

INSTRUKCJA SYSTEMU BEZPIECZEŃSTWA, HIGIENY PRACY I OCHRONY ŚRODOWISKA NATURALNEGO.

**Ogólne zasady BHP i ochrony środowiska naturalnego
obowiązujące w Zakładzie Budynków Komunalnych
w Czeladzi**

1. Cel i przedmiot instrukcji

Przedmiotem niniejszej instrukcji jest zebranie ogólnych zasad bezpieczeństwa i higieny pracy obowiązujących w ZBK zawartych w przepisach prawnych, procedurach, instrukcjach, zarządzeniach i poleceniach wewnętrznych, w celu ich wykorzystania w trakcie przeprowadzania instruktaży BHP dla wykonawców, instruktaży ogólnych BHP dla nowozatrudnionych pracowników i praktykantów.

Celem instrukcji jest również to, by każdy pracownik miał możliwość wglądu do zbioru ogólnych ustaleń z zakresu bezpieczeństwa i higieny pracy obowiązujących w ZBK Czeladź.

2. Zakres stosowania instrukcji

Instrukcja obowiązuje wszystkich pracowników ZBK oraz osoby trzecie przebywające na terenie ZBK.

3. Sposób postępowania

Wskazówki ogólne

1/ Zakaz palenia tytoniu i używania otwartego ognia.

Na terenie zakładu obowiązuje bezwzględny zakaz palenia tytoniu (za wyjątkiem miejsc wyznaczonych do palenia tytoniu).

W przypadku konieczności prowadzenia prac spawalniczych w obiektach zakładu należy uzyskać pozwolenie na ich wykonywanie zgodnie z przepisami p. pożarowymi.

2/ Zakaz spożywania alkoholu lub innych środków odurzających

Na terenie zakładu obowiązuje bezwzględny zakaz spożywania alkoholu oraz innych środków odurzających. Obowiązuje zakaz wstępu na teren zakładu osobom będącym pod wpływem tych środków.

3/ Profilaktyczne badania lekarskie

Pracownik jest zobowiązany poddawać się wstępnym, okresowym i kontrolnym oraz innym zaleconym badaniom lekarskim i stosować się do wskazań lekarskich.

Pracownikowi nie wolno przystąpić do pracy bez aktualnych badań lekarskich, stwierdzających brak przeciwwskazań do wykonywania pracy na danym stanowisku.

4/ Ruch na terenie zakładu

Na terenie ZBK obowiązują ogólne zasady ruchu zawarte w Kodeksie drogowym.

Ruch pojazdów

Kierujący pojazdami zobowiązani są stosować bezpieczną technikę jazdy, zachowując szczególną ostrożność na przejeździe przez bramę wjazdową. Kierujący pojazdami zobowiązani są dostosować prędkość jazdy do aktualnych warunków na drodze.

Parkowanie pojazdów należących do pracodawcy.

Samochody powinny być parkowane tylko w miejscach do tego wyznaczonych.

Osoba prowadząca pojazd mechaniczny, przed pozostawieniem pojazdu powinna upewnić się, iż pojazd nie zagraża innym uczestnikom ruchu, a w szczególności sprawdzić:

- czy został odpowiednio zabezpieczony przed niekontrolowanym stoczeniem się (zaciągnięcie hamulca ręcznego),
- czy został zamknięty i nie ma możliwości dostępu osób niepowołanych,
- czy nie blokuje ciągów komunikacyjnych.

Podczas jazdy po placu postojowym i wprowadzania pojazdu na stanowisko nikomu nie wolno jechać na stopniach samochodu, błotnikach i w skrzyni ładunkowej. Wprowadzenie pojazdu na stanowisko musi koordynować inny pracownik, znajdujący się z boku przed samochodem, aby uniknąć potrącenia przez ten pojazd lub przyciśnięcia do ściany w razie np. awarii układu hamulcowego. Po wprowadzeniu pojazdu na stanowisko należy natychmiast zaciągnąć hamulec i wyłączyć silnik.

5/ Podstawowe wymogi BHP przy transporcie samochodowym

Bezpieczeństwo dotyczące prac załadunkowo-rozładunkowych

- a/ przebieg załadunku i rozładunku zależy od rodzaju, rozmiarów i ciężaru ładunku oraz stosowanego sprzętu załadunkowego i rozładunkowego,
- b/ podczas dojazdu do strefy załadunkowej kierowca powinien zachować środki ostrożności i w miarę potrzeby powinien poprosić o pomoc inną osobę, aby pokierowała jak najbezpieczniej dojechać do miejsca załadunku,
- c/ należy pamiętać aby samochód podczas załadunku lub rozładunku znajdował się na poziomym podłożu i był pewnie unieruchomiony,
- d/ podczas załadunku i rozładunku należy określić strefę zagrożenia i nie dopuścić, aby osoby nieupoważnione przebywały w tej strefie,
- e/ należy stosować odpowiednie środki ochrony indywidualnej.

6/ Podstawowe wymogi BHP przy transporcie ręcznym

Niedopuszczalne jest ręczne przemieszczanie i przewożenie ciężarów o masie przekraczającej ustalone normy.

Przemieszczanie przedmiotów przez jednego pracownika (dotyczy mężczyzn)

- Masa przedmiotów przenoszonych przez jednego pracownika nie może przekraczać:
 - 30 kg – przy pracy stałej,
 - 50 kg – przy pracy dorywczej.
- Niedopuszczalne jest ręczne przeniesienie przedmiotów o masie przekraczającej 30 kg na wysokość powyżej 4 m lub na odległość przekraczającą 25 m.
- Przy ręcznym przemieszczaniu przedmiotów – tam gdzie jest to możliwe – należy zapewnić sprzęt pomocniczy odpowiednio dobrany do ich wielkości, masy i rodzaju, zapewniający bezpieczne i dogodne wykonywanie pracy.
- Przedmiot przemieszczany ręcznie nie powinien ograniczać pola widzenia pracownika.
- Przemieszczane przedmioty należy przenosić jak najbliżej ciała.
- Niedopuszczalne jest ręczne przemieszczanie przedmiotów przez pomieszczenia, schody, korytarze albo drzwi zbyt wąskie w stosunku do rozmiarów tych przedmiotów, jeżeli stwarza to zagrożenia wypadkowe.
- Powierzchnia, po której są przemieszczane ręcznie przedmioty, powinna być równa, stabilna i nie śliska.

Zespołowe przenoszenie przedmiotów

- Przenoszenie przedmiotów, których długość przekracza 4 m i masa 30 kg, powinno odbywać się zespołowo, pod warunkiem aby na jednego pracownika przypadała masa nie przekraczająca:
 - 25 kg – przy pracy stałej,
 - 42 kg – przy pracy dorywczej.
- Niedopuszczalne jest zespołowe przemieszczanie przedmiotów o masie przekraczającej 500 kg.
- Przy zespołowym przenoszeniu przedmiotów należy zapewnić:
 - dobór pracowników pod względem wzrostu i wieku oraz nadzór pracownika doświadczonego w zakresie stosowania odpowiednich sposobów ręcznego przemieszczania przedmiotów i organizacji pracy, wyznaczonego w tym celu przez pracodawcę,
 - odstępy pomiędzy pracownikami co najmniej 0,75 m oraz stosowanie odpowiedniego sprzętu pomocniczego.
- Przenoszenie przedmiotów długich i o dużej masie powinno odbywać się przy zastosowaniu sprzętu pomocniczego, pozwalającego na transport takich przedmiotów z możliwie najmniejszym unoszeniem ich ponad poziom podłoża.
- W przypadku zespołowego przenoszenia na ramionach przedmiotów długich i o dużej masie należy zapewnić, aby pracownicy:
 - wkładali i opuszczali przenoszony przedmiot jednocześnie i na komendę,
 - znajdowali się po jednej stronie przenoszonego przedmiotu,
 - używali środków ochrony indywidualnej chroniących ramiona.

Przemieszczanie ładunków za pomocą poruszanych ręcznie wózków oraz taczek

- Dopuszczalna masa ładunku przemieszczanego na wózku po terenie płaskim o twardej nawierzchni nie może przekraczać 450 kg na pracownika, łącznie z masą wózka.
- Przy przemieszczaniu ładunku na wózku po pochyleniach większych niż 5% masa ładunku, łącznie z masą wózka, nie może przekraczać 350 kg.

- Niedopuszczalne jest ręczne przemieszczanie ładunków na wózkach po pochyleniach powierzchni większych niż 8% oraz na odległość większą niż 200 m.
- Wózki powinny zapewniać stabilność przy załadunku i rozładunku.
- Sposób ładowania oraz rozmieszczenia ładunków na wózkach i taczkach powinien zapewniać ich równowagę i stabilność podczas przemieszczania.
- Przedmioty przewożone na wózkach nie powinny wystawać poza obrys wózka i przysłaniać pola widzenia. W wyjątkowych przypadkach dopuszczalne jest przewożenie przedmiotów w warunkach niespełnienia tych wymagań, o ile praca odbywa się pod nadzorem zapewniającym bezpieczne jej wykonanie.
- Masa ładunku przemieszczanego na taczce, łącznie z masą taczki, nie może przekraczać: 100 kg – po twardej nawierzchni i 75 kg – po nawierzchni nieutwardzonej.
- Niedopuszczalne jest przemieszczanie ładunku na taczce po pochyleniach większych niż 8% oraz na odległość przekraczającą 200 m.

Przemieszczanie ładunków przy użyciu ręcznie napędzanych dźwignic.

- Dźwignice powinny posiadać wyraźne oznakowanie określające ich dopuszczalny udźwig.
- Wciągarki powinny posiadać sprawne hamulce oraz urządzenia uniemożliwiające ruch wsteczny wału lub bębna.
- Niedopuszczalne jest używanie lin i łańcuchów uszkodzonych lub o niedostatecznej wytrzymałości albo niewłaściwie zamocowanych.
- Długość liny lub łańcucha powinna być tak dobrana, aby przy rozwinięciu niezbędnym do przemieszczenia ładunku pozostały na bębnie co najmniej 2 zwoje.
- Sposób zamocowania ładunku na haku powinien zapobiegać jego upadkowi lub gwałtownej zmianie położenia.
- Podnoszenie lub opuszczanie ładunków w miejscu przebywania pracowników powinno być poprzedzone sygnałem ostrzegawczym. Przebywanie pracowników pod zawieszonym ładunkiem jest niedopuszczalne.

Transport ręczny prowadzony przez kobiety

- Niedopuszczalne jest ręczne podnoszenie i przenoszenie ciężarów o masie przekraczającej:
 - 12 kg - przy pracy stałej,
 - 20 kg - przy pracy dorywczej (do 4 razy na godzinę w czasie zmiany roboczej).
- Ręczne przenoszenie pod górę - po pochylniach, schodach itp., których maksymalny kąt nachylenia przekracza 30°, a wysokość 5 m - ciężarów o masie przekraczającej:
 - 8 kg - przy pracy stałej,
 - 15 kg - przy pracy dorywczej (do 4 razy na godzinę w czasie zmiany roboczej).
- Przewożenie ciężarów o masie przekraczającej:
 - 50 kg - przy przewożeniu na taczkach jednokołowych (o pochyleniu nie przekraczającym 2%),
 - 80 kg - przy przewożeniu na wózkach 2, 3 i 4-kołowych (o pochyleniu nie przekraczającym 2%).

Wyżej podane dopuszczalne masy ciężarów obejmują również masę urządzenia transportowego i dotyczą przewożenia ciężarów po powierzchni równej, twardej i gładkiej.

7/ Zasady bezpiecznego wykonywania prac z użyciem elektronarzędzi

- Przed uruchomieniem elektronarzędzia należy sprawdzić optycznie, czy jego włączenie nie stwarza zagrożenia wypadkowego, czy stan obudowy izolacyjnej, przewodów i wtyczek jest prawidłowy.
- Użytkowanie i posługiwanie się narzędziami powinno być zgodne z instrukcją producenta.
- Nie wolno używać narzędzi uszkodzonych oraz nie odpowiadających normom i warunkom technicznym. Narzędzia takie należy niezwłocznie wycofać z użytku.
- Przewody elektryczne powinny być zabezpieczone przed wilgocią i mechanicznym uszkodzeniem.
- Przed odłożeniem lub przenoszeniem elektronarzędzia należy wyłączyć jego napęd.
- Obrabiany materiał i narzędzia tnące należy zamocować w sposób uniemożliwiający ich wyrwanie lub zmianę położenia w czasie obróbki pod wpływem sił skrawania lub sił odśrodkowych.
- Niedopuszczalne jest trzymanie obrabianego materiału w dłoniach.
- Przy obróbce materiału o znacznej długości powinny być stosowane odpowiednie podpórki lub inne urządzenia zapewniające stabilność materiału.
- Wymiana narzędzi (końcówek roboczych) stosowanych do obróbki materiału może być dokonywana po uprzednim wyłączeniu napędu i unieruchomieniu wrzecion.

- Po zakończeniu pracy elektronarzędzie należy wyłączyć z sieci elektrycznej i zgodnie z instrukcją zabezpieczyć je przed włączeniem przez osoby nieupoważnione.
- Podczas pracy przy użyciu elektronarzędzi **niedopuszczalne jest:**
 - podłączanie narzędzi do sieci elektrycznej w sposób inny niż za pomocą wtyczek stanowiących ich fabryczne wyposażenie,
 - wykonywanie przedłużeń przewodów inaczej niż za pomocą fabrycznie wykonanych przedłużaczy,
 - otwieranie lub zdejmowanie osłon albo innych zabezpieczeń chroniących przed urazami,
 - czyszczenie mechanizmów roboczych lub ich konserwowanie,
 - sprawdzanie dokładności obrabianego materiału lub dokonywanie innych podobnych czynności,
 - wydychanie wiórów powstających podczas obróbki,
 - praca w rękawicach albo z obandażowanymi dłońmi, jeśli wirujące części urządzenia, narzędzia tnące stwarzają zagrożenie pochwylenia.
- Narzędzia ręczne o napędzie elektrycznym należy poddawać okresowym przeglądom. Wyniki kontroli powinny być notowane i przechowywane.
- Odzież robocza, stosowana przy obsłudze elektronarzędzi z ruchomymi elementami, powinna być odpowiednio dopasowana, bez odstających i luźno zwisających części, a nakrycie głowy powinno osłaniać włosy.
- Podczas wykonywania prac, przy których twarz lub oczy osoby pracującej są narażone na urazy lub podrażnienia w wyniku działania czynników niebezpiecznych i szkodliwych dla zdrowia należy stosować środki ochrony twarzy i oczu.
- Przy pracach w warunkach ryzyka narażenia na nadmierne zanieczyszczenie powietrza czynnikami szkodliwymi należy stosować środki ochrony układu oddechowego.
- Przy występowaniu dużego natężenia hałasu należy stosować środki ochrony słuchu.

8/ Zasady bezpiecznego wykonywania prac z użyciem ręcznych narzędzi

- Narzędzia do pracy (młotki, przecinaki, przebijaki) nie mogą mieć:
 - uszkodzonych zakończeń roboczych,
 - rozklepów i ostrych krawędzi w miejscu trzymania ich ręką,
 - pęknięć, zadr itp.,
 - krótszych rękojeści niż 0,15 m.
- Rozmiar kluczy do nakrętek należy dostosować ściśle do wymiarów nakrętek. Odkręcanie i zakręcanie nakrętek kluczem przedłużonym rurą lub innym narzędziem jest zabronione.
- Kliny, przecinaki lub przebijaki stosowane do przecinania bądź przebijania elementów metalowych lub rozbijania konstrukcji budowlanej powinny mieć uchwyty nie krótsze niż 0,7 m.

9/ Sprzęt zmechanizowany, pomocniczy i urządzenia

- Przy pracach budowlano - montażowych może być zatrudniony wyłącznie pracownik, który:
 - posiada kwalifikacje przewidziane odrębnymi przepisami dla danego stanowiska,
 - uzyskał orzeczenie lekarskie o dopuszczeniu do określonej pracy.
 - Nie wolno zatrudniać pracownika na danym stanowisku pracy w razie przeciwwskazań lekarskich oraz bez wstępnego przeszkolenia w zakresie bezpieczeństwa i higieny pracy.
 - Wykonywanie funkcji operatorów maszyn budowlanych, dźwigowych, kierowców wózków silnikowych i innych maszyn budowlanych o napędzie silnikowym wymaga posiadania stosownych uprawnień.
 - Maszyny, urządzenia i sprzęt, które podlegają dozorowi technicznemu, a są eksploatowane na terenie zakładu, powinny posiadać dokumenty uprawniające do ich eksploatacji.
 - Sprzęt zmechanizowany i pomocniczy powinien posiadać ustalone parametry, takie jak dopuszczalny udźwig, nośność, ciśnienie i temperaturę, uwidocznione przez trwałe i wyraźne napisy.
 - Przeciążanie sprzętu zmechanizowanego oraz sprzętu pomocniczego ponad dopuszczalne obciążenie robocze jest zabronione.
 - Ruchome części mechanizmów sprzętu zmechanizowanego i pomocniczego zagrażające bezpieczeństwu powinny być zaopatrzone w osłony zapobiegające wypadkom.
 - Zmechanizowany i pomocniczy sprzęt powinien być przed rozpoczęciem pracy i przed zmianą sprawdzony pod względem sprawności technicznej i bezpiecznego użytkowania.
 - Sprzęt zmechanizowany należy zabezpieczyć przed dostępem osób nie należących do obsługi.
- Dokonywanie napraw, smarowanie i czyszczenie sprzętu zmechanizowanego będącego w ruchu jest zabronione.

10/. Środki ochrony indywidualnej **Obuwie ochronne**

Za wyjątkiem pomieszczeń biurowych i wyznaczonych ciągów komunikacji pieszej należy stosować obuwie ochronne na podeszwie przeciwpoślizgowej.

Hełm ochronny

Używanie hełmów ochronnych obowiązuje w następujących obszarach:

- podczas prowadzenia prac na wysokości,
- podczas prowadzenia prac w wykopach,
- w innych miejscach gdzie występuje zagrożenie urazu głowy.

Środki ochrony twarzy i oczu

Podczas wszelkiego rodzaju prac, przy których twarz lub oczy pracowników są narażone na urazy albo podrażnienia w wyniku działania czynników niebezpiecznych i szkodliwych dla zdrowia, jak np. :

- prace z użyciem młotów ślusarskich,
- prace, przy których oczy są narażone na kontakt z substancjami o działaniu drażniącym wzrok,
- spawanie lub cięcie metali,
- szlifowanie na sucho,
- prace przy maszynach do obróbki skrawaniem materiału, podczas której powstają wióry odpryskowe,
- prace przy rozpylaniu płynów,
- prace z kwasami i roztworami żrącymi, środkami odkażającymi i substancjami do usuwania korozji,

obowiązuje nakaz stosowania środków ochrony twarzy i oczu – stosownych do występujących zagrożeń (np. okularów ochronnych, gogli, przyłbic itp.).

Środki ochrony słuchu

Podczas stosowania urządzeń do robót drogowych, elektronarzędzi obowiązuje nakaz stosowania ochron słuchu.

11/. Postępowanie w razie wypadku lub innego zdarzenia

Postępowanie w razie wypadku:

- zabezpieczenie miejsca wypadku **w sposób wykluczający:**
 - dopuszczenie do miejsca wypadku osób niepowołanych,
 - uruchomienie bez koniecznej potrzeby maszyn i innych urządzeń technicznych, które w związku z wypadkiem zostały wstrzymane,
 - dokonywanie zmiany położenia maszyn i innych urządzeń technicznych, jak również zmiany położenia innych przedmiotów, które spowodowały wypadek lub pozwalają odtworzyć jego okoliczności,
- zapewnienie pomocy osobom poszkodowanym poprzez udzielenie I pomocy przedlekarskiej oraz wezwanie Pogotowia Ratunkowego tel. **999** lub **112** z telefonu komórkowego,
- podjęcie niezbędnych środków eliminujących lub ograniczających zagrożenie,
- niezwłoczne zawiadomienie przełożonego / koordynatora / komórkę BHP.

Obowiązkowi zgłaszania do przełożonego / koordynatora podlegają również:

- przypadki obrażeń ciała wymagające udzielenia pierwszej pomocy (drobne urazy),
- zdarzenia prowadzące do zniszczenia lub uszkodzenia mienia będącego własnością ZBK Czeladź,
- zdarzenia potencjalnie wypadkowe (przypadki, które mogły doprowadzić do obrażeń ciała, zniszczenia mienia, lub innego podobnego zdarzenia).

Obowiązek zgłoszenia ciąży na bezpośrednim przełożonym (kierowniku/ koordynatorze).

Postępowanie w sytuacji awaryjnej:

W razie zauważenia usterek lub jakichkolwiek zagrożeń na stanowisku należy je natychmiast zgłosić bezpośredniemu przełożonemu by zostały natychmiast usunięte. Do pracy można przystąpić ponownie dopiero po ich usunięciu i ponownym sprawdzeniu urządzenia.

W razie wątpliwości co do zachowania warunków bezpieczeństwa pracy pracownik ma prawo przerwać pracę i zwrócić się do przełożonego o wyjaśnienie sytuacji.

W przypadku znalezienia się w sytuacji bezpośredniego niebezpieczeństwa pracownik ma prawo

powstrzymać się od wykonywania pracy. Pracownik zachowuje prawo do wynagrodzenia, nie może jednak odmówić podjęcia innej, równorzędnej pracy, gdy usunięcie zagrożenia przy poprzednio wykonywanej pracy nie jest możliwe.

Postępowanie w razie pożaru:

Ogień rozprzestrzenia się szybko. Po 2 minutach może stać się groźny dla życia, a w ciągu 5 minut obiekt może stanąć w płomieniach.

Wysoka temperatura i dym są tak samo niebezpieczne jak płomień. Zachłyśnięcie się gorącym powietrzem może spowodować poparzenie płuc.

Pożar wytwarza trujące gazy, które mogą zakłócać orientację człowieka i spowodować osłabienie czynności ruchowych oraz ospałość.

Każdy z pracowników, który zauważy pożar nie możliwy do ugaszenia go w zarodku obowiązany jest natychmiast zaalarmować przełożonego i STRAŻ POŻARNĄ - tel. 998 lub **112** z telefonu komórkowego.

WAŻNE!

Zgłaszając pożar należy dokładnie podać następujące informacje:

- nazwę obiektu –
- adres obiektu –
- gdzie występuje zagrożenie -
- co się pali - *określić rodzaj palącego się materiału, np. pali się dach, itp.*
- czy istnieje zagrożenie życia ludzkiego - *określić przybliżoną liczbę osób, która powinna być ewakuowana i czy są osoby poszkodowane,*
- *podać swoje imię i nazwisko oraz numer telefonu, z którego alarmowana jest straż pożarna,*
- nie należy odkładać słuchawki do czasu kiedy strażak przyjmujący informację jej nie potwierdzi.

Następnie należy poinformować kierownictwo zakładu.

Jednocześnie przy użyciu wszelkich dostępnych środków należy zaalarmować osoby znajdujące się wewnątrz obiektu objętego lub zagrożonego pożarem w celu ich szybkiej ewakuacji używając do tego przycisków sygnalizacji p.poż. znajdujących się na wyposażeniu poszczególnych obiektów i ostrzegając ich również krzykiem.

Należy zachować spokój i nie dopuścić do paniki. Pracownicy, którzy nie biorą udziału w alarmowaniu bezzwłocznie przystępują do likwidacji zagrożenia – **pod warunkiem, że nie stanowi to zagrożenia dla ich zdrowia**, posługując się podręcznym sprzętem gaśniczym i innymi środkami znajdującymi się w najbliższym otoczeniu.

Akcją ratowniczo-gaśniczą do czasu przybycia jednostek straży pożarnej kieruje osoba sprawująca nadzór nad zakładem względnie osoba najbardziej energiczna i opanowana, która samorzutnie objęła kierowanie akcją.

Przystępując do akcji ratowniczej należy:

- w pierwszej kolejności ratować zagrożone życie ludzkie,
- udzielić pomocy osobom poszkodowanym znajdującym się w zasięgu zagrożenia,
- wyłączyć dopływ prądu elektrycznego do pomieszczeń i urządzeń objętych pożarem,
- gasząc urządzenia elektryczne pod napięciem używać do tego celu gaśnic śniegowych lub proszkowych,
- usunąć z zasięgu ognia wszystkie materiały palne mogące być przyczyną gwałtownego rozprzestrzenienia się pożaru,
- zamknąć strefę zagrożenia w promieniu minimum 50 m – zajmować pozycje po stronie nawiewnej, unikać zagłębień terenu,
- szybkie i sprawne uruchomienie podręcznego sprzętu gaśniczego umożliwi ugaszenie pożaru w zarodku tzn. w najmniejszej fazie jego rozwoju.

4.Prace szczególnie niebezpieczne

Przy wykonywaniu prac szczególnie niebezpiecznych należy zapewnić:

- ◆ bezpośredni nadzór nad tymi pracami, ze strony wyznaczonych w tym celu osób,
- ◆ odpowiednie środki zabezpieczające,
- ◆ instruktaż pracowników obejmujący w szczególności:
 - imienny podział pracy,
 - kolejność wykonywania zadań,
 - wymagania bezpieczeństwa i higieny pracy przy poszczególnych czynnościach.

„Wymagania bezpieczeństwa i higieny pracy przy poszczególnych czynnościach”

1/ Prace na wysokości

Podstawowe zasady bezpieczeństwa przy pracach na wysokości

Osoby przebywające na stanowiskach pracy, znajdujące się na wysokości co najmniej 1m od poziomu podłogi lub ziemi (dotyczy to również przejść i dojść do tych stanowisk oraz klatek schodowych), powinny być zabezpieczone przed upadkiem z wysokości, poprzez zainstalowanie balustrad składających się z poręczy ochronnych umieszczonych na wysokości co najmniej 1,1m i krawężników o wysokości co najmniej 0,15m. Pomiedzy poręczą a krawężnikiem powinna być umieszczona w połowie wysokości poprzeczka lub przestrzeń ta powinna być wypełniona w sposób uniemożliwiający wypadnięcie osób.

- Jeżeli ze względu na rodzaj i warunki wykonywania prac na wysokości zastosowanie powyższych zabezpieczeń jest niemożliwe, należy stosować inne skuteczne środki ochrony pracowników przed upadkiem z wysokości, odpowiednie do rodzaju i warunków wykonywania pracy (np. szelki bezpieczeństwa).
- Prace na wysokości powinny być organizowane i wykonywane w sposób nie zmuszający pracowników do wychylania się poza poręcz balustrady lub obrys urządzenia, na którym stoi.
- Otwory w stropach, na których prowadzone są roboty lub do których możliwy jest dostęp ludzi, należy zabezpieczyć przed możliwością wpadnięcia lub ogrodzić balustradą, o wysokości 1,1m.
- Pomosty robocze, wykonane z desek lub bali, powinny być dostosowane do zaprojektowanego obciążenia, szczelne i zabezpieczone przed zmianą położenia.
- Przemieszczane w poziomie stanowisko pracy powinno mieć zapewnione mocowanie końcówki linki bezpieczeństwa do pomocniczej liny ochronnej lub prowadnicy poziomej, zamocowanej na wysokości około 1,5m, wzdłuż zewnętrznej strony krawędzi przejścia. Wytrzymałość i sposób zamocowania prowadnicy powinny uwzględniać obciążenie dynamiczne spadającej osoby.
- W przypadku gdy zachodzi konieczność przemieszczania stanowiska pracy w pionie, linka bezpieczeństwa szelki bezpieczeństwa powinna być zamocowana do prowadnicy pionowej za pomocą urządzenia samohamującego.
- Do zabezpieczeń stanowisk pracy na wysokości, przed upadkiem z wysokości, należy stosować środki ochrony zbiorowej, w szczególności balustrady, siatki ochronne i siatki bezpieczeństwa.
- Stosowanie środków ochrony indywidualnej, w szczególności takich jak szelki bezpieczeństwa, jest dopuszczalne, gdy nie ma możliwości stosowania środków ochrony zbiorowej.
- Osoba wykonująca roboty w pobliżu krawędzi dachu płaskiego lub dachu o nachyleniu do 20%, jest obowiązana posiadać odpowiednie zabezpieczenia przed upadkiem z wysokości, o których mowa powyżej.
- Na dachach, których wytrzymałość nie zapewnia bezpiecznego przebywania na nich osób, należy wykonać stałe lub przenośne mostki i kładki zabezpieczające.

Rusztowania

- Montaż rusztowań, ich eksploatacja i demontaż powinny być wykonane zgodnie z instrukcją producenta albo projektem indywidualnym.
- Osoby zatrudnione przy montażu i demontażu rusztowań oraz monterzy ruchomych podestów roboczych powinni posiadać wymagane uprawnienia.
- Użytkowanie rusztowania jest dopuszczalne po dokonaniu jego odbioru przez kierownika budowy lub uprawnioną osobę.
- Odbiór rusztowania potwierdza się wpisem w dzienniku budowy lub w protokole odbioru technicznego.
- Wpis w dzienniku budowy lub w protokole odbioru technicznego rusztowania określa w szczególności:
 - użytkownika rusztowania,
 - przeznaczenie rusztowania,
 - wykonawcę montażu rusztowania z podaniem imienia i nazwiska albo nazwy oraz numeru telefonu,
 - dopuszczalne obciążenia pomostów i konstrukcji rusztowania,
 - datę przekazania rusztowania do użytku,
 - oporność uziomu,
 - terminy kolejnych przeglądów rusztowania.
- Rusztowania oraz ruchome podesty robocze powinny być wykorzystywane zgodnie z przeznaczeniem.
- Rusztowania stojakowe powinny posiadać bezpieczne pionowe komunikacyjne.
- Rusztowania należy ustawiać na podłożu ustabilizowanym i wyprofilowanym.
- Udźwig urządzenia do transportu materiałów na wysięgnikach mocowanych do konstrukcji rusztowania nie może przekraczać 1,5 kN.
- Rusztowanie z elementów metalowych użytkowane na zewnątrz obiektów powinno być uziemione i posiadać instalację piorunochronną.

- Rusztowania, usytuowane bezpośrednio przy drogach, przejazdach i w pobliżu przejść dla pieszych, powinny posiadać daszki ochronne i osłonę z siatek ochronnych. Stosowanie siatek ochronnych nie zwalnia z obowiązku stosowania balustrad.
- Osoby dokonujące montażu i demontażu rusztowań są obowiązane do stosowania urządzeń zabezpieczających przed upadkiem z wysokości.
- Przed montażem i demontażem rusztowań należy wyznaczyć i ogrodzić strefę niebezpieczną.

Drabiny

Drabina przystawna powinna wystawać ponad powierzchnię, na którą prowadzi, co najmniej 0,75m, a kąt jej nachylenia powinien wynosić 75°.

Przy stosowaniu drabin przenośnych **niedopuszczalne jest:**

- stosowanie drabin uszkodzonych,
- stosowanie drabin jako drogi stałego transportu, a także do przenoszenia ciężarów o masie powyżej 10kg,
- używanie drabiny niezgodnie z przeznaczeniem,
- używanie drabiny rozstawnej jako przystawnej,
- ustawianie drabiny na niestabilnym podłożu,
- opieranie drabiny przystawnej o śliskie płaszczyzny, obiekty lekkie lub wywrotne albo o stosy materiałów nie zapewniające stabilności drabiny,
- stawianie drabiny przed zamkniętymi drzwiami, jeżeli nie są one zamknięte na klucz od strony ustawianej drabiny,
- takie ustawianie drabin w bezpośrednim sąsiedztwie maszyn i innych urządzeń, że stwarzają zagrożenie dla pracowników używających drabiny,
- wchodzenie i schodzenie z drabiny plecami do niej,
- przenoszenie przez jedną osobę drabiny o długości powyżej 4m.

Drabiny muszą być używane w taki sposób, aby:

- przez cały czas była zapewniona możliwość bezpiecznego uchwycenia poręczy i wsparcia pracowników,
- w szczególności jeśli ładunek ma zostać ręcznie przeniesiony na drabinie nie może to przeszkadzać pracownikowi w bezpiecznym trzymaniu się poręczy,
- przenośne drabiny muszą być zabezpieczone przed przemieszczaniem się w trakcie ich użytkowania za pomocą urządzeń przeciwpoślizgowych przy górnych lub dolnych końcach podłużnic albo przez inne rozwiązania o równoważnej skuteczności.

Uwaga:

- Dopuszcza się wykonywanie robót malarskich przy użyciu drabin rozstawnych tylko do wysokości nie przekraczającej 4 m od poziomu podłogi.
- Drabina bez pałaków której długość przekracza 4 m przed podniesieniem lub zamontowaniem powinna być wyposażona w prowadnicę pionową umożliwiającą założenie urządzenia samohamującego, połączonego z linką bezpieczeństwa szelek bezpieczeństwa.
- Wykonywanie robót malarskich i tynkarskich z drabin przystawnych jest zabronione.
- Roboty ciesielskie na drabinach można wykonywać wyłącznie do 3 metrów.

2/ Roboty ziemne.

- Roboty ziemne powinny być prowadzone na podstawie projektu, określającego położenie instalacji i urządzeń podziemnych (takich jak elektroenergetyczne, gazowe, telekomunikacyjne, ciepłownicze, wodociągowe i kanalizacyjne), mogących znaleźć się w zasięgu prowadzonych robót.
- Miejsca robót należy oznakować napisami ostrzegawczymi i ogrodzić.
- Prowadzenie robót ziemnych w pobliżu instalacji podziemnych, a także głębinie wykopów poszukiwawczych powinno odbywać się ręcznie.
- W czasie wykonywania wykopów w miejscach dostępnych dla osób niezatrudnionych przy tych robotach, należy wokół tych wykopów pozostawionych na czas zmroku i w nocy, ustawić balustrady o wysokości 1,1m i w odległości nie mniejszej niż 1m od krawędzi wykopu, zaopatrzone w światło ostrzegawcze koloru czerwonego.
- Niezależnie od ustawienia balustrad, w przypadkach uzasadnionych względami bezpieczeństwa wykop należy szczelnie przykryć, w sposób uniemożliwiający wpadnięcie do wykopu.
- W przypadku przykrycia wykopu, zamiast balustrad, teren robót można oznaczyć za pomocą balustrad z lin lub taśm z tworzyw sztucznych, umieszczonych wzdłuż wykopu na wysokości 1,1m i w odległości 1m od krawędzi wykopu.

- Jeżeli teren, na którym wykonywane są roboty ziemne, nie może być ogrodzony, wykonawca robót powinien zapewnić stały jego dozór.
- Wykopy o ścianach pionowych nieumocnionych, bez rozparcia lub podparcia, mogą być wykonywane tylko do głębokości 1m w gruntach zwartych, w przypadku gdy teren przy wykopie nie jest obciążony w pasie o szerokości równej głębokości wykopu.
- Wykopy bez umocnień, o głębokości większej niż 1m, lecz nie większej od 2m, można wykonywać, jeżeli pozwalają na to wyniki badań gruntu i dokumentacja geologiczno-inżynierska.
- Zabezpieczenie ażurowe ścian wykopów można stosować tylko w gruntach zwartych. Stosowanie zabezpieczenia ażurowego ścian wykopów w okresie zimowym jest zabronione.
- Jeżeli wykop osiągnie głębokość większą niż 1m od poziomu terenu, należy wykonać zejście (wejście) do wykopu.
- Odległość między zejściami (wejściami) do wykopu nie powinna przekraczać 20m.
- Ruch środków transportowych obok wykopów powinien odbywać się poza granicą klina naturalnego odłamu gruntu.
- Przy wykonywaniu robót ziemnych sprzętem zmechanizowanym należy wyznaczyć w terenie strefę niebezpieczną i odpowiednio ją oznakować.
- Przebywanie osób pomiędzy ścianą wykopu a koparką, nawet w czasie postoju, jest zabronione.

3/ Prace w zbiornikach oraz innych niebezpiecznych przestrzeniach zamkniętych

Do pracy można przystąpić po spełnieniu następujących wymogów:

- odłączeniu dopływu mediów,
- odłączeniu zasilania od znajdujących się wewnątrz urządzeń,
- zapewnieniu stałego nadzoru,
- sprawdzeniu czy przygotowania organizacyjne i techniczne zapewniają bezpieczeństwo zatrudnionym pracownikom,
- zapewnieniu możliwości udzielenia pracownikom natychmiastowej pomocy w sytuacjach nagłej potrzeby lub wypadku,
- opróżnieniu zbiornika i przedmuchaniu go powietrzem, gazem obojętnym lub parą wodną (**przedmuchiwanie tlenem jest zabronione**),
- zastosowaniu niezbędnych środków ochrony pożarowej (w razie potrzeby),
- sprawdzeniu powietrza wewnątrz na zawartość tlenu oraz gazów i par substancji toksycznych i palnych,
- doprowadzenia temperatury wewnątrz, aby nie różniła się od temperatury otoczenia o więcej niż 5° C,
- zapewnieniu niezbędnych środków ochrony zbiorowej i indywidualnej,
- zapewnieniu asekuracji co najmniej jednej osoby, znajdującej się na zewnątrz i wyposażonej w takie same środki ochrony indywidualnej jak osoba pracująca wewnątrz,
- określeniu sposobu porozumiewania się między pracującymi wewnątrz a osobą asekurującą.

4/ Prace przy eksploatacji, remontach i konserwacji urządzeń i instalacji elektroenergetycznych

1/ Przed przystąpieniem do wykonywania pracy należy wyłączyć urządzenia i instalacje elektroenergetyczne spod napięcia. Wyłączenie spod napięcia powinno być dokonane w taki sposób aby uzyskać przerwę izolacyjną w obwodach zasilających urządzenia i instalacje.

2/ Za przerwę izolacyjną, o której mowa w pkt.1, uważa się:

- a/ otwarte zestyki łącznika w odległości określonej w Polskiej Normie lub dokumentacji producenta,
- b/ wyjęte wkładki bezpiecznikowe,

c/ zdemontowanie części obwodu zasilającego,

d/ przerwanie ciągłości połączenia obwodu zasilającego w łącznikach o obudowie zamkniętej, stwierdzone w sposób jednoznaczny w oparciu o położenie wskaźnika odzworowującego otwarcie łącznika.

3/ Po wyłączeniu napięcia należy zabezpieczyć miejsce pracy, tj:

- a/ zastosować odpowiednio zabezpieczenie przed przypadkowym załączeniem napięcia,
- b/ wywiesić tabliczkę ostrzegawczą w miejscu wyłączenia obwodu o treści „nie załączać”,
- c/ sprawdzić brak napięcia w wyłączonym obwodzie,
- d/ uziemić wyłączone urządzenia,
- e/ zabezpieczyć i oznaczyć miejsca pracy odpowiednimi znakami i tablicami ostrzegawczymi.

4/ Odpowiednim zabezpieczeniem przed przypadkowym załączeniem napięcia jest:

- a/ w urządzeniach o napięciu znamionowym do 1 kV – wyjecie wkładek bezpiecznikowych w obwodzie zasilającym lub zablokowanie napędu otwartego łącznika, zasilającym lub zablokowanie napędu otwartego łącznika,
- b/ w urządzeniach o napięciu znamionowym powyżej 1 kV – unieruchomienie i zablokowanie napędów łączników lub wstawienie przegród izolacyjnych między otwarte styki łączników.
- 5/ Uziemienie należy wykonać tak, aby miejsce pracy znajdowało się w strefie ograniczonej uziemienia, co najmniej jedno uziemienie powinno być widoczne z miejsca pracy.
- 6/ W razie zasilania wielostronnego, uziemienia powinny być wykonane od każdej strony zasilania.
- Samowolne prace na urządzeniach elektroenergetycznych są zabronione !**

5/ Prace spawalnicze poza spawalnią

Zabezpieczenie przeciwpożarowe procesów spawalniczych

Prace niebezpieczne pożarowo (a do takich należą procesy spawalnicze) prowadzone poza wyznaczonym na stałe miejscem do tego celu, należy prowadzić w sposób uniemożliwiający powstanie pożaru lub wybuchu.

Przed rozpoczęciem prac niebezpiecznych pożarowo wykonawca jest obowiązany do:

- oceny zagrożenia pożarowego i wybuchowego w rejonie prac,
- ustalenia rodzaju przedsięwzięć, mających na celu niedopuszczenie do powstania i rozprzestrzeniania się pożaru lub wybuchu,
- wskazania osób odpowiedzialnych za zabezpieczenie miejsca pracy, przebieg i zabezpieczenie miejsca po zakończeniu pracy.

Przy wykonywaniu prac niebezpiecznych pożarowo należy przestrzegać następujących wskazówek:

- wszelkie materiały palne występujące w miejscu wykonywania prac oraz w rejonach przyległych (palne elementy konstrukcyjne budynków, instalacje techniczne itp.) należy zabezpieczyć przed zapaleniem. Przy ustalaniu sposobu zabezpieczenia przeciwpożarowego należy zwrócić szczególną uwagę na:
 - występowanie w miejscu spawania palnych elementów budowlanych mogących ulec zapaleniu od odprysków spawalniczych,
 - stykanie konstrukcji metalowych, przewodów lub innych elementów przewodzących ciepło – z palnymi elementami budynku (pomieszczenia), co może spowodować ich zapalenie,
 - występowanie palnych izolacji, wykładzin itp., które mogą ulec zapaleniu,
 - sposób zabezpieczenia palnych elementów budynku i pomieszczenia przed działaniem rozprysków spawalniczych w tym zabezpieczenie otworów umożliwiających przedostanie się iskier na niższe kondygnacje oraz kontrola poziomów poniżej piętra na którym prowadzone są prace.
 - sposób zabezpieczenia spawanych konstrukcji, przewodów, elementów itp. przed nadmiernym nagraniem,
 - zapobieganie zapaleniu stykających się z nimi materiałów palnych przed zapaleniem.
- w miejscu wykonywania prac powinien znajdować się sprzęt umożliwiający likwidację wszelkich źródeł pożaru (podręczny sprzęt pożarniczy, materiały izolacyjne i osłaniające, pojemniki metalowe z wodą na odpadki elektrod itp.),
- po zakończeniu prac należy poddać kontroli miejsce, w którym prowadzone były prace, a także rejony przyległe (dla sprawdzenia, czy nie pozostawiono tłących lub żarzących się cząstek; czy nie występują oznaki tlenia się materiałów bądź inne wskazujące na możliwości zaistnienia pożaru; czy został zdemontowany, wyłączony ze źródeł zasilania i zabezpieczony przed dostępem osób postronnych sprzęt spawalniczy),
- prace niebezpieczne pożarowo mogą być wykonywane wyłącznie przez osoby do tego upoważnione, posiadające odpowiednie kwalifikacje,
- przed rozpoczęciem prac wykonawca powinien się zapoznać z zagrożeniami pożarowymi występującymi w rejonie wykonywania prac oraz z rodzajem przedsięwzięć mających na celu niedopuszczenie do powstania pożaru lub wybuchu,
- sprzęt używany do wykonywania prac powinien być sprawny technicznie i zabezpieczony przed możliwością wywołania pożaru.

6/ Stosowanie substancji i preparatów chemicznych.

Niedopuszczalne jest:

- stosowanie niebezpiecznych substancji i preparatów chemicznych nie ujętych w zakładowym, aktualnym spisie tych substancji i preparatów oraz nie posiadających karty charakterystyki.
- stosowanie substancji i preparatów chemicznych nie oznakowanych (bez oryginalnych etykiet w języku polskim) w sposób widoczny, umożliwiający ich identyfikację,
- przechowywanie substancji i preparatów chemicznych w opakowaniach zastępczych, które nie zabezpieczają przed ich szkodliwym działaniem, pożarem lub wybuchem.

Magazynowanie materiałów niebezpiecznych jest dozwolone pod warunkiem zachowania odpowiednich środków ostrożności, określonych w karcie charakterystyki substancji niebezpiecznej opracowanej przez producenta.

Sposób składowania i stosowania materiałów niebezpiecznych powinien zapewnić:

- zachowanie temperatur, wilgotności i ochronę przed nasłonecznieniem stosownie do rodzaju materiałów niebezpiecznych i ich właściwości,
- przestrzegania ograniczeń dotyczących wspólnego składowania i stosowania materiałów,
- ograniczenie ilości jednocześnie składowanych materiałów do ilości dopuszczalnej dla danego materiału i danego pomieszczenia,
- przestrzeganie zasad rotacji z zachowaniem dopuszczalnego czasu składowania poszczególnych materiałów,
- zachowanie dodatkowych wymagań specyficznych dla składowania materiałów i ich stosowania,
- rozmieszczenie materiałów w sposób umożliwiający prowadzenie kontroli składowania i składowanych materiałów.

Wskazówki do bezpiecznego postępowania:

- unikać bezpośredniego kontaktu z produktem,
- podczas stosowania nie jeść, nie pić i nie palić tytoniu,
- unikać wdychania par,
- przestrzegać zasad higieny osobistej,
- stosować środki ochrony indywidualnej (zgodnie z kartą charakterystyki),
- nie używać narzędzi iskrzących,
- unikać działania na produkt otwartego ognia i wysokiej temperatury,
- unikać działania intensywnego promieniowania świetlnego oraz promieniowania UV.

5. Ochrona środowiska naturalnego

Każdy człowiek ma obowiązek dbać o właściwy stan środowiska naturalnego.

W trosce o stan środowiska naturalnego należy przestrzegać obowiązku selektywnego składowania odpadów. Poszczególne rodzaje odpadów należy składować w wyznaczonych i opisanych pojemnikach z przeznaczeniem do unieszkodliwienia tj. utylizacji lub do ponownego wykorzystania (odzysku).

Odpady niebezpieczne należy składować oddzielnie, w wydzielonych pojemnikach ustawionych na utwardzonym podłożu. Odpady należy przekazywać odbiorcą posiadającym stosowne pozwolenia na prowadzenie działalności w zakresie transportu, odzysku i unieszkodliwiania. Przyjęcie odpadu przez odbiorcę powinno być potwierdzone w „**KARCIE PRZEKAZANIA ODPADU**”