

VILNIAUS UNIVERSITETO GYVYBĖS MOKSLŲ CENTRO MOKOMŪJŲ LAUKO PRAKTIKŲ DALYVIŲ SAUGOS IR SVEIKATOS INSTRUKCIJA

I. SKYRIUS BENDROSIOS NUOSTATOS

Remiantis Vilniaus universiteto studijų praktikų reglamentu ir Vilniaus universiteto Gyvybės mokslų centro (Centras) praktikos nuostatais Centro bei Mokymo ir praktikų bazių pareiga - užtikrinti mokomųjų lauko praktikų dalyvių saugos ir higienos normas atitinkančias sąlygas, esant reikalui aprūpinti praktikantus praktikai atlikti būtinais darbo įrankiais ir drabužiais, asmeninėmis apsaugos priemonėmis; aprūpinti praktikos vietas pirmosios medicinos pagalbos rinkiniais (vaistinėmis).

1. Praktikos vadovo pareigos:

1.1. organizuoti vadovaujantis šia instrukcija mokomosios lauko praktikos dalyvių saugos ir sveikatos instruktažą;

1.2. imtis priemonių pašalinti priežastis, galinčias sukelti pavojų praktikantų sveikatai ir gyvybei;

1.3. mokyti praktikantus saugiai atlikti praktikos užduotis;

1.4. organizuoti praktikantų darbą pagal darbo ir poilsio režimo reikalavimus;

1.5. nurodant praktikos užduotis ir vėliau, jas pakeitus, informuoti praktikantus apie pavojingus, kenksmingus ir kitus rizikos veiksnius praktikos atlikimo vietose ir jų poveikį sveikatai;

1.6. patikrinti, kaip praktikantas suprato informaciją po saugos ir sveikatos instruktavimo (žinių patikrinimo testas).

1.7. kontroliuoti, kaip praktikantai laikosi darbo saugos ir sveikatos reikalavimų atliekant praktiką, laikinai nušalinti juos nuo praktikos veiklos arba nutraukti praktikos eigą, jeigu jie nesilaiko saugos reikalavimų, praktikos metu yra neblaivūs, apsvaigę nuo panaudotų narkotinių ar toksinių medžiagų ir apie tai informuoti Centro padalinio vadovą;

1.8. įvykus nelaimingam atsitikimui arba praktikantui susirgus, organizuoti medicininės pagalbos suteikimą;

1.9. nustatyta tvarka pranešti apie nelaimingus atsitikimus, sudaryti sąlygas jų priežastims iširti.

2. Praktikantų pareigos:

2.1. laikytis praktikos vadovo pateiktų darbo tvarkos reikalavimų;

2.2. laikytis darbo saugos reikalavimų: nedirbti su techniškai netvarkingomis darbo priemonėmis, dėvėti darbo drabužius ir darbo avalynę, asmenines apsaugines priemones;

2.3. kilus įtarimų dėl darbo ar apsauginių priemonių neatitikties saugos reikalavimams, iš karto informuoti apie tai praktikos vadovą;

2.4. saugoti savo sveikatą ir nekenkti kitų praktikantų sveikatai, mokėti saugiai dirbti, žinoti ir praktikos metu vykdyti darbo saugos reikalavimus;

2.5. praktikos metu atlikti tik tą darbą, kurį pavedė praktikos vadovas, ir tik esant instruktuiotam apie saugius darbo atlikimo metodus;

2.6. praktikos laisvalaikio metu būti atsakingiems už savo sveikatą ir saugumą, nesiimti veiklų, kurių metu yra rizika susižaloti ar sužaloti kitus asmenis;

2.7. iškilus klausimams ar neaiškumams, susijusiems su praktikos atlikimu, kreiptis į praktikos vadovą;

2.8. imtis priemonių ir pagal galimybes pašalinti priežastis, galinčias sukelti traumas, apie tai nedelsiant informuoti praktikos vadovą;

2.9. informuoti praktikos vadovą apie praktikos metu patirtas traumas bei susirgimus;

2.10. su savimi turėti studento pažymėjimą, o jei reikia, dokumentą, patvirtinantį dalyvavimą praktikoje ir / ar kitus dokumentus, leidžiančius būti riboto lankymosi teritorijose;

2.11. praktikos laisvalaikio metu išvykti iš praktikos vietos tik gavus praktikos vadovo leidimą, grįžus prisistatyti praktikos vadovui;

2.12. praktikos metu nevertoti alkoholio ir psichotropinių medžiagų;

2.13. vykdyti praktikos vadovo, kitų įgaliotų asmenų teisėtus nurodymus.

2.14. Praktikantui, pažeidusiam šios instrukcijos reikalavimus, taikoma Universiteto teisės aktuose numatyta drausminė atsakomybė. Studentai ir praktikantai praktikos vadovo sprendimu gali būti nušalinami nuo praktikos atlikimo.

3. Praktikantų teisės:

3.1. reikalauti, kad praktikos institucija užtikrintų saugų praktikos atlikimą;

3.2. sužinoti iš praktikos vadovo apie jų darbo aplinkoje esančius sveikatai kenksmingus ir pavojingus veiksnius;

3.3. atsakyti dirbti, jeigu yra pavojus sveikatai, gyvybei, taip pat tuos darbus, kuriuos saugiai atlikti nėra instruktuioti.

II. SKYRIUS

RIZIKOS VEIKSNIAI IR SAUGOS PRIEMONĖS NUO JŲ POVEIKIO

4. Praktikantui pavojingi, kenksmingi ir kiti rizikos veiksniai, esantys ar galintys pasireikšti jo aplinkoje lauko praktikos metu, jų galimas poveikis sveikatai ir gyvybei:

4.1. Praktikos vykdymo vieta ir gyvenamosios patalpos (kyla pavojus susižeisti, būti nutrenktam elektros srovės):

4.1.1. darbo ir gyvenamąją aplinką privalu laikyti tvarkingą;

4.1.2. būtina informuoti praktikos vadovą apie netvarkingą įrangą, elektros instaliaciją ir kt.;

4.1.3. pašaliniai asmenys lankytis praktikos atlikimo vietoje ar gyvenamosiose patalpose gali tik gavus pritarimą iš praktikos vadovo;

4.1.4. draudžiama triukšmauti ir kitaip trukdyti ilsėtis kitiems praktikos dalyviams;

4.1.5. draudžiama vartoti alkoholį bei narkotines medžiagas;

4.1.6. rūkyti leidžiama tik tam skirtose vietose;

4.1.7. draudžiama naudoti savadarbius elektros prietaisus;

4.1.8. draudžiama žaibuojant naudotis elektros prietaisais, kalbėti mobiliuoju telefonu, būtina uždaryti langus;

4.1.9. draudžiama naudotis netvarkingais elektros prietaisais;

4.2. Maisto ruošimas virtuvėje (kyla pavojus susižeisti, nusideginti, apsinuodyti maistu ar apsinuodyti dujomis; būti nutrenktam elektros srove):

4.2.1. leidžiama naudoti tik techniškai tvarkingą virtuvės įrangą bei įrankius;

4.2.2. atsargiai elgtis su karštu vandeniu bei įkaitintais riebalais;

4.2.3. maistui naudoti tik žinomus ir tinkamai termiškai apdorotus produktus, kurių galiojimo terminas nėra pasibaigęs;

4.2.4. pagal taisykles naudotis dujine virykle, patalpoje pajutus dujų kvapą – dujinę viryklę išjungti, atidaryti langą ir pakviesti praktikos vadovą;

4.2.5. pagal taisykles naudotis elektrine virykle, šaldytuvu, santchnikos prietaisais.

4.3. Darbas lauke bei darbas su įrankiais ir elektriniais prietaisais (kyla pavojus susižeisti, gauti terminį ar saulės smūgį, susirgti bei būti nutrenktam elektros srovės):

4.3.1. draudžiama dirbti sergant;

4.3.2. draudžiama dirbti perkūnijos metu;

4.3.3. draudžiama dirbti su netvarkingomis darbo priemonėmis bei įrankiais, prieš darbo pradžią būtina vizualiai apžiūrėti ir įsitikinti darbo priemonių tvarkingumu, esant reikalui dėvėti specialius darbo darbužius (reikalui esant – pirštines ir šalmsus), avalynę ir asmenines apsaugos priemones;

4.3.4. draudžiama gadinti darbo priemones bei jas laikyti tam neskirtoje vietoje;

4.3.5. jei kyla abejonių dėl darbo priemonių ir įrankių tvarkingumo, su jais nedirbti bei informuoti praktikos vadovą;

4.3.6. darbo priemones naudoti tik pagal jų paskirtį;

4.3.7. elektriniai įrankiai, prietaisai (tame tarpe ir gyvenamose patalpose) turi būti eksploatuojami pagal gamintojo instrukcijas;

4.3.8. dažnai keliant krovinį ir jį pernešant vyrams galima kelti ne daugiau 15 kg, moterims – 7 kg, iki dviejų kartų per valandą vyrams ne daugiau 30 kg, moterims – 10 kg;

4.3.9. būtina dėvėti oro sąlygas atitinkančią aprangą, oro temperatūrai viršijant +25°C būtina dirbti naudojantis galvos apdangalu, gerti skysčius;

4.3.10. draudžiama dirbti perkūnijos metu bei pučiant stipresniam nei 20 m/s vėjui (vandens telkinyje – stipresniam nei 7,0 m/s);

4.3.11. draudžiama dirbti vietose, kurios pažymėtos specialiais draudžiamaisiais ženklais.

4.4. Ėjimas į maršrutus (kyla pavojus pasiklysti, susižeisti, nuskęsti, gauti terminį ar saulės smūgį ir kt.):

4.4.1. į maršrutus galima eiti dviem ir daugiau asmenų, po vieną į maršrutus eiti griežtai draudžiama;

4.4.2. į maršrutus galima eiti tik su tinkama avalyne, galvos apdangalu bei oro sąlygas atitinkančia apranga;

4.4.3. negalima nukrypti nuo praktikos vadovo nurodyto maršruto ar darbų ploto;

4.4.4. darbo grupei būtina laikytis kartu, nenutolstant vienas nuo kito už matomumo ribų;

4.4.5. draudžiama pasišalinti iš maršruto nepranešus vadovui ar grupės vyresniajam, kurį paskiria praktikos vadovas;

4.4.6. būtina laikytis galutinio grupės vyresniojo sprendimo, kaip privalomo visos grupės nariams;

4.4.7. būtina stebėti vienas kito būklę, savijautą ir, esant reikalui, suteikti pagalbą;

4.4.8. saugotis nuodingų augalų, grybų ir gyvūnų; aštrių ar pavojingai kabančių augalų dalių; duobių, stačių šlaitų; einant keliu ar per kelią laikytis kelių eismo taisyklių.

4.4.9. į kiekvieną maršrutą neštis vaistinėlę, ryšio priemones;

4.4.10. maršrutinių darbų metu maudytis, vartoti alkoholią griežtai draudžiama;

4.4.11. draudžiama ragauti ar valgyti nepažįstamus, kenksmingus ar neprinokusius augalus bei vaisius;

4.4.12. žaibuojant draudžiama būti prie vandens, šaltinių, metalo grandinių, laidų, ant kalvos, būti basiems, bėgti, stovėti po aukštais medžiais;

4.4.13. griežtai draudžiama miške kurti laužus be miškų darbuotojų leidimo / ne tam skirtose vietose;

4.4.14. rūkyti galima tik tam skirtose vietose;

4.4.15. paklydus bandyti ryšio priemonėmis susisiekti su praktikos vadovu; nesiblaškyti, kuo mažiau judėti nesiorientuojant, judėti nuosekliai, pasirinkta kryptimi: takais, žemyn upeliais ir kt., signalizuoti ir palikti žymes, jei galima, grįžti į maršruto pradžią;

4.4.16. brendant per upes ar pelkes kruopščiai parinkti bridimo vietą įvertinant gylį, srovės stiprumą, upės vagos būklę žemiau bridimo vietos, bristi apsiavus, esant reikalui, remtis lazda, bristi greta, susikibus, susirišus ir pasirengus padėti;

4.4.17. saugotis erkių įsisiurbimo (studijų metu rekomenduojama praktikantams savanoriškai skiepytis), tuo tikslu dėvėti kelnes, drabužius su rankovėmis bei kepurę, kai einama per aukštą žolę ar krūmynus, įkandus erkei ją būtina kuo skubiau ištraukti panaudojant pincetą.

4.5. Plaukimas valtimi (kyla pavojus iškristi iš valties ir nuskęsti):

4.5.1. valtis privalo būti techniškai tvarkinga ir pritaikyta plaukimui;

4.5.2. valtyje privalo būti gelbėjimosi priemonės (gelbėjimosi ratai, liemenės, vandens semtuvai);

4.5.3. plaukiant valtimi būtina turėti ryšio priemones;

4.5.4. draudžiama plaukti valtimi apsvaigusiems nuo psichotropinių medžiagų;

4.5.5. draudžiama plaukti valtimi nesuderinus su praktikos vadovu;

4.5.6. draudžiama plaukti valtimi tvarkingai neužsidėjus gelbėjimo liemenių;

4.5.7. draudžiama sėdėti ant valties krašto, vaikščioti valtyje, šokinėti iš valties į vandenį;

4.5.8. draudžiama lipti į valtį, kai jos keleivių ir krovinių svoris viršija valties pase nurodytą keliamąją galią;

4.5.9. draudžiama plaukti valtimi pučiant stipresniam nei 7,0 m/s vėjui, esant perkūnijai ir intensyviems krituliams. Jei stiprus vėjas ir bangavimas užklumpa vandens telkinyje, reikia nedelsiant plaukti į artimiausią krantą, vairuojant plaukimo priemonę priekiu / galu prieš bangas;

4.5.10. draudžiama plaukti valtimi vienam.

4.6. Maudymasis (kyla pavojus nuskęsti):

4.6.1. maudytis galima tik tam skirtose vietose,;

4.6.2. draudžiama maudytis apsvaigusiems nuo psichotropinių medžiagų;

4.6.3. draudžiama maudytis labai sukaitus;

4.6.4. maudytis galima mažiausiai dviese, stebint vienas kitą;

4.6.5. draudžiama maudytis audros metu, tamsiu paros metu, esant rūkui ir dideliame bangavimui;

4.6.6. draudžiama šokinėti į vandenį ir nardyti.

4.7. Keliai bei važiavimas dviračiu ar nuosava transporto priemone (kyla pavojus susižeisti):

4.7.1. praktikantas privalo laikytis kelių eismo taisyklių;

4.7.2. važiuojant keliu tamsiuoju paros metu arba esant blogam matomumui, dviračio priekyje turi degti baltos šviesos žibintas, o dviračio gale – raudonos šviesos žibintas, dviračio vairuotojas privalo dėvėti ryškiaspalvę liemenę su šviesą atspindinčiais elementais;

4.8. Priešgaisrinės saugos priemonės, jų taikymo ir naudojimo tvarka:

4.8.1. praktikos dalyviai gali gyventi ir dirbti tik tokiose patalpose, kurių įrengimas atitinka LR teisės aktų nustatytus priešgaisrinės saugos reikalavimus patalpoms bei kuriose yra visos reikalaujamos priešgaisrinės apsaugos priemonės;

4.8.2. praktikantai vykdo priešgaisrinės saugos taisyklių reikalavimus, nesudaro sąlygų kilti gaisrui.

III SKYRIUS

PRAKTIKANTO VEIKSMAI PRIEŠ PRAKTIKOS PRADŽIĄ BEI JAI PASIBAIGUS

5. Prieš praktikos pradžią praktikantas privalo:

5.1. susipažinti su bendraisiais darbo saugos bei gaisrinės saugos reikalavimais;

5.2. susipažinti su Praktikos ir poilsio bazės vidinėmis instrukcijomis, atmintinėmis;

5.3. susipažinti su praktikų rizikos veiksniais;

5.4. susipažinti su praktikos vieta ir praktikos atlikimo tvarka;

5.5. susipažinti su saugiais praktikos atlikimo metodais, saugia darbo priemonių naudojimo tvarka;

5.6. susipažinti su reikalavimais darbo aprangai;

5.7. susipažinti su darbo vietos paruošimo tvarka.

6. Po praktikos:

6.1. praktikantai privalo sutvarkyti gyvenamąsias patalpas, virtuvę, praktikos atlikimo vietą ir tvarkingai padėti praktikoje naudotą įrangą bei prietaisus;

6.2. išvykti iš praktikos vietos jai pasibaigus praktikantai gali tik informavę praktikos vadovą ir jam leidus.

IV SKYRIUS

VEIKSMAI AVARINIAIS (YPATINGAIS) ATVEJ AIS

7. Praktikanto ir praktikos vadovo veiksmai susidarius avarinei ar kitai ypatingai situacijai, įvykus incidentui, avarijai, gaisrui:

7.1. suteikti pirmąją medicinos pagalbą nukentėjusiam ir iškviesti greitąją medicinos pagalbą **bendruoju pagalbos telefonu 112**;

7.2. apie įvykį nedelsiant pranešti tiesioginiam vadovui (VU Gyvybės mokslų centro direktoriui), kuris apie tai praneša **VU Civilinės ir darbų saugos tarnybai (toliau – VU CDST) tel. 8 5 268 3210 arba 8 5 268 7054**. Įvykio vietą, kurioje įvyko nelaimingas atsitikimas, instrumentų ir kt. būklę privaloma išsaugoti tokią, kokia ji buvo nelaimingo atsitikimo praktikos vietoje metu, iki nelaimingas atsitikimas bus ištirtas. Pakeitimai gali būti daromi tik tada, jei tai kelia pavojų kitų asmenų gyvybei ir sveikatai. Esant galimybei prieš tai įvykio vietą ir aplinkybes būtina nufotografuoti ar nufilmuoti;

7.3. pastebėjus gaisro požymius, iškviesti ugniagesius gelbėtojus bendruoju pagalbos telefonu 112, pateikiant šią informaciją: adresas, gaisro vieta, ar yra nukentėjusiųjų, pranešėjo pavardė, telefono numeris, įspėti šalia esančius žmones apie pavojų šaukiant „Gaisras“, informuoti praktikos vadovą, kuris apie tai praneša VU CDST. Gesinti gaisrą ugnies gesintuvais ar kitomis parankinėmis priemonėmis, jei tai nesukelia pavojaus jūsų ar kitų asmenų gyvybei ar sveikatai, gesinant elektros įrenginius vandeniui, įsitikinti, kad išjungtas elektros tiekimas. Kilus pavojui sveikatai ar gyvybei, išeiti iš pavojingos zonos.

8. Elgesys susižeidus:

8.1. nedelsiant, bet kuo ramiau įvertinti padėtį, pasirūpinti savo saugumu;

- 8.2. nustatyti sužeidimo pobūdį ir pavojingumą, esant reikalui, iškviešti greitąją medicinos pagalbą bendruoju pagalbos telefonu 112;
- 8.3. suteikti pirmąją pagalbą nukentėjusiajam;
- 8.4. judėti pagal galimybes, jei tai nekelia pavojaus sveikatai;
- 8.5. palikti sužeistąjį nelaimingo atsitikimo vietoje tik būtinu atveju ir užtikrinus jo saugumą;
- 8.6. apie nelaimingą atsitikimą kuo greičiau pranešti praktikos vadovui.