

РЕПУБЛИКА
СЕРБИЈА
Дирекција за технолошки индустриски развојни зони
Zona Industriale

01-1425/1

28.10 22 год./viti



Republic of
NORTH MACEDONIA

DTIDZ FREE ZONES

**УПАТСТВО ЗА БЕЗБЕДНО ИЗВРШУВАЊЕ НА РАБОТАТА
ВО ДИРЕКЦИЈАТА ЗА ТЕХНОЛОШКИ ИНДУСТРИСКИ РАЗВОЈНИ ЗОНИ**



Врз основа на член 15 од Законот за технолошки индустриски развојни зони („Службен весник на Република Македонија“ бр.14/07, 103/08, 130/08, 139/09, 156/10, 127/12, 41/14, 160/14, 72/15, 129/15, 173/15, 192/15,217/15, 30/16 и 83/18), а во врска со член 25 од Законот за безбедност и здравје при работа („Службен весник на Република Македонија“ бр. 92/07, 136/11, 23/13, 25/13, 137/13 164/13, 158/14, 15/15, 129/15, 192/15 и 30/16 и „Службен весник на Република Северна Македонија“ бр.18/20), Директорот на Дирекцијата за технолошки индустриски развојни зони донесе:

УПАТСТВО

за безбедно извршување на работата во Дирекцијата за технолошки индустриски развојни зони

1. Вовед

Во Дирекцијата за технолошки индустриски развојни зони придаваме иста важност на одржувањето на безбедна и здрава работна средина како што е случајот и со секој друг аспект на нашето работење. Приоритет ни е да обезбедиме безбедна и здрава работна средина за сите наши вработени и ангажирани лица, а за да го овозможиме тоа потребна ни е соработката од сите вработени и ангажирани лица во Дирекцијата за технолошки индустриски развојни зони.

Пред се очекуваме нашите вработени и ангажирани лица да соработуваат со нас и да имаат позитивен став за одржување на највисоките стандарди на безбедност и здравје при работа. Иако претставуваме ниско ризична средина сепак многу сериозно се однесуваме кон здравјето и безбедноста при работа.

Ова упатство им дава на вработените и ангажираните лица општо ниво на информации за кои Дирекцијата за технолошки индустриски развојни зони смета дека се потребни за овозможување на безбедна и здрава работна средина. Се надеваме дека ова упатство ќе ви помогне да го зголемите вашето разбирање и знаење за оваа важна област и со тоа ќе се овозможи работното место за секого да биде и поздраво и побезбедно.

2. Одговорности на вработените

Секој од нас е одговорен за влијанието врз здравјето и безбедноста со нашите активности и одлуки. Таа "должност да се грижиме" која ја делат сите вработени во ДТИРЗ значи дека мораме да преземеме разумна грижа за нашата сопствена безбедност и здравје како и за безбедноста и здравјето на другите врз кои може да влијаат нашите активности и одлуки. Дирекцијата за технолошки индустриски развојни зони очекува од своите вработени и ангажирани лица да завземат позитивен и интелигентен однос кон безбедноста и здравјето при работа и да сторат се што е во нивна моќ да ја сведат можноста за настанување на незгоди до најниска мерка.

3. Пријавување на незгода

Потребно е да се пријават незгодите за да се изврши истражување и да се утврдат причините како би се спречила можноста за повторно настанување.

Можете да учествувате во намалување на незгодите со:

- домаќинско однесување и

- прифаќање на позитивен одос кон безбедноста и здравјето при работа.

4. Лизнување, препнување и паѓање

Лизнувањето, препнувањето и паѓањата можат да имаат за последица болни повреди. Обрнете посебно внимание на можни проблематични места како што се влезните холови.

Подни површини:

- Одете внимателно на свежо измиени или полирани подови.
- Внимавајте на лабави подни облоги или плочки.
- Веднаш избришете ги истурените течности.
- Соберете ги пенкалата, свитканите хартии и други предмети кои можат да предизвикаат лизнување или препнување.

➤ Осветлување:

- Проверете дали ви е доволно светло за да работите безбедно.
- Веднаш пријавете прегорени сијалици или расипани светилки.

➤ Спроводници на струја:

- Не оставајте телефонски или електрични спроводници (кабли) да лежат на под каде можат да предизвикаат опасност од сопнување.

➤ Работење на висина:

- Користете скала или посебен стол за стоене кога достигате високи места, а не столче или друг мебел.

➤ Скалила или ходници:

- Држете се за гелендерите при симнување по скалите. Одете скала по скала,
- Не ги блокирајте ходниците со кутии, корпи за ѓубре или други предмети/пречки.
- Не брзајте. Одете со сигурен чекор и особено внимавајте кога доаѓате до врати и кога вртите на агол,
- Не носете ништо што ви ја крие прегледноста.

5. Складирање на материјали

Користете го празниот простор за складирање најдобро што можете. Кога чувате или сместувате предмети во ормани, запомнете да ги сместите тешките предмети во висина на струкот или подолу. Тешките предмети не смеат да се чуваат на врвот на орманите. При полнење на орманите каде фиоките не се целосно полни распространете го товарот во неколку фиоки, со најголема тежина во најниските фиоки. Отворете само една фиока и веднаш затворете ја штом завршите работа. Бидете внимателни со метален мебел особено полици и фиоки кои може да имаат остри ивици.

Можете да придонесете за БЕЗБЕДНО СКЛАДИРАЊЕ:

- со ставање на документите уредно во фиока и на полици,
- да не се преполнуваат орманите,
- да не се отвараат повеќе од една фиока,

- да не се преполнуваат фиоките па да не можат правилно да се отворат или затворат,
- чувајте ги предметите разумно на соодветно место - не на премин или каде можат да ги попречат вратите и патеките за излегување,
- исфрлете ги непотребните хартии.

6. Пожар

Сите пожари, односно големите, вообичаено потекнуваат од мала искра. Сите мора да знаат кои активности треба да се преземат во случај на пожар и/или при вклучување на противпожарниот аларм. Осигурете се дека знаете што треба да правите и каде да одите во итни случаи/евакуација.

Активности при пожар:

Доколку откриете пожар следете ги следниве процедури:

- веднаш активирајте го најблискиот противпожарен аларм,
- доколку сте обучени и доколку е изводливо и безбедно изгасете го пожарот употребувајќи соодветна опрема за гаснење на пожар.

Кога ќе го слушнете противпожарниот аларм:

- напуштете ги просториите преку најблискиот излез кој ви е на располагање,
- не застанувајте да ги земете вашите лични работи,
- не трчајте,
- немојте повторно да влегувате во зградата,
- затворете ги сите врати и прозори за да го спречите ширењето на пожарот и чадот.

Стручните лица ќе преземат одговорност за евакуацијата и ќе се погрижат никој да не остане во зградата. Не враќајте се во зградата се додека не ви се каже дека е безбедно да се направи тоа.

Пријавување пожар

- повикајте ја противпожарната бригада на 193,
- оставете го вашиот број на операторот,
- кога противпожарната бригада ќе ви одговори, јасно кажете: Пожар во _____ наведувајќи ја адресата на вашето работно место.
- не спуштајте ја слушалката се додека противпожарната служба не ви ја повтори адресата.

Водење грижа за противпожарната опрема

- осигурете се дека противпожарната опрема е исправна,
- не чувајте работи пред противпожарната опрема или излезите од зградата.

7. Електрична опрема

Електричната опрема претставува темел на модерното работно место. Но со оваа опрема треба да се однесуваме со внимание.

Не ја потценувајте електричната енергија:

- никогаш не вршете поправка или одржување на електрични аларати

- доколку не сте обучени или овластени,
- не ги преместувајте бироата или опремата, тоа треба да го врши овластен персонал,
- никогаш не ја допирајте опремата со мокри или влажни раце и не оставајте пијалоци блиску до или на опремата,
- не носете лична електрична опрема на работа,
- не ги преоптеретувајте штекерите и не ги попречувајте приклучоците (џекот треба лесно да се отстрани).

Внимавајте на опасности. Не користете електрична опрема доколку забележите некоја од овие опасности:

- оштетена изолација или кабли,
- скршени или потемнети џекови и штекери,
- олабавени кабли на штекери или на опремата.

Пријавување- Пријавете ги веднаш сите опасности и електрични дефекти.

8. Опрема со монитори-ДСЕ (Display Screen Equipment)

Опрема со монитори (ДСЕ) е називот даден на било која компјутерска опрема која користи монитори како на пример вашиот персонален компјутер или лаптоп на работа. ДСЕ е вообичаена опрема во вашата канцеларија како и дома. Сите корисници на опрема со монитори имаат право на проверка на очите на трошок на Дирекцијата, што и се врши периодично, согласно законската регулатива (редовен систематски преглед).

Можете да придонесете за ваша заштита од опремата со монитори преку:

- подесување на контролата за светлина и контраст на вашиот монитор, одржување на чист монитор и одржување на растојание од мониторот од 35 - 70цм,
- држење на горниот дел од екранот на или под нивото на окото,
- подесување на висината и потпирачот на столицата и седење во исправена позиција,
- лактите треба да бидат на приближно 90 степени, а зглобовите да ви бидат во линија со подлактицата, а не да се потпирате на вашите зглобови на ивицата на бирото,
- чувајте ја храната и пијалоците подалеку од опремата со монитори,
- редовно тестирање на вашиот вид,
- правење паузи од постојана работа со опрема со монитори.

9. Домаќинско однесување

Суштината на доброто домаќинско однесување е во одржување на чиста и средена работна средина во која секое лице има одговорност кон себе си и кон своите колеги. Доколку ова практично не се применува, може да дојде до несреќи, пожар или загрозување на безбедноста и здравјето. Повеќето од повредите на работно место се случуваат од лизгање, препнување или паѓање. Предизвикувачи на тоа се обично работи како несреденост, извлечени кабли, истурена течност, лабави или дефектни делови на подот, хартија по подот или качување на столица. Доброто домаќинско однесување ќе ги намали таквите ризици.

Што придонесува за ДОБРО ДОМАЌИНСКО однесување:

- подот, вратите и ходниците греба да бидат слободни,

- да се затвораат фиоките на работните столчиња и вратите на плакарите откако ќе се заврши со активноста,
- безбедно чување на материјалите,
- да се тргнат на сигурно место остри предмети, како што се игли или ножици,
- да се избегнуваат опасности од сопнување, како што се кабли што висат, оставање на кутии на под или испуштени предмети,
- фрлање на отпадоците на определено место,
- да се чуваат личните работи на соодветно место, настрана од работниот материјал,
- расчистување на работната маса пред заминување од работа секој ден,
- веднаш да се соберат истурените течности,
- бидете горди на работната средина.

10. Рачно подигнување и пренесување на предмети

Повеќето повреди на работно место директно се поврзуваат со мануелна работа. Прекумерното кревање, носење, влечење или туркање може да предизвика напрегање и истегнување, особено на грбот, вратот и мускулите на рацете. Сите активности при мануелна работа кои имаат значителна опасност од повреди подлежат на проценка на ризик. Штом ќе се заврши со проценката, се поставуваат безбедносни мерки, како на пример обезбедување на механичка помош или опрема за лична заштита,

За БЕЗБЕДНО КРЕВАЊЕ гребете да водите сметка за следново:

- размислете пред да почнете со кревање - проценете го товарот и проверете дали патот е чист,
- кога користите механички помагала, како количка - туркајте ја, не ја влечете,
- носете адекватни обувки и облека,
- поделете го товарот што треба да се подигне на помали пакети, ако е можно (на пример: носете по еден топ хартија наместо цела кутија),
- побарајте помош ако товарот е претежок или нерамномерен.

11. Штетни атмосферски влијанија и штетни влијанија на микроклиматски фактори

Работниците во текот на работата можат да бидат изложени на екстремно високи или ниски температури, независно од тоа дали работат во затворени работни простории или во надворешни услови со што имаат зголемен ризик за температурно оптеретување кое може негативно да влијае на нивното здравје и работна способност. проблемот на работа во услови на високи и ниски температури и појава на топлотни и студени банови е исклучително актуелен во професионалната патологија, особено во периодот јуни-август и ноември-февруари, кога температури на воздухот во одредени периоди на денот се многу високи и знаат да надминат и 40C или да се симнат под -20C. Работата во услови на зголемена или намалена температура на работното место може да резултира и со појава на зголемен број на повреди на работа.

За БЕЗБЕДНО извршување на работните обврски при штетни атмосферски влијанија и штетни влијанија на микроклиматски фактори гребете да водите сметка за следново:

- При извршувањето на работните задачи задолжително носете ја работната облека, чевли и останатата опрема за заштита која ви е доделена на користење;
- Не се приближувајте и бидете особено внимателни при приоѓањето на товарните возила до колските ваги;

Опасност од удар на гром и последици од атмосферско празнење

- Ако се заканува невреме, побарајте засолништа во работните простории;
- Ако сте во затворен простор избегнувајте да стоите во близина на прозор, отворена врата и метални предмети;
- Се препорачува најмалку 30 минути од последната видена молња или гром да не го напуштите засолништето;
- Секој проводник на електрична струја што е над рамењата ја зголемува опасноста од директен удар;
- Не ги користете мобилните телефони;

Високи температури

- При висока температури применувајте правилен режим на исхрана, лесни оброци и пиење течности минимум 2л вода дневно.
- Доколку не е неопходно не излегувајте надвор, а доколку е неопходна работа на отворено, во услови на изложеност на сончеви зраци да се користат креми за сончање со заштитен фактор.
- Водете грижа за себе и за колегите (будност за појава на симптоми на топлотен удар - несвестица, бледило, вртоглавица, повраќање, вознемиреност, конфузија, колапс, конвулзии, шок).
- Доколку забележите дека вие или ваш колега има такви симптоми, повикајте прва помош и не се движете сами додека не се стабилизирате.

Ниски температури

- Избегнувајте физичка активност на отворено.
- При ниски температури и зголемена влажност користете топла, повеќеслојна облека и соодветни обувки за снег и мраз.
- Внимавајте на лизгави површини.
- Избегнувајте да излегувате надвор освен ако не е неопходно.
- Бидете активни и движете се во затворени простории, колку можете повеќе.

