

## ***ERGONOMINIŲ PROFESINĖS RIZIKOS VEIKSNIŲ VERTINIMAS***

### **MOKYMŲ PROGRAMA**

#### ***I diena***

| <b>Laikas</b> | <b>Tema</b>                                                                                                                             | <b>Lektorius</b> |
|---------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|------------------|
| 13.00 - 13.10 | Mokymų programos pristatymas                                                                                                            | Evelina Antanėlė |
| 13.10 - 14.50 | Ergonominiai rizikos veiksniai, jų tyrimo ir vertinimo principai. Ergonominių veiksmų sukeltos su darbu susijusios ir profesinės ligos. | Evelina Antanėlė |
| 14.50 - 15.00 | <i>Pertrauka</i>                                                                                                                        |                  |
| 15.00 - 15.40 | Ergonominių veiksmų tyrimo ir vertinimo teisinis reglamentavimas Lietuvoje                                                              | Evelina Antanėlė |
| 15.40 - 15.50 | <i>Pertrauka</i>                                                                                                                        |                  |
| 15.40 - 16.40 | Pirminis ergonominis darbo vietų įvertinimas                                                                                            | Evelina Antanėlė |
| 16.40 - 17.00 | Dienos apibendrinimas                                                                                                                   | Evelina Antanėlė |

#### ***II diena***

| <b>Laikas</b> | <b>Tema</b>                                                                                     | <b>Lektorius</b> |
|---------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------|------------------|
| 13.00 - 13.10 | Praėjusio susitikimo priminimas                                                                 | Evelina Antanėlė |
| 13.10 - 14.20 | Ergonominių veiksmų tyrimo metodikos, skirtos didelei fizinei jėgai tirti                       | Evelina Antanėlė |
| 14.20 - 14.30 | <i>Pertrauka</i>                                                                                |                  |
| 14.30 - 15.30 | Ergonominių veiksmų tyrimo metodikos, kai individas atlieka didelio dažnio kartotinius judesius | Evelina Antanėlė |
| 15.30 - 15.40 | <i>Pertrauka</i>                                                                                |                  |
| 15.40 - 16.40 | Ergonominių veiksmų tyrimo metodikos, vertinančios individo darbo pozas ir judesius             | Evelina Antanėlė |
| 16.40 - 17.00 | Dienos apibendrinimas                                                                           | Evelina Antanėlė |

#### ***III diena***

| <b>Laikas</b> | <b>Tema</b>                                                                                                                              | <b>Lektorius</b>             |
|---------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|------------------------------|
| 13.00 - 14.20 | Taisyklingos laikysenos/stovėsenos/sėdėsenos svarba darbo vietose. Anatomijos žinios padėsiančios kokybiškai vertinti ergonomikos riziką | Jūratė Upskutė-Šeoporaitienė |
| 14.20 - 14.30 | <i>Pertrauka</i>                                                                                                                         |                              |
| 14.30 - 15.30 | Psichosocialinių ir ergonominių rizikos veiksmų sąsajos?                                                                                 | dr. Jelena Stanislavovienė   |
| 15.30 - 15.40 | <i>Pertrauka</i>                                                                                                                         |                              |
| 15.40 - 16.40 | Ergonominių rizikos vertinimo dokumentų įforminimas                                                                                      | Evelina Antanėlė             |
| 16.40 - 17.00 | Dienos apibendrinimas, pasiruošimas atlikti ergonomikos rizikos veiksmų vertinimą savo įmonėje                                           | Evelina Antanėlė             |

| <b>Laikas</b> | <b>Tema</b>                                          | <b>Lektorius</b> |
|---------------|------------------------------------------------------|------------------|
|               | Savarankiškas ergonominių rizikos veiksmų vertinimas |                  |

**IV diena**

| <b>Laikas</b> | <b>Tema</b>                                                                  | <b>Lektorius</b> |
|---------------|------------------------------------------------------------------------------|------------------|
| 13.00 – 14.50 | Dalyvių ergonominių veiksmų tyrimo pristatymas                               | Evelina Antanėlė |
| 14.50 - 15.00 | <i>Pertrauka</i>                                                             |                  |
| 15.00- 15.50  | Tarptautinių organizacijų gairės dėl ergonominių veiksmų tyrimo ir vertinimo | Evelina Antanėlė |
| 15.50 - 16.00 | <i>Pertrauka</i>                                                             |                  |
| 16.00-17.00   | Baigiamasis žinių patikrinimas, apibendrinimas, mokymų užbaigimas            | Evelina Antanėlė |