

# ESI UZMANĪGS, NERĪKOJIES PĀRGALVĪGI!

**JAUTĀ!**

## IELĀGO!

- Driksti strādāt, ja:
  - ārsts ir atzinis, ka esi tam piemērots
  - esi apmācīts darbam augstumā
- Vienmēr lieto individuālos aizsardzības līdzekļus (ķiveri, speciālos apavus ar neslidošu zoli, pretkritiena aizsardzības līdzekļus u.c.)
- Pirms darba sākšanas rūpīgi pārbaudi pretkritiena aizsarglīdzekļus (trošes, virves, karabīnes, stiprinājumus u.tml.)
- Stiprinies un pārvietojies pa stabiliem objektiem
- Nekad neatstāj materiālus un instrumentus augstumā, ja tie nav piestiprināti
- Darbs augstumā nav atļauts nepiemērotos laika apstākļos (lietus, sniegs, stiprs vējš, atkala, nakts)

## Darbs augstumā

