

Zarządzenie nr 19 /2019

Dyrektora

Miejskiego Ośrodka Pomocy Społecznej w Czeladzi

z dnia 26 czerwca 2019r.

w sprawie:

wprowadzenia do użytku wewnętrznego Instrukcji bezpieczeństwa i higieny pracy przy wykonywaniu ręcznych prac transportowych.

Na podstawie: art. 207 §1,2 i art. 207¹ §1 Ustawy z dnia 26 czerwca 1974 r. Kodeks pracy (t.j. jednolity Dz. U. z 2019 r. poz. 1040 z późn. zm.)

Rozporządzenia Ministra Pracy i Polityki Socjalnej z dnia 26 września 1997r. w sprawie ogólnych przepisów bezpieczeństwa i higieny pracy (Dz. U. z 2003r. nr 169, poz. 1650 z późn. zm.).

**Dyrektor Miejskiego Ośrodka Pomocy Społecznej w Czeladzi
zarządza, co następuje:**

§ 1.

Wprowadza się do stosowania Instrukcję bezpieczeństwa i higieny pracy przy wykonywaniu ręcznych prac transportowych stanowiącą załącznik nr 1 do niniejszego Zarządzenia.

§ 2.

Zobowiązuje się Kierownika Działu Metodyczno – Administracyjnego oraz Kierownika Działu ds. Osób Starszych i Niepełnosprawnych do zapoznania podległych im pracowników Miejskiego Ośrodka Pomocy Społecznej w Czeladzi, z treścią powyższej Instrukcji i pisemnego potwierdzenia tego faktu w Oświadczeniu stanowiącym Załącznik nr 2 do niniejszego Zarządzenia. Oświadczenia z podpisami pracowników należy przekazać Inspektorowi ds. BHP.

§ 3.

Zobowiązuje się pracowników Miejskiego Ośrodka Pomocy Społecznej w Czeladzi wykonujących ręczne prace transportowe do pisemnego potwierdzenia faktu zapoznania się z treścią Instrukcji o której mowa w §1 i stosowania się do wytycznych określonych w w/wym. Instrukcji

§4.

Nadzór nad realizacją Zarządzenia, powierzam:

Kierownikowi Działu Metodyczno – Administracyjnego
Kierownikowi Działu ds. Osób Starszych i Niepełnosprawnych
St. Inspektorowi ds. Bezpieczeństwa i Higieny

każdemu w swoim zakresie.

§ 5.

Zarządzenie wchodzi w życie z dniem podpisania.

**Dyrektor
Miejskiego Ośrodka Pomocy Społecznej
w Czeladzi
mgr Aneta Józwin-Rybska**

INSTRUKCJA

BEZPIECZEŃSTWA I HIGIENY PRACY

PRZY WYKONYWANIU RĘCZNYCH PRAC TRANSPORTOWYCH

I. CEL INSTRUKCJI

Celem instrukcji jest zapoznanie pracowników zatrudnionych przy wykonywaniu ręcznych prac transportowych z zasadami bezpiecznego wykonywania czynności roboczych oraz występującymi podczas powyższych prac, zagrożeniami.

II. PRZEDMIOT INSTRUKCJI

Przedmiotem instrukcji są ręczne prace transportowe wykonywane stale lub dorywczo na terenie Miejskiego Ośrodka Pomocy Społecznej w Czeladzi.

III. UWAGI OGÓLNE

Ręczne prace transportowe są to prace obejmujące każdy rodzaj transportowania lub podtrzymywania przedmiotów, ładunków lub materiałów przez jednego lub więcej pracowników, w tym przemieszczanie ich poprzez: unoszenie, podnoszenie, układanie, pchanie, ciągnięcie, przenoszenie, przesuwanie, przetaczanie lub przewożenie.

Wykonywanie powyższych prac wiąże się zarówno z zagrożeniami wypadkowymi jak i z zagrożeniami chorobowymi które mogą skutkować dolegliwościami układu mięśniowo - szkieletowego, a w szczególności kręgosłupa oraz kończyn górnych i dolnych.

Pracownicy wykonujący ręczne prace transportowe muszą posiadać wymagane kwalifikacje zawodowe i zdrowotne bez przeciwwskazań do wykonywanych czynności. Powinni być także przeszkoleni w dziedzinie bezpieczeństwa i higieny pracy, adekwatnie do zakresu prowadzonych prac oraz zapoznani z oceną ryzyka zawodowego i zagrożeniami wiążącymi się z wykonywaną pracą.

Pracowników zatrudnionych przy pracach transportowych należy wyposażyć w odpowiednią odzież, obuwie i środki ochrony indywidualnej oraz zapoznać z zasadami ich stosowania.

Niniejsza instrukcja nie ujmuje wyczerpująco wszystkich szczegółów roboczych, lecz reguluje tylko podstawowe zasady postępowania podczas wykonywania ręcznych prac transportowych, wskazując na obowiązki pracowników w zakresie bezpieczeństwa i higieny pracy podczas wykonywania powyższych prac.

Nie ujęcie w instrukcji poszczególnych pojedynczych czynności niezbędnych do wykonania zadania i zachowania bezpiecznych warunków pracy nie zwalnia pracownika z obowiązku ich stosowania.

IV. RODZAJE WYKONYWANYCH CZYNNOŚCI

Dorywcze, ręczne przemieszczanie poziome i pionowe środków pracy, przedmiotów, materiałów, elementów wyposażenia itp. uzależnione od występujących potrzeb Miejskiego Ośrodka Pomocy Społecznej w Czeladzi.

V. RĘCZNE PRACE TRANSPORTOWE

Organizacja ręcznych prac transportowych, w tym stosowane metody pracy powinny zapewniać w szczególności:

- Ograniczenie długotrwałego wysiłku fizycznego, w tym zapewnienie odpowiednich przerw w pracy na wypoczynek,
- Wyeliminowanie nadmiernego obciążenia układu mięśniowo – szkieletowego pracownika, a zwłaszcza urazów kręgosłupa, związanych z rytmem pracy i wymuszonym procesem pracy,
- Ograniczenie do minimum odległości ręcznego przemieszczania przedmiotów,
- Uwzględnienie wymagań ergonomii.

Organizując ręczne prace transportowe, należy brać pod uwagę konieczność unikania ręcznego przemieszczania przedmiotów, gdy:

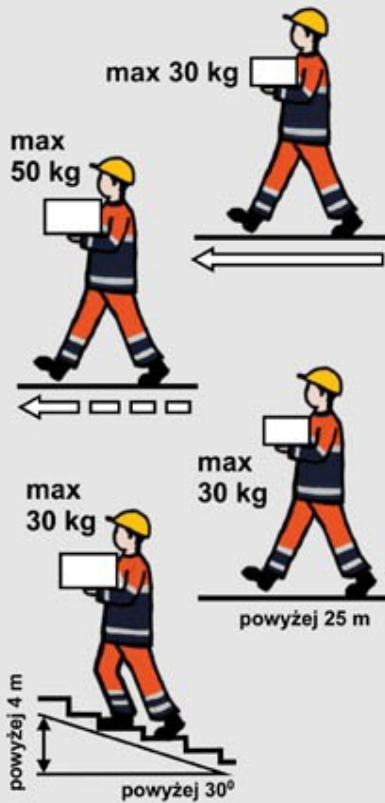
- Przedmiot jest zbyt ciężki, za duży, nieporęczny lub trudny do utrzymania według oceny osoby kierującej pracownikami,
- Przedmiot jest niestabilny lub jego zawartość może się przemieszczać,
- Przedmiot jest usytuowany tak, że wymaga trzymania lub operowania w odległości od tułowia pracownika, albo ma tendencje do wyginania się lub obwijania wokół tułowia pracownika.
- Kształt lub struktura przedmiotu może powodować urazy u pracownika, zwłaszcza w przypadku kolizji,
- Przemieszczanie przedmiotu może być wykonywane tylko poprzez skręt tułowia,
- Wykonywanie pracy wymaga pochylecia tułowia pracownika o kąt większy od 45° lub wykonywania czynności przemieszczania w pozycji niestabilnej,
- Mogą wystąpić nagłe ruchy przedmiotu,
- Stanowisko pracy lub jego otoczenie, uniemożliwia przemieszczanie przedmiotu na wysokości zapewniającej bezpieczeństwo lub przy prawidłowej pozycji ciała pracownika,
- Powierzchnia jest nierówna, stwarzająca zagrożenie przy poruszaniu się lub jest śliska w zetknięciu ze spodem obuwia pracownika,
- Podłoga i powierzchnia robocza mają różne poziomy, co wymusza przemieszczanie przedmiotów na różnych wysokościach,
- Podłoga lub powierzchnia oparcia stóp jest niestabilna,
- Przedmiot ogranicza pole widzenia pracownika,
- Temperatura, wilgotność i wentylacja są niedostosowane do wykonywanej pracy.

Niedopuszczalne jest ręczne przemieszczanie przedmiotów przez pomieszczenia, schody, korytarze albo drzwi zbyt wąskie w stosunku do rozmiarów tych przedmiotów, jeżeli stwarza to zagrożenie wypadkowe.

- Przedmiot nieporęczny lub trudny do uchwycenia i utrzymania powinien być przemieszczany przy użyciu odpowiedniego sprzętu pomocniczego, nieograniczającego pole widzenia, zapewniającego bezpieczeństwo podczas pracy,
- Przedmioty, których środek ciężkości po ustawieniu w pozycji do podnoszenia i po podniesieniu znajdowałby się powyżej połowy wysokości przedmiotu, nie powinny być przenoszone ręcznie, chyba że do przenoszenia przedmiotu zastosowano uchwyty znajdujące się powyżej środka ciężkości,
- Zwoje taśm, drutu, kabli itp. podczas ich przenoszenia powinny być zabezpieczone przed rozwinięciem i wyginaniem,
- W razie konieczności przenoszenia przedmiotu trzymanego w odległości większej niż 30cm. od tułowia, należy zmniejszyć o połowę dopuszczalną masę przedmiotu przypadająca na jednego pracownika lub zapewnić wykonywanie tych czynności przez co najmniej dwóch pracowników.

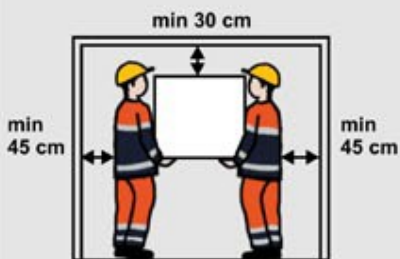
NORMY PODNOSZENIA I PRZENOSZENIA ŁADUNKÓW

Mężczyźni



Transport zespołowy

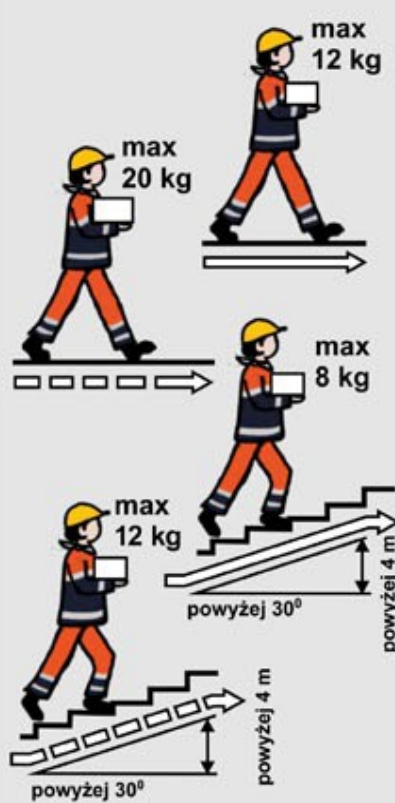
Niedopuszczalne jest zespołowe przenoszenie przedmiotów o masie przekraczającej 500 kg lub na odległość przekraczającą 25 m



Praca dorywcza
do 4 razy
na godzinę

Praca stała
obciążenia
powtarzalne

Kobiety

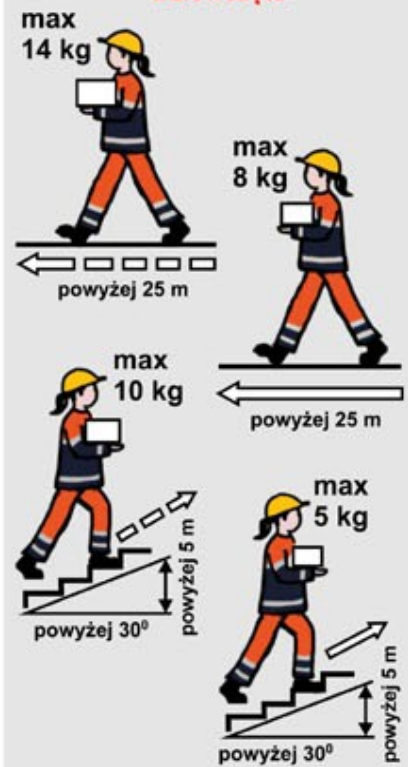


Kobiety w ciąży

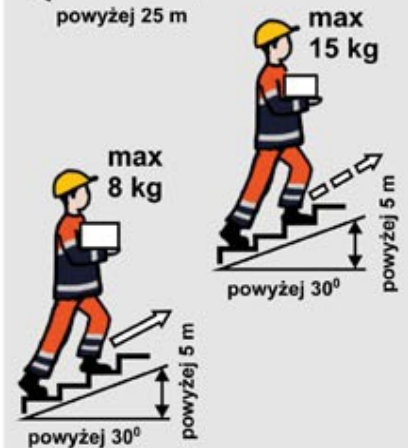
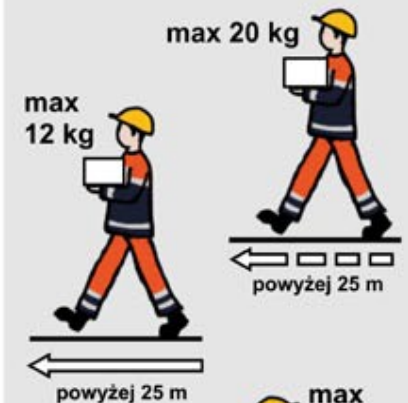


Młodociani

Dziewczęta



Chłopcy



Uwaga!
Pracownik młodociany jest osobą
w wieku od 16 do 18 lat

UWAGA:

Praca dorywcza jest to ręczne przemieszczanie przedmiotów, ładunków lub materiałów nie częściej niż 4 razy na godzinę, jeżeli łączny czas wykonywania tych prac nie przekracza 4 godzin na dobę.

Sprzęt pomocniczy są to środki mające na celu ograniczenie zagrożeń i uciążliwości związanych z ręcznym przemieszczaniem przedmiotów, ładunków lub materiałów oraz ułatwienie wykonywania ręcznych prac transportowych (np. pasy, liny, łańcuchy, chwytaki, uchwyty, nosze, kosze, wciągarki ręczne, krążki i wielokrążki, taczki i wózki, itp.).

Przy ręcznym przemieszczaniu ciężarów (podnoszeniu i przenoszeniu) należy przestrzegać następujących przepisów i zasad bhp:

- przemieszczane przedmioty należy trzymać jak najbliżej ciała,
- należy starać się utrzymywać ciężar w rękach jak najkrócej i unikać dużej częstotliwości podnoszenia (szybkiego tempa pracy),
- podczas podnoszenia należy minimalizować ruchy tułowia (pochylenia, skłony, skręcenia),
- należy unikać podnoszenia obiektów dużych, wykraczających swoim kształtem poza zasięg rąk i ograniczających widzenie oraz obiektów z przemieszczającym się środkiem ciężkości,
- ciężary należy przenosić na opuszczonych rękach,
- powierzchnie, po których przedmioty są przemieszczane ręcznie powinny być równe, stabilne i nieśliskie,
- opakowania przedmiotów przemieszczanych ręcznie powinny być odpowiednio wytrzymałe i nie powinny posiadać ostrych krawędzi – jeżeli kształt lub rozmiar opakowania utrudnia albo uniemożliwia bezpieczne ich przemieszczanie, opakowanie takie powinno być wyposażone w odpowiednie uchwyty,
- ostre, wystające elementy przedmiotów przemieszczanych powinny być zabezpieczone w sposób zapobiegający powstawaniu urazów,
- sposób rozmieszczenia przedmiotów w opakowaniach powinien zapewniać ich stabilność podczas przemieszczania.

VI. RODZAJE WYSTĘPUJĄCYCH ZAGROŻEŃ

- Uderzenie lub przygniecenie przemieszczanym w poziomie lub pionie przedmiotem, ładunkiem lub materiałem,
- Uderzenie spadającym przedmiotem, ładunkiem lub materiałem w trakcie unoszenia go do góry lub zdejmowania np. z szaf, regałów itp.
- Uderzenie spadającymi, wadliwie ułożonymi lub nieodpowiednio zabezpieczonymi przedmiotami, ładunkami lub materiałami w trakcie wykonywania czynności roboczych w ich pobliżu,
- Utracenie stateczności spowodowane zbyt dużym ciężarem przedmiotu, ładunku lub materiału jego niewłaściwym rozłożeniem, lub przemieszczaniem się po nierównej powierzchni.
- Najechanie, potrącenie lub przygniecenie środkiem transportu kołowego dostarczającego zakupiony towar.

VII. CZYNNOŚCI ZABRONIONE

Podczas wykonywania ręcznych prac transportowych niedopuszczalne jest:

Ręczne podnoszenie i przenoszenie towarów o ciężarze przekraczającym jego dopuszczalne normy podnoszenia i przenoszenia,

Ręczne przenoszenie przedmiotów, których środek ciężkości po ustawieniu w pozycji do podnoszenia i po podniesieniu znajduje się powyżej połowy wysokości przedmiotu,

Ręczne przenoszenie przedmiotów o dużych rozmiarach przez pomieszczenia, schody, korytarze lub drzwi zbyt ciasne i wąskie w stosunku do rozmiarów tych przedmiotów,

Przetaczanie przez jednego pracownika beczek o ciężarze ponad 300 kg, a także przetaczanie po pochylni przez jednego pracownika beczek o ciężarze ponad 50 kg. Nie wolno przetaczać ręcznie beczek po pochylniach stromych o kącie nachylenia 30°,

Przenoszenie przez jednego pracownika cieczy o właściwościach szkodliwych, żrących, gorących oraz takich których ciężar z naczyniem i uchwytem przekracza 25 kg,

Przenoszenie na plecach, lub przed sobą, balonów z kwasami, zasadami lub innymi cieczami niebezpiecznymi powinny być przewożone na specjalnych wózkach. Dopuszcza się przenoszenie w mocnych koszach o nieuszkodzonych uchwytach.

Stosowanie niebezpiecznych metod pracy stanowiących zagrożenie dla życia i zdrowia swojego i współpracowników.

VII. POSTĘPOWANIE W SYTUACJI ZAGROŻENIA

W celu uniknięcia powyższych zagrożeń, należy pracę wykonywać z rozwagą, stosując się do obowiązujących przepisów bezpieczeństwa i higieny pracy.

W przypadku zaistnienia sytuacji nie wymienionej w powyższej instrukcji, należy zwrócić się do przełożonego o wytyczne do dalszego postępowania. Zauważone nieprawidłowości należy natychmiast zgłaszać swojemu przełożonemu.

W przypadku zaistnienia wypadku należy:

- Udzielić poszkodowanemu pierwszej pomocy a w razie potrzeby wezwać pomoc lekarską,
- Powiadomić przełożonych.
- Zabezpieczyć miejsce wypadku.

W przypadku wystąpienia pożaru należy:

- wyłączyć zasilanie budynku w energię elektryczną, a jeżeli jest instalacja gazowa odciąć również dopływ gazu,
równocześnie należy:
- powiadomić przełożonych o pożarze,
- zaalarmować straż pożarną,
- podjąć decyzję o ewakuacji ludzi oraz mienia,
- przystąpić do prowadzenia akcji gaśniczej za pomocą podręcznego sprzętu gaśniczego.

Podczas akcji gaśniczej obowiązuje zasada bezwzględnego podporządkowania się poleceniom kierującego akcją ratowniczo - gaśniczą.

.....
Zatwierdził

.....
Opracował.

.....
Pieczęć zakładu pracy

O Ś W I A D C Z E N I E

Niżej wymienione osoby oświadczają że zostały zapoznane z:

***INSTRUKCJĄ BEZPIECZEŃSTWA I HIGIENY PRACY
PRZY WYKONYWANIU RĘCZNYCH PRAC TRANSPORTOWYCH***

i zobowiązują się do przestrzegania zawartych w niej postanowień.

<i>Lp</i>	<i>Nazwisko i imię</i>	<i>Stanowisko</i>	<i>Data zapoznania</i>	<i>Podpis pracownika</i>	<i>Uwagi</i>
1	2	3	4	5	6
1					
2					
3					
4					
5					
6					
7					
8					
9					
10					
11					
12					
13					
14					
15					