

# **„Stress un veselības veicināšana darba vietās – iespējas un pieredze” IEVADS**

Darba drošības un vides veselības institūts,  
Rīgas Stradiņa universitāte  
Tukums, 09.10.2018

# Plāns 2018. gadam

- Plānoti reģionālie un Rīgas semināri (kopskaitā ~40). Tēmas:
  - » Ķīmiskie darba vides riska faktori
  - » Ergonomika
  - » Semināri par OiRA (online interactive risk assessment) lietošanu
  - » EML un OS
  - » Veselības veicināšana darba vietās – ar uzsvaru uz psihoemocionāliem riskiem
  - » DA apmācību metodes
  - » Riska novērtējuma «meistardarbnīca» u.c.

# Plāns 2018

## ■ «Lielie» semināri

- » Riski veselības aprūpē – 26.11.2018
- » Psihoemocionālie faktori -

## ■ Citas aktivitātes

- » Atsevišķu nozaru un tēmu informatīvie materiāli
- » **Video:** Uzņēmumu konkurss – 3 filmas
  - Tiks izrādītas: 26.10.2018.

## ■ Sākušies arī semināri no Valsts darba inspekcijas ESF projekta, gadā plānoti apmēram 45 semināri

## ■ Vairāk būs – meistarklašu un praktisku semināru!

## ■ DAVS un DAS – aicināti iesaistīties ar savu pieredzi!

# Plāni 2019.gadam?

## ■ Vairāk «meistarklašu»

- » Par veselības jautājumiem (OVP, pasākumi, pirmā palīdzība u. tml.)
- » Par ķīmiskajām vielām (mērījumi, to biežums, rezultātu interpretācija u. tml.)

## ■ Semināri par dažādām tēmām (Ergo, VVDV, ķīmiskās vielas)

## ■ Virkne materiālu – daži pārstrādāti, virkne plakātu (par nogurumu, par maņu orgāniem u.c.)

## ■ Interaktīvie «rīki» – nelaiemes gadījumu izmeklēšana

# Aicinām izmantot: www.failiem.lv/rsu

Secure | https://failiem.lv/rsu

failiem.lv

lelādē Glabā Pārdod Saņem Publicē Backup Cenas Failu veikali Pakalpojumi

Reģistrēties



Šī ir Rīgas Stradiņa universitātes Darba drošības un vides veselības institūta (RSU DDVI) izveidota vietne, kur iespējams lejupielādēt  
Lasīt vēl... atlietus dažādus DDVI un tā sadarbības partneru sagatavotos multimediju informatīvos materiālus. RSU DDVI veic zinātnisku

Nosūtīt failus

Koplietot profilu

Visi faili Galerijas

Ievadi šeit meklējamās atslēgas vārdus...



321\_2016\_Videopado...mov 70 MB



320\_2106\_Videopado...mov 70 MB



319\_2016\_Videopado...mov 59 MB



318\_2016\_Pedejeje\_v...mp4 391 MB



317\_2016\_Macekla\_s...mp4 200 MB



316\_Macekla\_stasts...mp4 571 MB



315\_2016\_Bistamas...mp4 701 MB



309\_2016\_Riski\_pav...mp4 1.5 GB



308\_2016\_DA\_veseli...mp4 1.4 GB



314\_2016\_Riciba\_ar...mp4 696 MB



009\_282\_2015\_Darba...mp4 83 MB



008\_281\_2015\_Indiv...mp4 69 MB



007\_279\_2015\_Runa...mp4 455 MB



006\_278\_2015\_Darba...mp4 497 MB

# Filmas pieejamas arī – VDI Youtube kontā!



Valsts darba  
inspekcija

## Valsts darba inspekcija

Sākums

**Videoklipi**

Atskaņošanas saraksti

Kanāli

Diskusija

Par



Augšupielādes ▾

Pievienošanas datums (no jau)



1:31

**Feeling guide - a video on  
tool winning GPA of stress...**



6:44

**Izvēle ir Tavās rokās**

69 skatījumi • pirms 2 mēnešiem



13:37

**Darbs ir kā spēle**

71 skatījums • pirms 2 mēnešiem



2:29

**Darbs komandā**

32 skatījumi • pirms 2 mēnešiem

# Mājas lapa [www.stradavesels.lv](http://www.stradavesels.lv)

- Aicinām izmantot un kopīgi uzlabot!
  - » Visi **INFORMATĪVIE MATERIĀLI** (pieejama meklēšana ar filtra palīdzību)
  - » **KALENDĀRS!**
  - » **PIETEIKŠANĀS** sistēma!
  - » Kalendārā pieejamas **PREZENTĀCIJAS** un **VIDEO**
  - » Nelaiemes gadījumu izmaksu **KALKULATORS**
  - » **ATPAZĪSTI BĪSTAMĪBU** – darba vide foto, kuros jāatrod riski
  - » **Jaunums – ZINĀŠANU LINEĀLI! (+iespēja pašiem veidot)**
- Lūgums – iesūtīt priekšlikumus tehniskiem uzlabojumiem [www.stradavesels.lv](http://www.stradavesels.lv)



JAUNUMI

EKSPERTI & PADOMI

MATERIĀLI

**KALENDĀRS**

KALKULATORAS

Specializētais seminārs Rīgā "Fizikālo darba vides riska faktoru novērtēšana" PIETEIKŠANĀS SLĒGTA

# Specializētais seminārs Rīgā "Fizikālo darba vides riska faktoru novērtēšana" PIETEIKŠANĀS SLĒGTA

**DATUMS:** 2016. gada 12. aprīlis

**VIETA:** Rīga, Anniņmuižas bulvāris 26a, RSU Medicīnas tehnoloģiju izglītības centrs, 235. telpa (2.stāvs)

**PIELIKUMS:** [Lejupielādēt \(PDF\)](#)

**PREZENTĀCIJAS:** [Atvērt](#)

**VIDEO:** [Atvērt](#)





# Aicinām izmantot – MATERIĀLU FILTRU!

JAUNUMI

EKSPERTI & PADOMI

**MATERIĀLI**

KALENDĀRS

KALKULATORŠ

LINEĀLS

RISKA

**X Filtrēt**

## Riska faktori

- Apgaismojums
- Azbests
- Bioloģiskie riski
- Darbs augstumā
- Darbs ar datoru
- Elektromagnētiskie lauki
- Elektrība
- Ergonomiskie riski
- Jonizējošais starojums
- Kancerogēni
- Ķīmiskās vielas un putekļi
- Mikroklimats
- Optiskais starojums
- Paslīdēšana, pakļupšana, aizķeršanās
- Psihoemocionālie riska faktori
- Sprādzienbīstamība
- Traumatisma riska faktori
- Troksnis
- Ugunsdrošība

## Nozares

- Apsardze
- Biroja darbs
- Būvniecība
- Darbs laboratorijā
- Enerģijas ražošana
- HORECA
- Ieguves rūpniecība un karjeri
- Izglītības iestādes
- Lauksaimniecība
- Kokapstrāde un mēbeļu ražošana
- Ķīmiskā rūpniecība
- Metālapstrāde
- Mežizstrāde
- Pārtikas un dzērienu ražošana
- Poligrāfija un papīra ražošana
- Skaistumkopšana
- Tekstilizstrādājumu ražošana
- Transports un loģistika

## Tēmas

- Apmācība
- Arodslimības
- Atkarības darba vidē
- Attālinātais darbs
- Bērni un jaunieši
- Darba attiecības
- Darba aizsardzības sistēma
- Darba aprikojums un bīstamās iekārtas
- Darbinieki ar īpašām vajadzībām
- Darbinieku iesaiste
- Darba vides iekšējā uzraudzība
- Drošības zīmes
- Ekonomika
- E-pakalpojumi
- Hroniskas slimības un darbs
- Indikatori
- Individuālie aizsardzības līdzekļi

Bērnodārzā(36%)

Sākumskolā(14%)

Pamatskolā(28%)

Vidusskolā / profesionālās iestādē(17%)

Augstskolā(0%)

Tas ir darba devēja pienākums

Kopā nobalsojuši

**⚡ Riska spēle**



[JAUNUMI](#)[EKSPERTI & PADOMI](#)[MATERIĀLI](#)[KALENDĀRS](#)[KALKULATORI](#)[LINEĀLS](#)

Šis tests ir paredzēts, lai pārbaudītu zināšanas par obligatajiem veselības pārbaudēm. Šajā testā ir XX jautājumi.

## Būvniecība

Šis tests ir paredzēts, lai pārbaudītu zināšanas par darba vides riska faktoriem un darba aizsardzības jautājumiem būvniecības nozarē. Šajā testā ir 19 jautājumi.

## Nelaiemes gadījumi darbā un to izmeklēšana

Šis tests ir paredzēts, lai pārbaudītu zināšanas un izpratni par nelaiemes gadījumu darbā izmeklēšanu un reģistrāciju. Šajā testā ir 18 jautājumi.

## Bioloģiskie riska faktori

Šis tests ir paredzēts, lai pārbaudītu zināšanas par darba vides bioloģiskajiem riska faktoriem. Šajā testā ir 19 jautājumi.

Kurā no minētajām nepieciešams izstrādāt aizsardzības praksi?

Autoservisi(24%)



Ceļu būve(20%)



Uzkopšanas darbība



Atkritumu apsaimniekošana



Poligrāfija(16%)



Nevienā no minētajām

# Tests LINEĀLS

IZMĒRI ZINĀŠANAS DARBA AIZSARDZĪBĀ!

Kopā lietots jau **6 919** reizes!



**KOPĒJAIS  
RĪKU SKAITS**

**24**

PAREIZĀS ATBILDES SASTĀDA

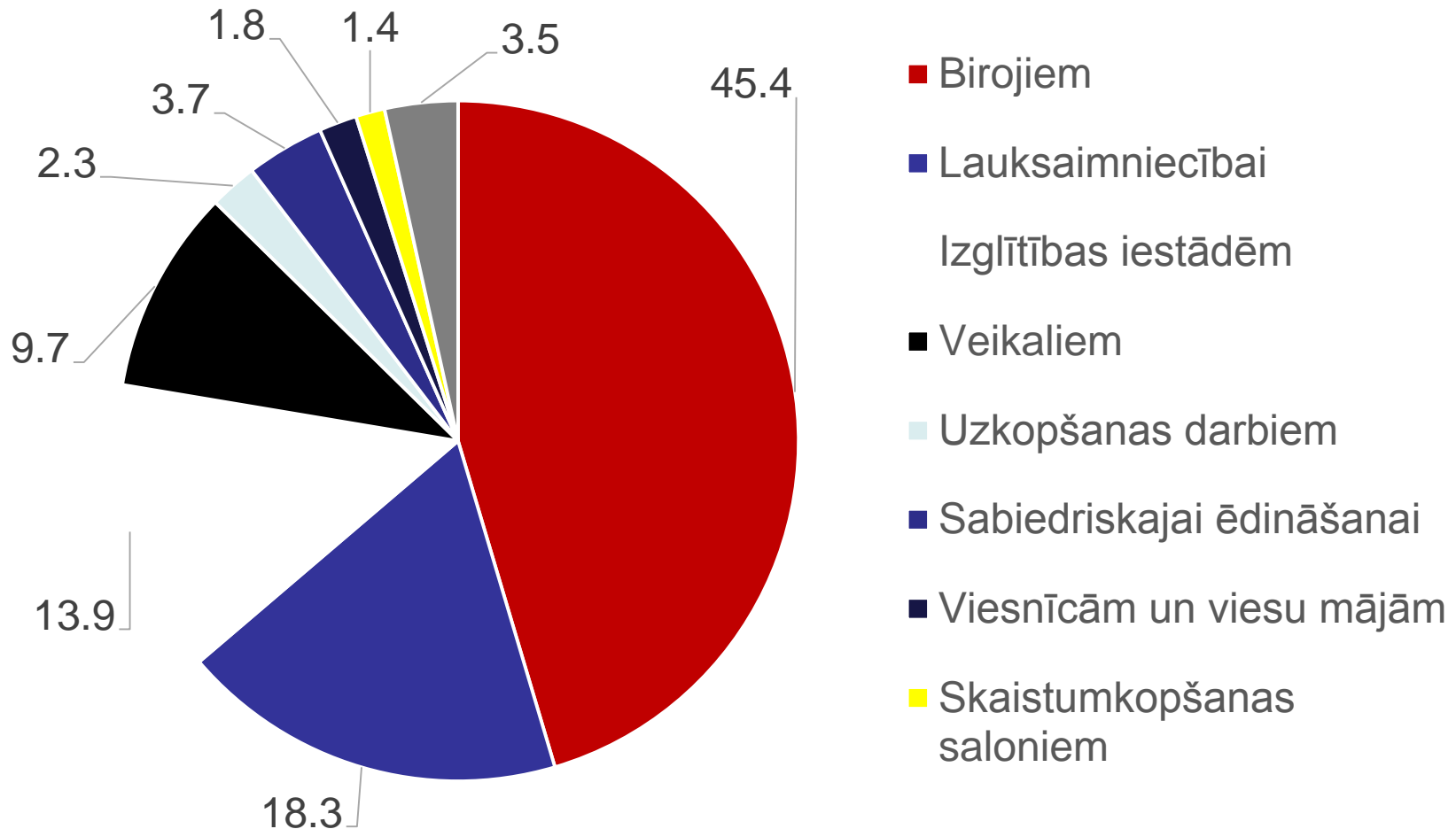
**55,63%**

POPULĀRĀKAIS RĪKS  
**Ugunsdrošība**

GRŪTĀKAIS RĪKS  
**Darbs slēgtās telpās**

JAUNĀKAIS RĪKS  
**Ādas arodslimības**

# Kurus OiRA rīkus lieto visbiežāk? (%)?



# Vēl dažas aktualitātes

- NAPO – šogad jau 20!!!
- VDI var iznomāt NAPO tērpu dažādiem darba aizsardzības pasākumiem!
- Šogad vēlā rudenī: - skolu kampaņa ar NAPO (lūgums pieteikt skolas/PII – nākošajam gadam)
- No ESF – būs iespējami semināri vienā/divos uzņēmumos (to nodarbinātajiem) – lūgums pieteikties e-pastā

# Semināra mērķis?

- Pārrunāt jautājumus par stresu un veselības veicināšanu darba vietās – teoriju, praksi un pieredzi
- Pārrunāt klātesošo speciālistu pieredzi - lūgums izteikt arī savu viedokli!
- Iespēja satikties nozarē strādājošiem speciālistiem!