

**VILNIAUS RAJONO SOCIALINIŲ PASLAUGŲ CENTRO  
ĮSTAIGOS KODAS 304722978**

PATVIRTINTA

Vilniaus rajono socialinių paslaugų centro  
direktorius

2018 m. gruodžio 6 d. įsakymu Nr. 163

**DARBUOTOJO, ATLIEKANČIO KROVINIŲ TVARKYMO DARBUS  
RANKOMIS, SAUGOS IR SVEIKATOS INSTRUKCIJA Nr. 12**

**I. BENDROJI DALIS**

1.1. Vilniaus rajono socialinių paslaugų centro darbuotojas gali savarankiškai krovinius tvarkyti rankomis, kai yra teoriškai ir praktiškai išmokytas saugiai dirbti, susipažinęs su darbo metu naudojamų įrenginių konstrukcija ir eksploatavimo ypatumais, pasitikrinęs sveikatą ir instruktuotas (informant tai instruktavimo registravimo žurnaluose) pagal:

1.1.1. darbuotojo saugos ir sveikatos įvadinę instrukciją;

1.1.2. įvadinę (bendrajają) gaisrinės saugos instrukciją;

1.1.3. pirmos pagalbos suteikimo nuketėjusiajam saugos ir sveikatos instrukciją;

1.1.4. darbuotojo saugos ir sveikatos instrukcijas, atsižvelgiant į darbo pobūdį.

1.2. Periodiškai darbuotojas privalo būti instruktuoamas ne rečiau kaip vieną kartą per dvilyka mėnesių.

1.3. Papildomai darbo vietoje darbuotojas instruktuojamas:

1.3.1. atsiradus naujiems arba pasikeitus darbo aplinkos rizikos veiksniams, keliantiems pavojų darbuotojų saugai ir sveikatai, perkėlus darbuotoją į kitą darbą arba pakeitus darbo vietą, technologinių procesų, darbo organizavimą, pakeitus arba modernizavus darbo priemones, pradedant naudoti naujas pavojingas ar (ir) kenksmingas medžiagias;

1.3.2. patvirtinus naujus arba pataisius įstaigos norminius dokumentus (įstaigos darbuotojų saugos ir sveikatos instrukcijas, saugaus darbų atlikimo taisykles ir kt.);

1.3.3. darbuotojui pažeidus darbuotojų saugos ir sveikatos norminių teisės aktų reikalavimus, kurių nevykdant įvyko ar galėjo įvykti nelaimingas atsitikimas, incidentas, avarija, gaisras, sprogimas, arba pastebėjus darbuotojo nesaugų elgesį;

1.3.4. pareikalavus darbo inspektorui, kai nustatoma, kad darbuotojo žinių nepakanka atliekamam darbui;

1.3.5. darbuotojui nebuvus darbe ilgiau kaip 60 kalendorinių dienų;

1.3.6. įstaigos vadovui ar darbdavio įgaliotam asmeniui nusprendus, kad to reikia siekiant apsaugoti darbuotojus nuo traumų ar profesinių ligų.

1.4. Darbuotojas privalo laikytis nustatyto darbo ir poilsio laiko reikalavimų:

1.4.1. darbo ir poilsio laiko paskirstymas nustatomas pagal įstaigos darbo tvarkos taisykles;

1.4.2. draudžiama dirbtį dvi pamainas iš eilės;

1.4.3. maksimalus darbo laikas, įskaitant viršvalandžius, per septynias dienas neturi viršyti keturią dešimt aštuonių valandų;

1.4.4. suteikiama pertrauka pavalgyti ir pailsēti, kurią darbuotojas naudoja savo nuožiūra. Jis pertraukos metu gali palikti darbo vietą.

1.5. Darbuotojui draudžiama ateiti į darbą neblaiviam, darbo metu vartoti alkoholinius gėrimus, narkotines bei toksines medžiagas. Pastebėjus tokį darbuotoją – pranešti tiesioginiams savo vadovui.

1.6. Darbuotojas, nukentėjęs dėl nelaimingo atsitikimo, ūmios profesinės ligos, turi nedelsdamas kreiptis į artimiausią gydymo įstaigą, pranešti tiesioginiams Vilniaus rajono socialinių paslaugų centro vadovui, darbdaviui, įstaigos darbuotojų saugos ir sveikatos tarnybai. Asmuo, matęs nelaimingą atsitikimą arba apie jį sužinojęs, turi nedelsdamas suteikti nukentėjusiajam pirmąją medicinos pagalbą ir pranešti tiesioginiams Vilniaus rajono socialinių paslaugų centro vadovui, darbdaviui, įstaigos darbuotojų saugos ir sveikatos tarnybai. Jeigu reikia, iškvesti greitąją medicinos pagalbą. Darbo vietą ir įrenginių būklę, iki bus pradėtas tirti nelaimingas atsitikimas, reikia išlaikyti tokią, kokia buvo nelaimingo atsitikimo metu. Jei tai kelia pavojų aplinkinių žmonių gyvybei ar sveikatai, gali būti daromi tik būtiniausi pakeitimai, įforminant tai tam tikru aktu.

1.7. Pastebėjus įrenginių ar instrumentų gedimą, esant nesaugiai darbo vietai, netvarkingoms asmeninėms apsaugos priemonėms, jei darbo vieta nepakankamai apšviesta, darbus nutraukti ir nedelsiant pranešti tiesioginiams Vilniaus rajono socialinių paslaugų centro vadovui.

1.8. Darbo vietoje turi būti pirmos pagalbos vaistinėlė arba krepšelis.

1.9. Asmens higienos reikalavimai:

1.9.1. darbo vietoje nelaikyti ir nevalgyti maisto produktų.

1.10. Pakilus darbuotojo kūno temperatūrai pranešti tiesioginiams Vilniaus rajono socialinių paslaugų centro vadovui ir kreiptis į gydymo įstaigą.

1.11. Už šios instrukcijos nurodymų nevykdymą darbuotojui taikoma Lietuvos Respublikos įstatymų nustatyta atsakomybė.

## **II. PROFESINĖS RIZIKOS VEIKSNIAI. SAUGOS PRIEMONĖS NUO JŪ POVEIKIO**

2.1. Pavojingi ir kenksmingi veiksnių:

2.1.1. netinkamas mikroklimatas (patalpų temperatūra, drėgmė, ventiliacija ir kt.) darbo vietoje - neigiamas poveikis organizmui;

2.1.2. nepakankamas darbo vietas apšvietimas - galimi regos sutrikimai, traumas;

2.1.3. elektros srovės poveikis - galimi širdies veiklos, kvėpavimo sutrikimai, įvairių laipsnių nudegimai, netenkama sąmonės, kartais ištinka staigi mirtis;

- 2.1.4. netvarkinga darbo vieta (slidžios, nelygios, purvinos grindys, netvarkingi laiptai, nėra turėklų) - galimos sunkios bei mirtinės traumos;
- 2.1.5. dulkės (organinės ir neorganinės kilmės), alergiškai veikiančios visą organizmą - galimi uždegimai, alerginės ir profesinės ligos;
- 2.1.6. nepalankios meteorologinės sąlygos (šaltis, stiprus vėjas ir kt.) – galimos traumos;
- 2.1.7. netvarkingi įrenginiai, įrankiai, elektros laidai ir kt. - galimas susižeidimas, sužalojimas;
- 2.1.8. avarinės būklės pastatai - galimos traumos;
- 2.1.9. triukšmas, vibracija – neigiamas poveikis centrinei nervų sistemai, vidaus organų pažeidimai;
- 2.1.10. kenksmingos cheminės valymo priemonės, kontaktas su oda, cheminių medžiagų garai, cheminių priemonių patekimas į akis – galimi nudegimai, apsinuodijimai, alerginiai susirgimai, įkvėpimas į kvėpavimo takus ir kt.;
- 2.1.11. besisukančios ar neturinčios apsaugų įrenginio dalys – galimos traumos;
- 2.1.12. aštrūs įrenginių, inventoriaus, mechanizmų kampai, dalys – galimi sužeidimai, traumos;
- 2.1.13. krintantys, griūvantys daiktai, netvarkingai sukranti kroviniai – galimos traumos, sunkūs sužeidimai;
- 2.1.14. dūžtantys daiktai, kroviniai (stiklas, plastmasė ir kt.), šukių valymas – galimos pjautinės traumos, sužeidimai;
- 2.1.15. neprognozuojami stichiniai gamtos reiškiniai (uraganas, potvynis) – galimos traumos, sunkūs sužeidimai;
- 2.1.16. fizinė perkrova – neigiamas poveikis organizmui;
- 2.1.17. sunkūs, nepatogūs paimti daiktai, kroviniai – galimos traumos, sužalojimai.
- 2.2. Būtinos asmeninės apsaugos priemonės:
- 2.2.1. galvos apdangalas;
- 2.2.2. darbo kostiumas;
- 2.2.3. darbo avalynė;
- 2.2.4. darbo pirštinės, apsaugančios nuo galimų sužalojimų.
- 2.3. Kiekviena asmeninė apsaugos priemonė turi:
- 2.3.1. apsaugoti nuo galimų kenksmingų, pavojingų veiksnių, esančių darbo aplinkoje, nesukeldama didesnės rizikos darbuotojo sveikatai ir saugai;
- 2.3.2. atitikti ergonominius reikalavimus ir esamą darbuotojo sveikatos būklę;
- 2.3.3. tinkama (patogi) darbuotojui;
- 2.3.4. atitinkanti higienos reikalavimus;
- 2.4. Asmeninė apsaugos priemonė naudojama, kai darbo aplinkoje negalima išvengti rizikos arba pakankamai ją apriboti kolektyvinėmis saugos arba darbo organizavimo priemonėmis, metodais ir būdais.
- 2.5. Krovinį keliant rankomis, gali kilti pavojus susižaloti, ypač nugara, jei krovinių yra:
- 2.5.1. pernelyg sunkus arba didelis;
- 2.5.2. griozdiškas arba nepatogus suimti (paimti);
- 2.5.3. nestabilus arba jo turinys gali judėti;

2.5.4. tokioje padėtyje, kad turi būti laikomas arba juo turi būti manipuliuojama per atstumą nuo liemens arba liemenį lenkiant arba sukant;

2.5.5. galintis sužeisti darbuotojus, ypač susidūrus, dėl savo kontūrų ir (arba) konsistencijos.

2.6. Fizinės pastangos gali kelti pavojų susižaloti, ypač nugara, jei jos:

2.6.1. reikia panaudoti pernelyg daug jėgų;

2.6.2. neatsietos nuo sukamojo liemens judesio;

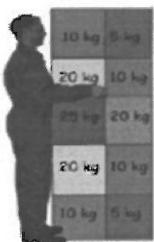
2.6.3. gali baigtis staigiu jadesiu;

2.6.4. atliekamos, kai kūno padėtis nestabili;

2.6.5. naudojama fizinė jėga esant nestabiliai kūno padėciai;

2.7. Rekomendacijos maksimaliam svoriui, pagal krovino aukštį ir atstumą tarp krovino ir dirbančiojo:

2.7.1. atstumas tarp krovino ir asmens kūno parodo leistiną apkrovą. Žemiau pateikiame lentelę, kurioje nurodyti maksimalūs svoriai, pagal krovino aukštį ir atstumą tarp krovino ir dirbančiojo. Čia nurodyti svoriai gali būti net sumažinti priklausomai nuo situacijos, krovimo dažnumo poreikio ir individualių aplinkybių.



2.8. Darbo aplinkos charakteristika gali didinti pavojų susižaloti, ypač nugara, jeigu:

2.8.1. nėra pakankamai erdvės, ypač vertikiliai, darbui atliliki;

2.8.2. grindys yra nelygios arba slidžios, purvinos; darbuotojas dėvi netinkamą avalynę, - tai kelia pavojų suklupti ar paslysti;

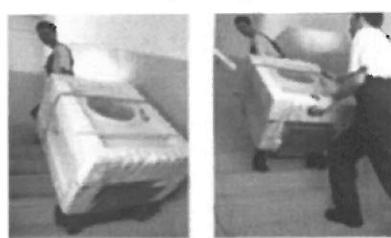
2.8.3. dėl darbo vienos (ploto, erdvės ir kt.) arba darbo aplinkos negalima kelti krovinių saugiai aukštyste arba esant nepatogiai darbo padėciai;

2.8.4. grindų arba darbo paviršiai yra skirtingo aukščio ir kroviniu tenka manipuliuoti skirtinguose aukščiuose;

2.8.5. nelygus paviršius, pėdų atrama yra nestabili ir kt..

2.8.6. rekomendacijos keliant krovinius:

2.8.6.1. transportuojant didelių dydžių krovinius:



Transportuojant didelių dydžių krovinius, pvz., elektronines prekes, reikia naudoti pagalbines jų nešimo laiptais (aukštyn arba žemyn) priemones. Tokias priemones naudojantys darbuotojai nerizikuoja

patirti juosmeninės nugaros dalies ir stuburo pakenkimų. Gabenant sunkius krovinius laiptais, dažnai įvyksta nelaimingi atsitikimai.

#### 2.8.6.2. Keliant krovinius iš padėties atsitūpus:



Keliant krovinius iš padėties atsitūpus tiesia nugara, krūvis stuburui pasiskirsto tolygiai. Tai padeda išvengti skausmų juosmens srityje bei tarpslankstelinį diskų pažeidimą.

#### 2.8.6.3. Reguliuojamo aukščio vežimėlio pagalba darbuotojui



Reguliuojamo aukščio vežimėlio pagalba darbuotojas gali perkelti prekes tame pačiame aukštyje, nesilenkdamas. Taip nesikeičia natūrali stuburo padėtis ir fizinis stuburo apkrovimas pasiskirsto tolygiai.

2.9. Veikla gali kelti pavojų susižaloti, ypač nugarą, jei su ta veikla yra susiję vienas ar daugiau toliau nurodomų veiksnių:

- 2.9.1. pernelyg dažnos arba gana ilgos pastangos, kai ypač įtempiamas stuburas;
  - 2.9.2. nepakankamas fizinio poilsio arba atgajos laikotarpis darbo metu;
  - 2.9.3. pernelyg ilgi atstumai kelti, leisti arba nešti;
  - 2.9.4. per sunkus krovinys;
  - 2.9.5. krovinys netikslioje padėtyje;
  - 2.9.6. proceso nustatyta darbo sparta, kurios darbuotojas negali keisti.
- 2.10. Darbuotojas gali patirti pavojų, jeigu jis:
- 2.10.1. fiziškai netinkamas vykdyti užduotį;
  - 2.10.2. netinkamas darbo vietas pritaikymas darbuotojui;
  - 2.10.3. netinkamas darbo priemonių išdėstyMAS nuolat, trumpai ar retai atliekamo darbo zonoje;
  - 2.10.4. netinkamas darbuotojų informavimas apie krovinio svorį;
  - 2.10.5. netinkamas darbų organizavimas;
  - 2.10.6. dėvi netinkamus drabužius, avi netinkamą avalynę ar naudoja kitus asmeninius daiktus, galinčius kliudyti saugiai atliliki darbus;
  - 2.10.7. neturi reikiamų žinių arba tinkamo pasirengimo.

### **III. DARBUOTOJO VEIKSMAI PRIEŠ DARBO PRADŽIA**

3.1. Gauti tiesioginio Vilniaus rajono socialinių paslaugų centro vadovo užduotį, susipažinti su darbų vykdymo tvarka ir saugiaus darbo metodais, žinoti tikslią informaciją apie krovės svorį, sunkiausios krovės svorio centrą, kai krovės yra sukrautas ekscentriškai.

3.2. Apsirengti tvarkingus, švarius ir tinkamo dydžio darbo drabužius, užsisagstyti juos, apsiauti darbo avalynę.

3.3. Darbuotojas privalo:

3.3.1. prieš kiekvieną apsaugos priemonės panaudojimą patikrinti ar ji nėra pažeista, nešvari;

3.3.2. dirbtis su išduotomis asmeninėmis apsaugos priemonėmis;

3.3.3. rūpestingai prižiūrėti ir naudoti pagal paskirtį asmenines apsaugos priemones;

3.3.4. įstatymų nustatyta tvarka atlyginti nuostolius, jeigu asmeninė apsaugos priemonė dėl darbuotojo kaltės dinga arba buvo sugadinta.

3.3.5. atidžiai apžiūrėti savo darbo vietą, pašalinti nereikalingus daiktus, kliūtis, galinčius trukdyti dirbtis; įsitikinti, ar grindys sausos, neslidžios, švarios; neužkrautos vaikščioti skirtos vietas.

3.4. Iš krovinių transportavimo rankomis ruožu turi būti pašalinti trukdantys daiktai. Jei tokios galimybės nėra, turi būti įrengiami saugūs apėjimai ar keliai. Šiuose ruožuose neturi kilti pavojus paslysti, kristi, užkliūti, atsitrenkti ir pan.. Ruožas turi būti gerai apšviestas, o jų pagrindas stabilus, jie turi būti pakankamai platūs ir aukšti, kad būtų galima pernešti krovinius visiškai išsitiesus.

3.5. Patikrinti savo darbo įrankius, kad jie būtų techniškai tvarkingi ir saugūs dirbtis (vežimėliai, kastuvai, laužuvai, konteineriai ir kt.). Sugadintais, techniškai netvarkingais įrankiais dirbtis draudžiama.

3.6. Draudžiama liesti drėgnomis rankomis elektros laidus, kabelius, kištukus, prietaisus ar įrenginius.

3.7. Rūpintis sandėliavimo patalpų, pravažiavimo kelių ir aikštelių švara bei tvarka. Žiemos metu pastoviai nuvalyti pravažiavimo kelius ir sandėliavimo aikštėles nuo sniego ir jas pabarstyti smėliu; susidarius ant stogų varvekliams, juos laiku pašalinti.

3.8. Darbuotojui turi būti suteikta visa informacija apie tai, kaip teisingai atlikti krovinių kėlimo rankomis darbus. Jis taip pat turi gauti, jei įmanoma, tikslią informaciją apie:

3.8.1. krovės svorį;

3.8.2. krovės turinį ir koncentraciją;

3.8.3. krovės svorio centrą arba sunkiausią pakuočių pusę, jei jos turinys paskirstytas netolygiai centro atžvilgiu ar svorio padėtis gali keistis kėlimo metu ir saugius tokių krovinių kėlimo būdus.

3.8.4. Pastebėjus bet kokį gedimą, netvarką ar keliantį pavojų veiksnį, informuoti tiesioginį Vilniaus rajono socialinių paslaugų centro vadovą. Darbo nepradėti, kol nebus pašalinti visi trūkumai.

### **IV. DARBUOTOJO VEIKSMAI DARBO METU**

4.1. Vykdinti darbo tvarkos taisyklių, nustatyto darbo ir poilsio laiko reikalavimus, ilsėtis, valgyti ir rūkyti tam tikslui skirtose vietose, dirbtis tik tą darbą, kurį paveda tiesioginis Vilniaus rajono socialinių paslaugų centro vadovas, ir tik tada, kai yra žinomi saugūs jo atlikimo būdai.

- 4.2. Palaikyti tvarką darbo vietoje.
- 4.3. Darbo metu būti dėmesingam, atidžiam, atsargiam, nesikalbėti su pašaliniais ir netrukdyti dirbtį kitiems.
- 4.4. Neatitraukti dėmesio nuo darbo ir neužsiminėti pašaliniais darbais.
- 4.5. Neliesti atvirų elektrinių darbo vienos įrenginių dalių;
- 4.6. Vykdysi krovos darbus; draudžiama eksplatuoti techniškai netvarkingus konteinerius, pakabas ir kitus rankinius įrankius.
- 4.7. Kraunant smulkius krovinius, reikia juos pakuoti ant padėklų arba konteineriuose. Draudžiama krauti krovinius aukščiau konteinerių kraštų.
- 4.8. Ant padėklų kroviniai turi būti sudedami tvarkingai, patikimai, juos „surišant“, kad pakeliant ir pervežant jie neišrtų ir neišsibarstyti.
- 4.9. Draudžiamas krovinių pernešimas neštuvais toliau kaip 30 metrų arba laiptukais.
- 4.10. Keliant sunkesnius kaip 40 kg krovinius turi būti keli dirbantieji.
- 4.11. Siekiant kėlimo metu išvengti rizikos, krovinys turi būti tinkamai įpakuotas ir parengtos kėlimui. Pakavimo darbai turi būti atliekami labai atsakingai, o pakavimo priemonės neturi kelti papildomos rizikos ir pavojingų veiksnių.
- 4.12. Visais atvejais, kai keliamas krovinys gali kenkti dirbančiojo saugai ir sveikatai, jei tai įmanoma ir tikslina, turi būti naudojamos tinkamos techninės priemonės. Jas naudojant turi būti užtikrintas krovonio stabilumas, o jų naudojamas neturi sukelti papildomos rizikos ir pavojingų veiksnių.
- 4.13. Kai kroviniai pernešami rankomis ir kraunami į krūvas ar rietuves, krovos darbai neturi kelti pavojaus dirbančiojo saugai ir sveikatai. Sukrauti kroviniai neturi slysti ir kristi, o rietuvės neiširti ar pajudėti.
- 4.14. Nešant krovinių pasirinkti laisvą, lygū ir trumpiausią kelią, negalima nešti aplinkiniu keliu krovinius, tarą, gamybines atliekas ir pan.
- 4.15. Žmonėms draudžiama vaikščioti galimo krovinių kritimo zonoje (nuo lentynų, nuo rietuvių ir pan.).
- 4.16. Į pakraunamą (iškraunamą) mašiną darbuotojas turi įlipti ir išlipti inventorinėmis kopėčiomis.
- 4.17. Draudžiama šokinėti iš pakraunamos arba iškraunamos mašinos.
- 4.18. Darbininkui draudžiama:
  - 4.18.1. savavališkai keisti darbo vietą ar darbo pobūdį;
  - 4.18.2. landžioti į elektros jėgos spintas, keisti saugiklius ir perdegusias elektros lempas, pajungti elektros variklius, kabelius, laidus ir kt.;
  - 4.18.3. Draudžiama rankomis traukti, kelti, taisyti nepatikimai arba netvarkingai sukrautus krovinius, kaišioti rankas (norint pataisyti) į rietuves, dėžes, statines, mašinos kėbulą ir t.t.. Tam tikslui naudoti laužtuvus, svirtis, padėklus, pleištus ir visus kitus kėlimo įrenginius, atsižvelgiant į krovonio sudėtį.
- 4.19. Palaikyti tvarką ir švarą darbo vietoje.
- 4.20. Leidžiama nepavojinga vienkartinė keliamo ir pernešamo krovonio masė:
  - 4.20.1. kartu dirbant kitą darbą (iki dviejų kartų per valandą):

- 4.20.1.1. vyrams – iki 30 kg;
- 4.20.1.2. moterims – iki 10 kg;
- 4.20.2. visą pamainą dirbant tik krovos darbus:
  - 4.20.2.1. vyrams – iki 15 kg;
  - 4.20.2.2. moterims – iki 7 kg.
- 4.21. Elektrosaugos reikalavimai:
  - 4.21.1. neliesti drėgnomis rankomis elektros laidų, kabelių, kištukų, prietaisų ar įrenginių;
  - 4.21.2. nedirbtį su elektros įrankiais ar prietaisais, jeigu prisilietus jaučiamas elektros srovės poveikis;
  - 4.21.3. nedirbtī su netvarkingais elektros įrankiais, prietaisais ar įrenginiais;
  - 4.21.4. dirbtī tik su įžemintais prietaisais bei įrenginiais;
  - 4.21.5. nesiliesti vienu metu prie įžemintų dalių (centrinio apšildymo radiatorių, vamzdžių ir pan.) ir elektros įrenginių metalinių dalių (stalinės lempos ir kt.), kad, esant pažeistai izoliacijai ir šioms dalims turint elektros įtampą, nesusidarytų grandinė tekėti elektros srovei per žmogaus kūną;
  - 4.21.6. panaudojus elektros įrankį, prietaisą ar įrenginį, tuo pat išjungti;
  - 4.21.7. nedirbtī su elektros prietaisais, jei ant jų pateko skystis;
  - 4.21.8. savarankiškai neremontuoti sugedusio elektros įrenginio, laidų, kištuko, kištukinio lizdo. Tai atlikti privalo darbuotojas, turintis reikiama kvalifikaciją.

## V. DARBUOTOJO VEIKSMAI AVARINIAIS (YPATINGAI) ATVEJAIS

5.1. Šiai atvejai būtina išjungti elektros srovę ir pranešti tiesioginiams Vilniaus rajono socialinių paslaugų centro vadovui:

- 5.1.1. pastebėjus stiprū detalių, laidų įkaitimą;
- 5.1.2. sugedus elektros instaliacijai (neveikia, kibirkščiuoja kištukinis elektros lizdas, jungiklis);
- 5.1.3. pajutus svylančių laidų kvapą;
- 5.1.4. nutrūkus elektros energijos tiekimui;
- 5.2. Išjungus apsauginei ar priešgaisrinei signalizacijai, nedelsiant reaguoti į pavojaus signalą:
  - 5.2.1. apžiūrėti pažeistą zoną;
  - 5.2.2. elgtis ramiai, nesutrikti, realiai įvertinti susidariusią situaciją;
  - 5.2.3. iškvesti specialiasias tarnybas kreipiantis bendruoju telefonu 112, arba mob. telefonu BITĖ, TELE2 011; TELIA 101.
- 5.3. Kilus gaisrui:
  - 5.3.1. elgtis ramiai, nesutrikti, realiai įvertinti susidariusią situaciją;
  - 5.3.2. informuoti kolegas apie kilusį pavoju;
  - 5.3.3. iškvesti ugniagesius bendruoju pagalbos tel. 112;
  - 5.3.4. evakuoti žmones;
  - 5.3.5. gaisrą gesinti turimomis pirminėmis gaisro gesinimo priemonėmis (gesintuvu, smėliu, žeme, velėna, uždengiant nedegia medžiaga);

- 5.3.6. informuoti tiesioginį Vilniaus rajono socialinių paslaugų centro vadovą;
- 5.4. Įvykus nelaimingam atsitikimui darbe, pakeliui į darbą arba iš darbo:
  - 5.4.1. nedelsiant iškvesti greitą medicinos pagalbą arba kreiptis į artimiausią gydymo įstaigą;
  - 5.4.2. suteikti pirmąjį medicinos pagalbą;
  - 5.4.3. informuoti tiesioginį Vilniaus rajono socialinių paslaugų centro vadovą;
  - 5.4.4. darbo vietą ir įrenginių būklę iki bus pradėtas tirti nelaimingas atsitikimas, reikia išlaikyti tokią, kokia buvo nelaimingo atsitikimo metu; jei tai kelia pavojų aplinkinių žmonių gyvybei ar sveikatai, gali būti daromi tik būtiniausi pakeitimai, įforminant tai tam tikru aktu.
- 5.5. Įvykus avarijai nedelsiant išeiti iš pavojingos zonas ir informuoti tiesioginį Vilniaus rajono socialinių paslaugų centro vadovą.
- 5.6. Esant ypatingam atvejui, keliančiam grėsmę darbuotojo saugai ar gyvybei, evakuotis iš pastato artimiausiu keliu, vadovaujantis evakuacijos schemomis ir ženklais.
- 5.7. Įvykus elektros įrenginių pažeidimams arba avarijai, darbuotojas privalo imtis priemonių, kad nesusidarytų pavojus žmonių gyvybei, gaisrui kilti ir įrenginių sugadinimui, nedelsiant pranešti tiesioginiams Vilniaus rajono socialinių paslaugų centro vadovui.

## **VI. DARBUOTOJO VEIKSMAI BAIGUS DARBĄ**

- 6.1. Sutvarkyti darbo vietą, kurioje buvo dirbama.
- 6.2. Surinkti visus naudotus įrankius, išnešti šiuukšles, arba darbo metu susikaupusias atliekas.
- 6.3. Darbininkas, prieš išeidamas iš darbo vietas, privalo patikrinti:
  - 6.3.1. ar nesijaučia patalpose degesių ir kitų nebūdingų specifinių kvapų;
  - 6.3.2. ar išjungti, kurie pasibaigus darbui turi būti išjungiami, elektros įrenginiai, apšvietimas;
  - 6.3.3. ar nepalikta pašalinių degių skysčių bei lengvai užsiliaupsnojančių medžiagų;
  - 6.3.4. ar uždaryti langai ir kitos angos;
  - 6.3.5. ar neužkrauti takai, skirti priėjimui prie gaisro gesinimo priemonių, evakuacinių išėjimų.
- 6.4. Darbininkas, pastebėjęs išvardintų reikalavimų pažeidimus, privalo imtis priemonių jiems pašalinti. Jei jis to padaryti negali, pranešti apie tai tiesioginiams Vilniaus rajono socialinių paslaugų centro vadovui.
- 6.5. Šiltu vandeniu su muilu nusiplauti rankas. Negalima plauti rankų ne tam skirtomis priemonėmis.
- 6.6. Tvarkingai spintelėje susidėti darbo drabužius.
- 6.7. Informuoti tiesioginį Vilniaus rajono socialinių paslaugų centro vadovą apie darbo metu pastebėtus trūkumus, turinčius ištakos saugiam pavesto darbo atlikimui.