

**ATMINTINĖ KLIENTAMS, RANGOVAMS
ATLIEKANTIEMS DARBUS IR TEIKIANTIEMS PASLAUGAS
AB „LIETUVOS GELEŽINKELIAI“ GRUPĖS ĮMONIŲ TERITORIJOJE
DĖL DARBUOTOJŲ SAUGOS IR SVEIKATOS REIKALAVIMŲ**

Darbuotojų sauga ir sveikata bei eismo sauga yra AB „Lietuvos geležinkeliai“ grupės prioritetas! Užtikriname, kad profesinė rizika darbo vietose būtų nuolat vertinama, darbuotojai būtų apmokyti, instruktuoti ir informuojami apie galimus rizikos veiksnius bei siektų, kad nulis nelaimingų atsitikimų būtų vienintelė priimtina statistika. To paties reikalaujame ir iš mūsų Klientų ir Rangovų. Visose veiklos srityse darbuotojų sauga ir sveikata yra ir visada bus svarbiausia!

KLIENTO DARBUOTOJŲ INSTRUKTAVIMAS

Kiekvienas Kliento/Rangovo darbuotojas prieš pradėdamas dirbti AB „Lietuvos geležinkeliai“ grupės įmonių (toliau – LG) teritorijoje privalo išklausyti darbuotojų saugos ir sveikatos bei priešgaisrinės saugos instruktavimą, būti apmokytas dirbti pavojingus darbus ir kaip elgtis dirbant pavojingoje geležinkelio zonoje (kai aktualu). Kliento/Rangovo darbuotojus instruktuoja Kliento/Rangovo darbdavio įgaliotas darbuotojų saugos ir sveikatos srityje asmuo.

Kliento/Rangovo darbdavio įgaliotas darbuotojų saugos ir sveikatos srityje asmuo iki darbo LG teritorijoje pradžios privalo supažindinti objekte dirbsiančius darbuotojus su šiais dokumentais:

- šioje atmintinėje nurodytais LG teritorijoje esamais ar galinčiais pasireikšti rizikos veiksniais bei būtinomis apsaugos nuo šių veiksnių poveikio priemonėmis;
- objekto, kuriame bus vykdomi darbai ar teikiamos paslaugos, evakavimo planais;
- saugių takų atitinkamos stoties teritorijoje schema (kai aktualu);
- objekto privažiuojamųjų kelių eismo organizavimo instrukcija (kai aktualu).
- objekto kelių transporto judėjimo tvarka (kai aktualu).

Nurodytus dokumentus Klientui/Rangovui perduoda LG kontaktinis asmuo, nurodytas sutartyje.

Kiekvienas darbuotojas, susipažindintas su minėtais dokumentais, privalo gerai juos žinoti ir vykdyti juose nurodytus reikalavimus. Jei darbuotojas nesuprato pateiktos instruktavimo medžiagos, jis privalo būti instrukuotas iš naujo.

KLIENTO VEIKSMAI AVARINIAIS ATVEJAIS

Darbo metu įvykus gaisrui, geležinkelių transporto eismo įvykiui, įvykiui, kurio metu Kliento/Rangovo darbuotojas patiria žalą sveikatai, ar kitam incidentui, Klientas/Rangovas privalo nedelsiant sustabdyti darbus ir apie tai pranešti LG kontaktiniam asmeniui. Įvykus ekstremaliai situacijai, Klientas/Rangovas turi sustabdyti visus darbus ir patraukti savo darbuotojus į iš anksto numatytą ir su LG kontaktiniu asmeniu suderintą saugią vietą.

**EISMO IR DARBUOTOJŲ SAUGA GELEŽINKELYJE – SVARBIAUSIAS
PRIORITETAS VISOJE „LIETUVOS GELEŽINKELIŲ“ GRUPĖJE**

**APIE BENDROVĖJE PASTEBĖTAS PAVOJINGAS VIETAS, NETINKAMAI ORGANIZUOTĄ DARBĄ,
SAUGOS REIKALAVIMUS PAŽEIDŽIANČIUS DARBUOTOJŲ VEIKSMUS, PRAŠOME NEDELSIANT
INFORMUOTI SAVO TIESIOGINIUS VADOVUS IR SAUGOS SPECIALISTUS.**



**KONTAKTAI: SAUGOS IR RIZIKŲ VALDYMO
DEPARTAMENTAS
EL.PAŠTAS: DSS@LITRAIL.LT
TEL.: +370 61953924**








SAUGOKIME SAVE IR KITUS!





RIZIKOS VEIKSNIAI, GALINTYS PASIREIKŠTI LG TERITORIJOJE

Kiekvienas žmogus įvertina riziką prieš atliekant bet kokią veiksmą (vairuojate automobilį, lipate laiptais, rengiatės lipti kopėčiomis ar atlikti suvirinimo darbus ir t.t.). Jeigu skubate, patiriate nemalonią įtemptą emocinę būseną, jaučiatės pavargęs, apatiškas ar trūksta budrumo, rekomenduojama sustoti ir padaryti pertraukėlę apmastant saugų elgesį, galimus incidentus ir įvykius, jų pasekmes. Ugdykime sau ir kitiems saugaus elgesio įpročius, galvokime apie tai ką ir kaip atliekame, neskubėkime!

Pagrindiniai rizikos veiksniai galintys pasireikšti LG teritorijoje ir rekomenduojamos apsaugojimo priemonės:

Veiksny	Apsaugos priemonės
<p data-bbox="300 795 611 824">JUDANTIS TRANSPORTAS</p> 	<p data-bbox="699 533 1540 667">Vilkėti ne žemesnės nei 2-os klasės gerai matomą įspėjamąją liemenę arba gerai matomus įspėjamuosius darbo drabužius (angl. high visibility). Laikytis draudžiamųjų, įspėjamųjų, įpareigojamųjų ir informacinių saugos ir sveikatos apsaugos ženklų reikalavimų.</p> <p data-bbox="699 674 1540 846">Einant kelkraščiu ar būnant geležinkelių pavojingojoje zonoje (zona, kuri tęsiasi 2,5 m į abi puses nuo kraštinių kelių kraštinių bėgių galvučių išorinių briaunų, arba zona, kuri tęsiasi nuo kraštinių kelių kraštinių bėgių galvučių išorinių briaunų iki asmenų prieigą prie geležinkelio kelio ribojančių techninių priemonių) būtina:</p> <ul data-bbox="722 853 1540 1171" style="list-style-type: none"> • eiti tik per perėjas, pervažas, taip pat, nurodytais saugiais takais, įsitikinus, kad tai yra saugu ir neartėja geležinkelių riedmuo ar autotransportas; • būti atidiems, įdėmiai klausytis artėjančių geležinkelių riedmenų skleidžiamų garsų, stoties garsinio ryšio pranešimų, geležinkelių riedmenų, autotransporto signalų bei skleidžiamų garsų; vengti bet kokių veiksmų (nesinaudoti ausinukais, mobiliojo ryšio priemonėmis ir pan., neapsigobti galvos gobtuvu), kurie atitrauktų dėmesį nuo aplinkos ir transporto eismo stebėjimo. <p data-bbox="699 1178 1540 1238">Einant teritorijoje, kurioje vyksta intensyvus transporto priemonių eismas, būtina:</p> <ul data-bbox="722 1245 1540 1317" style="list-style-type: none"> • eiti tik nustatytomis vietomis; • būti atidiems ir stebėti judančias transporto priemones; <p data-bbox="699 1323 1540 1384">Transporto priemonių vairuotojai privalo važiuoti tik transporto priemonėmis nurodytais keliais ir laikytis kelių eismo taisyklių.</p>
<p data-bbox="308 1462 603 1529">PAVOJINGOS IR NEGABARITINĖS VIETOS</p> 	<p data-bbox="699 1433 1540 1706">Pavojingos vietos ir negabaritinės vietos yra paženklintos pavojingos vietos ženkliniu. Darbuotojas turi būti atidus ir nepriartėti prie pavojingos vietos ar stengtis jos išvengti. Artėjant geležinkelių riedmeniui ar transporto priemonei draudžiama būti tarp artėjančio riedmens ar transporto priemonės ir statinių, paženklintų pavojingos vietos žymėjimu. Jei laiptai paženklinti pavojingos vietos ženkliniu, lipant laiptais būti atidiems žiūrėti ar pilna pėda statoma ant laiptų pakopos.</p>

<p>ELEKTROS SROVĖS POVEIKIS</p> 	<p>Elektros traumos gali kilti dėl:</p> <ul style="list-style-type: none"> - prisilietimo prie neizoliuoto elektros laido ar kitos srovę praleidžiančios dalies su įtampa; - prisilietimo vienu metu prie dviejų neizoliuotų laidų su įtampa; - pavojingo prisartninimo prie esančių su įtampa neizoliuotų elektros įrenginio dalių; - statinio elektros krūvio. <p>Draudžiama pavojingai priartėti prie LG elektros įrenginių, dirbti jais/juose be atsakingų asmenų leidimo.</p> <p>Nepriartėti arčiau kaip 2 metrai iki geležinkelių kontaktinio tinklo.</p> <p>Norint apsisaugoti nuo elektros poveikio darbe naudoti tik turinčius techninį pasą ir atitinkančius jo reikalavimus, išbandytus darbo įrenginius. Prieš pradėdant darbą su elektros įrenginiu, būtina patikrinti ar įrenginys įžemintas, ar tvarkingas įžeminimo laidas.</p>
<p>TRIUKŠMAS</p> 	<p>Dėl LG įrenginių, mechanizmų, įrankių, kurie skleidžia didelį triukšmą. Mažina darbingumą ir duoda pradžių bendriems ir profesiniams susirgimams. Klausą veikia ne tiek triukšmo stiprumas, kiek ilgalaikis poveikis. Apsisaugojimui reikia trumpinti poveikio laiką, rinktis nutolusias nuo triukšmo šaltinio darbo vietas bei naudoti klausos apsaugos priemones.</p>
<p>LEKIANČIOS DAIKTAI, SKEVELDROS</p> 	<p>Dėl atskilusių apdorojamos medžiagos dalelių kertant, kalant, šlifuojant ir pan. metalą ar kitą trapią medžiagą, kai dirba geležinkelio kelio mašinos. Nesiartinti prie medžiagų apdorojimo vietų. Jei tai neįmanoma, naudoti veido apsaugos priemones (skydelius).</p> <p>Kai triukšmo poveikyje vykdomi darbai geležinkelių keliuose, turi būti imtasi papildomų priemonių apsisaugoti nuo judančio riedmens, kelias turi būti nuolat stebimas.</p>
<p>GELEŽINKELIO KELKRAŠČIO SKALDA IR KLIUVINIAI</p> 	<p>Dėl skaldos, statinių bei inžinerinių komunikacijų dalių, esančių geležinkelio kelyje, kelkraštyje ir tarpukelėse galima suklypti, užkliūti, pargriūti. Būtina dėvėti avalynę neslidžiu padu, būti atidžiam, stebėti kliuvinius po kojomis.</p> <p>Geležinkelio stotyje darbuotojai turi eiti nustatytais maršrutais, kuo platesne tarpukelė, peronu, perėja, sankasos kelkraščiu arba šalikele ir atidžiai stebėti eismą gretimuose keliuose, stebint tarpukelę, kurioje gali būti įvairių kliūčių.</p>
<p>KRENTANTYS DAIKTAI</p> 	<p>Darbų aukštyje atlikimo vietose, krovinių perkėlimo kranais zonos veikia daiktų užkritimo pavojus. Asmenims, nesusijusiems su šių darbų vykdymu, draudžiama artintis prie šių vietų, eiti į pavojingas zonas.</p> <p>Saugotis krovinių ar kitų daiktų kritimo nuo riedmenų. Naudoti apsauginius šalmus.</p>
<p>POTENCIALIAI PAVOJINGI ĮRENGINIAI</p> <p>ATSARGIAI! PAVOJINGA ZONA</p> 	<p>Būti potencialiai pavojingų įrenginių (kranų, slėginių indų, katilų ir kt.) veikimo zonoje bei po keliamais krovinių draudžiama. Nesiartinti, neiti į pavojingą, pažymėtą ar atitvertą zoną. Dirbti su potencialiai pavojingais įrenginiais gali tik atitinkamus galiojančius pažymėjimus ir asmenines apsaugos priemones turintys darbuotojai, su LG įrenginiais – tik asmenys, kuriems šiai veiklai išduotas rašytinis leidimas.</p>
<p>VEIKIANTIS ĮRENGINYS, MECHANIZMAS</p> 	<p>Dėl mašinų, mechanizmų besisukančių dalių, movų, velenų, ventiliatorių menčių ir kitų judančių dalių, kurios gali įtraukti drabužius, o su jais ranką ir kitas kūno dalis. Draudžiama artintis prie veikiančių mašinų.</p>

<p>GABENAMI KROVINIAI</p> 	<p>Pavojų gali kelti įvairūs gabenami geležinkeliais pavojingi ir nuodingi kroviniai. Galimi apsinuodijimai, įvairių kūno dalių cheminiai nudegimai.</p> <p>Pastebėjus iš riedmens lašantį krovinį, nedelsiant informuoti apie tai geležinkelio transporto darbuotojus, nesiartinti.</p> <p>Laikytis teritorijoje ar ant medžiagų talpų, vagonų esančių draudžiamųjų, įspėjamųjų bei nurodomųjų ženklų bei užrašų nurodymų.</p>
<p>ŽAIBAS</p> 	<p>Dirbant lauke ir pradėjus žaibuoti, būtina nutraukti darbus ir rekomenduojama būti patalpose.</p> <p>Perkūnijos metu nestovėti aukštose vietose, po medžiais, arti vandens, rekomenduojama nebėgti. Labai pavojinga slėptis po aukštu statiniu arba kalvos viršūnėje, būti šalia metalinio aptvaro, oro elektros tiekimo linijos, dirbti statybinėmis bei žemės ūkio mašinomis. Lygioje vietoje patartina pritūpti, apglėbti kojas rankomis arba atsisėsti ant akmenų. Jeigu esate pastate, nesinaudokite elektriniais prietaisais, telefonu, nelieskite vandentiekio kranų, nebūkite šalia dūmtraukių, krosnių arba stambių metalinių daiktų, t. y. venkite visko, kas gali turėti stiprų elektros krūvį.</p>
<p>STICHINĖ GALIA</p> 	<p>Dėl uraganinio vėjo, vėtros ir pan. galimi įvairūs kūno sužalojimai. Apie artėjančias stichines nelaimes praneša Priešgaisrinė gelbėjimo tarnyba. Būnant uždaroje patalpose patariama saugotis stiklo šukių, nuolaužų, nestovėti šalia langų ar kitų lengvai dūžtančių bei lūžtančių daiktų, o atvirose vietose slėptis daubose, grioviuose, prispausti prie žemės, įsikibti į tvirtesnius medžius, kitus daiktus. Būtina vengti būti ant ir prie tiltų, elektros, dujų tinklų, pastočių, lengvos statybos sandėlių ir kitų statinių. Draudžiama slėptis po medžiais, stulpais, apgriuvusiuose statiniuose, glaustis prie elektros atramų.</p>
<p>NETINKAMAS MIKROKLIMATAS IR NEPALANKIOS METEOROLOGINĖS SĄLYGOS</p> 	<p>Temperatūra, drėgmė, ventiliacija ir t.t. darbo vietoje – galimas neigiamas poveikis organizmui, nušalimas, saulės smūgis. Dirbant lauke, kai oro temperatūra žemesnė kaip -10°C, taip pat aukštesnė kaip +30°C, būtina ne rečiau kaip kas pusantros valandos daryti pertraukėles, ne trumpesnes kaip 10 minučių. Naudoti asmenines apsaugos priemones, įskaitant apsaugančius drabužius, avalynę, galvos apdangalus.</p>
<p>ERKĖS, VABZDŽIAI, GYVŪNAI GELEŽINKELIŲ TERITORIJOJE</p> 	<p>Įsisiurbus erkei - susirgimo erkinio encefalitu rizika. Skiepytis nuo erkinio encefalito.</p> <p>Įgėlus gyvatei - nedelsiant vykti į asmens sveikatos priežiūros įstaigą. Įgeltos galūnės neveržti raiščiu, diržu ar pan.</p> <p>Širšės, vapsvos yra neprognozuojamos, gali įgelti be priežasties, ypač jei atsitiktinai priartėjama prie jų lizdo. Lėtai, nedarant staigių judesių, rekomenduojama atsitraukti, vabzdžių nevaikyti.</p> <p>Dėl gyvūno įkandimo atsiranda žaizda, kuri gali supūliuoti, todėl rekomenduojama dezinfekuoti. Pavojingi pasiutlige sergantys gyvūnai, nerekomenduojama eiti artyn ar liesti įtartinus gyvūnus. Užpuolus ir įkandus - neliesi žaizdos neplautomis rankomis, vykti į asmens sveikatos priežiūros įstaigą.</p>
<p>TRANSPORTUOJAMAS (KELIAMAS, NULEIDŽIAMAS), SANDĖLIUOJAMAS KROVINYS</p> 	<p>Netaisyklingai užkabimus krovinį, nesilaikant saugių atstumų nuo krovinio, būnant po keliamu kroviniu, gabenant krovinį virš statinių, kuriuose randasi žmonės krovinyje gali nukristi ir sužaloti darbuotojus. Būtina prieš darbų pradžią patikrinti kėlimo įrenginių techninę būklę, teisingai užkabinti krovinį (vadovaujantis stropavimo schema) ir jį teisingai gabenti.</p> <p>Nesaugiai, netvarkingai padėti daiktai, krisdami nuo lentynų, stelažų gali sužaloti darbuotoją. Daiktus būtina sandėliuoti tvarkingai sudedant, laikantis saugaus atstumo.</p>

<p>CHEMINĖS MEDŽIAGOS (DYZELINAS, TEPALAI, BENZINAS)</p> 	<p>Tai medžiagos, kurios dėl savo fizinių – cheminių, cheminių arba toksikologinių savybių, naudojimo būdo ar buvimo darbo aplinkoje gali kelti pavojų darbuotojų sveikatai, sukelti mirtį ar ūmius bei lėtinius sveikatos sutrikimus. Paveikus odą chemine medžiaga būti pakenkta odai, akims, kvėpavimo takams. Apsisaugojimui būtina laikytis asmeninės higienos, valgyti, gerti ar rūkyti tik tam skirtoje vietoje. Darbuotojai turi būti susipažinti su naudojamų cheminių medžiagų Saugos duomenų lapų turiniu, žinoti apie privalomas naudoti apsaugos priemonės, gesinimui ar neutralizavimui taikomas medžiagas.</p>
<p>ĮRENGINIŲ IR ĮRANKIŲ EKSPLOATAVIMO REIKALAVIMŲ NESILAIKYMAS</p> 	<p>Galimos traumos. Nuolat tikrinti įrankių ir įrenginių techninę būklę, tvarkingumą, nedirbti su netvarkingomis darbo priemonėmis, įskaitant įrenginius, juos naudoti pagal paskirtį, laikantis jų eksploataavimo reikalavimų.</p>
<p>NETVARKINGOS DARBO PRIEMONĖS</p> 	<p>Naudojant netvarkingas darbo priemones, neatitinkančias darbuotojų saugos ir sveikatos reikalavimų, galimi įsijrovimai, įsidūrimai, ir kitokie sužalojimai.</p>
<p>PASLYDIMAS, NUGRIUVIMAS, KRITIMAS</p> 	<p>Esant slidžioms grindims, praėjimams, pravažiavimams ir pan. galima paslysti, pargriūti ir susižaloti. Grindų dangas, kitus paviršius nedelsiant valyti nuo išsipykusio tepalo, lauko takus laiku valyti nuo sniego, ledo, barstyti slidumą mažinančiais mišiniais. Einant slidžiu paviršiumi, būti dėmesingam ir atsargiam. Galimi įvairūs susižalojimai dėl darbo vietų užgriozdinimo, kliuvinių judėjimo takuose. Neužgriozdinti darbo vietų, neužkrauti praėjimų pašaliniais daiktais, sužymėti nuolatinio judėjimo takus. Takuose esantys išsikišantys daiktai, grindų aukščių skirtumai, kliuviniai turi būti atitinkamai pažymėti. Einant laiptais, ką nors nešant, reikia būti atsargiam, laikytis už turėklų, nepabloginti sau matomumo.</p>
<p>KRITIMAS Į GYLĮ</p> 	<p>Angos, šuliniai, latakai turi būti uždengiami standartiniais dangčiais. Draudžiama juos uždengti plėvele, kartonu ar pan. Apie pastebėtus netvarkingus šulinius, vandens latakus objekte ar LG teritorijoje būtina pranešti tiesioginiam vadovui ar LG kontaktiniam asmeniui.</p>
<p>NEPAKANKAMAS APŠVIESTUMAS</p> 	<p>Darbuotojo darbo vieta turi būti pakankamai apšviesta, tačiau neakinti darbuotojo. Nepakankamas darbo vietos apšvietimas vargina akis, greitina nuovargio atsiradimą, gali padidinti mechaninių pavojų riziką. Tamsiu paros metu būtina naudoti nešiojamus žibintus, žibintuvėlius ar pan.</p>
<p>VIBRACIJA</p> 	<p>Bendrosios ir lokalinės vibracijos pavojus. Bendroji vibracija veikia visą kūną, o lokalinė atskiras kūno dalis - rankas, kojas ir t.t. Dėl vibracijos poveikio galimi raumenų susirgimai, sausgyslių, kaulų, sąnarių susirgimai. Vibraciją galima sumažinti, mažinant šaltinio vibraciją ir panaudojant kolektyvinės apsaugos priemones (pvz. antivibraciniai kilimėliai, pirštinės).</p>
<p>ŽMOGAUS NUKRITIMAS IŠ AUKŠČIO</p> 	<p>Dirbti aukščiau nei 1,3 m gali tik tam išmokyti darbuotojai, dėvint apraišus, esant vedlinei – naudojantis ja. Darbui aukštyje naudoti tik stabilias, tvarkingas, patikrintas paaukštinimo priemones. Dirbant darbus nuo kopėčių:</p> <ul style="list-style-type: none"> • kopėčias būtina tvirtai pastatyti ant lygaus ir tvirto paviršiaus (pastatymo kampas turi būti apie 70°); • neviršyti kopėčių maksimalios apkrovos;

	<ul style="list-style-type: none"> laikytis trijų taškų taisyklės: būnant ant kopėčių ar lipant jomis, reikia išlaikyti tris kontaktinius taškus; stovėti ant kopėčių užsilipus ne aukščiau kaip 1 m iki jų viršaus, nesistoti ant viršutinių 4 pakopų.
FIZINĖS TRAUMOS 	Norint išvengti galimų fizinių traumų būtina laikytis darbuotojų saugos ir sveikatos norminių reikalavimų, būti dėmesingam ir atsargiam, dirbant dėvėti asmenines apsaugos priemones (galvos, klausos, akių, rankų, kojų ir kitas).
ĮPJOVIMAS, ĮDRĖSKIMAS 	Dėl aštrių briaunų, sudužusio stiklo, keramikos šukių ir t.t. galimi įsipjovimai, įsidūrimai, įdrėskimai. Būti dėmesingam ir atsargiam, dėvėti asmenines apsaugos priemones.
FIZINĖ PERKROVA 	Dėl pernešamo krovinio, kurio svoris viršija leistinas normas (moterims iki 10 kg, vyrams iki 30 kg). Pernešant krovinį, kilnojant, stumiant, traukiant įvairius daiktus, galima pakenkti sveikatai, ypač susižeisti nugarą. Darbuotojai turi būti apmokyti teisingai kelti, stumti krovinius rankomis.
ŽMOGAUS GRIUVIMAS DĖL KITŲ PRIEŽASČIŲ 	Galimos įvairios traumos. Būtina prieš įsidarbinant ir dirbant periodiškai profilaktiškai tikrinti sveikatos būklę, domėtis tikrinimo rezultatais, prevencinėmis priemonėmis.
PRIVERSTINĖ, NEPATOGI DARBO POZA	Dirbant nepatogioje, priverstinėje darbo pozoje galimos profesinės ligos, todėl būtina keisti atliekamus darbus, daryti pertraukas, kurių dažnumą ir trukmę nustato darbo tvarkos taisyklės, darbuotojų saugos ir sveikatos instrukcijos darbo vietoje.
PSICHOSOCIALINĖ RIZIKA	Rizika, susijusi su darbo aplinkos sąlygomis (reikalaujančiomis didesnių pastangų, siekiant gauti tą patį rezultatą), su darbo reikalavimais (darbo krūviu, dideliu darbo tempu, sugebėjimo ir galimybės atlikti užduotis neatitikimu, neaiškiomis užduotimis), su darbo organizavimu (darbo laiko trukme, paskirstymu, darbo kontrole), su darbo turiniu (darbuotojo įtaka, informacijos kiekiu, atsakomybe, emocine įtampa, monotonišku darbu), su darbuotojų santykiais (su kitais darbuotojais, darbdaviu). Ilgai dirbant psichoemocinės įtampos sąlygomis galimas kraujospūdžio padidėjimas, širdies ritmo, psichikos sutrikimai, todėl patariama valdyti konfliktus, didinti darbuotojų psichologinį atsparumą, mažinti stresą, derinti darbo ir poilsio laiką, stengtis suprasti ir išaiškinti nesuprantamas užduotis ir situacijas, taikyti psichosocialinę riziką mažinančias prevencines priemones.
APSVAIGĘ DARBUOTOJAI 	Dėl apsvaigusių nuo alkoholinių ar psichotropinių medžiagų darbuotojų gali įvykti nelaimingi įvykiai. LG teritorijoje nustatytas alkoholio kiekis iškvėptame ore ar kraujyje negali viršyti 0,00 promilių, darbuotojai negali būti apsvaigę bei įsinešti alkoholio ar kitų svaiginančių medžiagų į LG teritoriją.

Prieš atliekant darbus LG teritorijoje Klientas/Rangovas užtikrina, kad:

1. Pavojingus darbus (aukštyje, šuliniuose, dirbantys su potencialiai pavojingais įrenginiais ir pan.) dirbantys darbuotojai būtų apmokyti kaip juos dirbti saugiai, darbo vietoje turėtų nustatytos formos pažymėjimus.

2. Jeigu darbai bus atliekami (paslaugos teikiamos) pavojingojoje geležinkelio zonoje, iki darbų (paslaugų teikimo) pradžios darbuotojai būtų išklause ne geležinkelio įmonių darbuotojų saugaus elgesio geležinkelių kelių ir jų įrenginių apsaugos zonose mokymus ir gavę LG nustatytos P-26 formos pažymėjimus, nebent Šalys raštu susitaria dėl kitokios lygiavertės mokymo tvarkos.

3. Eismo saugos institucijos nustatyta tvarka, iki darbų (paslaugų) teikimo pradžios darbuotojai būtų išlaikę eismo saugos institucijos reikalavimus atitinkantį egzaminą ir gavę elektroninės ir (ar) popierinės formos fizinio asmens, kurio darbas tiesiogiai susijęs su geležinkelių transporto eismu, pažymėjimą arba fizinio asmens, kurio darbas netiesiogiai susijęs su geležinkelių transporto eismu, pažymėjimą, vadovaujantis Lietuvos Respublikos geležinkelių transporto eismo saugos įstatymo 17 str. reikalavimais.

4. Būnant LG teritorijoje, Kliento/Rangovo darbuotojas turi vykdyti ne tik savo vadovų, bet ir LG atsakingų darbuotojų, kontroliuojančių Kliento/Rangovo darbuotojų darbų organizavimą, teisėtus nurodymus darbuotojų saugos ir sveikatos bei geležinkelių eismo saugos klausimais.

KLIENTO/RANGOVO DARBUOTOJŲ SAUGOS IR SVEIKATOS KLAUSIMYNAS

Kliento/Rangovo darbdavio įgaliotas darbuotojų saugos ir sveikatos srityje asmuo privalo atsakyti į žemiau pateiktus klausimus ir pateikti klausimyną su atsakymais el. paštu dss@litrail.lt

1. REIKALAVIMAI PRIEŠ PRADEDANT IR ATLIEKANT PAVOJINGUS DARBUS

Eil. Nr.	Pavojingo darbo pavadinimas	Vykdymas		Jei TAIP, tai privalomi šie veiksmai
		TAIP (+)	NE (-)	
1.	Darbas elektros įrenginiuose, įrengtuose lauke, elektros srovės pavojingumo atžvilgiu pavojingose ir labai pavojingose patalpose			-gauti leidimą iš elektros įrenginius eksploatuojančių institucijų;
				-paskirti atsakingą asmenį;
				-įrengti reikiamas kolektyvines saugos priemones ir aptvėrimus;
				-turėti atestuotą energetikos personalą.
2.	Darbas su pavojingomis cheminėmis medžiagomis			-darbuotojus apmokyti ir atestuoti darbuotojų saugos ir sveikatos (toliau – DSS) klausimais
				-darbuotojus supažindinti su Saugos duomenų lapų reikalavimais.
3.	Darbai, keliantys darbuotojams užgriuvimo arba kritimo iš aukščio/į gylį pavojų			-darbuotojus apmokyti ir atestuoti DSS klausimais;
				-paskirti atsakingą asmenį;
				-įrengti reikiamas kolektyvines saugos priemones ir aptvėrimus;
				-paruošti aktą leidimą pavojingiems darbams atlikti.
4.	Darbai arti aukštos įtampos tinklų (laidų)			-paskirti atsakingą asmenį;
				-parengti aktą leidimą pavojingiems darbams atlikti.
5.	Darbai požeminių komunikacijų apsaugos zonose			-paskirti atsakingą asmenį;
				-parengti aktą leidimą pavojingiems darbams atlikti.
6.	Darbai uždaroje bet kokių medžiagų talpyklose ir iš dalies uždaroje ir ankštose patalpose ar iš dalies uždaroje mašinų ir kitų įrenginių angose (šuliniuose, iškasose, tuneliuose, kolektoriuose ir kituose požeminiuose įrenginiuose)			-darbuotojus apmokyti ir atestuoti DSS klausimais;
				-paskirti atsakingą asmenį;
				-įrengti reikiamas kolektyvines saugos priemones ir aptvėrimus;
				-parengti aktą leidimą pavojingiems darbams atlikti.
7.	Grunto kasyba ir tvirtinimas, kiti darbai prie aukštesnių kaip 1,5 metro šlaitų ir gilesnės kaip 1,5 metro iškasose			-darbuotojus apmokyti ir atestuoti DSS klausimais;
				-paskirti atsakingą asmenį;
				-įrengti reikiamas kolektyvines saugos priemones ir aptvėrimus;
				-parengti aktą leidimą pavojingiems darbams atlikti.
8.	Potencialiai pavojingų įrenginių naudojimas (pvz. kėlimo įranga)			-darbuotojus apmokyti ir atestuoti DSS klausimais;
				-paskirti atsakingą asmenį;
				-parengti aktą leidimą pavojingiems darbams atlikti.

2. DARBUOTOJŲ INSTRUKTAVIMAS IR MOKYMAS

Eil. Nr.	Reikalavimai	Duomenys apie įvykdymą		
		YRA	NĖRA	NETAIKOMA
1.	Ar dirbantys darbuotojai supažindinami su darbuotojų saugos ir sveikatos (toliau – DSS) priemonėmis, kurios taikomos jų darbo vietoje?			
2.	Ar darbuotojai supažindinti su:			
	-darbų vykdymo užduotimi			
	-technologiniu projektu			
	-technologinėmis kortelėmis			
3.	DSS ir priešgaisrinės saugos (toliau – GS) instruktavimų darbo vietoje žurnalų pildymo kontrolė:			
	-ar tinkamai instruktuojami darbuotojai?			
	-ar tinkamai parinktos instrukcijos (pagal pareigas ir vykdomus darbus)?			
	-ar instruktuoti visi dirbantys objekte?			
4.	Darbų vadovas turi DSS ir GS darbo vietoje instrukcijų kopijas?			
5.	Ar yra naudojamos įrenginių naudojimo (eksploatavimo) instrukcijos?			
6.	Ar darbuotojai supažindinti su įrenginių naudojimo instrukcijomis?			
7.	Ar darbuotojai tinkamai apmokyti darbuotojų saugos ir sveikatos klausimais, kurie dirba pavojingus darbus?			
8.	Darbų vadovas pateikia dirbančių apmokytų ir atestuoatų darbuotojų sąrašą (nurodant kokius darbus apmokyti atlikti saugiai)			
9.	Numatytos (įgyvendintos) priemonės užkertant galimybę patekti pašaliniais asmenims į darbų atlikimo zoną:			
	-ar darbų atlikimo zona aptverta signaliniais aptvarais?			
	-patekimo į darbų atlikimo zoną vietos paženklintos DSS apsaugos ženklais, nurodytos privalomos dėvėti asmeninės apsaugos priemonės?			
10.	Aptvertos signaliniais aptvarais ir paženklintos pavojingos zonos šalia statomų statinių ir montuojamų (demontuojamų) konstrukcijų, virš kurių transportuojami kroviniai kėlimo kranais, ir zonos, kuriose juda mašinos?			
11.	Šachtos ir angos apsaugotos atramomis, reikiamo aukščio ir tvirtais aptvarais (su rankiniai turėklais, tarpine sija ir grindjuoste) arba kitomis lygiavertėmis priemonėmis?			
12.	Ar vykdomi darbai skirtinguose aukštuose vienoje vertikalėje?			
	-jei vykdomi, tai ar apsaugai nuo krentančių daiktų įrengtos kolektyvinės apsaugos priemonės (stogeliai, apsauginiai tinklai ir kt.)			

3. ASMENINĖS APSAUGOS PRIEMONĖS

Eil. Nr.	Reikalavimai	Duomenys apie įvykdymą		
		YRA	NĖRA	NETAIKOMA
1.	Ar darbuotojai aprūpinami tinkamomis asmeninėmis apsaugos priemonėmis, jei kolektyvinės apsaugos priemonės neužtikrina darbuotojų apsaugos nuo rizikos veiksnių?			
2.	Ar darbuotojai, vykdydami krovos darbus dėvi apsauginius šalmsus?			
3.	Ar darbuotojai dėvi asmenines apsaugos priemones?			

4.	Ar darbo drabužiai tvarkingi ir yra užrašai, leidžiantys identifikuoti Kliento/Rangovo darbuotoją?			
----	--	--	--	--

4. DARBAS SU KĖLIMO KRAN AIS

Eil. Nr.	Reikalavimai	Duomenys apie įvykdymą		
		YRA	NĖRA	NETAIKOMA
1.	Kranų darbo vadovo kvalifikacinis pažymėjimas.			
2.	Krovinių kabinėtojų (stropuotojų) kvalifikaciniai pažymėjimai.			
3.	Ar krovinių kabinėtojai (stropuotojai) dėvi ryškiaspalves signalines liemenes, apsauginius šalmsus?			
4.	Ar yra parengtos stropavimo schemas ir su jomis supažindinti stropuotojai?			
5.	Ar naudojami tinkami krovinių kėlimo reikmenys (su gamintojo žymenimis: CE ženklas, keliamoji galia)? Kėlimo reikmenys periodiškai tikrinami?			
6.	Krovinių kėlimo įrenginiai techniškai tvarkingi, reguliariai prižiūrimi, bandomi ir tikrinami gamintojo nustatyta tvarka ir terminais?			
7.	Ar užtikrinama, kad kroviniai nebūtų keliami virš neapsaugotų darbo vietų, kuriose paprastai būna darbuotojai?			
8.	Ar darbininkai, pasitikdami krovinį, nestovi po juo?			
9.	Ar krovinių kėlimo įrenginių naudojimo metu užtikrinamas darbuotojų saugumas (apšvietimas, tvarka, atsitraukimo atstumai ir t.t.).			
10.	Ar aptveriami laikina savaeigio krano darbo zona?			
11.	ar nėra paliekami be priežiūros pakelti kroviniai?			
12.	Ar ilgi ir didelių gabaritų kroviniai pasukami (valdomi) tik atitinkamo ilgio kobiniai arba atotampomis?			
13.	Ar kroviniai pasitinkami rankomis, kai jie yra ne didesniame nei 1m aukštyje ir atitinkamo ilgio kobiniais ir atotampomis, kroviniams esant didesniame nei 1m aukštyje?			
14.	Ar, nuleidžiant arba keliant transporto priemonėje esančius krovinius, transporto priemonės kėbule nebūna žmonių?			

5. DARBAI AUKŠTYJE

Eil. Nr.	Reikalavimai	Duomenys apie įvykdymą		
		YRA	NĖRA	NETAIKOMA
1.	Ar visi dirbantys aukštyje virš 1,3 m darbuotojai yra apmokyti saugiai dirbti (pažymėjimai)?			
Kolektyvinės apsaugos nuo kritimo priemonės (atvėrimai)				
2.	Ar kur reikalinga yra įrengtos kolektyvinės apsaugos priemonės, apsaugančios darbuotojus nuo kritimo (aptvarai arba apsauginiai tinklai) dirbant aukštyje virš 1,3 m.			
3.	Ar aptvarai įrengti tinkamai apsaugo visą darbo zoną be tarpų, yra stabilūs, ne žemesni kaip 1,1 m, su viduriniu skersiniu, apačioje 10 cm borteliu.			
4.	Ar patekimui į aukštyje esančias laikinas darbo vietas parinktos tinkamiausios ir saugios priemonės, atsižvelgiant į naudojimo dažnumą, trukmę bei nustatytą pakilimo aukštį?			
5.	Ar numatytos saugos priemonės nuo kritimo (apraišai ir jų tvirtinimo vietos) kolektyvines apsaugos priemones montuojantiems /demontuojantiems darbuotojams?			
6.	Ar naudojamos tik EN 131 standarto reikalavimus atitinkančios metalinės kopėčios?			

7.	Ar kopėčių atramos apsaugotos nuo slydimo, pritvirtinant prie jų viršutinių ir apatinių galų kopėčioms nuslysti neleidžiantį įtaisą ar panaudojant kitus slydimą eliminuojančius būdus?			
8.	Ar kopėčios tikrinamos objekte ne rečiau, kaip kas 10 dienų? (dokumentai ar kt.)			
Pastoliai				
9.	Ar pastolius statantys, ardantys, remontuojantys, perstatantys darbuotojai yra apmokyti (supažindinti su pastolių pastatymo, ardymo ir keitimo projektu)?			
10.	Ar sumontuoti pastoliai yra patikrinti, yra jų patikros po sumontavimo aktas ir įžeminimo matavimo protokolas?			
11.	Ar pastoliai pastatyti ant pakankamai tvirto pagrindo, kad nenuvirstų ar nepasislinktų, pastoliai yra stabilūs?			
12.	Ar pastoliai sumontuoti taip. Kad skydai neslankiotų, kad tarp skydų ir vertikalių kolektyvinių apsaugos priemonių nebūtų pavojingų plyšių?			
13.	Ar pilnai aptverti pastolių kraštai ir galai?			
14.	Ar tinkamai įrengtos patekimo ant pastolių priemonės (trapai, tilteliai, atremtos stabilios kopėtėlės ir pan.)?			
Darbai aukštyje naudojant AAP nuo kritimo (apraišus)				
15.	Atliekant darbus aukštyje virš 5,0m virš žemės ar perdengimo paviršiaus, kai pagrindinė priemonė, apsauganti nuo kritimo yra kūno saugos diržas – juos atlieka darbuotojai, turintys aukštalipio kvalifikaciją (vadovaujant paskirtam aukštalipio darbo vadovui, pagal išduotą paskyrą-leidimą pavojingų darbų atlikimui)?			
16.	AAP nuo kritimo priemonės yra sertifikuotos ir patikrintos (yra įrašai apie patikras ne rečiau kaip kas 12 mėn.).			
17.	Naudojamas pilnas AAP darbui aukštyje skirtas komplektas (apraišai, smūgio slopintuvas, lynas).			
18.	Ar numatyti ir įrengti AAP tvirtinimosi taškai (inkarinis įtvirtinimas).			
19.	Ar juosmeniniai apsaugos nuo kritimo diržai yra naudojami tik darbinės padėties fiksavimui ar judėjimo apribojimui (tai nėra apsaugos nuo kritimo iš aukščio priemonė).			
20.	Ar darbuotojai, esant kritimo pavojui, nuolatos naudoja AAP nuo kritimo?			
21.	Ar imtasi atsargumo priemonių dirbant ant pastolių ar kito pavojingos zonos kai plyšys tarp pastolių ir sienos yra didesnis kaip 0,4m. (Privaloma naudoti AAP nuo kritimo)?			
22.	Ar darbuotojai dėvi apsauginius šalmsus su užsegtu dirželiu?			
23.	Ar numatytos priemonės, kad darbuotojas, dirbdamas ant stogo, perdangos ar kito paviršiaus, neužliptų ant silpnos konstrukcijos, trapios medžiagos ir neįlūžtų (nenuslystų)?			

6.DARBO ĮRENGINIŲ NAUDOJIMAS

Eil. Nr.	Reikalavimai	Duomenys apie įvykdymą		
		YRA	NĖRA	NETAIKOMA
1.	Ar naudojami įrenginiai, mašinos ir įranga, įskaitant rankinius įrankius su ir be variklio, techniškai tvarkingi?			
2.	Ar saugūs mobilieji savaeigiai arba nesavaeigiai darbo įrenginiai?			
3.	Ar ant darbo įrenginių yra įspėjimai ir ženklai, skirti darbuotojų saugai užtikrinti, ar įrenginiai naudojami su gamintojo numatytomis apsaugomis?			

7. APSAUGA NUO ELEKTROS

Eil. Nr.	Reikalavimai	Duomenys apie įvykdymą		
		YRA	NĖRA	NETAIKOMA
1.	Ar objekte veikiančiuose elektros įrenginiuose dirba kvalifikuotas elektrotechninis personalas (turi galiojančius Energetikos darbuotojo pažymėjimus)?			
2.	Suvirinimo elektra darbus atlieka atestuoti ne žemesnės kaip PK elektrotechninės kvalifikacijos darbuotojai?			
3.	Ar kontroliuojama, kad nebūtų naudojamos O ir OI elektros izoliacijos klasės rankinės elektros mašinos ir įrankiai?			
4.	Objekte esančiuose elektros įvado skyduose, iš kurių naudojama elektra darbo reikmėms ir pajungiami kilnojami elektros įrankiai yra sumontuotos nuotėkio srovės relė (apsauganti žmones nuo galimo pažeidimo elektros srove)?			
5.	Ar elektros maitinimo kabeliai naudojami elektros ėmėjams yra apsaugoti nuo mechaninių pažeidimų (neguli ant žemės paviršiaus, nėra pakabinti žemiau kaip 2,5m praėjimuose ir 4,5m važiuojamoje dalyje)?			
6.	Naudojami el. ilgakliai yra sertifikuoti ir pritaikyti naudoti lauko sąlygomis?			
	Ant visų el. ilgiklių, kilnojamų šviestuvų ir nešiojamų elektros įrankių yra inventorinis numeris ir patikros data?			
7.	Ar saugiai atliekami darbai elektros perdavimo linijų apsauginėse zonose bei šalia veikiančių elektros įrenginių? Yra suderinimai su atsakingomis institucijomis, paskyros – leidimai?			

8. DARBAS SU PAVOJINGOMIS CHEMINĖMIS MEDŽIAGOMIS

Eil. Nr.	Reikalavimai	Duomenys apie įvykdymą		
		YRA	NĖRA	NETAIKOMA
1.	Ar tinkamai paženklintos naudojamos pavojingos cheminės medžiagos (pakuotės, talpos)? Cheminės medžiagos laikomos gamyklinėje pakuotėje?			
2.	Ar yra naudojamų cheminių medžiagų saugos duomenų lapai?			
3.	Ar saugos duomenų lapų pateikta informacija prieinama darbuotojams, ar jie su ja supažindinti?			

9. JUDĖJIMO KELIAI, VIDAUS EISMAS IR KROVINIŲ TRANSPORTAVIMAS

Eil. Nr.	Reikalavimai	Duomenys apie įvykdymą		
		YRA	NĖRA	NETAIKOMA
1.	Darbui tamsiu paros metu įrengtas reikiamas dirbtinis apšvietimas?			
2.	Transporto judėjimo keliai nutiesti pakankamu atstumu nuo durų, vartų, pėsčiųjų perėjų, tarpavarčių bei laiptinių?			
3.	Ar nustatyta transporto priemonių saugaus eismo tvarka statybietės? Numatytos stovėjimo vietos, apribotas judėjimo greitis?			
4.	Ar užtikrinamas saugus atstumas tarp dirbančiųjų darbuotojų ir transporto priemonių?			
5.	Ar tvarkingos krovimo aikštelės ir platformos?			
6.	Ar saugūs patekimo į darbo vietas keliai (takai, trapai, tilteliai ir kt.)?			

10. BUITINĖS IR SANITARINĖS PATALPOS, PIRMOJI PAGALBA

Eil. Nr.	Reikalavimai	Duomenys apie įvykdymą		
		YRA	NĖRA	NETAIKOMA
1.	Ar buities, sanitarinės ir higienos patalpos atitinka reikalavimus?			
2.	Ar yra reikiamas praustuvų, tualetų skaičius, darbuotojai aprūpinti geriamu vandeniu?			
3.	Ar darbuotojai apmokyti suteikti pirmąją pagalbą nukentėjusiajam (ar turi pažymėjimus)?			
4.	Ar yra pagrindinė pirmosios pagalbos įranga bei priemonės, ar jos paženklintose vietose? Ar gelbėjimo tarnybų telefono numeriai yra matomose vietose?			

11. PRIEŠGAISRINĖ SAUGA

Eil. Nr.	Reikalavimai	Duomenys apie įvykdymą		
		YRA	NĖRA	NETAIKOMA
1.	Ar darbo vietoje yra pakankamas kiekis ugnies gesintuvų (galiojanti patikra), pažymėtos jų laikymo vietos?			
2.	Atliekant ugnies darbus yra išduodami leidimai atlikti ugnies darbus? Vykdomos juose nurodytos prevencinės priemonės nuo gaisro kilimo?			
3.	Ar darbuotojai supažindinti su evakuaciniais keliais ir išėjimais?			

12. ATLIEKŲ TVARKYMAS

Eil. Nr.	Reikalavimai	Duomenys apie įvykdymą		
		YRA	NĖRA	NETAIKOMA
1.	Ar vykdomos veiklos metu susidaro atliekos?			
2.	Ar pildoma atliekų susidarymo apskaita?			
3.	Ar rūšiuojamos susidaranti perdirbimui tinkamos atliekos ir pakartotiniam naudojimui tinkamos konstrukcijos (medžiagos), rūšiuojamos kitos atliekos – antrinės žaliavos, pavojingos atliekos?			
4.	Ar susidaranti pavojingosios atliekos supakuotos taip, kad nekeltų pavojaus visuomenės sveikatai ir aplinkai, o laikinai laikomų pavojingųjų atliekų konteineriai ar pakuotės paženklinti pavojingųjų atliekų ženklavimo etiketėmis?			

Kliento/Rangovo (juridinio asmens) pavadinimas, kodas _____

Kliento/Rangovo (darbdavio) įgaliotas DSS srityje asmuo _____

(vardas, pavardė, parašas, data)