista elektros kabelio izoliacija;
 - 24.3. pasišalinus nors trumpam iš darbo vietos;
 - 24.4. pajutus svylančių elektros laidų (kabelių) izoliacijos kvapą;
 - 24.5. kai jaučiamas ant įrenginio korpuso elektros srovės poveikis;
 - 24.6. kai nuimtas bet kuris įrenginio apsauginis gaubtas;
 - 24.7. valant, remontuojant ir derinant įrenginį.
25. Dirbantis kompiuteriu darbuotojas turi būti susipažinęs su higienos normos HN „Darbas su videoterminalu“ reikalavimais. Su biuro technika dirbantis darbuotojas privalo mokėti ir vykdyti spausdinimo, kopijavimo, kitų aparatų eksploatavimo taisykles, turėti reikiamą kvalifikaciją.
26. Įvairius reikmenis, medžiagas, pakuotes, sandėliuoti lentynose ar kitose tinkamai įrengtose vietose. Nekrauti koridoriuose ir praėjimuose. Krauti ne aukščiau 2 m., palikti laisvus priėjimus prie gesintuvų, gaisrinių čiaupų, elektros jungiklių ir skydelių, įėjimo durų, kitų judėjimo takų.
27. Organizuojant bet kokių darbų atlikimą, dirbant, tvarkant krovinius, nekelti per sunkaus krovinio (leistina keliamo ar nešamo krovinio masė: moterims - 10 kg, vyrams - 30 kg). Krauti tvarkingai, kad neužkristų, neužslinktų. Kraunant aukštai, naudoti tvarkingas, patikrintas kopėčias.
28. Draudžiama būti, dirbti neblaiviam, apsvaigusiam nuo narkotinių, toksinių ar kitokių medžiagų.
29. Elektros oro pašildytojus, virdulius, kavos virimo aparatus, mikrobangų krosneles, naudoti tik tinkamai įrengtose vietose.
30. Elektrinį virdulį, mikrobangų krosnelę, naudoti kaip nurodyta gamyklos gamintojos instrukcijose. Šiuos įrenginius statyti ant tvirto horizontalaus paviršiaus, toliau nuo televizorių, radijo imtuvų, šildymo įrenginių, paliekant tarpą tinkamam ventiliavimui.

V. DARBUOTOJO VEIKSMAI AVARINIAIS (YPATINGAIS) ATVEJAIS

31. Įsijungus apsauginei ar gaisrinei signalizacijai, reaguoti į pavojaus signalą, apžiūrėti pažeistą zoną, elgtis ramiai, nesutrikti, jei reikia, iškviešti specialiąsias tarnybas bendruoju pagalbos tel. 112.
32. Kilus gaisrui, kviešti ugniagesius bendru pagalbos tel. 112, evakuoti žmones, gesinti pirminėmis priemonėmis (gesintuvu, smėliu, žeme, uždengiant nedegia medžiaga), informuoti Centro direktoriui.
33. Įvykus avarijai, jei yra nukentėjusių, suteikti pirmą pagalbą, iškviešti greitąją medicinos pagalbą, nedelsiant išeiti iš pavojingos zonos ir informuoti Centro direktorių.

VI. DARBUOTOJO VEIKSMAI BAIGUS DARBĄ

34. Sutvarkyti darbo vietą.
35. Apie darbo metu pastebėtus nesklandumus informuoti Centro direktorių ar jo įgaliotą asmenį.

Instrukcijos projektą parengė UAB „Saugotyra“