



Javni štipendijski, razvojni,
invalidski in preživninski
sklad Republike Slovenije



REPUBLIKA SLOVENIJA
MINISTRSTVO ZA IZOBRAŽEVANJE,
ZNANOST IN ŠPORT



EVROPSKA UNIJA
EVROPSKI SKLAD
SOCIALNI SKLAD
NALOŽBA V VAŠO PRIHODNOST



Univerza v Mariboru
Pedagoška fakulteta

VARNOST IN ZDRAVJE PRI DELU Lahko branje



Verzija 1.

Besedilo so pripravile: Nina Volčanjk, Sanja Vreča, Anja Sovič, Nina Kramberger,
Sergeja Cilenšek, Sara Gačnik

Besedilo je bilo preizkušeno v VDC Polž Maribor in v CUDV Črna na Koroškem

Kazalo

Varnost pri delu v Varstveno delovnem centru	3
Zdravje	4
Zaščitna oprema	5
Varnost pred požarom.....	5
Prva pomoč.....	6
Pazimo, da ne zagori.....	7
Druge nevarnosti	8
Na kaj pazimo	8
Da se nesreča ne zgodi	11
Pri delu sodelujemo.....	12

Lahko branje

Varnost pri delu v Varstveno delovnem centru

Varstveno delovni center so delavnice VDC.

V delavnicah VDC skrbimo za varnost pri delu.

Varnost pri delu pomeni ,
da smo pri delu varni.

Da se pri delu ne poškodujemo.

Da poiščemo pomoč, če je to potrebno.

Za varno delo imamo posebna navodila.

Imenujejo se **navodila za varno delo**.

Preden začnemo z delom, moramo navodila prebrati.

Moramo jih poznati in upoštevati.

Če ne upoštevamo navodil, se lahko zgodi nesreča.

Škodimo lahko sebi ali drugim.

Kje izvemo o navodilih za varno delo?

Uporabniki VDC obiskujete različne delavnice.

O navodilih za zdravje in varno delo
izveste v delavnicah.

O varnosti in zdravju v delavnicah
se tam pogovarjate vsak dan.

Pomembno je, da upoštevamo navodila
in se učimo novih stvari.

Poslušamo navodila delavca o delu.

Če česa ne znamo narediti,

Lahko branje

vprašamo delavca.

Tako je delo bolj varno.

Zdravje

Pazimo na svoje zdravje in zdravje
drugih delavcev in uporabnikov.

Če nas kaj boli ali se slabo počutimo,
to takoj povemo delavcu.

Povemo tudi, če zamenjamo zdravila.

Na primer če nam zdravnik predpiše nove tablete.

Upoštevamo vsa navodila zdravnika.

Uporabljamo zdravstvene pripomočke.

Pripomočki so očala, palice
in invalidski voziček.

Če zbolimo, ne gremo na delo.

Skrbimo za svojo higieno.

Vsak sam poskrbi,

da v službo pride čist in zdrav.

Tako se v službi dobro počuti.

Da se dobro počuti,

mora vsak imeti malico, zadosti piti in biti spočit.

Kadar je kdo med delom zelo utrujen,

lahko prosi tudi za počitek.

Lahko branje

Zaščitna oprema

Včasih je delo nevarno.

Pri nevarnem delu se lahko prej poškodujemo,
zato poskrbimo za varnost.

Kadar imamo tako delo, da brusimo ali kosimo travo,
moramo uporabljati zaščitno obleko,
to so delovni plašč in delovni čevlji.

Za varno delo uporabljamo opremo.

Oprema so rokavice, kapa, očala.

Pod delavsko obleko

imamo udobna oblačila.

Udobna oblačila so majica

in športne hlače.

V oblačilih nam ne sme biti

vroče ali mrzlo.

Dolge lase si spnemo v čop ali
pokrijemo s kapo.

Ne nosimo uhanov, prstanov,
verižic in zapestnic.

Varnost pred požarom

Tudi za varnost pred požarom imamo pravila.

Prostori morajo biti pospravljeni.

Nevarne stvari shranimo v omare,
ki nam jih pokaže delavec.

Lahko branje

Nevarna stvar je vse,

kar lahko zagori.

Nevarna stvar je vse,

kar nas lahko poškoduje.

To so laki,

barve, škarje, čistila in noži.

Če zagori, moramo poiskati znak

za varno pot iz hiše.

Varna pot je označena s posebnimi znaki.

Po varni poti pridemo na zbirno mesto.

Zbirno mesto je označeno z zeleno tablo.

Zbirno mesto je pri zeleni tabli.

Zelena tabla je po navadi na dvorišču.

Poti na dvorišče

morajo biti prehodne.

To pomeni, da lahko rešilni,

gasilski ali policijski avto

pripelje do hiše.

za zbirno mesto.

Prva pomoč

Za prvo pomoč je poseben znak.

Znak za prvo pomoč je rdeči križ.

Tak znak je na omari za prvo pomoč.



Primer načrta evakuacije



Znak za smer evakuacije



Znak

Lahko branje

Vedeti moramo, kje je omara za prvo pomoč.

V omari za prvo pomoč so povoji,
obliži in škarje.

Vedeti moramo, kdo od delavcev
nam lahko nudi prvo pomoč.



Znak za prvo pomoč
rdeči križ.

Pazimo, da ne zagori

Pazimo, da voda ne pride
blizu elektrike.

Če je z električnim aparatom kaj narobe,
takoj povemo delavcu.

Električni aparati so vse,
kar vklopimo v vtičnico.

Električni aparati so grelnik vode,
likalnik, sušilec las in radio.

Uporabnik, ki kadi,
kadi na označenem mestu.

Na označenem mestu stoji znak
prostor za kajenje.

Cigarete odložimo v pepelnik.



Znak prostor za kajenje

V VDC ne uporabljamo vžigalnika.

Po koncu dela izklopimo
električne aparate.

Lahko branje

Uporabnik in delavec skupaj
izklopita električne aparate.

Druge nevarnosti

Nevarno je tudi okoli nas in na cesti.

Lahko se poškodujemo.

Paziti moramo na nevarnosti.

Nevarnost je možnost,
da se zgodi nesreča.

Nevarnost je možnost,
da poškodujemo sebe ali koga drugega.

Nesrečo ali poškodbo lahko preprečimo.

Na kaj pazimo

Pazimo na ostre predmete.

To so škarje, noži, žblji,
pločevina, steklo.

Lahko se urežemo ali poškodujemo.

Pazimo na elektriko.

To so poškodovani kabli ali vtičnice.

Lahko nas strese elektrika.

Pazimo na mokra tla.

Lahko nam spodrsne in pademo.

Lahko branje

Pazimo na stopnice in luknje.

Pademo lahko po stopnicah.

Pademo lahko tudi v luknjo.

Pademo lahko na mokrih tleh
ali po hribu.

Pazimo na led.

Ko je zima, zunaj drsi.

Lahko nam spodrsne.

Pademo lahko na ledu.

Pazimo na ogenj.

Lahko se opečemo z ognjem.

Zraven požara je tudi dim.

Lahko se zadušimo z dimom.

Pazimo na viseče predmete.

Na stropu ali steni so predmeti,
ki nas lahko poškodujejo.

Lahko visijo iz stropa.

Lahko visijo tudi na steni.

Pazimo na strupe.

Strupi so stvari,
zaradi katerih lahko umremo.

To so lahko čistila za čiščenje,

Lahko branje

za pranje posode, škropiva.

Pazimo na okužbe.

Okužba se zgodi takrat,
ko naše rane niso očiščene.
Če se urežemo ali poškodujemo,
moramo rano očistiti z vodo.

Pazimo na slabo svetlobo in glasen zvok.

Če je temno, se slabše vidi.
Lahko se poškodujemo
in kam zaletimo.
Lahko si poškodujemo oči.
Če je preveč glasno,
si lahko poškodujemo sluh.

Pazimo na zdravje

Paziti moramo na svoje zdravje.
Ko je vroče,
moramo dovolj piti.
Ko je mrzlo,
se moramo obleči.
Če nastane prepih,
zapremo vrata,
da se ne prehladimo.

Pazimo na nasilje.

Lahko branje

Nasilje je takrat,
ko nekoga ranimo.
Če se tepemo, ni prav.
Ne smemo grdo govoriti.
Grde besede lahko prizadenejo.
Ne smemo krasti.
Krasti pomeni vzeti ali odnesti
tisto kar ni naše.

Da se nesreča ne zgodi

Vsi naredimo vse,
da se kdo ne poškoduje.
Vsi naredimo vse,
da se ne uniči oprema,
s katero delamo.

Če smo v nevarnosti,
za pomoč prosimo delavca v VDC.
Takoj nehamo delati nevarno delo.
Če opazimo poškodbo na opremi,
to takoj povemo delavcu.
Če se poškodujemo,
to takoj povemo delavcu in
prosimo za pomoč.
To storimo tudi, če vidimo ogenj ali dim.

Lahko branje

Telefonska številka za pomoč

Včasih potrebujemo več pomoči.

Takrat pokličemo **112**.

To je telefonska številka za pomoč.

Povedati moramo

naše ime in priimek,

kaj je narobe,

naslov, kje se je nesreča zgodila in

ali je kdo poškodovan.

Pri delu sodelujemo

Vsak človek ima pravico do dela.

Tudi ljudje, ki težko delajo, lahko najdejo delo zase.

V VDC lahko vsak najde delo zase.

Vsak človek je v nečem dober.

Da ljudem najdemo delo,

v delavnicah VDC prilagodimo delo in prostore.

Pri delu mora uporabnik upoštevati tudi druga pravila.

Pri delu ima vsak uporabnik svoj **individualni načrt**.

Individualni načrt naredimo delavci in uporabnik skupaj.

V načrtu piše, kaj bo uporabnik delal.

Uporabnik se z načrtom strinja.

Potem se tega vsi držimo.

Lahko branje

Pri delu v delavnicah pomagamo delavci.

Z uporabniki se o delu pogovarjamo.

Skupaj beremo in si pogledamo slike.

Delavci uporabnikom delo pokažemo.

Skupaj delo ponavljamo.

Tako se vsi učimo.

Drug drugemu vedno pomagamo.

Skupaj se učimo o varnosti in zdravju.

Težave rešujemo mirno.