Klaipėdos pedagoginė psichologinė tarnyba

Įmonės kodas: **195176088**
Įmonės adresas: **Debreceno g. 41, LT-94164 Klaipėda**
PROFESINĖS RIZIKOS ĮVERTINIMO KORTELĖ **Nr.2**

Data: 2025-02-07
Padalinys (darbo vietų adresas): -

Pareigybė: **Logopedas, psichologas, psichoterapeutas, savanorių mokymų vadovas, socialinis pedagogas, spec. pedagogas, surdopedagogas**

Nėščios ar krūtimi maitinančios moterys	-
Nepilnamečiai asmenys	-

Darbo operacijos aprašymas:
Kompiuterizuota darbo vieta Nr.3
Kompiuterizuota darbo vieta Nr.4
Organizaciniai darbai
Darbas su klientais

Eil. Nr.	Profesinės rizikos veiksnys				Poveikio trukmė per pamainą, min.	Nustatytas profesinės rizikos priimtinumas	Nustatytas profesinės rizikos dydis	Numatytos profesinės rizikos šalinimo ar mažinimo priemonės pavadinimas ar numeris profesinės rizikos šalinimo ar mažinimo priemonių plane
	Veiksnio pavadinimas	Reglamentuojantis teisės aktas	Teisės aktuose nustatytas leistinas rizikos veiksnio dydis/matavimo vienetas	Kiekybiškai įvertintas veiksnio dydis				
1	2	3	4	5	6	7	8	9
1.	**Fizikiniai veiksniai**			-		-		-
1.1.	**Vibracija**	-		-		-		-
1.2.	**Akustinis triukšmas**	-		-		-		-

1	2	3	4	5		6	7	8	9
1.3.	**Elektromagnetiniai laukai**	-		-			-		-
Elektromagnetinis laukas, magnetinio lauko tankis prie kompiuterio: 5 - 2000 Hz; 2-400kHz.									
1.3.1.	Psichologo kompiuterizuotoje darbo vietoje								
	darbas kabinete Nr.221, 2 a.			5-2000 Hz	2-400 kHz				-
	Displėjus „Dell Vostro 15“ Nr.FBGWNS3	TN 01:1998 Displėjai. Leidžiami spinduliuojamo elektromagnetinio lauko lygiai. 2 d., 2.2 -2.3 p.	250/25 nT	15,0	11,0	-	**Priimtina**	**Labai maža**	
1.3.2.	Logopedo kompiuterizuotoje darbo vietoje								
	darbas kabinete Nr.209, 2 a.			5-2000 Hz	2-400 kHz			-	-
	Displėjus „Philips 226V“ Nr.12069412	TN 01:1998 Displėjai. Leidžiami spinduliuojamo elektromagnetinio lauko lygiai. 2 d., 2.2 -2.3 p.	250/25 nT	35,0	11,0	-	**Priimtina**	**Labai maža**	
Elektromagnetinis laukas, elektrinio lauko stipris prie kompiuterio: 5 - 2000 Hz; 2-400kHz.									
1.3.3.	Psichologo kompiuterizuotoje darbo vietoje								
	darbas kabinete Nr.221, 2 a.			5-2000 Hz	2-400 kHz				Elektrinio lauko stiprio reikšmės dažnių 5÷2000 Hz diapazone nepriskiriamos prie displėjų spinduliuotės pagal TN 01:1998. Nurodyta elektromagnetinė spinduliuotė sukeliama kitos įrangos.
	Displėjus „Dell Vostro 15“ Nr.FBGWNS3	TN 01:1998 Displėjai. Leidžiami spinduliuojamo elektromagnetinio lauko lygiai. 2 d., 2.2 -2.3 p.	25/2,5 V/m	54,4	1,0	-	**Priimtina**	**Labai maža**	
1.3.4.	Logopedo kompiuterizuotoje darbo vietoje								
	darbas kabinete Nr.209, 2 a.			5-2000 Hz	2-400 kHz				Elektrinio lauko stiprio reikšmės dažnių 5÷2000 Hz diapazone nepriskiriamos prie displėjų spinduliuotės pagal TN 01:1998. Nurodyta elektromagnetinė spinduliuotė sukeliama kitos įrangos.
	Displėjus „Philips 226V“ Nr.12069412	TN 01:1998 Displėjai. Leidžiami spinduliuojamo elektromagnetinio lauko lygiai. 2 d., 2.2 -2.3 p.	25/2,5 V/m	1,2	0,0	-	**Priimtina**	**Labai maža**	

1	2	3	4	5	6	7	8	9
1.4.	**Šiluminė aplinka darbo patalpose**	-		-		-		-
1.4.1.	Oro temperatūra šaltuoju metų laikotarpiu:							
	Psichologo kompiuterizuotoje darbo vietoje							
1.4.1.1.	darbas kabinete Nr.221, 2 a.	HN 69:2003 Šiluminis komfortas ir pakankama šiluminė aplinka darbo patalpose. Parametrų norminės vertės ir matavimo reikalavimai (patvirtinta 2003 12 24 Nr.V-770, 12 p. 2 lent.)	21-25°C	25,0	-	**Priimtina**	**Labai maža**	-
	Logopedo kompiuterizuotoje darbo vietoje							
1.4.1.2.	darbas kabinete Nr.209, 2 a.	HN 69:2003 Šiluminis komfortas ir pakankama šiluminė aplinka darbo patalpose. Parametrų norminės vertės ir matavimo reikalavimai (patvirtinta 2003 12 24 Nr.V-770, 12 p. 2 lent.)	21-25°C	25,1	-	***Toleruotina***	***Maža***	Žr. prevencinių priemonių planas
1.4.2.	Oro judėjimo greitis:							
	Psichologo kompiuterizuotoje darbo vietoje							
1.4.2.1.	darbas kabinete Nr.221, 2 a.	HN 69:2003 Šiluminis komfortas ir pakankama šiluminė aplinka darbo patalpose. Parametrų norminės vertės ir matavimo reikalavimai (patvirtinta 2003 12 24 Nr.V-770, 12 p. 2 lent.)	Ne daugiau kaip 0,1 m/s	0,05	-	**Priimtina**	**Labai maža**	-
	Logopedo kompiuterizuotoje darbo vietoje							
1.4.2.2.	darbas kabinete Nr.209, 2 a.	HN 69:2003 Šiluminis komfortas ir pakankama šiluminė aplinka darbo patalpose. Parametrų norminės vertės ir matavimo reikalavimai (patvirtinta 2003 12 24 Nr.V-770, 12 p. 2 lent.)	Ne daugiau kaip 0,1 m/s	0,04	-	**Priimtina**	**Labai maža**	-

1	2	3	4	5	6	7	8	9
1.4.3.	Santykinis oro drėgnumas:							
	Psichologo kompiuterizuotoje darbo vietoje							
1.4.3.1.	darbas kabinete Nr.221, 2 a.	HN 69:2003 Šiluminis komfortas ir pakankama šiluminė aplinka darbo patalpose. Parametrų norminės vertės ir matavimo reikalavimai (patvirtinta 2003 12 24 Nr.V-770, 12 p. 2 lent.)	<75%	37,1	-	**Priimtina**	**Labai maža**	-
	Logopedo kompiuterizuotoje darbo vietoje							
1.4.3.2.	darbas kabinete Nr.209, 2 a.	HN 69:2003 Šiluminis komfortas ir pakankama šiluminė aplinka darbo patalpose. Parametrų norminės vertės ir matavimo reikalavimai (patvirtinta 2003 12 24 Nr.V-770, 12 p. 2 lent.)	<75%	41,4	-	**Priimtina**	**Labai maža**	-
1.5.	**Apšvieta**	-		-		**-**		-
1.5.1.	Dirbtinis apšvietimas darbo paviršiaus:							
1.5.1.1.	Psichologo kompiuterizuotoje darbo vietoje							
	darbas kabinete Nr.221, 2 a.	HN 32:2004. Darbas su videoterminalais Saugos ir sveikatos reikalavimai. VIIId. 26.3.2 p						
	darbo stalo apšvieta, lx		>300 lx	398	-	**Priimtina**	**Labai maža**	-
1.5.1.2.	Logopedo kompiuterizuotoje darbo vietoje							
	darbas kabinete Nr.209, 2 a.	HN 32:2004. Darbas su videoterminalais Saugos ir sveikatos reikalavimai. VIIId. 26.3.2 p						
	darbo stalo apšvieta, lx		>300 lx	658	-	**Priimtina**	**Labai maža**	-
1.5.2.	Dirbtinis apšvietimas darbo paviršiaus:							
	Psichologo kompiuterizuotoje darbo vietoje							
1.5.2.1.	darbas kabinete Nr.221, 2 a.	HN 32:2004. Darbas su videoterminalais Saugos ir sveikatos reikalavimai. VIIId. 26.3.2 p						
	vaizduoklio apšvieta, lx		>100 lx	305	-	**Priimtina**	**Labai maža**	-
	Logopedo kompiuterizuotoje darbo vietoje							
1.5.2.2.	darbas kabinete Nr.209, 2 a.	HN 32:2004. Darbas su videoterminalais Saugos ir sveikatos reikalavimai. VIIId. 26.3.2 p						
	vaizduoklio apšvieta, lx		>100 lx	288	-	**Priimtina**	**Labai maža**	-
2.	**Cheminiai rizikos veiksniai**			**-**		**-**		**-**

1	2	3	4	5	6	7	8	9
3.	**Ergonominiai rizikos veiksniai**			-		-		-
3.1.	**Darbo sunkumas, keliamo krovinio poveikis, min**			-		-		-
	Kroviniai rankomis netvarkomi							
3.2.	**Statinis darbas per pamainą**	-		-		-		-
3.3.	**Darbo poza**	-		-		-		-
3.3.1.	Sėdint – kai sėdinčiojo nugara tiesi ir išlaikomi natūralūs stuburo linkiai ir dubens-klubų kampai, kojų sąnarių kampai buki, kojų pėdos remiasi į pagrindą.	Ergonominių rizikos veiksnių tyrimo metodiniai nurodymai (patvirtinta 2005 07 15 Nr. V-592/A1-210)	1-5 balai	3	-	**Priimtina**	**Labai maža**	-
3.3.2	Stovint – kai stovinčiojo nugara tiesi ir išlaikomi natūralūs stuburo linkiai, yra galimybė keisti pozą, nėra kūno pozų, kurių metu rankos, kojos ar nugara patiria papildomą statinį darbą, darbiniai judesiai nesukelia pusiausvyros sutrikimo.	Ergonominių rizikos veiksnių tyrimo metodiniai nurodymai (patvirtinta 2005 07 15 Nr. V-592/A1-210)	1-5 balai	1	-	**Priimtina**	**Labai maža**	-
3.4.	**Darbo įtampa**	-		-		-		-
3.4.1.	Dėmesio koncentravimas	Ergonominių rizikos veiksnių tyrimo metodiniai nurodymai (patvirtinta 2005 07 15 Nr. V-592/A1-210)	ne daugiau kaip 75 % pamainos laiko	65	-	**Priimtina**	**Labai maža**	-
3.4.2.	Regos įtampa		0,5 mm ir daugiau	1 mm ir daugiau	-	**Priimtina**	**Labai maža**	-
3.4.3.	Darbo zonų parametrai, retai atliekamo darbo zona	Ergonominių rizikos veiksnių tyrimo metodiniai nurodymai (patvirtinta 2005 07 15 Nr. V-592/A1-210)	retai atliekamo darbo zona ne toliau kaip: vyr. – 65 cm; mot. – 58 cm	50 vyr.	-	**Priimtina**	**Labai maža**	-
				50 mot.	-	**Priimtina**	**Labai maža**	-
3.5	**Kartotiniai judesiai**						-	
3.5.1.	Atliekama operacija	Ergonominių rizikos veiksnių tyrimo metodiniai nurodymai (patvirtinta 2005 07 15 Nr. V-592/A1-210)	Darbas prie kompiuterio					Dirbant ilgiau nei 1 val. rekomenduojama daryti periodines pertraukėles.
3.5.2.	Operacijos trukmė		180/480					
3.5.3.	Intensyvumas		Dažni, 11-20 kartų per minutę (pvz. nuolatiniai judesiai su keliais pertrūkiais)					
4.	**Fiziniai rizikos veiksniai**			-	**Žr. fizinių veiksnių vertinimo skyrių**			-

1	2	3	4	5	6	7	8	9
5.	**Biologiniai rizikos veiksniai**			-		-		-
6.	**Psichosocialiniai rizikos veiksniai**			-		-		-
6.1.	Psichosocialinių rizikos veiksnių tyrimas atliktas remiantis antruoju Kopenhagos psichosocialinio klausimyno variantu (The Copenhagen Psychosocial Questionnaire) - COPSOQ.	Psichosocialinių profesinės rizikos veiksnių tyrimo metodiniai nurodymai (patvirtinta 2005 08 24 Nr.V-699/A1-241)		Rizikos tyrimo metu **nenustatytas neatitikimas** teisės aktų reikalavimams	-	**Priimtina**	**Labai maža**	-

Kortelę užpildė Profesinės rizikos centro specialistė Jurgita Vaitiekienė 2025-02-07

(pareigos, vardas, pavardė, parašas) (Data)

Atsakingas už profesinės rizikos vertinimą

(pareigos, vardas, pavardė, parašas) (Data)

Darbuotojų atstovas saugai ir sveikatai

(pareigos, vardas, pavardė, parašas) (Data)

Pastabos:

Klaipėdos pedagoginė psichologinė tarnyba

ERGONOMINIŲ RIZIKOS VEIKSNIŲ VERTINIMO KORTELĖ **Nr.2**

Data: 2025-02-07

Padalinys: -

Pareigybė: **Logopedas, psichologas, psichoterapeutas, savanorių mokymų vadovas, socialinis pedagogas, spec. pedagogas, surdopedagogas**

Nėščios ar krūtimi maitinančios moterys -
Nepilnamečiai asmenys -

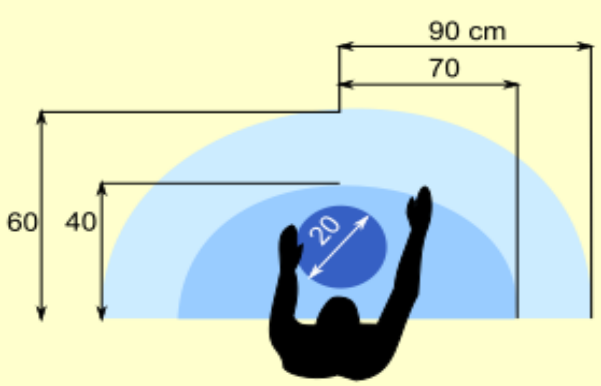
Darbo operacijos aprašymas:

Kompiuterizuota darbo vieta Nr.3
Kompiuterizuota darbo vieta Nr.4
Organizaciniai darbai
Darbas su klientais

DARBO ĮTAMPOS VEIKSNIŲ RODIKLIŲ VERTINIMAS

Horizontali darbo zona

Visos medžiagos, įrankiai, prietaisai turi būti išdėstyti darbo paviršiuje tokiu būdu:



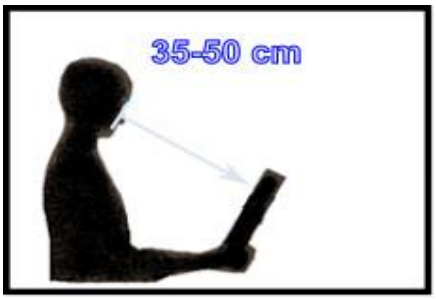
Pirma zona – nuolat atliekamas darbas

Antra zona – trumpai atliekamas darbas, pvz., paimti medžiagas

Trečia zona – retai atliekamas darbas, kai antroji zona būna užpildyta

Retai atliekamo darbo zona, cm	vyrai	moterys
	50	50

Regėjimo atstumas



Normalus darbas

Regos įtampa	1 mm ir daugiau
Dėmesio koncentracija, %	65

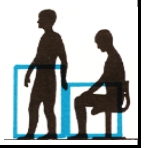
DARBO SUNKUMO PARAMETRŲ VERTINIMAS

Darbinis aukštis:

Darbo aukštis atitinka taikomus reikalavimus, riešas ir dilbis patogiai padėti

Darbo poza ir judesiai

Balas	Kaklas – pečiai	Balas	Alkūnė – riešas
1	Laisvi ir atsipalaidavę	1	Atsipalaidavę, laisvi, nenaudojama daug jėgų
2	Natūralioje, bet darbo apribotoje pozoje	2	Rankos darbinėje padėtyje, kartais truputį įtemptos
3	Įsitempę dėl darbo	3	Rankos įtemptos ir/arba sąnariai nepatogioje padėtyje
4	Kaklas pasuktas arba palenktas ir/arba viršutinė rankų dalis pečių lygyje	4	Rankoms tenka statinis krūvis ir/arba nuolat kartoja tuos pačius judesius
5	Galva atlošta, naudojama didelė rankų jėga	5	Naudojama didelė rankų jėga arba atliekami greiti rankų judesiai

Balas	Nugara	Balas	Klubai, kojos
1	Natūralioje pozoje ir/ar gerai atsirėmus, kai dirbamasėdint ir stovint	1	Laisvoje padėtyje, kurią norint, galima pakeisti ir/arba atsirėmus, kai dirbama sėdint 
2	Patogioje, bet darbo apribotoje pozoje	2	Patogioje, bet darbo apribotoje pozoje
3	Pasilenkus ir/arba be geros atramos	3	Nepatogiai atsirėmus arba nepakankamai atsirėmus stovint
4	Pasilenkus ir persikreipus be atramos	4	Stovint ant vienos kojos arba klūpant susilenkus
5	Nepatogioje pozoje, dirbant sunkų darbą	5	Nepatogioje pozoje, dirbant sunkų darbą

	Balai	Trukmė (min./diena)	Koreguoti balai
Kaklas, pečiai	2	300/480	3
Alkūnė, riešas	2	300/480	3
Nugara	2	300/480	3
Klubai, kojos	2	300/480	3
Įvertinimas balais (nuo 1 iki 5)	**Sėdint**	**3**	
Kaklas, pečiai	1	120/480	1
Alkūnė, riešas	1	120/480	1
Nugara	1	120/480	1
Klubai, kojos	1	120/480	1
Įvertinimas balais (nuo 1 iki 5)	**Stovint**	**1**	

Išvada:
Kadangi darbuotojai, pagal darbo pobūdį, didesnę darbo laiko dalį yra sėdimoje padėtyje - tai siekiant išvengti sveikatos problemų, tokių kaip nugaros skausmai, akių nuovargis ar riešų skausmai, darbuotojams turi būti užtikrinta saugi ir konfortiška darbo vieta (pvz.: patogi ergonomiška kėdė, tinkamas stalo aukštis, pakankamas apšvietimas, sudaroma galimybė daryti trumpas pertraukas ir pan.).

Vertinimą atliko Profesinės rizikos centro specialistė Jurgita Vaitiekienė 2025-02-07