

# Drošība un veselība darba vietā rūp ikvienam

Tas ir labi gan jums,  
gan uzņēmējdarbībai



## Riska novērtējuma pamati



Riska pārvaldīšana  
Veselības aizsardzība  
Uzņēmējdarbības uzlabošana  
Drošāku darbavietu visiem



Eiropas Darba  
drošības un veselības  
aizsardzības aģentūra

VALSTS DARBA INSPEKCIJA





## Drošība un veselība darba vietā rūp ikvienam

**Tas ir labi gan jums,  
gan uzņēmējdarbībai**



## Saturis

## I DAĻA: PAMATINFORMĀCIJA

|                                         |   |
|-----------------------------------------|---|
| Kas ir kaitīgais faktors? Kas ir risks? | 4 |
| Kāpēc man jāveic riska novērtējums?     | 4 |
| Kā es varu veikt riska novērtējumu?     | 4 |
| Kā es varu izmantot šo metodi?          | 5 |

## II DAĻA: RISKA NOVĒRTĒŠANA – VISPĀRĪGIE JAUTĀJUMI

|                                                            |    |
|------------------------------------------------------------|----|
| 1. solis: Kāda informācija man jāapkopo?                   | 6  |
| Kā es varu šo informāciju apkopot?                         | 6  |
| 2. solis: Kā es varu identificēt briesmas?                 | 7  |
| VISPĀRĪGIE KONTROLJAUTĀJUMI                                | 8  |
| 3. solis: Kā es varu novērtēt no briesmām izrietošo risku? | 9  |
| 4. solis: Kā es varu plānot darbības riska samazināšanai?  | 10 |
| 5. solis: Kā man jādokumentē riska novērtēšana?            | 10 |

|                             |    |
|-----------------------------|----|
| RISKA NOVĒRTĒŠANAS VEIDLAPA | 11 |
|-----------------------------|----|

## III DAĻA: KAITĪGO FAKTORU IDENTIFIKĀCIJA UN PREVENTĪVO PASĀKUMU NOTEIKŠANA – VISPĀRĪGIE JAUTĀJUMI

|                                                               |    |
|---------------------------------------------------------------|----|
| 1. Kontroljautājumu saraksts: Nelīdzenas vai slidenas virsmas | 12 |
| 2. Kontroljautājumu saraksts: Transporta līdzekļi un mašīnas  | 13 |
| 3. Kontroljautājumu saraksts: Kustībā esošas aprīkojuma daļas | 14 |
| 4. Kontroljautājumu saraksts: Elektroietaisies un aprīkojums  | 15 |
| 5. Kontroljautājumu saraksts: Ugunsbīstamība                  | 16 |
| 6. Kontroljautājumu saraksts: Sprādzienbīstamība              | 18 |
| 7. Kontroljautājumu saraksts: Ķīmiskās vielas un produkti     | 20 |
| 8. Kontroljautājumu saraksts: Troksnis                        | 22 |
| 9. Kontroljautājumu saraksts: Vibrācija                       | 23 |
| 10. Kontroljautājumu saraksts: Apgaismojums                   | 24 |
| 11. Kontroljautājumu saraksts: Stress darbavietā              | 26 |

## IV DAĻA: KAITĪGO FAKTORU IDENTIFIKĀCIJA UN PREVENTĪVO PASĀKUMU NOTEIKŠANA – SPECIFISKĀM NOZARĒM UN DARBIEM

|                                                  |    |
|--------------------------------------------------|----|
| Darbs birojā                                     | 30 |
| Būvniecība                                       | 34 |
| Pārtikas produktu ražošana                       | 38 |
| Kokapstrāde                                      | 40 |
| Automašīnu remonts                               | 43 |
| Lauksaimniecība                                  | 46 |
| Neliela apjoma virszemes derīgo izrakteņu ieguve | 52 |

Informācija: <http://hwi.osha.europa.eu>

Sīkāka informācija par dažādu nozaru drošības pasākumiem ir pieejama:  
<http://hwi.osha.europa.eu>



## I DAĻA: Pamatinformācija

### Kas ir kaitīgais faktors? Kas ir risks?

Kaitīgais faktors ir jebkas, kas potenciāli var nodarīt ļaunumu. Kaitīgais faktors var ietekmēt cilvēkus, īpašumu, procesus un var būt nelaimes gadījumu un slimību cēlonis, samazināt ražošanu, bojāt darba aprīkojumu utt. Darba vides risks norāda uz kaitīgo faktoru iedarbības rezultātā radušos traumu vai slimību rašanās varbūtību un smagumu pakāpi.

### Kāpēc man jāveic riska novērtējums?

Galvenais darba vides riska novērtēšanas mērķis ir nodrošināt nodarbinātajiem drošus un veselībai nekaitīgus darba apstākļus. Riska novērtēšana palīdzēs samazināt ar darbu saistīto aktivitāšu radīto briesmu iespējamību, kas varētu ietekmēt nodarbinātos vai darba vidi. Tas arī uzlabos Jūsu uzņēmējdarbības konkurētspēju un darbības efektivitāti. Visiem darba devējiem jāveic darba vides riska novērtēšana ne retāk kā reizi gadā. Darba vides riska novērtēšana jāveic saskaņā ar MK noteikumu nr. 379 «Darba vides iekšējās uzraudzības veikšanas kārtība» (23. 08. 2001.).

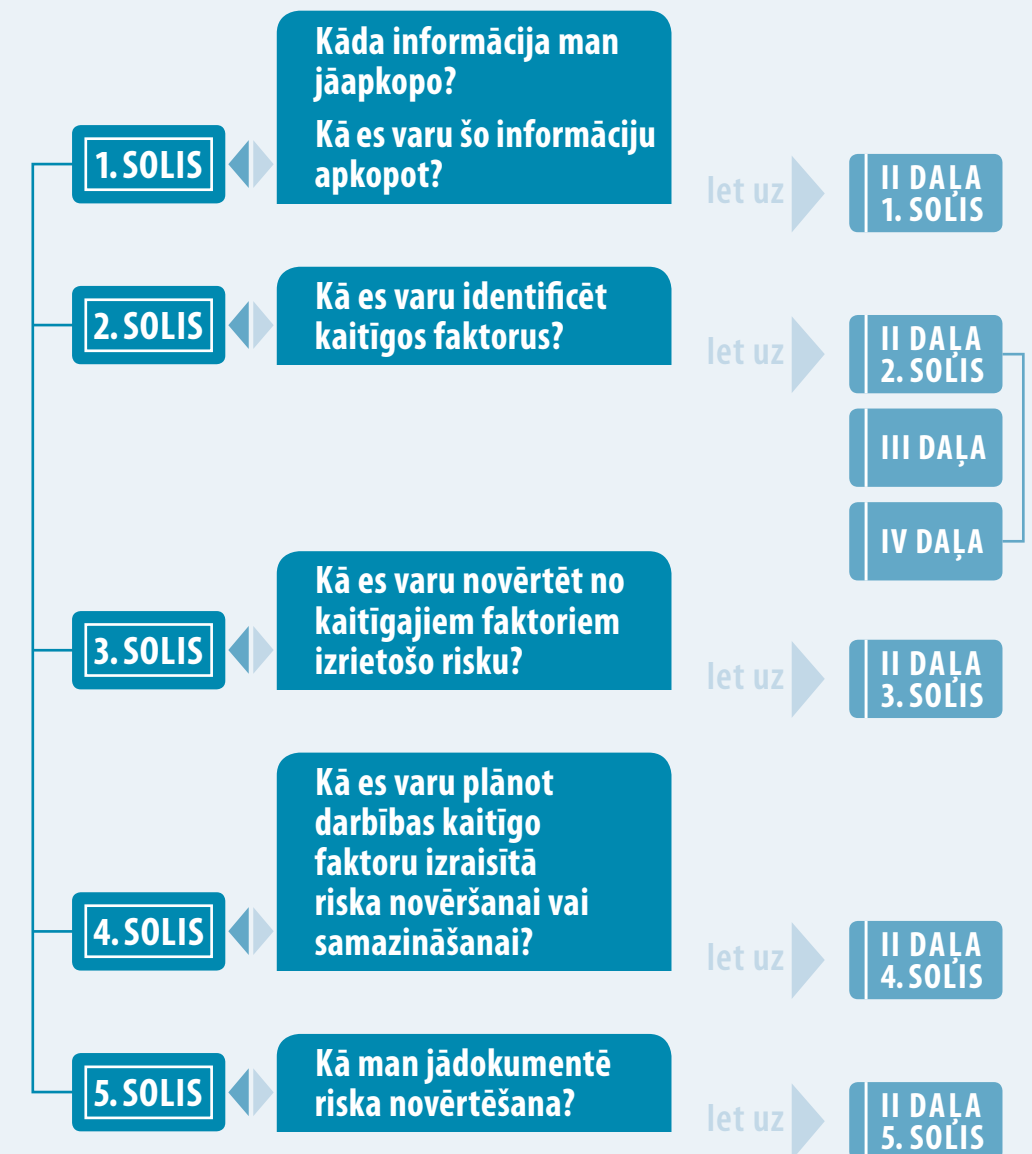
### Kā es varu veikt riska novērtējumu?

Darba vietu risks var tikt novērtēts, sekojot 5 vienkāršiem soļiem, kā norādīts zemāk.



## ŠĪ METODE PALĪDZĒS JUMS IZIET VISUS SOĻUS, VEIKT UN DOKUMENTĒT RISKA NOVĒRTĒJUMU

### Kā es varu izmantot šo metodi?





## II DAĻA: Riska novērtēšana – vispārīgie jautājumi

### 1. SOLIS

#### Kāda informācija man ir jāapkopo?

Lai novērtētu darba vietā esošo darba vides risku, Jums ir jāzina:

- darba vietu un/vai veikto darbu izvietojums;
- kas šeit strādā: īpaša uzmanība jāpievērš tiem nodarbinātajiem, kam darba vides riska sekas var būt smagākas nekā parasti, piemēram, grūtniecēm, jauniešiem, invalīdiem. Atcerieties arī par nepilna darba laika nodarbinātajiem, apakšuzņēmējiem un apmeklētājiem, nodarbinātajiem, kuriem nav pastāvīgas darba vietas (ietverot autovadītājus, vizītes pie klientiem vai pasūtītājiem u. c.);
- izmantotais darba aprīkojums, materiāli un procesi;
- veiktie uzdevumi (piemēram, kā un cik ilgi tie tiek veikti?);
- kaitīgie faktori, kuri var jau būt identificēti un to avoti;
- esošo kaitīgo faktoru radītās iespējamās sekas;
- pielietotie aizsardzības pasākumi;
- kas ir notikuši: nelaimes gadījumi darbā, arodslimības un citi slimību gadījumi;
- likumdošanas un citas prasības, kas attiecināmas uz darba vietu.

#### Kā es varu šo informāciju apkopot?

Jūs varat iegūt informāciju no sekojošiem avotiem:

- darba vietā izmantotā darba aprīkojuma, materiālu vai ķīmisko vielu tehniskie dati vai dokumentācija;
- tehnoloģiskās procedūras un rokasgrāmatas;
- darba vietas kaitīgo vai bīstamo un apgrūtinājo faktoru mērījumu rezultāti;
- darbā notikušo nelaimes gadījumu un arodslimību dokumentācija;
- ķīmisko vielu apraksti (drošības datu lapas);
- normatīvie akti un tehniskie standarti;
- zinātniskā un tehniskā literatūra.

Informāciju var iegūt arī no:

- darba aprīkojuma novērošanas;
- darba vietā veikto darbu novērošanas;
- ārpus darba vietas veikto darbu novērošanas;
- pārrunas/intervijas ar nodarbinātajiem;
- ārējo faktoru, kas var ietekmēt darba vietu, novērošanas (piemēram, laika apstākļi, trešo pušu veiktie darbi).

### 2. SOLIS

#### Kā es varu identificēt kaitīgos faktorus?

Lai darba vietā identificētu kaitīgos faktorus, izmantojiet VISPĀRĪGOS KONTROLJAUTĀJUMUS un:

- ja ziniet, ka kaitīgie faktori pastāv ► atzīmējiet «JĀ»
- ja ziniet, ka kaitīgo faktoru nav ► atzīmējiet «NĒ»
- ja neesiet pārliecināts vai kaitīgie faktori pastāv: izmantojiet tabulas 5. kolonnā norādīto KAITĪGO FAKTORU KONTROLJAUTĀJUMU SAKASTU
- ja tabulas 5. kolonnā nav norādīts KAITĪGO FAKTORU KONTROLJAUTĀJUMU SAKASTS, varat meklēt vairāk informācijas Eiropas Darba drošības un veselības aizsardzības nacionālā kontaktpunkta mājas lapā (<http://hwi.osha.europa.eu>) vai griežaties Valsts darba inspekcijā (bezmaksas konsultatīvais tālrunis 8 00 80 04).

Šim materiālam ir arī pievienoti vairāki kontroljautājumu saraksti par šādām jomām:

- darbs birojā,
- būvniecība,
- automašīnu remonts,
- pārtikas produktu ražošana,
- kokapstrāde,
- lauksaimniecība,
- neliela apjoma virszemes derīgo izrakteņu ieguve.

Ja Jūs strādājat vienā no šīm jomām – skatīt IV DAĻĀ attiecīgo kontroljautājumu sarakstu.

**RISKA NOVĒRTĒJUMS  
JĀVEIC AKTĪVI  
IESAISTOT VISUS  
NODARBINĀTOS.**



### Vispārīgie kontroljautājumi

| Nr. | Kaitīgais faktors                                                                                                                                    | JĀ                    | NĒ                    | Nezinu:<br><small>skatīt attiecīgo kontroljautājumu sarakstu:</small> |
|-----|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------------------|-----------------------|-----------------------------------------------------------------------|
| 1   | 2                                                                                                                                                    | 3                     | 4                     | 5                                                                     |
| 1.  | Nelīdzenas vai slidenas virsmas (kas var izraisīt paslīdēšanu, pakļupšanu, kritienu u. c.)                                                           | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> | III Daļa – 1                                                          |
| 2.  | Transporta līdzekļi un mašīnas                                                                                                                       | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> | III Daļa – 2                                                          |
| 3.  | Kustībā esošas darba aprīkojuma daļas                                                                                                                | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> | III Daļa – 3                                                          |
| 4.  | Objekti un daļas ar bīstamām virsmām (asām, raupjām utml.)                                                                                           | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> |                                                                       |
| 5.  | Karstas vai aukstas virsmas, materiāli utml.                                                                                                         | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> |                                                                       |
| 6.  | Darba vietas augstumā un vietas, kur jākāpj augstumā (kas var izraisīt kritienu no augstuma)                                                         | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> |                                                                       |
| 7.  | Rokas instrumenti                                                                                                                                    | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> |                                                                       |
| 8.  | Augsts spiediens                                                                                                                                     | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> |                                                                       |
| 9.  | Elektroietaisies un aprīkojums                                                                                                                       | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> | III Daļa – 4                                                          |
| 10. | Ugunsbīstamība                                                                                                                                       | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> | III Daļa – 5                                                          |
| 11. | Sprādzienbīstamība                                                                                                                                   | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> | III Daļa – 6                                                          |
| 12. | Gaisā esošās ķīmiskās vielas un produkti (t. sk., putekļi)                                                                                           | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> | III Daļa – 7                                                          |
| 13. | Troksnis                                                                                                                                             | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> | III Daļa – 8                                                          |
| 14. | Plaukstas un rokas vibrācija                                                                                                                         | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> | III Daļa – 9                                                          |
| 15. | Visa ķermeņa vibrācija                                                                                                                               | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> | III Daļa – 9                                                          |
| 16. | Apgaismojums                                                                                                                                         | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> | III Daļa – 10                                                         |
| 17. | UV starojums, infrasarkana starojums, lāzera starojums, mikroviļņi                                                                                   | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> |                                                                       |
| 18. | Elektromagnētiskie lauki                                                                                                                             | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> |                                                                       |
| 19. | Karsts vai auksts mikroklimats                                                                                                                       | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> |                                                                       |
| 20. | Smagumu celšana un pārvietošana                                                                                                                      | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> |                                                                       |
| 21. | Darbs piespiedu stāvoklī                                                                                                                             | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> |                                                                       |
| 22. | Bioloģiskie riska faktori (vīrusi, parazīti, pelējuma sēnīte, baktērijas, ērces, kanalizācijas notekūdeņi, cilvēku bioloģiskie materiāli, dzīvnieki) | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> |                                                                       |
| 23. | Stress, vardarbība, uzmācšanās, psiholoģiskā vardarbība, seksuāla uzmācšanās                                                                         | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> |                                                                       |
| 24. | Citi: lūdzu, precizējot zemāk un atzīmējiet «JĀ»:                                                                                                    | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> |                                                                       |
|     |                                                                                                                                                      | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> |                                                                       |
|     |                                                                                                                                                      | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> |                                                                       |

### 3. SOLIS

### Kā es varu novērtēt no kaitīgajiem faktoriem izrietošo risku?

#### A. Katram identificētajam kaitīgajam faktoram:

Izlemt vai risks ir mazs, vidējs vai augsts, ņemot vērā varbūtību un seku smaguma pakāpi.

Izlemšanai izmantojiet zemāk esošo tabulu.

|                 | Seku smaguma pakāpe |                   |                  |
|-----------------|---------------------|-------------------|------------------|
| Varbūtība       | Mērena              | Vidēja            | Augsta           |
| Neiespējams     | Neliels risks (1)   | Neliels risks (1) | Vidējs risks (2) |
| Iespējams       | Neliels risks (1)   | Vidējs risks (2)  | Augsts risks (3) |
| Visai iespējams | Vidējs risks (2)    | Augsts risks (3)  | Augsts risks (3) |

- Neiespējams: nevar notikt nodarbinātā darba mūža laikā.
  - Iespējams: var notikt dažas reizes nodarbinātā darba mūža laikā.
  - Visai iespējams: var notikt atkārtoti nodarbinātā darba mūža laikā.
  - Mērena: nelaimes gadījumi un slimības neizraisa ilgstošus veselības traucējumus (piemēram, nelielas traumas, acu kairinājums, galvassāpes utml.).
- Vidēja: nelaimes gadījumi un slimības izraisa mērenus, bet ilgstošus vai periodiski atkārtotus veselības traucējumus (piemēram, ievainojumi, vienkārši lūzumi, otrās pakāpes apdegumi ierobežotā ķermeņa virsmas daļā, ādas alerģijas utml.).
  - Augsta: nelaimes gadījumi un slimības izraisa nopietnus un paliekošus/ilgstošus veselības traucējumus vai slimību un/vai nāvi (piemēram, amputācijas, sarežģīti lūzumi, kas noved pie invaliditātes, ļaundabīgos audzējus, III pakāpes apdegumus vai II pakāpes apdegumus ar lielu apdeguma virsmu utml.).

#### B. Nolemt vai no kaitīgajiem faktoriem izrietošais risks ir pieņemams vai nepieņemams.

Kopumā:

- Augsts risks ir nepieņemams,
- Neliels un vidējs risks ir pieņemams.

Ja netiek izpildītas normatīvo aktu prasības, tad risks ir nepieņemams!

**Atceraties:** Jūsu riska novērtējumam vienmēr jābūt veiktam, iesaistot nodarbinātos. Kad izlemjat, ka risks ir pieņemams, ņemiet vērā arī nodarbināto, kam veikts riska novērtējums, dzimumu, vecumu un veselības stāvokli.



## 4. SOLIS

### Kā es varu plānot darbības riska samazināšanai?

- Ja risks ir augsts un novērtēts kā nepieņemams, riska samazināšanas pasākumi jāveic nekavējoties.
- Ja risks ir vidējs un novērtēts kā pieņemams, riska samazināšanas pasākumi ir rekomendējami.
- Ja risks ir neliels un novērtēts kā pieņemams, ir nepieciešams pārliecināties, ka risks paliks tādā pašā līmenī.

Preventīvie un aizsardzības pasākumi jāievieš šādā prioritāšu secībā:

- pilnībā novērš kaitīgo faktoru/risku,
- samazina kaitīgo faktoru/risku, izmantojot organizatoriskus pasākumus,
- samazina kaitīgo faktoru/risku, izmantojot kolektīvos aizsardzības līdzekļus,
- samazina kaitīgo faktoru/risku, izmantojot atbilstošus individuālos aizsardzības līdzekļus.

Pasākumu, kurus var izmantot riska samazināšanai, piemērus skatīt kontroljautājumu sarakstos III un IV DAĻĀ.

## 5. SOLIS

### Kā man jādokumentē riska novērtēšana?

Jūs varat dokumentēt riska novērtējumu katrai darba vietai, izmantojot zemāk norādīto RISKA NOVĒRTĒŠANAS TABULU.

- Pierakstiet pamatinformāciju: uzņēmuma nosaukums un adrese, novērtētās darba vietas nosaukums, darba vietā strādājošo nodarbināto vārdi un uzvārdi, datums un personas, kas veica riska novērtēšanu.
- Pierakstiet identificētos kaitīgos faktorus (kuras VISPĀRĪGAJOS KONTROLJAUTĀJUMOS ir atzīmētas ar «JĀ») RISKA NOVĒRTĒŠANAS TABULAS 2. kolonnā.
- Katram identificētajam kaitīgajam faktoram:
  - pierakstiet 3. kolonnā veicamos preventīvos / aizsargpasākumus riska samazināšanai
  - pierakstiet 4. kolonnā riska novērtēšanas rezultātus (piemēram, augsts/nepieņemams)
  - pierakstiet 5. kolonnā plānotās darbības riska samazināšanai

## RISKA NOVĒRTĒŠANAS TABULA



### Riska novērtēšanas tabula

Datums: \_\_\_\_\_ Tabulas nr. p. k.: \_\_\_\_\_

Uzņēmuma nosaukums un adrese:

Riska novērtējumu veica: (personu vārdi)

Darba vieta: (darba vietas nosaukums)

Nodarbinātā vārds: (personas (-u) vārds (-i), kas strādā šajā darba vietā)

| Nr. | KAITĪGIE FAKTORI | IZMANTOTIE PREVENTĪVIE<br>VAI AIZSARGPASĀKUMI | RISKA IZVĒRTĒJUMS/<br>NOVĒRTĒJUMS | PLĀNOTIE PASĀKUMI RISKA<br>SAMAZINĀŠANAI |
|-----|------------------|-----------------------------------------------|-----------------------------------|------------------------------------------|
| 1   | 2                | 3                                             | 4                                 | 5                                        |
|     |                  |                                               |                                   |                                          |

Personu paraksti, kas veica riska novērtējumu:

Nodarbināto paraksti, kas strādā darba vietā:



### III DALA: KAITĪGO FAKTORU IDENTIFIKĀCIJA UN PREVENTĪVO PASĀKUMU NOTEIKŠANA – VISPĀRĪGIE JAUTĀJUMI

#### 1. Kontroljautājumu saraksts

KAITĪGAIS FAKTORS: NELĪDZENAS VAI SLIDENAS VIRSMAS

A daļa: Vai darba vietā ir kaitīgie faktori?

JĀ – ja Jūs esat atzīmējuši vismaz vienu atbildi, kas ir marķēta ar ☒

Lūdzu, ņemiet vērā, ka šis jautājumu saraksts neaptver visus iespējamus gadījumus, kas var radīt briesmas.

| JAUTĀJUMS                                                                                                                                                                          | JĀ                               | NĒ                               |
|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----------------------------------|----------------------------------|
| 1. Vai ir grīdas ar nevienmērīgiem laukumiem, caurumiem, u. tml.?                                                                                                                  | <input checked="" type="radio"/> | <input type="radio"/>            |
| 2. Vai grīdas dažreiz ir slidenas, piemēram, kad tās ir mitras pēc tīrīšanas, šķidrumu izliešanas vai izšķīstīšanās (piemēram, eļļas), lietus vai arī darba procesā kļūst netīras? | <input checked="" type="radio"/> | <input type="radio"/>            |
| 3. Vai ir sliekšņi vai grīdas līmeņa izmaiņas?                                                                                                                                     | <input checked="" type="radio"/> | <input type="radio"/>            |
| 4. Vai uz grīdas ir izvilkti kabeli?                                                                                                                                               | <input checked="" type="radio"/> | <input type="radio"/>            |
| 5. Vai nodarbinātie var nokrist vai paslīdēt nepiemērotu apavu zoles dēļ?                                                                                                          | <input checked="" type="radio"/> | <input type="radio"/>            |
| 6. Vai grīdas tiek uzturētas tīras?                                                                                                                                                | <input type="radio"/>            | <input checked="" type="radio"/> |
| 7. Vai uz grīdas ap darba zonām ir atstāti kādi šķēršļi vai objekti (izņemot tādus, ko nevar pārvietot)?                                                                           | <input checked="" type="radio"/> | <input type="radio"/>            |
| 8. Vai šķēršļi, ko nevar pārvietot ir marķēti/apzīmēti?                                                                                                                            | <input type="radio"/>            | <input checked="" type="radio"/> |
| 9. Vai satiksmes ceļi ir atbilstoši apzīmēti?                                                                                                                                      | <input type="radio"/>            | <input checked="" type="radio"/> |
| 10. Vai grīdu un satiksmes ceļu apgaismojums ir pietiekams?                                                                                                                        | <input type="radio"/>            | <input checked="" type="radio"/> |

B daļa: Riska samazināšanas preventīvo pasākumu piemēri

- ☐ Uzmanīties ar grīdas seguma izvēli, īpaši, ja ir paredzams, ka tā var palikt mitra vai netīra darba procesa laikā; uzturēt grīdas sausas.
- ☐ Ja nepieciešams, ķīmiski apstrādāt virsmas; izmantot atbilstošas tīrīšanas metodes.
- ☐ Nodrošināt regulāras grīdu un satiksmes ceļu pārbaudes.
- ☐ Novērst caurumus, plaisas, nodilušus grīdas segumus (paklājus, linoleju u. tml.); uzturēt grīdas un satiksmes ceļus tīrus.
- ☐ Novērst sliekšņus un pakāpienus vai ierobežot to augstumu; uzlabot to redzamību.
- ☐ Nodrošināt nodarbinātos ar atbilstošiem apaviem.
- ☐ Nodrošināt, ka grīdas un satiksmes ceļi ir atbilstoši apzīmēti.
- ☐ Nodrošināt atbilstošu grīdu un satiksmes ceļu apgaismojumu.
- ☐ Pareiza aprīkojuma izvietošana, izvairoties no kabeļiem, kas šķērso gājēju ceļus; noslēpt kabeļus, izmantojot speciālus penāļus, nostiprināt tos.
- ☐ Izmantot uz grīdām un satiksmes ceļiem pretslīdēšanas un viegli tīrāmus materiālus.
- ☐ Nodrošināt atbilstošu šķidrumu aizvadišanu no grīdu un satiksmes ceļu virsmām.



KAITĪGAIS FAKTORS: TRANSPORTA LĪDZEKĻI UN MAŠĪNAS

#### 2. Kontroljautājumu saraksts

A daļa: Vai darba vietā ir kaitīgie faktori?

JĀ – ja Jūs esat atzīmējuši vismaz vienu atbildi, kas ir marķēta ar ☒

Lūdzu, ņemiet vērā, ka šis jautājumu saraksts neaptver visus iespējamus gadījumus, kas var radīt briesmas.

| JAUTĀJUMS                                                                                                                                       | JĀ                               | NĒ                               |
|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----------------------------------|----------------------------------|
| 1. Vai visa veida transporta līdzekļi kaut kad ir neveiksmīgi vai kļūdaini izmantoti?                                                           | <input checked="" type="radio"/> | <input type="radio"/>            |
| 2. Vai visa veida transporta līdzekļi un kraušanas/izkraušanas darba aprīkojums (piemēram, celtņi, pacelšanas platformas) jebkad ir pārslogoti? | <input checked="" type="radio"/> | <input type="radio"/>            |
| 3. Vai satiksmes ceļi ir atbrīvoti no šķēršļiem?                                                                                                | <input type="radio"/>            | <input checked="" type="radio"/> |
| 4. Vai redzamība satiksmes ceļos ir pietiekama?                                                                                                 | <input checked="" type="radio"/> | <input type="radio"/>            |
| 5. Vai visa veida transporta līdzekļi kādreiz ir izmantojusi nepiederoša persona?                                                               | <input checked="" type="radio"/> | <input type="radio"/>            |
| 6. Vai kravas vienmēr tiek atbilstoši un piemēroti nostiprinātas?                                                                               | <input type="radio"/>            | <input checked="" type="radio"/> |
| 7. Vai vadītāja redzamība jebkad ierobežo liela izmēra kravas?                                                                                  | <input checked="" type="radio"/> | <input type="radio"/>            |

B daļa: Riska samazināšanas preventīvo pasākumu piemēri

- ☐ Nodrošināt, ka transporta līdzekļi ir piemēroti veicamajam darba uzdevumam.
- ☐ Izmantot atbilstoši licencētu un sertificētu darba aprīkojumu.
- ☐ Izmantot darba aprīkojumu atbilstoši ražotāja norādījumiem un dokumentācijai.
- ☐ Veikt regulāras darba aprīkojuma tehniskās pārbaudes.
- ☐ Nodrošināt atbilstoši apzīmētus un tīrus satiksmes ceļus.
- ☐ Nodrošināt, ka satiksmes ceļi ir pietiekami plaši un uz tiem nav slikti pārredzamas vietas.
- ☐ Nodrošināt, ka kravas tiek atbilstoši novietotas un nostiprinātas.
- ☐ Nodrošināt, ka nodarbinātie ir atbilstoši apmācīti.
- ☐ Nodrošināt, ka pašgājējiekārtas ir nodrošinātas pret negaidītu ieslēgšanos.



### 3. Kontroljautājumu saraksts

KAITĪGAIS FAKTORS: KUSTĪBĀ ESOŠAS APRĪKOJUMA DAĻAS

#### A daļa: Vai darba vietā ir kaitīgie faktori?

JĀ – ja Jūs esat atzīmējuši vismaz vienu atbildi, kas ir marķēta ar ☒

Lūdzu, ņemiet vērā, ka šis jautājumu saraksts neaptver visus iespējamus gadījumus, kas var radīt briesmas.

| JAUTĀJUMS                                                                                                                                    | JĀ                               | NĒ                               |
|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----------------------------------|----------------------------------|
| 1. Vai ir kādas bīstamas kustīgas darba aprīkojuma daļas (t.sk. palīgdaļas) bez aizsargierīcēm?                                              | <input checked="" type="radio"/> | <input type="radio"/>            |
| 2. Vai darba aprīkojuma aizsargierīces pietiekami aizsargā nodarbināto rokas vai citas ķermeņa daļas no kontakta ar bīstamām kustīgām daļām? | <input type="radio"/>            | <input checked="" type="radio"/> |
| 3. Vai visi darba aprīkojuma aizsargnožogojumi ir pietiekami droši un nav viegli noņemami?                                                   | <input type="radio"/>            | <input checked="" type="radio"/> |
| 4. Vai uz darba aprīkojuma kustīgām daļām var uzkrīst kāds priekšmets?                                                                       | <input checked="" type="radio"/> | <input type="radio"/>            |
| 5. Vai aizsargierīces nepadara darbu ar aprīkojumu neparocīgu un grūtāku?                                                                    | <input checked="" type="radio"/> | <input type="radio"/>            |
| 6. Vai aprīkojumu var ieeļļot bez aizsargierīču noņemšanas?                                                                                  | <input type="radio"/>            | <input checked="" type="radio"/> |
| 7. Vai ir iespējams noņemt aizsargierīces neapturot aprīkojuma kustīgās daļas?                                                               | <input checked="" type="radio"/> | <input type="radio"/>            |
| 8. Vai aprīkojumam ir jebkādi neaizsegti zobratī, ķēdes, triši vai spararati?                                                                | <input checked="" type="radio"/> | <input type="radio"/>            |
| 9. Vai ir jebkādas neaizsargātas dzensiksnas vai ķēžu mehānismi?                                                                             | <input checked="" type="radio"/> | <input type="radio"/>            |
| 10. Vai ir jebkādas neaizsargātas skrūves, dzenskrūves, uznavas, pārslēgi u. tml.?                                                           | <input checked="" type="radio"/> | <input type="radio"/>            |
| 11. Vai aprīkojuma operatoram ir viegli veikt ieslēgšanas un izslēgšanas operācijas?                                                         | <input type="radio"/>            | <input checked="" type="radio"/> |
| 12. Vai ir tikai viena ieslēgšanas un izslēgšanas poga, ja iekārtu apkalpo vairāki operatori?                                                | <input checked="" type="radio"/> | <input type="radio"/>            |

#### B daļa: Riska samazināšanas preventīvo pasākumu piemēri

- ☐ Pārliecināties, ka ar darba aprīkojumu strādā apmācīti un pilnvaroti nodarbinātie.
- ☐ Pārliecināties, ka visi attiecīgie aizsargi ir savās vietās un darba kārtībā.
- ☐ Izmantojiet zīmes un plakātus, lai atgādinātu nodarbinātajiem nepieciešamību izmantot aizsargierīces.
- ☐ Pirms jebkāda aprīkojuma iedarbināšanas, pārliecināties, ka visas nepieciešamās aizsargierīces ir savā vietā.
- ☐ Pārliecināties, ka zonas ap aprīkojumu ir tīras, uzkoptas un bez traucējošiem priekšmetiem.
- ☐ Nodrošināt pietiekami daudz vietas, lai nodarbinātie varētu brīvi un ērti kustēties.
- ☐ Nodrošināt nodarbinātos ar atbilstošiem individuālajiem aizsardzības līdzekļiem.
- ☐ Nodrošināt pietiekamu apgaismojumu pie un ap darba aprīkojumu.
- ☐ Ieviest skaidru brīdinājuma informēšanas sistēmu, lai novērstu nejaušu bojāta aprīkojuma ieslēgšanu.
- ☐ Nodrošināt regulāras aprīkojuma apkopes un nekavējošu bojājumu novēršanu.
- ☐ Pārliecināties, ka ir pietiekami daudz telpas starp kustīgām un nekustīgām aprīkojuma daļām.



KAITĪGAIS FAKTORS: ELEKTROIETAISĒS UN APRĪKOJUMS

### 4. Kontroljautājumu saraksts

#### A daļa: Vai darba vietā ir kaitīgie faktori?

JĀ – ja Jūs esat atzīmējuši vismaz vienu atbildi, kas ir marķēta ar ☒

Lūdzu, ņemiet vērā, ka šis jautājumu saraksts neaptver visus iespējamus gadījumus, kas var radīt briesmas.

| JAUTĀJUMS                                                                                                                                  | JĀ                               | NĒ                               |
|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----------------------------------|----------------------------------|
| 1. Vai esat pārliecināts, ka drošības ierīces un slēdži ir darba kārtībā?                                                                  | <input type="radio"/>            | <input checked="" type="radio"/> |
| 2. Vai uz līnijām ir jebkāda bojāta izolācija (piemēram, mezgļi vai atklāti vadi)?                                                         | <input checked="" type="radio"/> | <input type="radio"/>            |
| 3. Vai ir jebkādi bojāti elektroierīču apvalki un vai tie ir aizsargāti pret nejaušu vai neatļautu piekļūšanu?                             | <input checked="" type="radio"/> | <input type="radio"/>            |
| 4. Vai ir jebkādi elektroaprīkojuma apvalki bez marķējuma saskaņā ar IEC – 60417-5036 standartu (melns zibens uz dzeltena trijstūra fona)? | <input checked="" type="radio"/> | <input type="radio"/>            |
| 5. Vai ir jebkādi bojāti kontakti vai kontaktligzdas?                                                                                      | <input checked="" type="radio"/> | <input type="radio"/>            |
| 6. Vai ir jebkāda iespēja lietot elektroierīci nepareizi?                                                                                  | <input checked="" type="radio"/> | <input type="radio"/>            |
| 7. Vai ir iespējams lietot mitras elektroierīces, vai drīkst tās lietot ar slapjām rokām un strādāt mitrās drēbēs?                         | <input checked="" type="radio"/> | <input type="radio"/>            |
| 8. Vai ir iespējams darbs bīstamā elektroietaišu tuvumā?                                                                                   | <input checked="" type="radio"/> | <input type="radio"/>            |
| 9. Vai darba zonu tuvumā atrodas kādas atklātas, neizolētas vai neaizsargātas elektroietaišu daļas?                                        | <input checked="" type="radio"/> | <input type="radio"/>            |
| 10. Vai ir kādas neaizsargātas vadītspējīgas daļas, kas nav saņemtas?                                                                      | <input checked="" type="radio"/> | <input type="radio"/>            |
| 11. Vai ir kādas elektrostātiskās izlādes (tādas kā degvielas uzpildes laikā)?                                                             | <input checked="" type="radio"/> | <input type="radio"/>            |

#### B daļa: Riska samazināšanas preventīvo pasākumu piemēri

- ☐ Veikt vizuālas apskates defektu noteikšanai pirms darba uzsākšanas.
- ☐ Nodrošināt regulāras pārbaudes, ko veic attiecīgs speciālists.
- ☐ Izmantot tikai tādu aprīkojumu, kam ir CE marķējums.
- ☐ Aprīkojuma bojājumu vai defektu gadījumā: izslēgt to, nekavējoties atvienot no strāvas (izraujot kontaktdakšu) un ziņot par bojājumu.
- ☐ Nodrošināt, ka remontus un apkopes veic speciālists ar attiecīgu elektrodrošības grupu.
- ☐ Izvēlēties un izmantot atbilstoša veida aprīkojumu (ar mehānisku aizsardzību, IP aizsardzības tips, u. tml.).
- ☐ Veikt darbu saskaņā ar instrukcijām.
- ☐ Ierobežot ceļšanas mehānismu darba zonas.
- ☐ Pārbaudīt aprīkojumu pirms to uzsāk izmantot pēc remontiem, kā arī veikt periodiskas pārbaudes.
- ☐ Izmantot pazemes kabelus.

5. Kontroljautājumu saraksts

KAITĪGAIS FAKTORS: UGUNSBĪSTAMĪBA

A daļa: Vai darba vietā ir kaitīgie faktori?

JĀ – ja Jūs esat atzīmējuši vismaz vienu atbildi, kas ir marķēta ar   
Lūdzu, ņemiet vērā, ka šis jautājumu saraksts neaptver visus iespējamos gadījumus, kas var radīt briesmas.

| JAUTĀJUMS |                                                                                                                                             | JĀ                                                                                    | NĒ                                                                                    |
|-----------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------|
| 1.        | Vai jūs izmantojiet oksidējošas vai ugunsnedrošas vielas, piemēram, krāsas, līmes, lakas un šķīdinātājus?                                   |    |    |
| 2.        | Vai oksidējošas vai ugunsnedrošas vielas tiek uzglabātas ventilējamās telpās?                                                               |    |    |
| 3.        | Vai visām izmantotajām bīstamām ķīmiskām vielām ir drošības datu lapas?                                                                     |    |    |
| 4.        | Vai šeit ir jebkādi uzliesmošanas avoti (piemēram, atklāta liesma, elektroinstrumenti, elektrostatiskās izlādes vai augsta temperatūra)?    |    |    |
| 5.        | Vai ugunsbīstamās zonas ir atbilstoši apzīmētas?                                                                                            |    |    |
| 6.        | Vai nodarbinātie, kuri izmanto uzliesmojošas un viegli uzliesmojošas vielas tiek regulāri informēti par šo ķīmisko vielu bīstamām īpašībām? |  |  |
| 7.        | Vai ir pieejams ugunsdzēsības inventārs, tas ir piemērots un ir darba kārtībā?                                                              |  |  |
| 8.        | Vai ugunsdzēsības inventārs ir derīgs un regulāri tiek veiktas tā apkopes?                                                                  |  |  |
| 9.        | Vai ugunsdzēsības inventārs ir viegli pieejamās un redzamās vietās?                                                                         |  |  |
| 10.       | Vai ir evakuācijas plāns un rīcības plāns ārkārtas situācijās?                                                                              |  |  |
| 11.       | Vai evakuācijas ceļi ir apzīmēti?                                                                                                           |  |  |
| 12.       | Vai ir uguns trauksmes sistēma (signalizācija)?                                                                                             |  |  |
| 13.       | Vai uguns trauksmes sistēma (signalizācija) ir pārbaudīta?                                                                                  |  |  |
| 14.       | Vai tiek veikti ugunsdzēsības treniņi?                                                                                                      |  |  |

B daļa: Riska samazināšanas preventīvo pasākumu piemēri

- ☐
- Oksidējošu un ugunsnedrošu vielu piemērota uzglabāšana (piemēram, nepārsniegt maksimālo uzglabāšanas temperatūru).
- ☐
- Oksidējošu un uzliesmojošo vielu nošķiršana.
- ☐
- Uzliesmošanas avotu novēršana vai aizvākšana (t. sk., smēķēšanas aizliegšana).
- ☐
- Nodrošināt drošības datu lapas visām ugunsnedrošām vielām.
- ☐
- Bīstamo zonu norobežošana.
- ☐
- Nodrošināt, ka darbi ar atklātu liesmu tiek veikti saskaņā ar atbilstošām atļaujām.
- ☐
- Nodrošināt ugunsdzēsamos aparātus (atbilstošā skaitā un ar piemērotu ugunsdzēsamo vielu).
- ☐
- Nodrošināt, ka elektroinstrumenti un instalācijas tiek regulāri pārbaudītas.
- ☐
- Nodrošināt atbilstošu ugunsdzēsības inventāra izvēli.
- ☐
- Regulāri pārbaudīt un apkopt ugunsdzēsības inventāru.
- ☐
- Ieviest ugunsdzēsības trauksmes sistēmu.
- ☐
- Izveidot evakuācijas un glābšanās ceļus, uzturēt tos tīrus un brīvus.
- ☐
- Nodrošināt nodarbināto apmācību.
- ☐
- Sarīkot ārkārtas situāciju treniņus.

PIEZĪMES

## 6. Kontroljautājumu saraksts

KAITĪGAIS FAKTORS: SPRĀDZIENBĪSTAMĪBA

### A daļa: Vai darba vietā ir kaitīgie faktori?

JĀ – ja Jūs esat atzīmējuši vismaz vienu atbildi, kas ir marķēta ar   
Lūdzu, ņemiet vērā, ka šis jautājumu saraksts neaptver visus iespējamus gadījumus, kas var radīt briesmas.

| JAUTĀJUMS                                                                                                                                                                                        | JĀ                                                                                    | NĒ                                                                                    |
|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------|
| 1. Vai tiek izmantotas jebkādas sprādzienbīstamas vielas?                                                                                                                                        |    |    |
| 2. Vai visām izmantotajām sprādzienbīstamām ķīmiskām vielām ir drošības datu lapas?                                                                                                              |    |    |
| 3. Vai sprādzienbīstamas ķīmiskās vielas ir atbilstoši marķētas?                                                                                                                                 |    |    |
| 4. Vai darba vietā veidojošies sprādzienbīstami maisījumi (piemēram, gaiss un gāzes – ūdeņradis vai metāns, gaiss un benzīna vai acetona tvaiki, gaiss un koka putekļi)?                         |    |    |
| 5. Vai ir kādas zonas, kur iespējams sprādziena risks (piemēram, telpas, kurās tiek uzglabātas krāsas vai šķīdinātāji, ugunsnedroši šķidrumi vai gāzes)?                                         |    |    |
| 6. Vai ir kādas zonas, kur ir sprādziena risks, kas var rasties ugunsnedrošu vielu piesārņojuma rezultātā, paaugstinātas uzglabāšanas temperatūras vai pārmērīga uzglabājamo vielu daudzuma dēļ? |  |  |
| 7. Vai gāzes iekārtas ir noslēgtas un regulāri pārbaudītas?                                                                                                                                      |  |  |
| 8. Vai izmantotie elektroinstrumenti ir piemēroti darbam sprādzienbīstamās zonās?                                                                                                                |  |  |
| 9. Vai ir jebkādi uzliesmošanas avoti vai sprādzienbīstamas zonas?                                                                                                                               |  |  |
| 10. Vai sprādzienbīstamās zonās ir jebkādi augstas temperatūras avoti?                                                                                                                           |  |  |
| 11. Vai sprādzienbīstamās zonās ir jebkādi elektrostatiskie lauki?                                                                                                                               |  |  |
| 12. Vai ir ventilācijas sistēma un tā tiek regulāri pārbaudīta?                                                                                                                                  |  |  |
| 13. Vai sprādzienbīstamās zonas ir marķētas?                                                                                                                                                     |  |  |
| 14. Vai nepārtraukti tiek veikta sprādzienbīstamo vielu koncentrācijas kontrole?                                                                                                                 |  |  |
| 15. Vai kontroles mērierīces tiek regulāri pārbaudītas?                                                                                                                                          |  |  |
| 16. Vai nodarbinātie, kuri izmanto sprādzienbīstamas vielas vai preparātus, tiek regulāri informēti par šo bīstamo vielu īpašībām?                                                               |  |  |

### B daļa: Riska samazināšanas preventīvo pasākumu piemēri

- ☐
- Izmantot ventilāciju un kontrolēt koncentrācijas.
- ☐
- Nodrošināt drošības datu lapas visām sprādzienbīstamām ķīmiskām vielām.
- ☐
- Uzliesmošanas avotu novēršana vai aizvākšana.
- ☐
- Uzglabāt vielas, kas saskarsmē ar gaisu var veidot sprādzienbīstamus maisījumus, norobežojot tās no atklātas liesmas, elektroinstrumentiem, dzirkstelēm u. tml.
- ☐
- Uzglabāt pēc iespējas mazāku vielu daudzumu.
- ☐
- Ievērojot instrukcijas, neglabāt kopā noteiktus produktus.
- ☐
- Izvairīties no piesārņojuma un izlieto produktu iepildīšanas atpakaļ iepakojumā.
- ☐
- Norobežot jebkādas sprādzienbīstamas zonas.
- ☐
- Apzīmēt jebkādas sprādzienbīstamas zonas.
- ☐
- Nodrošināt, ka darbi ar atklātu liesmu tiek veikti saskaņā ar atbilstošām atļaujām.
- ☐
- Apzīmēt evakuācijas un glābšanās ceļus un turēt tos brīvus.
- ☐
- Apmācīt nodarbinātos.
- ☐
- Sarīkot ārkārtas situāciju treniņus.

### PIEZĪMES ▶



## 7. Kontroljautājumu saraksts

KAITĪGAIS FAKTORS: ĶĪMISKĀS VIELAS UN PRODUKTI

### A daļa: Vai darba vietā ir kaitīgie faktori?

JĀ – ja Jūs esat atzīmējuši vismaz vienu atbildi, kas ir marķēta ar   
Lūdzu, ņemiet vērā, ka šis jautājumu saraksts neaptver visus iespējamus gadījumus, kas var radīt briesmas.

| JAUTĀJUMS                                                                                                                                                                                                                                                | JĀ                                                                                    | NĒ                                                                                    |
|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------|
| 1. Vai jūs izmantojiet bīstamas ķīmiskās vielas (klasificētas kā ļoti toksiskas, toksiskas, kaitīgas, kodīgas, kairinošas, kancerogēnas, mutagēnas, sprādzienbīstamas, oksidējošas, ļoti viegli uzliesmojošas, viegli uzliesmojošas, vai uzliesmojošas)? |    |    |
| 2. Vai visām izmantotajām bīstamām ķīmiskām vielām ir drošības datu lapas?                                                                                                                                                                               |    |    |
| 3. Vai visas bīstamās ķīmiskās vielas ir atbilstoši marķētas?                                                                                                                                                                                            |    |    |
| 4. Vai tiek nodrošināta pareiza apiešanās ar visām bīstamām ķīmiskām vielām?                                                                                                                                                                             |    |    |
| 5. Vai visi nodarbinātie, kuri izmanto bīstamas ķīmiskās vielas, tiek regulāri informēti par šo ķīmisko vielu bīstamām īpašībām?                                                                                                                         |  |  |
| 6. Vai nodarbinātie jaunieši vai grūtnieces var nonākt kontaktā ar kancerogēnām vai mutagēnām vielām?                                                                                                                                                    |  |  |
| 7. Vai ir veikti bīstamo ķīmisko vielu koncentrācijas laboratoriskie mērījumi (darba vides gaisā) vielām, kurām ir noteiktas maksimālās pieļaujamās koncentrācijas (AER – aroda ekspozīcijas robežvērtības)?                                             |  |  |
| 8. Vai izmērītās ķīmisko vielu koncentrācijas ir zemākas par aroda ekspozīcijas robežvērtībām?                                                                                                                                                           |  |  |
| 9. Vai visas darba vietas, kurās tiek izmantotas bīstamās ķīmiskās vielas, tiek nodrošinātas ar kolektīvajiem aizsardzības līdzekļiem (vispārējo ventilāciju un lokālo nosūces ventilāciju)?                                                             |  |  |
| 10. Vai ventilācijas sistēma tiek regulāri pārbaudīta?                                                                                                                                                                                                   |  |  |
| 11. Vai nodarbinātie, kuri strādā ar bīstamām ķīmiskām vielām, tiek nodrošināti ar individuālajiem aizsardzības līdzekļiem (cimdiem, aizsargbrillēm vai sejas aizsegiem, respiratoriem)?                                                                 |  |  |
| 12. Vai nodarbinātiem, kuri strādā ar bīstamām ķīmiskām vielām vai produktiem, tiek veiktas regulāras veselības pārbaudes?                                                                                                                               |  |  |
| 13. Vai nodarbinātiem, kuri strādā ar kancerogēnām vielām vai produktiem, tiek veiktas regulāras veselības pārbaudes?                                                                                                                                    |  |  |
| 14. Vai visi nodarbinātie ir pareizi apmācīti darbam un darbībām ar bīstamām ķīmiskām vielām vai produktiem?                                                                                                                                             |  |  |

### B daļa: Riska samazināšanas preventīvo pasākumu piemēri

- ☐ Aizvietot ļoti toksiskas vielas ar mazāk toksiskām vielām.
- ☐ Iespēju robežās neizmantot kancerogēnas vai mutagēnas vielas.
- ☐ Izmantot automātiskas sistēmas darbos ar bīstamām ķīmiskām vielām.
- ☐ Nodrošināt drošības datu lapas visām izmantotajām bīstamām ķīmiskām vielām.
- ☐ Nodrošināt, ka visas bīstamās ķīmiskās vielas ir atbilstoši apzīmētas.
- ☐ Nodrošināt pareizu apiešanos ar visām bīstamām ķīmiskām vielām.
- ☐ Uzglabāt atsevišķi uzliesmojošas un ugunsnedrošas vielas.
- ☐ Nodrošināt bīstamo ķīmisko vielu koncentrācijas mērījumus un uzraudzību darba vidē.
- ☐ Ierīkot atbilstošus kolektīvos aizsardzības līdzekļus.
- ☐ Nodrošināt nodarbinātos ar individuālajiem aizsardzības līdzekļiem.
- ☐ Nodrošināt lokālo nosūces ventilāciju visās darba vietās, kur ķīmisko vielu koncentrācija pārsniedz pieļaujamo robežvērtību (piemēram, nosūces sistēma smidzināšanas, krāsošanas vai gruntēšanas darbos).
- ☐ Veikt regulāras aprikojuma, ko izmanto darbā ar ķīmiskām vielām, regulāras tehniskās pārbaudes un apkopes.
- ☐ Nosūces ventilācijas regulāras pārbaudes un tīrīšana, lai nodrošinātu tās maksimālu efektivitāti.
- ☐ Nodrošināt nodarbināto, kuri strādā ar bīstamām ķīmiskām vielām vai produktiem, it īpaši kancerogēnām vai mutagēnām vielām, regulāras veselības pārbaudes.
- ☐ Nodarbināto regulāras apmācības par bīstamo ķīmisko vielu radīto risku un drošu darbu ar tām.

### PIEZĪMES





## 8. Kontroljautājumu saraksts

KAITĪGAIS FAKTORS: TROKSNIS

### A daļa: Vai darba vietā ir kaitīgie faktori?

JĀ – ja Jūs esat atzīmējuši vismaz vienu atbildi, kas ir marķēta ar ☒

Lūdzu, ņemiet vērā, ka šis jautājumu saraksts neaptver visus iespējamus gadījumus, kas var radīt briesmas.

#### JAUTĀJUMS

|                                                                                                                             | JĀ                               | NĒ                    |
|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----------------------------------|-----------------------|
| 1. Vai augsts trokšņa līmenis rodas darba operāciju rezultātā (piemēram, vairāku metāla detaļu saskarsmē, dzinēji u. tml.)? | <input checked="" type="radio"/> | <input type="radio"/> |
| 2. Vai augsts trokšņa līmenis var rasties apkārtnes troksnim, rezonējot starp ēkām?                                         | <input checked="" type="radio"/> | <input type="radio"/> |
| 3. Vai darba procesā radies troksnis var noslāpēt trauksmes signālu?                                                        | <input checked="" type="radio"/> | <input type="radio"/> |
| 4. Vai troksnis ir tik liels, ka Jums ir jāpaceļ balss, lai sarunātos ar citiem cilvēkiem darba vietā?                      | <input checked="" type="radio"/> | <input type="radio"/> |
| 5. Vai Jūs netīšām paceļat balsi, sarunājoties ar cilvēkiem pēc darba vietas atstāšanas?                                    | <input checked="" type="radio"/> | <input type="radio"/> |

### B daļa: Riska samazināšanas preventīvo pasākumu piemēri

- ☐ Noteikt trokšņa līmeņus, kam pakļauti nodarbinātie; pārbaudīt šo līmeņu atbilstību MK noteikumu nr. 66 «Darba aizsardzības prasības pret darba vides trokšņa radīto risku» (04. 02. 2003.) prasībām.
- ☐ Ieviest tehniskos pasākumus, kas varētu samazināt trokšņa emisijas līmeni (piemēram, izolējot vibrējošas iekārtu daļas no apkārtējās vides, izmantojot aerodinamisko slāpēšanu, izmantojot dažāda veida klusinātājus, plastisku, amortizējošu ierīču u. c. mehānismu paliktņu lietošana).
- ☐ Pārvietot trokšņa avotus tālāk no nodarbinātajiem.
- ☐ Ierobežot nodarbināto darba ilgumu trokšņa zonās.
- ☐ Ieviest speciālas troksni slāpējošas barjeras, aizsargekrānus, porainus, caurumus vai citas speciālas konstrukcijas (antirezonanses) celtniecības materiālus, paneļus utt.
- ☐ Identificēt trokšņa zonas un apzīmēt tās ar attiecīgām drošības zīmēm («Jālieto dzirdes aizsardzības līdzekļi»).
- ☐ Nodrošināt atbilstošus dzirdes aizsardzības līdzekļus (konsultējoties ar nodarbinātajiem vai viņu pārstāvjiem).
- ☐ Nodrošināt dzirdes aizsardzības līdzekļu lietošanu.
- ☐ Nodrošināt, ka dzirdes aizsardzības līdzekļi ir efektīvi un pareizi uzturēti.
- ☐ Nodrošināt nodarbinātos ar informāciju, instrukcijām un apmācību.
- ☐ Nodrošināt regulāras nodarbināto, kuri pakļauti paaugstinātam trokšņa līmenim (virs 80 dB) veselības pārbaudes.

KAITĪGAIS FAKTORS: VIBRĀCIJA

## 9. Kontroljautājumu saraksts

### A daļa: Vai darba vietā ir kaitīgie faktori?

JĀ – ja Jūs esat atzīmējuši vismaz vienu atbildi, kas ir marķēta ar ☒

Lūdzu, ņemiet vērā, ka šis jautājumu saraksts neaptver visus iespējamus gadījumus, kas var radīt briesmas.

#### JAUTĀJUMS

|                                                                                                                             | JĀ                               | NĒ                    |
|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----------------------------------|-----------------------|
| 1. Vai darbs (bieži vai ilgstošos periodos) tiek veikts apstākļos, kad ir skaidri jūtama vibrācija (gan stāvus, gan sēdus)? | <input checked="" type="radio"/> | <input type="radio"/> |
| 2. Vai darbā tiek izmantoti (bieži vai ilgstošos periodos) rokas elektroinstrumenti un aprīkojums, kas rada vibrāciju?      | <input checked="" type="radio"/> | <input type="radio"/> |

### B daļa: Riska samazināšanas preventīvo pasākumu piemēri

- ☐ Noteikt vibrācijas līmeni un tam pakļautos nodarbinātos; pārbaudīt atbilstību pieļaujamām robežvērtībām (MK noteikumi nr. 284 «Darba aizsardzība sprasības nodarbināto aizsardzībai pret vibrācijas radīto risku darba vidē» (13. 04. 2004.)).
- ☐ Izolēt darba vietas (sēdvietas, grīdas) no vibrācijas.
- ☐ Izvairīties no vibrāciju ģenerējoša aprīkojuma un instrumentiem.
- ☐ Samazināt darba ilgumu ar vibrāciju ģenerējošu aprīkojumu un ievērot pareizu darba režīmu (darbs ar vibrējošo darba aprīkojumu – citi darbi – atpūta).
- ☐ Izmantot pareizi aprīkotas instrumentus (rokturus ar izolāciju) un nodrošināt, ka tie ir pareizi uzturēti.
- ☐ Ievērot aprīkojuma un instrumentu lietošanas instrukcijas.
- ☐ Nodrošināt atbilstošu nodarbināto informēšanu un apmācību.
- ☐ Nodrošināt nodarbinātos ar speciāliem vibrāciju slāpējošiem cimdiem.
- ☐ Pārlicināties, ka šie aizsargcimdi tiek lietoti un atbilstoši uzturēti.
- ☐ Uzturēt darba telpas un rokas siltas; veikt roku masāžas.
- ☐ Nodrošināt nodarbinātos ar darba apģērbu, lai viņi būtu sausumā un siltumā.
- ☐ Veikt regulāras obligātās veselības pārbaudes.

10. Kontroljautājumu saraksts

KAITĪGAIS FAKTORS: APGAISMOJUMS

A daļa: Vai darba vietā ir kaitīgie faktori?

JĀ – ja Jūs esat atzīmējuši vismaz vienu atbildi, kas ir marķēta ar   
Lūdzu, ņemiet vērā, ka šis jautājumu saraksts neaptver visus iespējamus gadījumus, kas var radīt briesmas.

| JAUTĀJUMS                                                                                                                                                                                                                                                                            | JĀ                               | NĒ                               |
|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----------------------------------|----------------------------------|
| 1. Vai darba vietas apgaismojums ir pietiekams, lai veikamo darbu izdarītu akurāti un efektīvi?                                                                                                                                                                                      | <input type="radio"/>            | <input checked="" type="radio"/> |
| 2. Vai darba zonā ir redzamas ēnas, kas var ietekmēt darba veikšanas precizitāti?                                                                                                                                                                                                    | <input checked="" type="radio"/> | <input type="radio"/>            |
| 3. Vai apgaismojums koplietošanas telpās, koridoros, kāpnēs, noliktavās utt. ir pietiekams drošas kustības nodrošināšanai un jebkādi traucējoši priekšmeti (piemēram, caurumi grīdās, uz grīdas guļoši priekšmeti, pakāpieni, slidenas virsmas vai virsmu apmales un šķautnes utt.)? | <input type="radio"/>            | <input checked="" type="radio"/> |
| 4. Vai spilgtas gaismas avoti vai atspīdumu uz virsmām var pasliktināt nodarbināto spēju saskatīt dažādus objektus?                                                                                                                                                                  | <input checked="" type="radio"/> | <input type="radio"/>            |
| 5. Vai ir bijušas jebkādas nodarbināto sūdzības par sliktu redzamību, pārāk spilgtu gaismu vai nepietiekamu apgaismojumu darba vietā?                                                                                                                                                | <input checked="" type="radio"/> | <input type="radio"/>            |
| 6. Vai redzamības laukā nav pārmērīgi gaismas kontrasti, kas var izraisīt acu nogurumu vai pārpūli?                                                                                                                                                                                  | <input checked="" type="radio"/> | <input type="radio"/>            |
| 7. Vai darba zonā ir gaismas atstarošanās (tiešā atstarošanās no pulētām, mirdzošām vai spīdīgām virsmām), kas var pārveidot uzdevuma redzamību?                                                                                                                                     | <input checked="" type="radio"/> | <input type="radio"/>            |
| 8. Vai ir būtiskas telpas apgaismojuma variācijas telpā ap darba vietu, kas var radīt vizuālo stresu?                                                                                                                                                                                | <input checked="" type="radio"/> | <input type="radio"/>            |
| 9. Vai objektu vai cilvēku ādas krāsas izskatās dabīgi darba vidē esošajā mākslīgajā apgaismojumā?                                                                                                                                                                                   | <input type="radio"/>            | <input checked="" type="radio"/> |
| 10. Vai drošības krāsas ir atpazīstamas esošajā mākslīgajā apgaismojumā?                                                                                                                                                                                                             | <input type="radio"/>            | <input checked="" type="radio"/> |
| 11. Vai ir redzama gaismas mirgošana (pulsācija)?                                                                                                                                                                                                                                    | <input checked="" type="radio"/> | <input type="radio"/>            |
| 12. Vai darbā esošu iekārtu kustīgas daļas esošajā mākslīgajā apgaismojumā var tikt uztvertas kā nekustīgas (vai ir stroboskopisks efekts)?                                                                                                                                          | <input checked="" type="radio"/> | <input type="radio"/>            |

B daļa: Riska samazināšanas preventīvo pasākumu piemēri

- ☐ Periodiski apgaismojuma mērījumi un apgaismojuma vienmērība veicamā darba zonā un apkārtējā telpā ap darba vietu.
- ☐ Periodiski apgaismojuma mērījumi un apgaismojuma vienmērība koplietošanas telpās, koridoros, kāpnēs utt.
- ☐ Apgaismojuma uzturēšana un lietošana saskaņā ar ražotāja norādījumiem, t. sk., spuldžu nomaiņas biežums, telpu tīrīšanas periodiskums un tīrīšanas metodes.
- ☐ Apgaismes ķermeņu uzstādīšanas principu ievērošana, piemēram, darba vietas iekārtojums, spuldžu veidi, jauda, gaismas krāsa un virsmu veidi (atstarojumi, krāsa, matējums vai spīdīgums).
- ☐ Papildus apgaismojuma vai lokālā apgaismojuma izmantošana darba vietās, kur nepieciešams augsts apgaismojuma līmenis.
- ☐ Izmantot vairāk netiešu vispārējo un lokālo apgaismojumu, lai novērstu ēnas darba zonā.
- ☐ Izvairīties no spīdīgām virsmām darba vietās (galdiem, citām mēbelēm utt.).
- ☐ Izvairīties no gaismas pulsācijas un stroboskopiskā efekta.
- ☐ Periodiski, izmantojot kontroljautājumus vai intervijas ar nodarbinātajiem, kuriem apgaismojums varētu radīt problēmas.

PIEZĪMES ▶





# 11. Kontroljautājumu saraksts

KAITĪGAIS FAKTORS: STRESS DARBAVIETĀ

## A daļa: Vai darba vietā ir kaitīgie faktori?

JĀ – ja Jūs esat atzīmējuši vismaz vienu atbildi, kas ir marķēta ar   
Lūdzu, ņemiet vērā, ka šis jautājumu saraksts neaptver visus iespējamus gadījumus, kas var radīt briesmas.

| JAUTĀJUMS                                                                                                                              | JĀ                               | NĒ                               |
|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----------------------------------|----------------------------------|
| <b>DARBA PRASĪBAS</b>                                                                                                                  |                                  |                                  |
| Vai nodarbinātie parasti vai laiku pa laikam strādā saspringtos apstākļos (ātrs darba temps, īsi termiņi)?                             | <input checked="" type="radio"/> | <input type="radio"/>            |
| Vai nodarbinātie parasti vai laiku pa laikam strādā garas darba stundas?                                                               | <input checked="" type="radio"/> | <input type="radio"/>            |
| Vai darba slodze parasti vai laiku pa laikam ir ļoti liela?                                                                            | <input checked="" type="radio"/> | <input type="radio"/>            |
| Vai darbavietā pastāv līdzsvars starp fiziskajām un garīgajām prasībām un darba ņēmēju spējām?                                         | <input type="radio"/>            | <input checked="" type="radio"/> |
| Vai darbs ir vienmuļš?                                                                                                                 | <input checked="" type="radio"/> | <input type="radio"/>            |
| Vai pastāv citi būtiski riska faktori (troksnis, temperatūra, ķīmiskas vielas u.t.t.)?                                                 | <input checked="" type="radio"/> | <input type="radio"/>            |
| Vai nodarbinātajiem ir skaidri darba pienākumi?                                                                                        | <input type="radio"/>            | <input checked="" type="radio"/> |
| Vai nodarbinātajiem ir pretrunīgas, nesaprotamas prasības darbam?                                                                      | <input checked="" type="radio"/> | <input type="radio"/>            |
| Vai nodarbinātie, pildot darba pienākumus, ir sociāli izolēti (strādā vienatnē, bez kontakta iespējām ar citiem nodarbinātajiem)?      | <input checked="" type="radio"/> | <input type="radio"/>            |
| <b>DARBA KONTROLE</b>                                                                                                                  |                                  |                                  |
| Vai nodarbinātie var ietekmēt metodes, kuras tie izmanto sava darba veikšanai?                                                         | <input type="radio"/>            | <input checked="" type="radio"/> |
| Vai nodarbinātie var ietekmēt sava darba saturu?                                                                                       | <input type="radio"/>            | <input checked="" type="radio"/> |
| Vai nodarbinātajiem ir iespēja plānot savu darbu, patstāvīgi pieņemt lēmumus un uzņemties atbildību?                                   | <input type="radio"/>            | <input checked="" type="radio"/> |
| Vai darbs ir sadalīts tik daudzos uzdevumos, ka nodarbinātajiem, iespējams, ir minimāla līdzdalības izjūta attiecībā uz gala produktu? | <input checked="" type="radio"/> | <input type="radio"/>            |
| Vai maiņu grafiks tiek saplānots iepriekš?                                                                                             | <input type="radio"/>            | <input checked="" type="radio"/> |
| Vai maiņu grafiku plāno, apspriežoties ar nodarbinātajiem?                                                                             | <input type="radio"/>            | <input checked="" type="radio"/> |
| Vai darbalais ir nemaināms?                                                                                                            | <input checked="" type="radio"/> | <input type="radio"/>            |
| <b>SOCIĀLĀ VIDE</b>                                                                                                                    |                                  |                                  |
| Vai darbavietā ir nepilnvērtīga sociālā vide?                                                                                          | <input checked="" type="radio"/> | <input type="radio"/>            |
| Vai sadarbība starp dažādām nodarbināto grupām (piem., dažādiem departamentiem) ir nepilnvērtīga?                                      | <input checked="" type="radio"/> | <input type="radio"/>            |
| Vai pastāv personīgi konflikti vai konflikti starp nodarbināto grupām?                                                                 | <input checked="" type="radio"/> | <input type="radio"/>            |
| Vai ir nepārrunāti darba jautājumi un problēmas starp nodarbinātajiem un vadītājiem?                                                   | <input checked="" type="radio"/> | <input type="radio"/>            |
| Vai nodarbinātie savstarpēji daudz konkure?                                                                                            | <input checked="" type="radio"/> | <input type="radio"/>            |
| Vai ir bijuši iebiedēšanas vai aizskaršanas gadījumi darba vietās?                                                                     | <input checked="" type="radio"/> | <input type="radio"/>            |
| Vai nodarbinātos apdraud sabiedrības (klientu, apmeklētāju u. c.) vardarbība (mutiski aizvainojumi, draudi vai fiziski uzbrukumi)?     | <input checked="" type="radio"/> | <input type="radio"/>            |

## JAUTĀJUMS

### ATBALSTS

|                                                                                                                                                | JĀ                    | NĒ                               |
|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------------------|----------------------------------|
| Vai nodarbinātie saņem vadītāju un kolēģu atbalstu?                                                                                            | <input type="radio"/> | <input checked="" type="radio"/> |
| Vai nodarbinātie saņem gan pozitīvās, gan negatīvās atsauksmes par padarīto darbu?                                                             | <input type="radio"/> | <input checked="" type="radio"/> |
| Vai nodarbinātie tiek uzteikti un apbalvoti par labi padarītu darbu?                                                                           | <input type="radio"/> | <input checked="" type="radio"/> |
| Vai jaunie nodarbinātie ir nodrošināti ar pienācīgu apmācību un uzraudzību darbavietā?                                                         | <input type="radio"/> | <input checked="" type="radio"/> |
| Lai mazinātu nodarbināto rūpes un neziņu, vai viņi tiek atbalstīti, plānojot pārmaiņas, un gadījumos, kad nav skaidra uzņēmuma nākotne u.tml.? | <input type="radio"/> | <input checked="" type="radio"/> |

## B daļa: Riska samazināšanas preventīvo pasākumu piemēri

### DARBA PRASĪBAS

- ☐ Nodrošināt pietiekamu resursu pieejamību ikdienā un lielas darba slodzes gadījumos.
- ☐ Organizēt darbu tā, lai maksimāli izvairītos no lielas darba slodzes un darbu uzkrāšanas.
- ☐ Iepriekš brīdināt par ražošanas plāniem un lielas darba slodzes periodiem.
- ☐ Uzraudzīt slodzi un sistemātiski pārbaudīt, kā cilvēki fiziski un psiholoģiski tiek galā ar ļoti lielu darba slodzi.
- ☐ Maksimāli ierobežot virsstundas un vienoties par kompensācijas veidiem pēc lielas darba slodzes periodiem.
- ☐ Nodrošināt, lai nodarbinātie būtu pietiekami kvalificēti savu pienākumu veikšanai.
- ☐ Nodrošināt līdzsvaru starp darba ņēmēju spējām un darba prasībām, lai nebūtu ne pārslodze, ne nepietiekama slodze.
- ☐ Nodrošināt nodarbinātajiem sistemātisku apmācību un atbalstu, lai tie spētu veikt savus uzdevumus.
- ☐ Iedrošināt darba ņēmējus pastāvīgi uzlabot savas prasmes.
- ☐ Paplašināt pienākumu loku, lai veicinātu dažādību darbā. Ieviest amatu vai pienākumu rotācijas shēmu.
- ☐ Nodrošināt, lai risks darbavietā tiktu izvērtēts un novērsts.
- ☐ Skaidri definēt darba ņēmēju pienākumus, funkcijas un atbildību.
- ☐ Organizēt darbu tā, lai nodarbinātajiem būtu iespēja strādāt vismaz ar vienu kolēģi. Veicināt darba ņēmēju sociālo mijiedarbību gan darbavietā, gan ārpus tās, piem., nodrošināt neformālu tikšanās telpu, organizēt sabiedriskus pasākumus.



## B daļa: Riska samazināšanas preventīvo pasākumu piemēri

### DARBA KONTROLE

- ☐ Konsultēt nodarbinātos un viņu pārstāvjus par darba organizēšanu, tā saturu un apjomu.
- ☐ Deleģēt nodarbinātajiem atbildību un problēmu risināšanu; uzticēties darba ņēmēju prasmēm un kompetencei.
- ☐ Sekot līdzi nodarbināto apmierinātībai ar darbu, analizēt neapmierinātības cēloņus.
- ☐ Vairo nodarbināto ieinteresētību par savu darbu, piemēram, izceļot viņu darba «dziļāko nozīmi», padarot redzamāku viņu ieguldījumu un ietekmi uz gala produktu vai pakalpojumu.
- ☐ Iepriekš plānot un informēt nodarbinātos par maiņu grafiku.
- ☐ Konsultēt nodarbinātos par maiņu grafiku, ja iespējams, pielāgojot darbalaiku darba ņēmēju vajadzībām.
- ☐ Daļēji ļaut viņiem pašiem plānot savas maiņas.
- ☐ Ieviest elastīgu darbalaiku un ģimenēm labvēlīgus nosacījumus.

### SOCIĀLĀ VIDE

- ☐ Izstrādāt un īstenot konfliktu risināšanas pasākumus darbavietā.
- ☐ Rīkot nodarbināto sapulces un apspriest radušās problēmas. Aicināt nodarbinātos pašiem noteikt problēmu cēloni un meklēt risinājumus.
- ☐ Nodrošināt, lai grupām jeb komandām būtu piemērots sastāvs.
- ☐ Nodrošināt personīgo konfliktu risināšanas apmācību. Jo īpaši nodrošināt vadītāju pienācīgu apmācību cilvēku vadīšanā.
- ☐ Veicināt cieņas ievērošanu.
- ☐ Nodrošināt mazāk aizsargātu nodarbināto (piem., jaunu nodarbināto) aizsardzību, piem., nodrošinot vadītāju atbalstu.
- ☐ Izstrādāt un ieviest pret-iebidēšanas politiku.
- ☐ Plānot darba vietas tā, lai pasargātu darba ņēmējus no vardarbības (piem., īpaši nožogojumi, uzraudzības sistēma).
- ☐ Novērst strādāšanu vienatnē.
- ☐ Jābūt izstrādātai politikai, kā cīnīties ar vardarbību, kas vērsta pret personālu, un tā jādara zināma sabiedrības locekļiem (norādot, ka vardarbība netiks pieļauta, un skaidrojot, kā uzņemums ar to cīnīsies).
- ☐ Jābūt efektīvai saziņas sistēmai, lai notiktu informācijas aprīte par sadursmēm un iespējamām ar vardarbību saistītajām problēmām.
- ☐ Nodarbināto apmācība, kā rīkoties vardarbīgu situāciju gadījumā (atpazīšana, atklāšana, palīdzības saņemšana, ziņošana u. t. t.).

### ATBALSTS

- ☐ Apmācību vadītāji sniedz konstruktīvu novērtējumu, uzteic un atbalsta savus padotos.
- ☐ Darbavietā ieviest īpašu jauno darbinieku apmācību; izmantot pieredzējušu personālu jaunā personāla apmācīšanai un uzraudzīšanai.
- ☐ Skaidri un godīgi informēt nodarbinātos un to pārstāvjus par visām plānotajām pārmaiņām (tai skaitā, – par štatu samazināšanu) pirms un pēc pārmaiņām, kā arī pārmaiņu laikā.
- ☐ Ļaut nodarbinātajiem apspriest un ietekmēt pārmaiņas.
- ☐ Štatu samazināšanas dēļ atlaistajiem nodarbinātajiem nodrošināt īpašu apmācību un profesionālu padomu par turpmākajām karjeras iespējām.

## PIEZĪMES

IV DAĻA: KAITĪGO FAKTORU IDENTIFIKĀCIJA UN PREVENTĪVO PASĀKUMU  
NOTEIKŠANA – SPECIFISKĀM NOZARĒM UN DARBIEM

Kontroljautājumi: Darbs birojā

A daļa: Vai darba vietā ir kaitīgie faktori?

JĀ – ja Jūs esat atzīmējuši vismaz vienu atbildi, kas ir marķēta ar   
Lūdzu, ņemiet vērā, ka šis jautājumu saraksts neaptver visus iespējamus gadījumus, kas var radīt briesmas.

| JAUTĀJUMS                                                                                                                                                                                                                             | JĀ                               | NĒ                               |
|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----------------------------------|----------------------------------|
| <b>DARBA VIDE</b>                                                                                                                                                                                                                     |                                  |                                  |
| Vai grīdas segums ir piemērots (bez caurumiem un šķēršļiem)?                                                                                                                                                                          | <input type="radio"/>            | <input checked="" type="radio"/> |
| Vai ir atbilstošs mikroklimats (temperatūra, siltuma starojums, gaisa relatīvais mitrums un gaisa plūsma atbilst optimālajiem mikroklimata parametriem saskaņā ar normatīvo aktu prasībām un ekspertu vai nodarbināto konsultācijām)? | <input type="radio"/>            | <input checked="" type="radio"/> |
| Vai telpas platība ir atbilstoša nodarbināto skaitam (saskaņā ar rekomendējamiem parametriem – 4,8 m² vienam nodarbinātajam)?                                                                                                         | <input type="radio"/>            | <input checked="" type="radio"/> |
| Vai telpā ir dabīgais pagaismojums?                                                                                                                                                                                                   | <input type="radio"/>            | <input checked="" type="radio"/> |
| Gadījumā, ja tiek izmantots dators, vai logi ir aprīkoti ar aizsēģstēmām (žalūzijas, saulesargi, aizkari), lai novērstu vai samazinātu gaismu, kas krīt uz ekrāna?                                                                    | <input type="radio"/>            | <input checked="" type="radio"/> |
| Vai gaismas avoti, logi un durvis, lakotas mēbeles vai sienas nerada tiešu spīdumu un, ciktāl iespējams, nerada atstarojumu uz ekrāna?                                                                                                | <input checked="" type="radio"/> | <input type="radio"/>            |
| Vai troksnis, ko rada darbstacijas aprīkojums, netraucē darba telpā sarunāties un koncentrēties darba pienākumu izpildei?                                                                                                             | <input checked="" type="radio"/> | <input type="radio"/>            |
| Vai vadi un kabeli netraucē nodarbinātajiem brīvi kustēties vai nerada pakļupšanas risku?                                                                                                                                             | <input checked="" type="radio"/> | <input type="radio"/>            |
| Vai darba vietas izmēri un plānojums nodrošina nodarbinātajam pietiekami daudz vietas, lai varētu mainīt ķermeņa stāvokli un brīvi kustēties?                                                                                         | <input type="radio"/>            | <input checked="" type="radio"/> |
| Vai telpas tiek kārtīgi uzkoptas un uzturētas?                                                                                                                                                                                        | <input type="radio"/>            | <input checked="" type="radio"/> |
| Vai ir pieejama pirmās palīdzības aptieciņa (un pirmās palīdzības sniegšanā apmācīts personāls)?                                                                                                                                      | <input type="radio"/>            | <input checked="" type="radio"/> |
| Vai evakuācijas ceļi un izejas ir atbilstoši apzīmētas, uzturētas brīvas un evakuācijas durvis ir viegli atveramas?                                                                                                                   | <input type="radio"/>            | <input checked="" type="radio"/> |
| <b>DATORS UN DISPLEJS</b>                                                                                                                                                                                                             |                                  |                                  |
| Vai rakstu zīmes uz ekrāna ir skaidrā formā, atbilstoša lieluma un ar atbilstošām atstarpēm starp rakstu zīmēm un rindām?                                                                                                             | <input type="radio"/>            | <input checked="" type="radio"/> |
| Vai attēls uz ekrāna ir stabils, bez mirgošanas vai cita veida nestabilitātes?                                                                                                                                                        | <input type="radio"/>            | <input checked="" type="radio"/> |
| Vai gaišumu un kontrastu starp rakstu zīmēm un fonu nodarbinātais var viegli regulēt un pielāgot apstākļiem?                                                                                                                          | <input type="radio"/>            | <input checked="" type="radio"/> |

| JAUTĀJUMS                                                                                                                                                                           | JĀ                    | NĒ                               |
|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------------------|----------------------------------|
| Vai displejs ir viegli pagriežams, noliecams un fiksējams atbilstoši nodarbinātā vajadzībām?                                                                                        | <input type="radio"/> | <input checked="" type="radio"/> |
| Vai telpas un darba vietas apgaismojums ir pietiekams un nodrošina atbilstošu kontrastu starp ekrānu un fonu veidojošo vidi, ņemot vērā darba veidu un nodarbinātā redzes prasības? | <input type="radio"/> | <input checked="" type="radio"/> |
| Vai attālums no acīm līdz ekrānam ir 60 cm ± 15 cm?                                                                                                                                 | <input type="radio"/> | <input checked="" type="radio"/> |
| Vai uz ekrāna nav spīduma un atstarojuma, kas varētu radīt neērtības nodarbinātajam?                                                                                                | <input type="radio"/> | <input checked="" type="radio"/> |
| Vai tastatūra ir pagriežama un atdalīta no ekrāna, un nodarbinātais var atrast ērtu darba stāvokli, lai novērstu roku un plaukstu nogurumu?                                         | <input type="radio"/> | <input checked="" type="radio"/> |
| Vai platība tastatūras un peles priekšā ir pietiekama, lai nodrošinātu atbalstu nodarbinātā rokām un plaukstām?                                                                     | <input type="radio"/> | <input checked="" type="radio"/> |
| Vai tastatūra un pele ir tuvu viena otrai; vai tās ir vienā līmenī?                                                                                                                 | <input type="radio"/> | <input checked="" type="radio"/> |
| Vai tastatūras virsma ir matēta un novērš atspīdumu?                                                                                                                                | <input type="radio"/> | <input checked="" type="radio"/> |
| Vai simboli uz taustiņiem ir pietiekami kontrastaini un viegli salasāmi?                                                                                                            | <input type="radio"/> | <input checked="" type="radio"/> |
| <b>DARBA VIETAS APRĪKOJUMS</b>                                                                                                                                                      |                       |                                  |
| Vai darba krēsls ir stabils un nodrošina nodarbinātajam iespēju brīvi kustēties un ieņemt ērtu stāvokli?                                                                            | <input type="radio"/> | <input checked="" type="radio"/> |
| Vai darba krēsla sēdekļa augstums ir regulējams?                                                                                                                                    | <input type="radio"/> | <input checked="" type="radio"/> |
| Vai darba krēsla atzveltnes augstums un slīpums ir regulējams?                                                                                                                      | <input type="radio"/> | <input checked="" type="radio"/> |
| Vai katram nodarbinātajam, ja viņš to vēlas, krēslam ir roku atbalsts?                                                                                                              | <input type="radio"/> | <input checked="" type="radio"/> |
| Vai katram nodarbinātajam, ja viņš to vēlas, ir kāju atbalsts?                                                                                                                      | <input type="radio"/> | <input checked="" type="radio"/> |
| Vai nodarbinātais var viegli (ikreiz nepagriežot galvu vai ķermeni) aizsniegt vai saskatīt visbiežāk lietotos priekšmetus?                                                          | <input type="radio"/> | <input checked="" type="radio"/> |
| Vai darba galda augstums ir pietiekams un nodrošina brīvu kustību nodarbinātā kājām un augšstilbiem?                                                                                | <input type="radio"/> | <input checked="" type="radio"/> |
| Vai ir regulējams dokumentu turētājs; vai to var nofiksēt lietotājam ērtā pozīcijā (lai viegli varētu lasīt dokumentu negrozot galvu)?                                              | <input type="radio"/> | <input checked="" type="radio"/> |
| <b>PROGRAMMATŪRA</b>                                                                                                                                                                |                       |                                  |
| Vai programmatūra ir piemērota darba uzdevumu veikšanai?                                                                                                                            | <input type="radio"/> | <input checked="" type="radio"/> |
| Vai programmatūra ir atbilstoša nodarbinātā pieredzei un zināšanu līmenim?                                                                                                          | <input type="radio"/> | <input checked="" type="radio"/> |
| Vai programmatūra ir nodrošināta ar palīdzības opcijām nodarbinātā dzimtajā valodā?                                                                                                 | <input type="radio"/> | <input checked="" type="radio"/> |
| Vai informācija uz displeja parādās nodarbinātajam pieņemamā formātā un ātrumā?                                                                                                     | <input type="radio"/> | <input checked="" type="radio"/> |
| Vai programmatūras problēmu gadījumā nodarbinātajam ir pieejama speciālista palīdzība?                                                                                              | <input type="radio"/> | <input checked="" type="radio"/> |

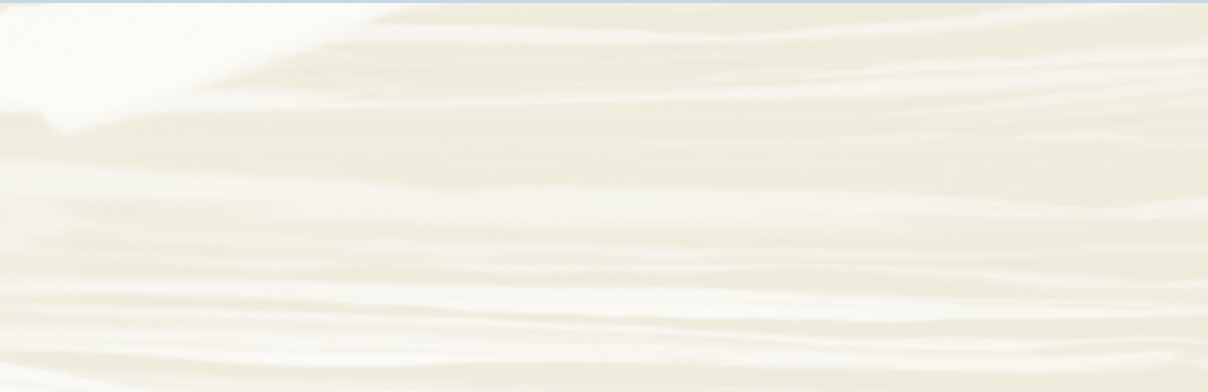


## A daļa: Vai darba vietā ir kaitīgie faktori?

JĀ – ja Jūs esat atzīmējuši vismaz vienu atbildi, kas ir marķēta ar   
Lūdzu, ņemiet vērā, ka šis jautājumu saraksts neaptver visus iespējamus gadījumus, kas var radīt briesmas.

| JAUTĀJUMS                                                                                                                                                                                                                               | JĀ                               | NĒ                               |
|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----------------------------------|----------------------------------|
| <b>DARBA ORGANIZĀCIJA</b>                                                                                                                                                                                                               |                                  |                                  |
| Vai ilgstoša darba gadījumā nodarbinātajam ir iespējas ievērot regulārus pārtraukumus vai mainīt darba veidu?                                                                                                                           | <input type="radio"/>            | <input checked="" type="radio"/> |
| Vai tiešais darbs ar datoru ir mazāks par sešām stundām dienā?                                                                                                                                                                          | <input type="radio"/>            | <input checked="" type="radio"/> |
| Vai nodarbinātajam ir uzdevumu daudzveidība?                                                                                                                                                                                            | <input type="radio"/>            | <input checked="" type="radio"/> |
| Vai nodarbinātais var kontrolēt uzdevuma veikšanas kārtību?                                                                                                                                                                             | <input type="radio"/>            | <input checked="" type="radio"/> |
| Vai nodarbinātie jūt psiholoģisko spriedzi, lai sasniegtu darba mērķi vai ievērotu termiņus?                                                                                                                                            | <input checked="" type="radio"/> | <input type="radio"/>            |
| Vai darba devējs nodarbinātajiem nodrošina atbilstošu informāciju, apmācību un konsultācijas pirms datoru lietošanas, programmatūras maiņas, darba vietu uzlabošanas utt.?                                                              | <input type="radio"/>            | <input checked="" type="radio"/> |
| <b>IETEKME UZ VESELĪBU</b>                                                                                                                                                                                                              |                                  |                                  |
| Vai tiek pievērsta īpaša uzmanība nodarbinātajiem, kuriem ir bijušas sūdzības par problēmām ar redzi?                                                                                                                                   | <input type="radio"/>            | <input checked="" type="radio"/> |
| Vai reizi gadā tiek veiktas regulāras nodarbināto redzes pārbaudes?                                                                                                                                                                     | <input type="radio"/>            | <input checked="" type="radio"/> |
| Ja veselības pārbaudē konstatēts, ka nodarbinātajam nepieciešami darba pienākumu veikšanai piemēroti speciāli medicīniski optiski redzes korekcijas līdzekļi (brilles), vai darba devējs ir nodrošinājis ar tiem attiecīgo nodarbināto? | <input type="radio"/>            | <input checked="" type="radio"/> |
| Ja ir bijušas nodarbināto sūdzības par sāpēm balsta – kustību aparātā (mugurā jostas – krustu rajonā, plecos, kājās, rokās, plaukstās), vai ir veikts darba vietas ergonomiskais novērtējums?                                           | <input type="radio"/>            | <input checked="" type="radio"/> |

## PIEZĪMES ▶



## B daļa: Riska samazināšanas preventīvo pasākumu piemēri

- DARBA VIDE**
- ☐ Veikt regulāru riska novērtēšanu.
  - ☐ Konsultēt personālu par piemērotām izmaiņām darba vidē.
  - ☐ Mērīt un kontrolēt darba vides parametrus.
  - ☐ Jaunu darba vietu iekārtošanā vai esošo pārveidošanā iesaistīt speciālistus.
- DATORS UN DISPLEJS**
- ☐ Nodrošināt, ka katram darba veidam tiek izmantots atbilstošs aprīkojums.
  - ☐ Jaunu darba vietu iekārtošanā vai esošo pārveidošanā ņemt vērā ergonomiskos aspektus.
- DARBA VIETAS APRĪKOJUMS**
- ☐ Pastāvīga aprīkojuma uzturēšana darba kārtībā, veikt apkopes.
  - ☐ Darba zonas pārkārtošana (atbilstoši ergonomikas prasībām).
- CILVĒKA – DATORA MIJIEDARBĪBA PROGRAMMATŪRAS ERGONOMIKA)**
- ☐ Nodarbināto apmācība programmatūras lietošanā.
  - ☐ Ieviest jaunākos tehnoloģiskos sasniegumus (programmatūras atjaunošana un papildināšana).
- DARBA ORGANIZĀCIJA**
- ☐ Nodrošināt nodarbinātos ar piemērotām instrukcijām.
  - ☐ Pastāvīga preventīvo pasākumu efektivitātes novērtēšana.
  - ☐ Konsultēt nodarbinātos par lēmumiem attiecībā uz darba organizēšanu.
  - ☐ Darba ilguma ietekmes uz veselību pārraudzība.
- IETEKME UZ VESELĪBU**
- ☐ Uzlabot darba vietas aprīkojuma ergonomisko funkcionalitāti, it īpaši attāluma attiecībā starp galdu – displeju – krēslu.
  - ☐ Apgaismojuma uzlabošana, atspulgu un atspīdumu uz ekrāna novēršana.
  - ☐ Sistemātiska nodarbināto veselības uzraudzība (attiecībā uz redzi, darbu piespiedu stāvokli un lokālu muskuļu sasprindzinājumu).

## Kontroljautājumi: Būvniecība

### A daļa: Vai darba vietā ir kaitīgie faktori?

JĀ – ja Jūs esat atzīmējuši vismaz vienu atbildi, kas ir marķēta ar   
Lūdzu, ņemiet vērā, ka šis jautājumu saraksts neaptver visus iespējamos gadījumus, kas var radīt briesmas.

| JAUTĀJUMS                                                                                                                                                       | JĀ                    | NĒ                               |
|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------------------|----------------------------------|
| Vai nodarbinātie var droši piekļūt darba vietai?                                                                                                                | <input type="radio"/> | <input checked="" type="radio"/> |
| Vai būvlaukums ir norobežots tā, ka tajā nevar iekļūt nepiederošas personas?                                                                                    | <input type="radio"/> | <input checked="" type="radio"/> |
| Vai ir veikti pasākumi, lai nodrošinātu citu personu drošību (piemēram, garāmejošo cilvēku)?                                                                    | <input type="radio"/> | <input checked="" type="radio"/> |
| Vai satiksmes ceļi ir tīri un pietiekami apgaismoti?                                                                                                            | <input type="radio"/> | <input checked="" type="radio"/> |
| Vai transporta līdzekļi ir aprīkoti ar skaņas signāliem, braukšanai atpakaļgaitā?                                                                               | <input type="radio"/> | <input checked="" type="radio"/> |
| Vai būvlaukumā ir kārtība un tas labi izvietots?                                                                                                                | <input type="radio"/> | <input checked="" type="radio"/> |
| Vai būvlaukums ir labi apgaismots?                                                                                                                              | <input type="radio"/> | <input checked="" type="radio"/> |
| Vai darba vietās ir atbilstošas drošības zīmes (piemēram, satiksmes ceļu, aizliegums nepiederošām personām, individuālo aizsardzības līdzekļu lietošana u. c.)? | <input type="radio"/> | <input checked="" type="radio"/> |
| Vai sadzīves un atpūtas telpas (ģērbtuves, dušas, tualetes) ir piemērotas, pietiekamā skaitā?                                                                   | <input type="radio"/> | <input checked="" type="radio"/> |
| Vai nodarbinātajiem ir telpas, kur paēst (virtuve u. tml.)?                                                                                                     | <input type="radio"/> | <input checked="" type="radio"/> |
| Vai ir pirmās palīdzības telpa un nodrošināta pirmās palīdzības sniegšana (apmācīti nodarbinātie)?                                                              | <input type="radio"/> | <input checked="" type="radio"/> |
| Vai nodarbinātie ir instruēti un apmācīti drošā smagumu pārvietošanā?                                                                                           | <input type="radio"/> | <input checked="" type="radio"/> |
| Vai ir nodrošinātas atbilstošas celšanas iekārtas lielu smagumu pārvietošanai?                                                                                  | <input type="radio"/> | <input checked="" type="radio"/> |
| Vai esošās elektrolīnijas (pazemes vai virszemes) ir identificētas?                                                                                             | <input type="radio"/> | <input checked="" type="radio"/> |
| Vai ir sistēma, kā strādāt, ja būvlaukumā vai tā tuvumā ir elektrolīnijas?                                                                                      | <input type="radio"/> | <input checked="" type="radio"/> |
| Vai tiek ievērota piesardzība, nodrošinot, ka elektroietaisies un aprīkojums tiek uzturēts darba kārtībā un to periodiski pārbauda speciālists?                 | <input type="radio"/> | <input checked="" type="radio"/> |
| Vai sastatnes montē, pārveido un demontē tikai kompetenti speciālisti?                                                                                          | <input type="radio"/> | <input checked="" type="radio"/> |
| Vai sastatnes tiek periodiski pārbaudītas?                                                                                                                      | <input type="radio"/> | <input checked="" type="radio"/> |
| Vai nodarbinātie izmanto pārvietojamās kāpnes tikai vieglu, vienkāršu un īslaicīgu darbu veikšanai un tikai tad, kad nav citas iespējas?                        | <input type="radio"/> | <input checked="" type="radio"/> |
| Vai nodarbinātie zina pārvietojamo kāpņu lietošanas drošības prasības?                                                                                          | <input type="radio"/> | <input checked="" type="radio"/> |
| Vai darba zonas platums uz sastatnēm ir lielāks par minimālo (60 cm)?                                                                                           | <input type="radio"/> | <input checked="" type="radio"/> |
| Vai lifti, celtņi un vinčas ir pareizi uzstādītas un tās ir pārbaudījuši kompetenti speciālisti?                                                                | <input type="radio"/> | <input checked="" type="radio"/> |
| Vai nodarbinātie izmanto pareizus aizsargus vai lieto drošības jostas, kad strādā augstumā?                                                                     | <input type="radio"/> | <input checked="" type="radio"/> |
| Vai ir veikti pasākumi, lai apturētu nodarbināto vai priekšmetu krišanu no augstuma?                                                                            | <input type="radio"/> | <input checked="" type="radio"/> |

| JAUTĀJUMS                                                                                                                                               | JĀ                    | NĒ                               |
|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------------------|----------------------------------|
| Vai visas būvlaukumā atrodošās personas lieto atbilstošus aizsardzības līdzekļus (piemēram, apavus, aizsargķiveri)?                                     | <input type="radio"/> | <input checked="" type="radio"/> |
| Vai tiek izmantoti piemēroti aizsardzības pasākumi putekļu koncentrācijas samazināšanai (piemēram, koka, cementa un kvarca)?                            | <input type="radio"/> | <input checked="" type="radio"/> |
| Vai tiek izmantoti piemēroti aizsardzības pasākumi trokšņa un vibrācijas samazināšanai vai novēršanai?                                                  | <input type="radio"/> | <input checked="" type="radio"/> |
| Vai darba aprīkojums tiek uzturēts darba kārtībā?                                                                                                       | <input type="radio"/> | <input checked="" type="radio"/> |
| Vai darba aprīkojuma drošības ierīces ir darba kārtībā (skaņas signāli, norobežojumi u. c.)?                                                            | <input type="radio"/> | <input checked="" type="radio"/> |
| Vai tiek izmantots aprīkojums aizsardzībai pret aprakšanu, lai samazinātu iebrukšanas risku?                                                            | <input type="radio"/> | <input checked="" type="radio"/> |
| Vai transporta līdzekļu un iekārtu operatori ir atbilstoši apmācīti?                                                                                    | <input type="radio"/> | <input checked="" type="radio"/> |
| Vai informāciju par potenciālajiem riskiem un noteiktajiem preventīvajiem drošības pasākumiem visi nodarbinātie saņem viņiem saprotamā valodā un veidā? | <input type="radio"/> | <input checked="" type="radio"/> |

### PIEZĪMES



## B daļa: Riska samazināšanas preventīvo pasākumu piemēri

### PROJEKTA SAGATAVOŠANAS POSMS

- ☐ Nodrošināt, ka darba drošības un veselības aizsardzības jautājumi ir integrēti būvprojektā.
- ☐ Samazināt krišanas no augstuma risku, nodrošinot piemērotas kāpnes, ko izmanto atbilstošā slīpumā un ir nostiprinātas pret nejaušu izkustēšanos.
- ☐ Projektēt un ieviest piekļūšanas maršrutus jumtiem.
- ☐ Nodrošināt, ka katra pacelšanas ierīce un pacelšanas mehānismu daļas, ietverot to sastāvdaļu elementus, balstus un stiprinājumus ir labas konstrukcijas, pareizi uzstādīt un izmantoti, uzturēti labā tehniskā kārtībā, kompetentu speciālistu pārbaudīti un inspicēti saskaņā ar nacionālo likumdošanu un ar tiem strādā atbilstoši apmācīti nodarbinātie.
- ☐ Nodrošināt atbilstošu un pietiekamu apgaismojumu katrā darba vietā, kāpņu telpās un jebkurā citā būvlaukuma vietā, kur nodarbinātie var doties vai strādāt.
- ☐ Nojaukšanas darbus plānot un izpildīt tikai kompetenta speciālista uzraudzībā.
- ☐ Organizēt atbilstošu būvgružu izvietošanu un savākšanu.
- ☐ Ēku uzturēšanā un nojaukšanā ņemt vērā visus piesardzības pasākumus, ja tiek strādāts ar azbestu vai to saturošiem materiāliem.
- ☐ Nodrošināt atbilstošu sadzīves telpu skaitu (dušas, tualetes), telpas, kur paēst un atpūsties, kā arī patverties nelabvēlīgos laika apstākļos.

### ORGANIZATORISKAIS POSMS

- ☐ Nepieciešamības gadījumos pārskatīt darbu grafiku, lai samazinātu risku.
- ☐ Darbus, kuros nepieciešami līdzīgi drošības pasākumi veikt vienlaicīgi, lai būtu iespējams izmantot kolektīvos aizsardzības līdzekļus.
- ☐ Pārlicināties, ka visi nodarbinātie, t. sk., arī tie, kas pietiekami labi nepārvalda valsts valodu, ir iepazīstināti ar potenciālajiem riska faktoriem būvlaukumā, veicamajiem drošības pasākumiem un viņu pienākumiem attiecībā uz darba drošības un veselības aizsardzības jautājumiem.
- ☐ Nodrošināt nepieciešamos individuālos aizsardzības līdzekļus (aizsargķiveres, cimds, sejas maskas, apavus u. c.).
- ☐ Nodrošināt būvlaukumā pirmās palīdzības aptieciņas.

### PROJEKTA IZPILDES POSMS

- ☐ Norīkot atbilstoši apmācītu darba aizsardzības koordinators projekta izpildes posmam.
- ☐ Ikdienā pārbaudīt sastatņu konstrukcijas pirms sākt jebkuru darbu būvlaukumā.
- ☐ Nekad nedemontēt sastatņu daļas pirms pilnīgas visu darbu pabeigšanas.
- ☐ Nodrošināt, lai darba zonas platums uz sastatnēm nav mazāks par 60 cm.
- ☐ Nekad nerāpties pa sastatnēm, vienmēr izmantot kāpnes.
- ☐ Nodrošināt, lai pārvietojamās kāpnes ir stabili novietotas atbilstošā slīpumā un to pamats nevar izslidēt vai sasnēties uz sāniem.
- ☐ Nodrošināt kāpņu pakāpienus ar pretslīdēšanas materiāliem un uzturēt tos tīrus.
- ☐ Nekad neizmantot vienkāršās kāpnes, kas augstākas par 6 metriem.
- ☐ Kāpjot augšā vai lejā pa pārvietojamām kāpnēm vienmēr skatīties, kur likt kāju un turēties ar abām rokām pie kāpnēm. Instrumentus vienmēr ielikt speciālā somā vai kabatās, lai abas rokas ir brīvas un tie netraucē kustēties, kā arī izmantot pacelšanas ierīces izmantoto materiālu un instrumentu celšanai.
- ☐ Strādājot uz pārvietojamām kāpnēm, nekad neizstiept ķermeni uz sāniem.
- ☐ Nekad nestrādāt uz jumtiem nelabvēlīgos laika apstākļos.
- ☐ Izvietot aizsargkonstrukcijas, strādājot augstumā vai uz jumta.
- ☐ Nekad nestaigāt pa virsmām, kas pārklātas ar trausliem vai nedrošiem materiāliem.
- ☐ Veikt būvlaukuma galveno elektrisko slēdžu un jebkādu atklātu elektrokabeļu vai iekārtu, kas ir zem, pār vai pašā būvlaukumā, ikdienas pārbaudes. Nekad neuzsākt jebkādu darbu pirms kompetents speciālists nav veicis šādas pārbaudes.
- ☐ Kontrolēt toksisku, bīstamu un sprādzienbīstamu produktu glabāšanu un nodrošināt, lai tie būtu apzīmēti.
- ☐ Uzturēt būvlaukumā kārtību.
- ☐ Uzturēt visas ejas un kāpnes brīvas un neaizkrautas ar šķēršļiem.

## PIEZĪMES ▶



## Kontroljautājumi: Pārtikas produktu ražošana

### A daļa: Vai darba vietā ir kaitīgie faktori?

JĀ – ja Jūs esat atzīmējuši vismaz vienu atbildi, kas ir marķēta ar 

Lūdzu, ņemiet vērā, ka šis jautājumu saraksts neaptver visus iespējamos gadījumus, kas var radīt briesmas.

#### JAUTĀJUMS

##### DARBA APRĪKOJUMS

Vai tiek izmantoti asi instrumenti (griežņi, naži, cirvji u. c.)?

Vai visas iekārtas ir aprīkotas ar aizsargierīcēm?

Vai tiek veikts darbs pie konveijera (iekrišanas, savainošanās, amputācijas u. c. risks)?

Vai nodarbināto apgērbis var tikt ierauts starp kustīgām iekārtu daļām, izraisot nodarbinātajam traumas?

Vai tiek izmantotas grēdas, krautnes, kaudzes?

Vai nodarbinātie ir kontaktā ar karstām vai aukstām aprīkojuma daļām vai materiāliem?

Vai tiek veikta darba aprīkojuma tīrīšana vai apkopes, kad tas ir pieslēgts strāvas avotam?

##### ĶĪMISKAIS UN BIOĻOĢISKAIS RISKS

Vai dzesēšanā tiek izmantots amonjaks vai citas ķīmiskās vielas?

Vai ir nepieciešama ieiešana slēgtās tilpnēs, cisternās vai rezervuāros (piemēram, pārbaužu vai apkopju laikā u. c.)?

Vai nodarbinātajiem ir tiešs kontakts ar izejmateriāliem un/vai dzīvnieku vai augu valsts materiāliem (bioloģiskais risks)?

##### SPRĀDZIENBĪSTAMĪBA

Vai darba vides gaisā pastāvīgi ir putekļi?

Vai darba vietā ir kādas spiedieniekārtas vai to kompleksi?

##### GAISA KVALITĀTE

Vai nodarbinātie ir pakļauti nepatīkamām smakām vai aromātiem?

Vai tiek izmantoti ventilatori bez aizsargrežģiem?

Vai tiek izmantoti atbilstoši nodarbināto elpceļu aizsarglīdzekļi (respiratori)?

##### VESELĪBAS RISKS

Vai nodarbinātie ir pakļauti karstai vai aukstai videi?

Vai nodarbinātie pārvieto smagumus vai strādā nogurdinošās darba pozās?

Vai nodarbinātie ilgstoši veic vienvēidīgu darbu vai strādā piespiedu stāvoklī?

Vai nodarbinātie strādā nakts maiņās?

#### JĀ

#### NĒ

### B daļa: Riska samazināšanas preventīvo pasākumu piemēri

##### DARBA APRĪKOJUMS

- ☐ Nodrošināt regulāru un konsekventu nodarbināto uzraudzību, darba aprīkojuma un darba vietu pārbaudes.
- ☐ Uztādīt piemērotus aizsargus, nodrošināt, ka darba aprīkojuma specifiskas daļas (mikseri, griešanas iekārtas u. c.) ir aprīkotas ar aizsargiem.
- ☐ Izmantot atbilstošus individuālos aizsardzības līdzekļus.
- ☐ Regulāras apmācības pret šai nozarei specifiskiem riskiem.
- ☐ Apmācīt nodarbinātos pareizai darba aprīkojuma lietošanai un uzturēšanai; nodrošināt, ka tikai attiecīgi apmācīti nodarbinātie strādā ar aprīkojumu.
- ☐ Nodrošināt, ka nodarbinātie specifisku aprīkojumu izmanto saskaņā ar drošības instrukcijām vai dokumentāciju.
- ☐ Visa darba aprīkojuma un tā daļu regulāras apkopes un tīrīšana.
- ☐ Nodrošināt bīstamo aprīkojuma daļu klasifikāciju.
- ☐ Nekad netīrīt un neapņemt iekārtas, kas nav pilnībā atvienotas no elektrības padeves.

##### ĶĪMISKAIS UN BIOĻOĢISKAIS RISKS

- ☐ Strādājot ar ķīmiskām vielām vai produktiem, izmantot atbilstošus individuālos aizsardzības līdzekļus (cimdus, aizsargbrilles, sejas aizsegus, respiratorus).
- ☐ Nodrošināt attiecīgu ķīmisko vielu un produktu uzglabāšanas zonu apzīmēšanu saskaņā ar normatīvo aktu prasībām, kā arī instrukcijas šādu materiālu pārvietošanai uzglabāšanas zonās un tam izmantotajam aprīkojumam.
- ☐ Neieiet slēgtās tilpnēs, cisternās vai rezervuāros, ja ārpusē nepaliek kāds uzraugs.
- ☐ Informēt nodarbinātos par izmantoto ķīmisko vielu un produktu īpašībām, aizsardzības pasākumiem un pirmās palīdzības sniegšanu.
- ☐ Nodrošināt nodarbināto veselības pārbaudes atbilstoši izmantotajām ķīmiskām vielām un produktiem.

##### SPRĀDZIENBĪSTAMĪBA

- ☐ Novērtēt dzesēšanas iekārtu un spiedieniekārtu un to kompleksu drošību, veikt regulāras to pārbaudes.
- ☐ Pievērst īpašu uzmanību aprīkojuma, kas tiek izmantots putekļainā vai sprādzienbīstamā vidē tīrīšanai un apkopēm.

##### GAISA KVALITĀTE

- ☐ Ja darba vides gaiss tiek piesārņots, ierīkot ventilāciju un veikt regulāras apkopes un telpu tīrīšanu.
- ☐ Aprīkot aprīkojuma tuvumā esošos ventilatorus ar aizsargrežģiem.
- ☐ Veikt darba vides gaisa kvalitātes kontroli.

##### VESELĪBAS RISKS

- ☐ Ievērot visas nepieciešamās higiēnas prasības.
- ☐ Regulāri nodrošināt nodarbinātos ar informāciju un apmācību.
- ☐ Regulāras nodarbināto obligātās veselības pārbaudes.
- ☐ Nodrošināt regulārus pārtraukumus un atbilstošu darba – atpūtas grafiku.

## Kontroljautājumi: Kokapstrāde

A daļa: Vai darba vietā ir kaitīgie faktori?

JĀ – ja Jūs esat atzīmējuši vismaz vienu atbildi, kas ir marķēta ar   
Lūdzu, ņemiet vērā, ka šis jautājumu saraksts neaptver visus iespējamus gadījumus, kas var radīt briesmas.

| JAUTĀJUMS                                                                                                                                                            | JĀ                               | NĒ                               |
|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----------------------------------|----------------------------------|
| <b>DARBA APRĪKOJUMS</b>                                                                                                                                              |                                  |                                  |
| Vai visas iekārtas ir aprīkotas ar aizsargierīcēm?                                                                                                                   | <input type="radio"/>            | <input checked="" type="radio"/> |
| Vai ir pieejamas instrukcijas droša darba veikšanai?                                                                                                                 | <input type="radio"/>            | <input checked="" type="radio"/> |
| Vai nodarbinātie ir apmācīti darba aprīkojuma lietošanai?                                                                                                            | <input type="radio"/>            | <input checked="" type="radio"/> |
| Vai darba aprīkojuma pārbaudes tiek veiktas regulāri?                                                                                                                | <input type="radio"/>            | <input checked="" type="radio"/> |
| Vai nodarbinātie izmanto palīgierīces, lai ievirzītu īsas vai šauras detaļas zāģī vai citos griezējinstrumentos?                                                     | <input type="radio"/>            | <input checked="" type="radio"/> |
| Vai ir iespējams, ka nodarbināto apģērbs var tikt ierauts starp kustīgām iekārtu daļām, izraisot nodarbinātajam traumas?                                             | <input checked="" type="radio"/> | <input type="radio"/>            |
| <b>ELEKTROBĪSTAMĪBA</b>                                                                                                                                              |                                  |                                  |
| Vai elektroiekārtas ir saņemtas?                                                                                                                                     | <input type="radio"/>            | <input checked="" type="radio"/> |
| Vai elektrības vadi, kabeļi un kontakti ir labā stāvoklī?                                                                                                            | <input type="radio"/>            | <input checked="" type="radio"/> |
| Vai visas kontaktligzdas, slēdži, armatūra ir aizklāta?                                                                                                              | <input type="radio"/>            | <input checked="" type="radio"/> |
| Vai darba aprīkojums, kas klasificējams kā bīstams, ir atbilstoši piemērots darba videi?                                                                             | <input type="radio"/>            | <input checked="" type="radio"/> |
| <b>GAISA KVALITĀTE</b>                                                                                                                                               |                                  |                                  |
| Vai kokapstrādes iekārtām ir nosūces sistēma, kas automātiski ieslēdzas, iedarbinot iekārtu?                                                                         | <input type="radio"/>            | <input checked="" type="radio"/> |
| Vai nosūces – pieplūdes ventilācija tiek regulāri pārbaudīta?                                                                                                        | <input type="radio"/>            | <input checked="" type="radio"/> |
| Vai tiek veikta pārsegumu, starpsienu un kabeļu kanālu attīrīšana no putekļiem?                                                                                      | <input type="radio"/>            | <input checked="" type="radio"/> |
| Vai tiek veikta gaisa kvalitātes kontrole darba telpās?                                                                                                              | <input type="radio"/>            | <input checked="" type="radio"/> |
| Vai nodarbinātie izmanto respiratorus, kad strādā ar izsmidzinātājpistolēm vai tamlīdzīgu aprīkojumu?                                                                | <input type="radio"/>            | <input checked="" type="radio"/> |
| <b>ĶĪMISKĀS VIELAS UN PRODUKTI</b>                                                                                                                                   |                                  |                                  |
| Vai visi nodarbinātie, kuri regulāri izmanto bīstamās ķīmiskās vielas un produktus tiek regulāri apmācīti?                                                           | <input type="radio"/>            | <input checked="" type="radio"/> |
| Vai nodarbinātie izmanto individuālos aizsardzības līdzekļus (cimdus, aizsargbrilles vai sejas aizsegus, respiratorus), kad strādā ar ķīmiskām vielām un produktiem? | <input type="radio"/>            | <input checked="" type="radio"/> |
| Vai ķīmiskās vielas un produkti netiek uzglabāti uzliesmošanas avotu tuvumā?                                                                                         | <input type="radio"/>            | <input checked="" type="radio"/> |

| JAUTĀJUMS                                                                                                                                    | JĀ                    | NĒ                               |
|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------------------|----------------------------------|
| <b>TROKSNIS UN VIBRĀCIJA</b>                                                                                                                 |                       |                                  |
| Vai tiek novērtēts trokšņa līmenis darba vietā?                                                                                              | <input type="radio"/> | <input checked="" type="radio"/> |
| Vai nodarbinātie, kuri pakļauti augstam trokšņa līmenim, lieto dzirdes aizsardzības līdzekļus?                                               | <input type="radio"/> | <input checked="" type="radio"/> |
| Vai Jūs izvairāties no vibrācijas, kas var tikt pārnesta no iekārtas uz nodarbinātā rokām pa apstrādājamo detaļu?                            | <input type="radio"/> | <input checked="" type="radio"/> |
| <b>VESELĪBAS RISKS</b>                                                                                                                       |                       |                                  |
| Vai Jūs organizējat nodarbināto obligātās veselības pārbaudes?                                                                               | <input type="radio"/> | <input checked="" type="radio"/> |
| Vai nodarbinātie, kuri pakļauti paaugstinātam trokšņa līmenim, tiek sūtīti uz periodiskām veselības pārbaudēm pie attiecīgiem speciālistiem? | <input type="radio"/> | <input checked="" type="radio"/> |
| Vai nodarbinātie ir apmācīti pareizai smagumu celšanai un pārvietošanai?                                                                     | <input type="radio"/> | <input checked="" type="radio"/> |
| Vai iekārtojot darba vietas tiek ņemtas vērā nodarbināto īpašās vajadzības (ergonomikas prasības)?                                           | <input type="radio"/> | <input checked="" type="radio"/> |

PIEZĪMES ▶



## Kontroljautājumi: Automašīnu remonts

## B daļa: Riska samazināšanas preventīvo pasākumu piemēri

## DARBA APRĪKOJUMS

- ☐ Pārliecināties, ka gan iekārtas operators, gan iekārta ir aprīkota ar nepieciešamo drošības aprīkojumu atbilstoši darba specifikai.
- ☐ Izmantot darba aprīkojumu atbilstoši ražotāja informācijai un dokumentācijai.
- ☐ Veikt regulāras darba aprīkojuma apkopes un pārbaudes.
- ☐ Ieviest piemērotas aizsargierīces.
- ☐ Apmācīt nodarbinātos darbam ar darba aprīkojumu un tā apkopēm.
- ☐ Nodrošināt, ka kokapstrādes iekārtas un nožogojumi ir atbilstoši uzturēti un tīrīti.
- ☐ Nodrošināt, ka ar aprīkojumu strādā un apkopes veic tikai speciāli apmācīti un pilnvaroti nodarbinātie.

## ELEKTROBĪSTAMĪBA

- ☐ Sazemēt visas iekārtas, t. sk., dzinēju un korpusu.
- ☐ Regulāri pārbaudīt visas elektroinstalācijas.

## GAISA KVALITĀTE

- ☐ Nodrošināt visas kokapstrādes iekārtas ar nosūces ventilāciju un neatkarīgu nosūces ventilāciju smidzināšanas, krāsošanas vai lakošanas darbiem.
- ☐ Regulāra darba telpu uzkopšana.
- ☐ Nosūces ventilācijas regulāras apkopes, tīrīšana un pārbaudes, lai nodrošinātu to darbības maksimālu efektivitāti.
- ☐ Nekad netīrīt uzkrājušos putekļus ar saspīestu gaisu.

## ĶĪMISKĀS VIELAS UN PRODUKTI

- ☐ Aizvietot izmantotās bīstamās ķīmiskās vielas un produktus ar mazāk bīstamām ķīmiskām vielām un produktiem.
- ☐ Izmantot automātiskas sistēmas līmju un laku izmantošanā.
- ☐ Apmācīt nodarbinātos drošam darbam ar bīstamām ķīmiskām vielām un produktiem.

## TROKSNIS UN VIBRĀCIJA

- ☐ Ar dažādu pasākumu palīdzību samazināt trokšņa līmeni, ko rada darba aprīkojums.
- ☐ Samazināt trokšņa līmeni izolējot, bloķējot, izkliepjot vai absorbējot.
- ☐ Izmantot vibrāciju izolējošas vai slāpējošas ierīces darba aprīkojumā.
- ☐ Ierobežot nodarbināto darba, ar vibrāciju izraisošām iekārtām, ilgumu.
- ☐ Atļaut nodarbinātajiem ievērot 10 – 15 minūšu pārtraukumus katru stundu darbā ar vibrāciju izraisošu darba aprīkojumu.

## VESELĪBAS RISKS

- ☐ Nodarbināto regulāra izglītošana par darba vides risku un veselīgu dzīvesveidu.
- ☐ Periodiskas obligātās veselības pārbaudes, ņemot vērā darba apstākļus un risku nodarbināto veselībai.
- ☐ Nodrošināt regulārus pārtraukumus un atbilstošu darba – atpūtas grafiku.

## A daļa: Vai darba vietā ir kaitīgie faktori?

JĀ – ja Jūs esat atzīmējuši vismaz vienu atbildi, kas ir marķēta ar

Lūdzu, ņemiet vērā, ka šis jautājumu saraksts neaptver visus iespējamus gadījumus, kas var radīt briesmas.

## JAUTĀJUMS

|                                                                                                                                                  | JĀ                               | NĒ                               |
|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----------------------------------|----------------------------------|
| Vai telpu virsmas (grīdas, t. sk., remontbedrēs) tiek regulāri tīrītas?                                                                          | <input type="radio"/>            | <input checked="" type="radio"/> |
| Vai nodarbinātajiem obligāti ir jātīra darba vietas?                                                                                             | <input type="radio"/>            | <input checked="" type="radio"/> |
| Vai telpu virsmu (grīdas, t. sk., remontbedrēs) segums ir noturīgs pret izmantotajām vielām (piemēram, eļļām, benzīna, dīzeļdegvielas u. c.)?    | <input type="radio"/>            | <input checked="" type="radio"/> |
| Vai eļļa (gan jaunā, gan izlietotā) tiek uzglabāta atbilstošos konteineros vai tvertnēs?                                                         | <input type="radio"/>            | <input checked="" type="radio"/> |
| Vai kāpnes remontbedrēs ir izgatavotas no neslidoša materiāla?                                                                                   | <input type="radio"/>            | <input checked="" type="radio"/> |
| Vai nodarbinātie ir nodrošināti ar apaviem ar neslidošu zoli?                                                                                    | <input type="radio"/>            | <input checked="" type="radio"/> |
| Vai visās nepieciešamajās vietās ir margas un norobežojumi?                                                                                      | <input type="radio"/>            | <input checked="" type="radio"/> |
| Vai nodarbinātie ir informēti, ka nedrīkst kāpt uz bremžu pārbaudes ierīču veltniem?                                                             | <input type="radio"/>            | <input checked="" type="radio"/> |
| Vai nodarbinātie ir informēti, ka nedrīkst iet zem paceltas automašīnas?                                                                         | <input type="radio"/>            | <input checked="" type="radio"/> |
| Vai remontbedres pēc darba tiek pārklātas?                                                                                                       | <input type="radio"/>            | <input checked="" type="radio"/> |
| Vai remontbedru apmales ir atbilstoši marķētas ar signālrkrāsojumu vai margām, lai izvairītos no cilvēku iekrišanas tajā?                        | <input type="radio"/>            | <input checked="" type="radio"/> |
| Vai ir nodarbinātie, kuriem ir jāstrādā šaurās darba platībās?                                                                                   | <input checked="" type="radio"/> | <input type="radio"/>            |
| Vai šaurās darba zonās ir atpazīstami akustiskie vai citi signāli (piemēram, mēriekārtu)?                                                        | <input type="radio"/>            | <input checked="" type="radio"/> |
| Vai ir noteikta vieta, kur izvietot instrumentus?                                                                                                | <input type="radio"/>            | <input checked="" type="radio"/> |
| Vai ir apzīmēti ceļi (piemēram, uz grīdas), pa kuriem automašīnas iebrauc autoservisā?                                                           | <input type="radio"/>            | <input checked="" type="radio"/> |
| Vai ir drošības instrukcijas automašīnu uzbaukšanai un nobaukšanai no pārbaudes stendiem?                                                        | <input type="radio"/>            | <input checked="" type="radio"/> |
| Vai ir noteikti pasākumi, lai izvairītos no ķermeņa traumām (piemēram, metinot, slīpējot vai krāsojot)?                                          | <input type="radio"/>            | <input checked="" type="radio"/> |
| Vai ir noteikti drošības pasākumi montāžas (piemēram, korpusa, dzinēja) darbiem?                                                                 | <input type="radio"/>            | <input checked="" type="radio"/> |
| Vai ir noteikti drošības pasākumi darbiem ar degvielas tvertnēm (piemēram, labošanai)?                                                           | <input type="radio"/>            | <input checked="" type="radio"/> |
| Vai ir noteikti drošības pasākumi vai maršruti, lai izvairītos no krītošiem priekšmetiem (piemēram, kad automašīna ir pacelta)?                  | <input type="radio"/>            | <input checked="" type="radio"/> |
| Vai ir aizsargierīces, lai samazinātu nodarbināto kontaktu ar rotējošām daļām (piemēram, riteņu balansēšanas laikā)?                             | <input type="radio"/>            | <input checked="" type="radio"/> |
| Vai ir ieviesti pasākumi, lai izvairītos, ka nodarbinātos var aizķert rotējošas daļas (piemēram, dzinēja salikšanas laikā)?                      | <input type="radio"/>            | <input checked="" type="radio"/> |
| Vai ir iespējams nofiksēt servisa vārtus, lai izvairītos no to nejaušas aizvēršanās (piemēram, automašīnai iebraucot vai izbraucot stiprā vējā)? | <input type="radio"/>            | <input checked="" type="radio"/> |



## A daļa: Vai darba vietā ir kaitīgie faktori?

JĀ – ja Jūs esat atzīmējuši vismaz vienu atbildi, kas ir marķēta ar   
Lūdzu, ņemiet vērā, ka šis jautājumu saraksts neaptver visus iespējamos gadījumus, kas var radīt briesmas.

| JAUTĀJUMS                                                                                                                                                            | JĀ                    | NĒ                               |
|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------------------|----------------------------------|
| Vai ir organizatoriski un tehniski pasākumi, lai izvairītos no uguns un karstuma, kad, piemēram, automašīnas ir telpā, kur žāvē krāsu?                               | <input type="radio"/> | <input checked="" type="radio"/> |
| Vai ir instrukcijas, lai izvairītos no ugunsgrēka telpā, kur tiek uzglabāti akumulatori?                                                                             | <input type="radio"/> | <input checked="" type="radio"/> |
| Vai ir ieviesti pasākumi, lai izvairītos no eksplozijas akumulatoru lādēšanas laikā?                                                                                 | <input type="radio"/> | <input checked="" type="radio"/> |
| Vai ir veikti pasākumi, lai aizsargātu elektroinstrumentus no ūdens?                                                                                                 | <input type="radio"/> | <input checked="" type="radio"/> |
| Vai tiek izmantoti piemēroti drošības pasākumi, lai novērstu vai samazinātu putekļu vai citu sīku daļiņu izplatīšanos telpā (piemēram, metinot, slīpējot, krāsojot)? | <input type="radio"/> | <input checked="" type="radio"/> |
| Vai apgaismojums remontbedrē ir pietiekams veicamajam darbam?                                                                                                        | <input type="radio"/> | <input checked="" type="radio"/> |
| Vai temperatūra servisa telpās gan vasarā, gan ziemā ir atbilstoša?                                                                                                  | <input type="radio"/> | <input checked="" type="radio"/> |
| Vai ir pietiekama ventilācija, lai veiktu darbus remontbedrē (piemēram, metināt, slīpēt)?                                                                            | <input type="radio"/> | <input checked="" type="radio"/> |
| Vai nodarbinātajiem ir atbilstošas iespējas un zināšanas veikt viņu darbu?                                                                                           | <input type="radio"/> | <input checked="" type="radio"/> |

## PIEZĪMES ▶



## B daļa: Riska samazināšanas preventīvo pasākumu piemēri

- ☐ Uzturēt virsmas, grīdas, remontbedri u.c., tīras un neslidenas, regulāri uzkopt darba zonas.
- ☐ Veikt rūpīgu uzkopšanu pēc slīpēšanas, krāsošanas u.c. darbiem.
- ☐ Izmantot piemērotus materiālus grīdu segumam (kas neabsorbē šķidras vielas).
- ☐ Izvēlēties korektas darba procedūras eļļas pārļiešanai un izmantotās eļļas uzglabāšanai; satīrīt uz grīdas izlijušo eļļu.
- ☐ Vilkēt speciālus apavus ar neslidenu zoli un triecienizturīgu purngalu.
- ☐ Kāpnes remontbedrē pārklāt ar speciālu pretslīdēšanas materiālu.
- ☐ Nekad nekāpt uz bremžu pārbaudes ierīču veltniem. Nestāvēt tuvu diagnostikas iekārtai (automašīnas kustības virzienā) bremžu pārbaudes laikā.
- ☐ Nekad neiet zem paceltas automašīnas.
- ☐ Nekad neiet pa remontbedres pārklājumu.
- ☐ Pārklāt remontbedri pēc darba.
- ☐ Izvietot elektriskos, hidraulisko vai pneimatiskos vadus/kabeļus ārpus cilvēku pārvietošanās ceļiem.
- ☐ Noteikt speciālas izvietošanas vietas darbā izmantotajiem instrumentiem.
- ☐ Apzīmēt (piemēram, uz grīdas) satiksmes ceļus un cilvēku pārvietošanās ceļus.
- ☐ Nodrošināt korektu pacelšanas mehānismu kontroli un izvietošanu, pasargājot rokas no kustīgām daļām.
- ☐ Pārliedzināties, ka darbus veic labi apmācīts personāls un tiek ņemtas vērā visas nepieciešamās drošības prasības.
- ☐ Izmantot tikai specializētus un drošus instrumentus operācijām ar akumulatoriem.
- ☐ Nodrošināt atbilstošu ventilāciju, lai izvairītos no dažādu sprādzienbīstamu maisījumu (gāzu vai šķidrumu) veidošanās.
- ☐ Nekad nesmēķēt sprādzienbīstamās zonās.
- ☐ Aizsargāt visus elektroinstrumentus no mitruma, drēgnuma un ūdens.
- ☐ Nodrošināt nodarbinātos ar nepieciešamajiem individuālajiem aizsardzības līdzekļiem (cimdiem, sejas maskām, aizsargbrillēm, apaviem u. c.).
- ☐ Izmantot efektīvu vispārējās un vietējās nosūces ventilācijas sistēmu, lai samazinātu bīstamo tvaiku vai putekļu koncentrāciju, lietot atbilstošus individuālos aizsardzības līdzekļus.
- ☐ Nodrošināt atbilstošu apgaismojumu remontbedrē.
- ☐ Aprīkot darba zonas ar sildīšanas /dzesēšanas iekārtām, lai nodrošinātu atbilstošu telpas mikroklimatu.
- ☐ Veikt regulāras nodarbināto obligātās veselības pārbaudes.



## Kontroljautājumi: Lauksaimniecība

JĀ – ja Jūs esat atzīmējuši vismaz vienu atbildi, kas ir markēta ar 

*Lūdzu, nemiet vērā, ka šis jautājumu saraksts neaptver visus iespējamus gadījumus, kas var radīt briesmas.*

| JAUTĀJUMS                                                                                                                                                                                       | JĀ                    | NĒ                               |
|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------------------|----------------------------------|
| <b>DARBA APRĪKOJUMS</b>                                                                                                                                                                         |                       |                                  |
| Vai nodarbinātie ir apmācīti drošam darbam ar izmantoto darba aprīkojumu?                                                                                                                       | <input type="radio"/> | <input checked="" type="radio"/> |
| Vai piedziņas vārpstu aizsargierīces un citas darba aprīkojuma aizsargierīces ir savās vietās un darba kārtībā?                                                                                 | <input type="radio"/> | <input checked="" type="radio"/> |
| Vai paceļot nokritušu aprīkojumu vai strādājot zem tā, vienmēr tiek izmantoti divi neatkarīgi celšanas līdzekļi vienlaicīgi?                                                                    | <input type="radio"/> | <input checked="" type="radio"/> |
| Vai ir pieejami un tiek izmantoti attiecīgi līdzekļi drošai traktoru riteņu maiņai?                                                                                                             | <input type="radio"/> | <input checked="" type="radio"/> |
| Vai ripzāģis ir aprīkots ar šķelējnažiem un drošības ietaisēm kā grūšanas bloks?                                                                                                                | <input type="radio"/> | <input checked="" type="radio"/> |
| Vai metināšanas iekārtas ir aprīkotas ar nepieciešamiem drošības līdzekļiem un atbilstoši uzturētas?                                                                                            | <input type="radio"/> | <input checked="" type="radio"/> |
| Vai tiek lietoti atbilstoši individuālie aizsardzības līdzekļi darbā ar motorzāģi (piemēram, aizsargbikses, apavi, cimdi un aizsargcepure ar sejas aizsegu un dzirdes aizsardzības līdzekļiem)? | <input type="radio"/> | <input checked="" type="radio"/> |
| Vai ir instrukcijas drošai darba veikšanai?                                                                                                                                                     | <input type="radio"/> | <input checked="" type="radio"/> |
| Vai tiek veiktas regulāras darba aprīkojuma pārbaudes?                                                                                                                                          | <input type="radio"/> | <input checked="" type="radio"/> |
| <b>TRANSPORTA LĪDZEKĻI UN KUSTĪGAS DAĻAS</b>                                                                                                                                                    |                       |                                  |
| Vai visi transportlīdzekļu, autopacelāju (ar dakšveida pacelāju) vai teleskopisko pacelāju operatori ir apmācīti un sertificēti drošam darbam ar šādām iekārtām?                                | <input type="radio"/> | <input checked="" type="radio"/> |
| Vai autopacelājus vai teleskopiskos pacelājus un to paligmehānismus regulāri pārbauda kompetenta institūcija?                                                                                   | <input type="radio"/> | <input checked="" type="radio"/> |
| Vai fermas pagalmā ir tā iekārtots, lai nodrošinātu drošu transporta līdzekļu kustību?                                                                                                          | <input type="radio"/> | <input checked="" type="radio"/> |
| Vai traktoru bremzes un stāvbremzes tiek uzturētas kārtībā un regulāri pārbaudītas?                                                                                                             | <input type="radio"/> | <input checked="" type="radio"/> |
| Vai piekabes bremzes ir efektīvas un var tikt iedarbinātas no traktora kabīnes?                                                                                                                 | <input type="radio"/> | <input checked="" type="radio"/> |
| Vai vilkšanas stieniem, apliem un sakabes mehānismiem regulāri tiek veiktas pārbaudes un pārbaudīts to nodilums?                                                                                | <input type="radio"/> | <input checked="" type="radio"/> |
| Vai ir ierīkota un nostiprināta drošības josta, ja iespējama transportlīdzekļa apgāšanās?                                                                                                       | <input type="radio"/> | <input checked="" type="radio"/> |
| Vai veca traktora kabīne ir aprīkota ar drošības karkasu vai kabīni?                                                                                                                            | <input type="radio"/> | <input checked="" type="radio"/> |
| Vai tiek pārbaudīta vecu drošības karkasu vai kabīņu izrūsējums un to izturība?                                                                                                                 | <input type="radio"/> | <input checked="" type="radio"/> |
| Vai strādā priekšējās un aizmugurējās spuldzes, bremžu ugunis un avārijas apgaismojums?                                                                                                         | <input type="radio"/> | <input checked="" type="radio"/> |
| Vai pašgājējiekārtām sānu spoguļi ir nepieciešamajās vietās, tie ir kārtībā un tīri?                                                                                                            | <input type="radio"/> | <input checked="" type="radio"/> |
| Vai ir izstrādāta droša sistēma darbam virszemes elektrolīniju tuvumā?                                                                                                                          | <input type="radio"/> | <input checked="" type="radio"/> |

## JAUTĀJUMS

## DARBS AUGSTUMĀ

|                                                                                                                                                                                                        |                                  |                                  |
|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----------------------------------|----------------------------------|
| Vai ir noteikta darba kārtība darbam augstumā (ēkās, aprikojumā, rezervuāros u. c.)?                                                                                                                   | <input type="radio"/>            | <input checked="" type="radio"/> |
| Vai visas kāpnēs ir drošas, piemērotas smagiem darba apstākļiem un pienācīgi uzglabātas, kad netiek izmantotas?                                                                                        | <input type="radio"/>            | <input checked="" type="radio"/> |
| Vai tiek veikti piesardzības pasākumi un pārbaudīta kāpņu stabilitāte?                                                                                                                                 | <input type="radio"/>            | <input checked="" type="radio"/> |
| Vai tiek izvērtēti alternatīvi risinājumi kāpnēm, lai piekļūtu darba vietai augstumā?                                                                                                                  | <input type="radio"/>            | <input checked="" type="radio"/> |
| Vai preču grēdas tiek droši izvietotas, krautas un izjauktas?                                                                                                                                          | <input type="radio"/>            | <input checked="" type="radio"/> |
| <b>PESTICĪDI</b>                                                                                                                                                                                       |                                  |                                  |
| Vai pesticīdi tiek atbilstoši uzglabāti?                                                                                                                                                               | <input type="radio"/>            | <input checked="" type="radio"/> |
| Vai visi nodarbinātie, kuri strādā ar pesticīdiem tiek regulāri apmācīti?                                                                                                                              | <input type="radio"/>            | <input checked="" type="radio"/> |
| Vai ir novērtēts pesticīdu iedarbības risks uz nodarbinātajiem un ieviesti kontroles pasākumi?                                                                                                         | <input type="radio"/>            | <input checked="" type="radio"/> |
| Vai darbam ar pesticīdiem nodarbinātie ir nodrošināti un izmanto atbilstošus individuālos aizsardzības līdzekļus?                                                                                      | <input type="radio"/>            | <input checked="" type="radio"/> |
| Vai pesticīdi tiek izmantoti apkārtējai videi nekaitīgā veidā?                                                                                                                                         | <input type="radio"/>            | <input checked="" type="radio"/> |
| <b>BĒRNI</b>                                                                                                                                                                                           |                                  |                                  |
| Vai ir novērsta bērnu piekļūšana bīstamām vietām (kur notiek darba aktivitātes, pārvietojas transportlīdzekļi, strādā augstumā, ķīmisko vielu un produktu uzglabāšanas vietas, bīstamiem dzīvniekiem)? | <input type="radio"/>            | <input checked="" type="radio"/> |
| Vai līdz minimumam tiek samazināta tāda ugunsgrēka izcelšanās iespēja, ko ir izraisījuši bērni?                                                                                                        | <input type="radio"/>            | <input checked="" type="radio"/> |
| Vai bērni ir brīdināti par bīstamību?                                                                                                                                                                  | <input type="radio"/>            | <input checked="" type="radio"/> |
| Vai tiek ievērotas prasības jauniešu nodarbināšanai?                                                                                                                                                   | <input type="radio"/>            | <input checked="" type="radio"/> |
| <b>DZĪVNIEKI</b>                                                                                                                                                                                       |                                  |                                  |
| Vai ir ierīkoti atbilstoši nožogojumi bīstamiem dzīvniekiem (piemēram, bulljiem, cūkām, zirgiem, suņiem u. c.)?                                                                                        | <input type="radio"/>            | <input checked="" type="radio"/> |
| Vai nožogojumi ir kārtībā un tie novērš piekļūšanu dzīvniekiem?                                                                                                                                        | <input type="radio"/>            | <input checked="" type="radio"/> |
| Vai tiek izmantoti piemēroti līdzekļi dzīvnieku pārvietošanai un vadīšanai?                                                                                                                            | <input type="radio"/>            | <input checked="" type="radio"/> |
| Vai dzīvnieku transportēšanai ir atbilstoši aprīkoti transportlīdzekļi un tie ir labā kārtībā?                                                                                                         | <input type="radio"/>            | <input checked="" type="radio"/> |
| <b>BIOĻĢISKAIS RISKS</b>                                                                                                                                                                               |                                  |                                  |
| Vai fermā ir bīstamu bioloģisko vielu avoti (augi, dzīvnieki un dzīvnieku izcelsmes aģenti (piemēram, ērces), organiski putekļi, atkritumi, pelējums sēnīte u. c.)?                                    | <input checked="" type="radio"/> | <input type="radio"/>            |
| Vai tieša kontakta ar bīstamām bioloģiskām vielām risks tiek kontrolēts un samazināts?                                                                                                                 | <input type="radio"/>            | <input checked="" type="radio"/> |
| Vai ir droša sistēma darbam ar bīstamām bioloģiskām vielām vai produktiem?                                                                                                                             | <input type="radio"/>            | <input checked="" type="radio"/> |

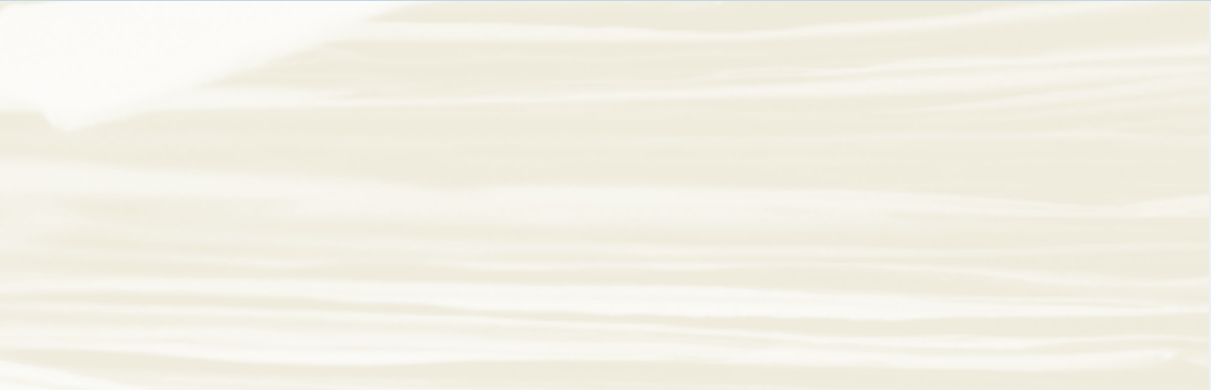


## A daļa: Vai darba vietā ir kaitīgie faktori?

JĀ – ja Jūs esat atzīmējuši vismaz vienu atbildi, kas ir marķēta ar   
Lūdzu, ņemiet vērā, ka šis jautājumu saraksts neaptver visus iespējamus gadījumus, kas var radīt briesmas.

| JAUTĀJUMS                                                                                                                                                     | JĀ                               | NĒ                               |
|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----------------------------------|----------------------------------|
| <b>ŠĶIDRUMU UZGLABĀŠANA</b>                                                                                                                                   |                                  |                                  |
| Vai uzglabāšanas zonas ir atbilstoši iezogotas? Vai iezogojums ir kārtībā?                                                                                    | <input type="radio"/>            | <input checked="" type="radio"/> |
| Vai pazemes krātuves un tvertnes ir droši pārklātas un pārklājuma materiāls ir kārtībā?                                                                       | <input type="radio"/>            | <input checked="" type="radio"/> |
| Vai iekraušanas rampas ir aprīkotas ar piemērotām margām?                                                                                                     | <input type="radio"/>            | <input checked="" type="radio"/> |
| Vai ir izvietotas brīdinājuma zīmes un tās ir labi saredzamas?                                                                                                | <input type="radio"/>            | <input checked="" type="radio"/> |
| <b>SAUSAS VIELAS</b>                                                                                                                                          |                                  |                                  |
| Vai ir droša sistēma darbam ar sausām vielām (labību, minerālmēsliem, smiltīm u. c.)?                                                                         | <input type="radio"/>            | <input checked="" type="radio"/> |
| Vai ir novērsta pieklūšana labības noliktavai?                                                                                                                | <input type="radio"/>            | <input checked="" type="radio"/> |
| <b>BIOGĀZE</b>                                                                                                                                                |                                  |                                  |
| Vai fermā ir jebkādas vietas, kur var veidoties un uzkrāties biogāze (vircas noliktava, noslēgtas dzīvnieku turēšanas telpas, atkritumu kaudzes, akas u. c.)? | <input checked="" type="radio"/> | <input type="radio"/>            |
| Vai ir novērsta pieklūšana šādām vietām?                                                                                                                      | <input type="radio"/>            | <input checked="" type="radio"/> |
| Vai ir ieviesti ugunsdrošības pasākumi?                                                                                                                       | <input type="radio"/>            | <input checked="" type="radio"/> |
| Vai ir droša sistēma darbam šādās bīstamās vietās?                                                                                                            | <input type="radio"/>            | <input checked="" type="radio"/> |
| <b>LAIKA APSTĀKĻI</b>                                                                                                                                         |                                  |                                  |
| Vai nodarbinātie ir aizsargāti no augstas temperatūras, tiešiem saules stariem, zemas temperatūras, lietus un stipra vēja?                                    | <input type="radio"/>            | <input checked="" type="radio"/> |

## PIEZĪMES ►



## B daļa: Riska samazināšanas preventīvo pasākumu piemēri

- VISAS BRIESMAS**
- ☐ Nodrošināt nodarbināto informēšanu, instruktāžas un apmācību.
- DARBA APRĪKOJUMS**
- ☐ Nodrošināt, ka ar darba aprīkojumu strādā apmācīti un pilnvaroti nodarbinātie.
  - ☐ Nodrošināt, ka piedziņas vārpstu aizsargierīces un citas darba aprīkojuma aizsargierīces ir savās vietās un darba kārtībā.
  - ☐ Izmantot stendus, bluķus, hidrauliskus domkratus u. c. pieejamus un viegli izmantojamus līdzekļus nokrituša aprīkojuma pacelšanai tikai kā palīgīdzekļus.
  - ☐ Izmantot speciālus riteņu turētājus, pacelājus, veicot lielu traktoru riteņu maiņu vai pārvietošanu.
  - ☐ Nodrošināt, ka ripzāģis ir atbilstoši uzstādīts un tiek izmantots sagatavju grūšanas bloks.
  - ☐ Uzturēt metināšanas iekārtas darba kārtībā un lietot speciālus redzes aizsardzības līdzekļus.
  - ☐ Izmantot atbilstošus individuālos aizsardzības līdzekļus strādājot ar motorzāģi.
  - ☐ Veikt regulāras darba aprīkojuma pārbaudes.
- TRANSPORTA LĪDZEKĻI UN KUSTĪGAS DAĻAS**
- ☐ Nodrošināt, ka visi transportlīdzekļu, autopacelāju (ar dakšveida pacelāju) vai teleskopisko pacelāju operatori ir apmācīti un sertificēti drošam darbam ar šādām iekārtām.
  - ☐ Ieviest vienvirziena kustības shēmu pa fermas pagalmu un speciālas apgriešanās vietas transporta līdzekļiem (tādiem kā smagās automašīnas ar piekabēm), nodalīt transporta līdzekļus un gājējus.
  - ☐ Uzturēt labā darba kārtībā un noregulēt bremzes, rokas bremzes un piekabju bremzes saskaņā ar ražotāja norādījumiem.
  - ☐ Veikt vilkšanas stieņu, apļu un sakabes mehānismu regulāras pārbaudes un pārbaudīt to nodilumu.
  - ☐ Nodrošināt, ka ir ierīkota un nostiprināta drošības josta, ja iespējama transportlīdzekļa apgāšanās.
  - ☐ Nodrošināt, ka veca traktora kabīne ir aprīkota ar drošības karkasu vai kabīni.
  - ☐ Regulāri pārbaudīt visas celšanas mehānismu daļas.
  - ☐ Nodrošināt, ka sānu spoguļi ir vietās, tie ir kārtībā un tīri.
  - ☐ Nodrošināt, ka visiem traktoriem un piekabēm apgaismojums un gaismas indikatori nav bojāti, tie ir darba kārtībā un tīri.
  - ☐ Izstrādāt drošu sistēmu darbam virszemes elektrolīniju tuvumā.
  - ☐ Nodrošināt karti, kurā norādītas fermas teritorijā esošo elektrolīniju atrašanās vietas un to augstums.



## B daļa: Riska samazināšanas preventīvo pasākumu piemēri

### DARBS AUGSTUMĀ

- ☐ Iespēju robežās novērst zonas ar lielu augstuma starpību.
- ☐ Nodrošināt bīstamo zonu atbilstošu norobežošanu un uzturēt norobežojumus kārtībā.
- ☐ Atbilstošās vietās izvietot brīdinājuma zīmes.
- ☐ Izmantot tikai darba kārtībā esošas pārvietojamās kāpnes, nodrošināt tās pret nejaušu izkustēšanos.
- ☐ Pārvietojamās kāpnes uzglabāt uzmanīgi un tā, lai pie tām nevar piekļūt bērni.
- ☐ Darbam augstumā izmantot atbilstoši konstruētu platformu (ar margām un režģi), ko uzmontē autopacelēja dakšām vai citam celšanas mehānismam.
- ☐ Izmantot pārvietojamas pacelšanas platformas, torņveida sastatnes vai līdzīgas (labības maisu vai kartupeļu kasti un līdzīgus priekšmetus nekad nedrīkst izmantot kā darba platformu).
- ☐ Preču vai priekšmetu grēdas kraut un izjaukt loģiskā secībā nodrošinot to stabilitāti.

### PESTICĪDI

- ☐ Izvairīties no pesticīdu lietošanas.
- ☐ Izmantot tādus produktus, kas rada mazāku risku veselībai.
- ☐ Smidzinātājus pēc lietošanas mazgāt uzmanīgi. Darīt to tālu prom no akām, bērniem un dzīvniekiem.
- ☐ Izmantot piemērotus individuālos aizsardzības līdzekļus.
- ☐ Uzglabāt pesticīdus piemērotās noliktavās, izslēdzot neatļautu piekļušanu un apzīmēt ar brīdinājuma zīmēm.

### BĒRNI

- ☐ Nodrošināt, lai bērni nepieklūtu darba zonām un satiksmes ceļiem.
- ☐ Nodrošināt atbilstoši nožogotu spēļu laukumu.
- ☐ Pārtraukt darbu, kad darba zonā parādās nepieskatīti bērni un nogādāt viņus drošībā.
- ☐ Bīstamās vietās izvietot brīdinājuma zīmes un izskaidrot bērniem to nozīmi.
- ☐ Pastāstīt bērniem par briesmām, kas var gadīties un vietām, kur viņi nedrīkst iet.
- ☐ Nodrošināt nodarbinātos jauniešus ar informāciju, instruktažām un apmācību, kā arī pieskatīt viņus.

### DZĪVNIEKI

- ☐ Regulāri pabarot dzīvniekus.
- ☐ Ierīkot atbilstošus nožogojumus un uzturēt tos kārtībā.
- ☐ Izvietot attiecīgajās vietās brīdinājuma zīmes.
- ☐ Izmantot piemērotus līdzekļus dzīvnieku pārvietošanai (celšanai) un vadīšanai.
- ☐ Nodrošināt, ka dzīvnieku transportēšanai ir atbilstoši aprīkoti transportlīdzekļi un tie ir labā kārtībā.

### BIOĻĢISKAIS RISKS

- ☐ Likvidēt bīstamo bioloģisko vielu avotus.
- ☐ Nodrošināt, ka šādi bīstamo bioloģisko vielu avoti nav cilvēku tuvumā.
- ☐ Ierīkot atbilstošus nožogojumus ap bīstamām vietām un nodrošināt, lai nožogojums nav bojāts.
- ☐ Izvietot attiecīgajās vietās brīdinājuma zīmes.
- ☐ Veikt dezinfekcijas pasākumus.
- ☐ Vakcinēt nodarbinātos.
- ☐ Nodrošināt higiēnas prasību ievērošanu.
- ☐ Izmantot piemērotus individuālos aizsardzības līdzekļus.
- ☐ Veikt regulāras veselības pārbaudes.

### ŠĶIDRUMU UZGLABĀŠANA

- ☐ Nodrošināt, ka šķidrumu uzglabāšanas zonas ir atbilstoši iezogotas un iezogojums ir kārtībā.
- ☐ Nodrošināt, ka pazemes krātuves un tvertnes ir droši pārklātas un pārklājuma materiāls ir kārtībā.
- ☐ Nodrošināt, ka iekraušanas rampas ir aprīkotas ar piemērotām, darba kārtībā esošām margām.
- ☐ Izvietot attiecīgajās vietās brīdinājuma zīmes.

### SAUSAS VIELAS

- ☐ Ieviest drošības pasākumus, lai novērstu piekļušanu labības noliktavām.
- ☐ Izvietot attiecīgajās vietās brīdinājuma zīmes.
- ☐ Izmantot gaismas un skaņas signālus, lai brīdinātu klātesošās personas.
- ☐ Nodrošināt, ka darba vietām nevar piekļūt nepiederošas personas.

### BIOGĀZE

- ☐ Novērst biogāzes avotus.
- ☐ Novērst vai samazināt uzliesmošanas avotus.
- ☐ Nodrošināt piemērotu ventilāciju bīstamajās zonās.
- ☐ Ierīkot atbilstošus nožogojumus ap bīstamajām zonām un uzturēt tos kārtībā.
- ☐ Nodrošināt ugunsdrošības pasākumus.
- ☐ Izvietot brīdinājuma zīmes.
- ☐ Novērst strādāšanu vienatnē bīstamajās zonās.

### LAIKA APSTĀKĻI

- ☐ Pārtraukt darbu bīstamos laika apstākļos.
- ☐ Aprīkot darba vietas ar nojumēm un ūdens novadīšanu, lai darba vietā būtu sauss un nodarbinātajiem būtu silti.
- ☐ Ierobežot darba laiku laukā.
- ☐ Izmantot piemērotu apģērbu.

## Kontroljautājumi: Neliela apjoma virszemes derīgo izrakteņu ieguve

A daļa: Vai darba vietā ir kaitīgie faktori?

JĀ – ja Jūs esat atzīmējuši vismaz vienu atbildi, kas ir marķēta ar   
Lūdzu, ņemiet vērā, ka šis jautājumu saraksts neaptver visus iespējamus gadījumus, kas var radīt briesmas.

| JAUTĀJUMS                                                                                                          | JĀ                               | NĒ                    |
|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----------------------------------|-----------------------|
| <b>VIRSZEMES RAKTUVES</b>                                                                                          |                                  |                       |
| Vai materiāli, akmeņi u.c. var nobrukt no karjera nogāzes?                                                         | <input checked="" type="radio"/> | <input type="radio"/> |
| Vai ir kādas neapzīmētas un nepieskatītas bedres?                                                                  | <input checked="" type="radio"/> | <input type="radio"/> |
| Vai ir kādas nedrošas nogulas, bedres sienas vai izrakumi?                                                         | <input checked="" type="radio"/> | <input type="radio"/> |
| Vai kādi darbi (tieši, no sāniem vai zem pārkares) tiek veikti tādā veidā, ka tie var radīt pārkari vai iegruvumu? | <input checked="" type="radio"/> | <input type="radio"/> |
| Vai manuāla derīgo izrakteņu iegūšana vai pārkraušana tiek veikta vienlaicīgi divās vietās virszemes raktuvē?      | <input checked="" type="radio"/> | <input type="radio"/> |
| Vai darba laikā rodas pekšņas raktuves virsmas izmaiņas?                                                           | <input checked="" type="radio"/> | <input type="radio"/> |
| Vai transportlīdzekļu ceļi uz darba vietām ir apdraudēti, piemēram, no slidošiem akmeņiem vai materiāliem?         | <input checked="" type="radio"/> | <input type="radio"/> |
| Vai ir par 1,5 metriem augstākas virsmas vai sienas, kas nav pietiekami nostiprinātas?                             | <input checked="" type="radio"/> | <input type="radio"/> |
| <b>ŪDENS</b>                                                                                                       |                                  |                       |
| Vai virszemes raktuvē pastāv jebkādas ūdens radītas briesmas?                                                      | <input checked="" type="radio"/> | <input type="radio"/> |
| Vai rakšanas vietas tuvumā ir jebkādas ūdenskrātuves, kas nav saistītas ar izrakteņu ieguves darbiem?              | <input checked="" type="radio"/> | <input type="radio"/> |
| Vai atklāta ūdens virsma tiek pārbaudīta vismaz reizi sešos mēnešos?                                               | <input checked="" type="radio"/> | <input type="radio"/> |
| Vai pastāv iespējamība, ka ūdens no tuvējās upes vai dīķa var ietecēt raktuvē?                                     | <input checked="" type="radio"/> | <input type="radio"/> |
| Vai ir apzīmēti glābšanās ceļi?                                                                                    | <input checked="" type="radio"/> | <input type="radio"/> |
| Vai grāvji ir aizsprostoti?                                                                                        | <input checked="" type="radio"/> | <input type="radio"/> |
| Vai vienas dienas nokrišņu daudzums var būt lielāks par to apjomu, ko sūkņi spēj izsūknēt 36 stundās?              | <input checked="" type="radio"/> | <input type="radio"/> |
| Vai ūdens pieplūde rakšanas vietā ir lielāka par sūkņu 24 stundu darbību?                                          | <input checked="" type="radio"/> | <input type="radio"/> |
| <b>TRANSPORTA DARBI</b>                                                                                            |                                  |                       |
| Vai nodarbinātie pārvietojas garām vai šķērso transportieru lentes ceļu?                                           | <input checked="" type="radio"/> | <input type="radio"/> |
| Vai rakumu malu slīpums ir lielāks par 4°?                                                                         | <input checked="" type="radio"/> | <input type="radio"/> |
| Vai rakšanas iekārtas kausi var pārvietoties virs automašīnu kabīnēm?                                              | <input checked="" type="radio"/> | <input type="radio"/> |
| Vai nodarbinātie var nokļūt uz transporta līdzekļu pārvietošanās ceļa?                                             | <input checked="" type="radio"/> | <input type="radio"/> |

| JAUTĀJUMS                                                                                           | JĀ                               | NĒ                    |
|-----------------------------------------------------------------------------------------------------|----------------------------------|-----------------------|
| <b>SPRĀGSTVIELAS UN SPRIDZINĀŠANA</b>                                                               |                                  |                       |
| Vai tiek izmantotas jebkādas sprāgstvielas?                                                         | <input checked="" type="radio"/> | <input type="radio"/> |
| Vai vietas, kur sprāgstvielas tiek uzglabātas var radīt briesmas citām raktuves konstrukcijām?      | <input checked="" type="radio"/> | <input type="radio"/> |
| Vai zonās ap sprāgstvielu noliktavu pastāv briesmas, kā rezultātā var eksplodēt sprāgstvielas?      | <input checked="" type="radio"/> | <input type="radio"/> |
| Vai spridzināšanas laikā var notikt kādas kļūmes?                                                   | <input checked="" type="radio"/> | <input type="radio"/> |
| Vai sprāgstvielas var tikt ievietotas nosprostotā spridzināšanas caurumā?                           | <input checked="" type="radio"/> | <input type="radio"/> |
| Vai sprāgstvielu ievietošanas procesā tiek izmantoti jebkādi instrumenti, kas var radīt dzirksteli? | <input checked="" type="radio"/> | <input type="radio"/> |
| Vai jebkādas neizmantotās sprāgstvielas tiek glabātas netālu no spridzināšanas zonas?               | <input checked="" type="radio"/> | <input type="radio"/> |
| Vai ir jebkādas kļūmes sistēmā, kas signalizē pirms sprādziena?                                     | <input checked="" type="radio"/> | <input type="radio"/> |
| Vai detonatori un sprāgstvielas tiek uzglabātas un transportētas kopā?                              | <input checked="" type="radio"/> | <input type="radio"/> |
| Vai, piemēram, tajās vietās, kur pēc sprādziena pārvietosies gāzes un putekļi tiek veikti darbi?    | <input checked="" type="radio"/> | <input type="radio"/> |

PIEZĪMES ▶



## B daļa: Riska samazināšanas preventīvo pasākumu piemēri

### VIRSZEMES RAKTUVES

- ☐ Iežogot rakšanas zonas, sagāztās zemes kaudzes, atkritumu kaudzes vai nestabilas raktuves teritorijas.
- ☐ Apzīmēt bīstamās vietas ar brīdinājuma zīmēm.
- ☐ Nodrošināt piemērota augstuma kraujas un nogāzes izrakumu darbu laikā, atkarībā no ģeoloģiskiem faktoriem un izrakteņu īpašībām.
- ☐ Veidot terašu sistēmu, nevis stāvu bedres sienu.
- ☐ Zemes vai irdeni akmeņu kaudžu malām jābūt ne vairāk kā 45° leņķī, lai nodrošinātu stabilitāti.
- ☐ Norobežot un marķēt augstākās un zemākās kraujas bīstamos sienu posmos.
- ☐ Nekādos apstākļos un veidos nedrīkst veikt darbu tā, ka tas var radīt pārkari vai iegruvumu.
- ☐ Norobežot sienas un sienu malas ar aizsargsietiem vai tīkliem.
- ☐ Mērogošana jāveic no drošām vietām.
- ☐ Ja iespējams, mērogošanu jāveic no lejupejošas darba virsmas augšpusēs.
- ☐ Izmantot atbilstoša garuma un konstrukcijas mērīšanas latu.
- ☐ Pastāvīgi uzraudzīt raktuves virsmas stāvokli.
- ☐ Pārkrautos materiālus uzglabāt noteiktās vietās, ne mazāk kā 3 metrus no darba kraujas malas.
- ☐ Kur būtiski ir parakties zem virskārtas, jānodrošina noteiktu atbalsta pasākumu (piemēram, izturīgi koka balsti), lai novērstu iebrukšanas draudus.

### ŪDENS

- ☐ Nevajadzīgo ūdens uzkrāšanās vietu nosusināšana (ja iespējams).
- ☐ Ierīkot drošības norobežojumus blakus esošajām ūdens plūsmām.
- ☐ Regulāri pārbaudīt raktuves drenāžas sistēmu.
- ☐ Noteikt darba vietu evakuācijas ceļus un veidus ūdens briesmu gadījumā.
- ☐ Pēc iespējas ātrāk, organizēt izrakšanas darbus tā, lai ūdens pats aiztecētu (piemēram, uz zemāk esošām pamestām darba zonām).
- ☐ Pietekošā ūdens novadīšana pa kanāliem nogāzēs uz savākšanas punktiem arī var būt efektīvs veids, kā pasargāt raktuves nogāzes no izskalošanas. Kur nepieciešams, šādos ūdens savākšanas punktos ierīkot sūkņus.

### TRANSPORTA DARBI

- ☐ Izvēlēties un ierīkot personālam drošas pārejas pār konveijeriem.
- ☐ Aprīkot konveijerus ar drošības ierīcēm, kas pasargā no krītošiem izraktajiem materiāliem.
- ☐ Ieviest aizliegumu ar fizisku spēku pārvietot stumjamus transporta līdzekļus (vagonetes) pa nogāzēm, kuru slīpums ir vairāk kā 4°.
- ☐ Ieviest signalizēšanas un sazināšanās sistēmu transporta darbiniekiem.
- ☐ Noteikt, kāda veida kabinēs iekraušanas laikā nedrīkst atrasties nodarbinātie.
- ☐ Aprīkot iekraušanas platformas ar barjerām, kas novērš vagonēšu ripošanu atpakaļ.
- ☐ Noteikt obligātas virvju un trošu ceļa mehānismu pārbaudes pirms katras darba maiņas.

### SPRĀGSTVIELAS UN SPRIDZINĀŠANA

- ☐ Sprāgstvielu noliktavu būvniecībā izmantot neuzliesmojošus, ugunsizturīgus un dzirksteles neradošus materiālus.
- ☐ No metāla veidotās sprāgstvielu noliktavas jāiezemē.
- ☐ Izvietot ventilācijas atveres noliktavas augšējās un zemākajās daļās, lai kontrolētu mitrumu un pārmērīgu temperatūru.
- ☐ Izvietot atbilstošas brīdinājuma zīmes, norādot arī noliktavas saturu.
- ☐ Ieviest drošības sistēmu, lai novērstu nepiederošu personu piekļūšanu sprāgstvielām.
- ☐ Nodrošināt, lai detonatori netiktu uzglabāti kopā ar sprāgstvielām, vismaz, lai tie tiktu uzglabāti atsevišķos nodalījumos.
- ☐ Nodrošināt, ka zona ap sprāgstvielu noliktavu ir attīrīta no atkritumiem, krūmiem, sausas zāles un kokiem vismaz 10 metru rādiusā.
- ☐ Nodrošināt, lai vismaz 20 metru rādiusā ap sprāgstvielu noliktavu netiek uzglabāti citi uzliesmojoši materiāli (piemēram, benzīns, dīzeļdegviela).
- ☐ Nodrošināt, lai pieeja spridzināšanas zonai ir aizliegta 30 minūtes pēc spridzināšanas.
- ☐ Pārbaudīt vai nav iespējamas kļūmes.
- ☐ Pārbaudīt, vai spridzināšanas caurumos nav šķēršļi, kuri pēc iespējas ātrāk ir jāaizvāc.
- ☐ Sprāgstvielas nekāda iemesla dēļ nedrīkst ar spēku spiest spridzināšanas caurumā.
- ☐ Ievietojot sprāgstvielas spridzināšanas caurumā, izmantot dzirksteles neradošu aprīkojumu, kā, piemēram, bambusveida uzlādēšanas stienus.
- ☐ Izmantot mazus ar smalku smilti pildītus papīra maisiņus vai māla pikas kā aizbāžņus.
- ☐ Pēc sprāgstvielu izvietošanas, neizmantotās sprāgstvielas pēc iespējas ātrāk nogādāt drošā vietā.

## PIEZĪMES





PIEZĪMES ►



Kur iegūt papildu informāciju

**Valsts darba inspekcija**

Kr. Valdemāra iela 38, Rīga, LV-1010 Latvija, Tālrunis: +371 7021704, Fakss: +371 7021718

**Bezmaksas konsultatīvais**

Tālrunis: +371 8008004, Uzticības tālr. +371 7312176, Internet adrese: [www.vdi.gov.lv](http://www.vdi.gov.lv), [www.osha.lv](http://www.osha.lv)

**Eiropas Informācijas centrs**

Pērses iela 2, Rīga, LV-1442 Latvija, Tālrunis: +371 7039430, Fakss: +371 7039431, E-pasts: [eic@liaa.gov.lv](mailto:eic@liaa.gov.lv)  
Internet adrese: [www.eic.lv](http://www.eic.lv)

**Labklājības ministrijas, Darba departamenta, Darba aizsardzības politikas nodaļa**

Skolas iela 28, Rīga, LV-1331 Latvija, Tālrunis: +371 702152-7/-6, Fakss: +371 7021505, Internet adrese: [www.lm.gov.lv](http://www.lm.gov.lv)

**Latvijas Darba devēju konfederācija**

Vilandes iela 12-1, Rīga, LV-1010 Latvija, Tālrunis: +371 7225162, Fakss: +371 7224469, Internet adrese: [www.iddk.lv](http://www.iddk.lv)

**Latvijas Brīvo arodbiedrību savienība**

Bruņinieku iela 29-31, Rīga, LV-1001 Latvija, Tālrunis: +371 7270351, 7035960, Fakss: +371 7276649  
Internet adrese: [www.lbas.lv](http://www.lbas.lv)

**Darba un vides veselības institūts**

Dzirčiema iela 16, Rīga, LV-1007 Latvija, Tālrunis: +371 7409139, 7409187, Fakss: +371 7828155  
Internet adrese: [www.rsu.lv/dvvi](http://www.rsu.lv/dvvi)

**Ekonomikas ministrijas MVU un amatniecības padomes sekretariāts**

Brīvības iela 55, Rīga, LV-1519 Latvija, Tālrunis: +371 7039447, Fakss: +371 7280882, Internet adrese: [www.em.gov.lv](http://www.em.gov.lv)

<http://hwi.osha.europa.eu>



**MĒS KOP@**  
KOPŠ 1957. GADA