

Instrukcja BHP dotycząca zasad bezpiecznego postępowania przy ręcznych pracach transportowych oraz pracach magazynowych z wykorzystaniem drabin lub wózków sklepowych lub ręcznych wózków platformowych w PUM w Szczecinie

Uwagi ogólne

Pracownik powinien:

- a) posiadać odpowiedni stan zdrowia do wykonywanej pracy potwierdzony świadectwem wydanym przez uprawnionego lekarza,
- b) przejść odpowiedni instruktaż zawodowy i odbyć przeszkolenie bhp, w tym w szczególności w zakresie prawidłowych sposobów wykonywania ręcznych prac transportowych,
- c) do pracy przystępować trzeźwym i we właściwym stanie psychofizycznym (nie wolno podejmować pracy pod wpływem narkotyków),
- d) zgodnie z zaleceniem stosować odzież ochronną, rękawiczki i maski ochronne w warunkach zagrożenia.

Pracodawca jest zobowiązany:

- a) informować pracowników o wszystkich aspektach ochrony zdrowia i bezpieczeństwa pracy na stanowiskach pracy, w tym o wynikach przeprowadzonej oceny
- b) stosować odpowiednie rozwiązania techniczne i organizacyjne zmierzające do wyeliminowania ręcznych prac transportowych.

Podstawowe zasady przemieszczania ładunku przy pomocy sprzętu

- 1) Drogi komunikacyjne przeznaczone do transportu przy pomocy wózków ręcznych powinny być dostatecznie szerokie i posiadać twardą oraz równą nawierzchnię.
- 2) Wózek transportowy powinien być uzupełniony odpowiednim pojemnikiem na przewożone książki, co pozwoli na bezpieczny wewnętrzny transport księgozbioru pomiędzy piętrami.
- 3) Wózki powinny w miarę możliwości technicznej posiadać koła ogumione.
- 4) Szerokość drogi do przewozu wózkami w ruchu jednokierunkowym powinna wynosić co najmniej o 60 cm więcej niż szerokość załadowanego wózka, zaś przy ruchu dwukierunkowym o 90 cm.
- 5) W trakcie wykorzystywania pomocniczego sprzętu transportowego należy przestrzegać instrukcji bhp obsługi sprzętu podanej w jego DTR.
- 6) Codziennie należy dokonać przeglądu sprawności wykorzystywanych środków transportu. Wózki uszkodzone w czasie pracy powinny być niezwłocznie wycofane i odstawione do naprawy (konieczność naprawy należy zgłosić przełożonemu).
- 7) Zabrania się załadunku wózków w taki sposób aby księgozbiór czy inne przewożone przedmioty wystawały poza obrys wózka i przysłaniały pole widzenia.
- 8) Zabrania się przewożenia po schodach załadowanego wózka o masie łącznej towaru i wózka przekraczającej 150 kg

Podstawowe czynności przed rozpoczęciem pracy

- a) zaplanować kolejność wykonywania poszczególnych czynności,
- b) sprawdzić stan techniczny urządzeń technicznych oraz oświetlenia stanowiska,
- c) upewnić się czy podłoga na stanowiskach pracy jest sucha, czysta i bezpieczna. Sprawdzić stan powierzchni (czy jest równa i nieśliska), po której będzie odbywał się transport księgozbioru lub innych przedmiotów,
- d) usunąć wszystkie zbędne przedmioty znajdujące się w miejscu pracy,
- e) założyć odpowiednią do czynności odzież roboczą, ochronną, stosować odpowiednie środki ochrony osobistej i przestrzegać podstawowych zasad utrzymania higieny,
- f) upewnić się czy rozpoczęcie pracy nie spowoduje zagrożeń dla osób przebywających na tym stanowisku pracy lub w jego bezpośrednim otoczeniu.

Zasadnicze czynności podczas pracy

- a) podczas wykonywania pracy należy zachowywać prawidłową pozycję ciała,
- b) masa i rozmieszczenie księgozbioru lub innych przewożonych przedmiotów na wózku musi zapewnić stabilność wózka oraz bezpieczny transport i załadunek/wyładunek,
- c) przedmioty drobne nie powinny być przewożone luzem. Należy je przewozić w opakowaniu choćby prowizorycznym, w pojemnikach, pudełkach lub workach,
- d) sposób rozmieszczenia ładunku powinien zapewnić jego stabilność podczas transportu,
- e) przy transporcie ostrych, wystających przedmiotów, powinny być one zabezpieczone w sposób zapobiegający powstawaniu urazów,
- f) podczas użytkowania drabin muszą być przestrzegane podstawowe zasady dotyczące ich użytkowania tzn. zapewniona stabilność drabiny i możliwość bezpiecznego uchwycenia się.

Podstawowe czynności po zakończeniu pracy

- a) dokonanie przeglądu sprawności wykorzystanych środków transportu i drabin i ostawienie ich w miejsce przechowywania,
- b) wycofanie urządzeń uszkodzonych .

Praca na wysokości powyżej 1 metra – użytkowanie drabin

Podczas prac wykonywanych przy księgozbiorze w pomieszczeniach bibliotecznych wykorzystuje się niskie drabiny pozwalające obsłużyć wyższe regały o wysokości do 2,5 metra.

- Prace wykonywane na wysokości powyżej 1 metra nad poziomem podłogi, ziemi - przy pomocy drabin - zalicza się do prac wykonywanych na wysokości, szczególnie niebezpiecznych.
- Nie zaliczamy do pracy na wysokości, prac wykonywanych na powierzchni osłoniętej pełnymi ścianami lub ścianami z oknami oszklonymi ze wszystkich stron do wysokości co najmniej 1,5 m lub powierzchni wyposażonej w inne stałe urządzenia czy konstrukcje chroniące przed upadkiem.
- Na powierzchniach powyżej 1 m nad poziomem podłogi, prace powinny być wykonywane i prowadzone w sposób nie zmuszający pracownika do wychylania się poza poręcz balustrady.
- Pracownicy wykorzystujący w trakcie swej pracy drabiny muszą posiadać orzeczenia lekarskie z brakiem przeciwwskazań zdrowotnych do pracy na wysokości od 1 do 3 m.
- Do takich prac nie wolno kierować: pracowników chorych na epilepsję, choroby przebiegające z nagłą utratą świadomości, lękiem wysokości, leczone lekami psychotropowymi, z niedorozwojem umysłowym, brakiem lub niedowładem kończyny, oraz osób uzależnionych od narkotyków.

Drabiny przenośne powinny spełniać wymagania PN-EN 131-1+AC – Drabiny. Rodzaje i wymiary funkcyjne oraz PN-EN 131-2 +AC – Drabiny. Wymagania i badania oraz oznakowanie.

Przy stosowaniu drabin nie wolno:

1. używać drabin uszkodzonych,
2. używać ich do przenoszenia stałego ciężaru powyżej 10 kg,
3. używać drabiny niezgodnie z jej przeznaczeniem – np. drabiny rozstawnej jako drabiny przystawnej,
4. ustawiać ich na niestabilnym podłożu,
5. opierać drabiny o śliskie przedmioty oraz stawiać drabiny przed zamkniętymi drzwiami, jeśli nie są one zamknięte na klucz od strony drabiny,
6. ustawiać drabiny bezpośrednio przy maszynach, urządzeniach z zagrożeniem dla użytkownika,
7. wchodzić i schodzić z drabiny plecami do niej,
8. przenosić drabiny o długości większej niż 4m tylko przez 1 osobę,
9. pracować na drabinie w obuwiu nie posiadającym opięcia całej stopy (np.: klapki).

Przy stosowaniu drabin należy pamiętać że:

- a) drabina musi być stabilna i zabezpieczona przed rozsunięciem lub poślizgiem, drabina przystawna powinna wystawać co najmniej 0,75 m ponad powierzchnię na którą prowadzi a jej kąt nachylenia powinien się zawierać pomiędzy 65° a 75° ,
- b) przed każdorazową pracą na wysokości powyżej 2 m trzeba sprawdzić stan techniczny konstrukcji, stabilność i zabezpieczenie drabiny.

Prace transportowe

Prace transportowe to jeden z najbardziej niebezpiecznych czynników w czasie pracy. Podczas wykonywania prac transportowych często dochodzi do wypadków, z reguły następujących w momentach wykonywania przez pracownika pracy pośpiesznie i bez należytego skoncentrowania uwagi na wykonywanej czynności.

Ponieważ w procesie pracy biorą udział ludzie dorośli, można i należy oczekiwać że ich zachowanie powinno być dostosowane do wykonywanych czynności, bez zbędnego pośpiechu, biegania czy żartów.

Zasady prawidłowego przenoszenia ciężaru.

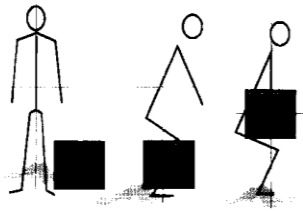
Podnoszenie ciężaru polega na jego przemieszczeniu z poziomu niższego na poziom wyższy. Z reguły jest związane z jego równoczesnym przemieszczeniem w poziomie.

Dźwiganie ciężaru polega na jego podniesieniu z jednoczesnym przemieszczeniem tego ciężaru na odległość maksymalnie do 2 metrów. Dźwiganie ciężaru na odległość większą od 2 m traktujemy tak jak podnoszenie i przenoszenie ciężaru.

- Przenoszony ciężar należy trzymać tak blisko ciała, jak to jest tylko możliwe.
- Podnosić ciężar w zakresie wysokości od dłoni do barków.
- Jeśli podnoszony ciężar znajduje się poniżej wysokości dłoni należy zastosować odpowiednie urządzenia pomocnicze jak pętle, uprząż, hak.
- Starać się utrzymywać ciężar w dłoniach przez jak najkrótszy okres czasu oraz unikać szybkiego tempa podnoszenia ciężaru.
- W czasie podnoszenia ciężaru należy minimalizować wykonywanie innych ruchów tułowia jak pochylenia, skłony czy skręcenia.
- Należy unikać przenoszenia dużych obiektów, wykraczających poza zasięg rąk oraz obiektów swymi gabarytami ograniczających pole widzenia niosącego.
- Należy unikać przenoszenia obiektów z przemieszczającym się środkiem ciężkości.
- Należy przenosić ciężar na opuszczonych rękach. Dźwiganie przy rękach zgiętych w stawie łokciowym zwiększa dwukrotnie obciążenie zaangażowanych rąk.
- Niedozwolone jest ręczne przemieszczanie przedmiotów przez pomieszczenia, schody, korytarze albo drzwi zbyt wąskie w stosunku do rozmiarów tych przedmiotów.

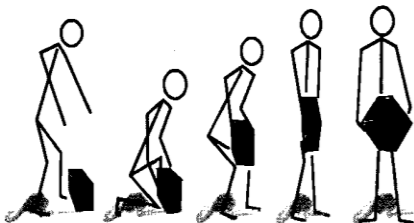
OBRAZOWE ZASADY I NORMY DO ZAPAMIĘTANIA

Prawidłowe usytuowanie ciała i ładunku



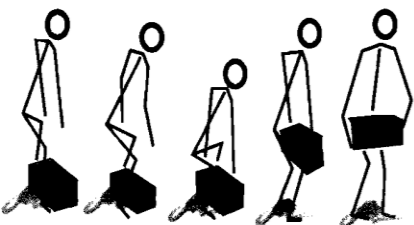
Kobiety, podnosząc ładunek, powinny:

- ◆ przykłąknąć na jedno kolano tak, żeby jak najściślej przylegało ono do ładunku, przy czym stopa drugiej nogi powinna znajdować się ok. 30 cm od ładunku,
- ◆ uchwycić z obu stron ładunek w taki sposób, żeby nie wysunął się z rąk, podnosić ładunek przez prostowanie nóg, przy czym grzbiet powinien być cały czas wyprostowany.



Mężczyźni, podnosząc ładunek, powinni:

- ◆ podejść jak najbliżej do ładunku i jeżeli jest to możliwe, okraczyć go, przy czym stopy powinny być lekko rozwarłe,
- ◆ przykucnąć obok podnoszonego ciężaru,
- ◆ wyprostować grzbiet i mocno uchwycić ładunek, tak aby nie wysunął się z rąk,
- ◆ podnosić ładunek przez prostowanie nóg, trzymając go jak najbliżej tułowia, przy czym grzbiet powinien być cały czas wyprostowany.



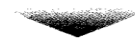
Przy transporcie przedmiotów nieporęcznych i niestabilnych, ze zmiennym środkiem ciężkości, należy stosować następujące zasady:



Przedmioty nieporęczne lub trudne do utrzymania powinny być przemieszczane przy użyciu sprzętu pomocniczego.



Przedmioty, których środek ciężkości znajduje się powyżej połowy ich wysokości, nie powinny być przenoszone ręcznie.



W przypadku przenoszenia przedmiotu trzymanego w odległości większej niż 30 cm od tułowia – należy zmniejszyć o połowę dopuszczalną masę ładunku przypadającą na jednego pracownika lub zapewnić wykonanie tego transportu przez co najmniej 2 pracowników.



Ostre krawędzie oraz wystające elementy przemieszczanych przedmiotów powinny być osłonięte.



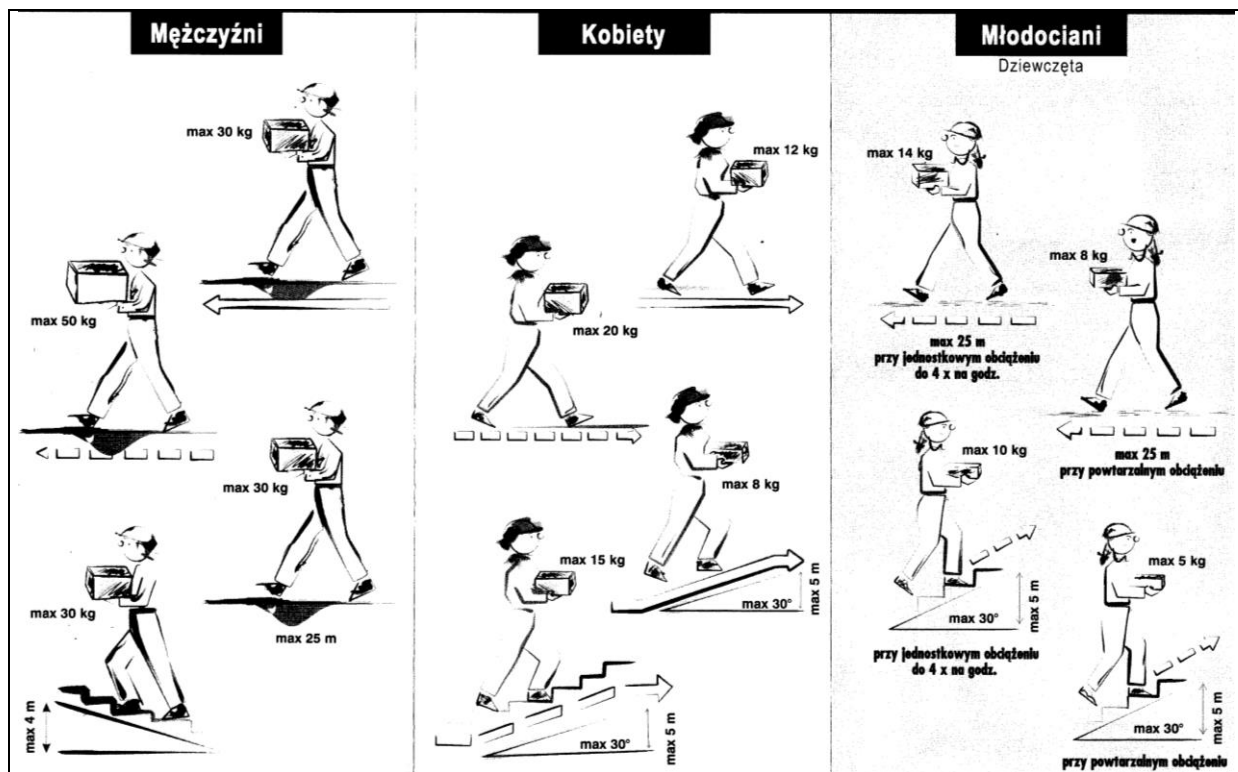
Opakowania przedmiotów powinny być wytrzymałe, niestwarzające kształtem lub krawędziami potencjalnych zagrożeń wypadkowych.



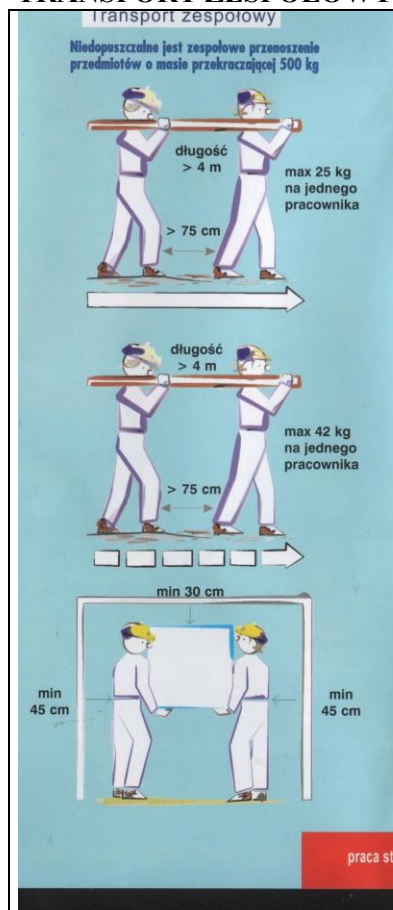
Balony szklane z kwasami lub cieczami żrącymi powinny być transportowane na specjalnie przystosowanych do tego celu wózkach.

NORMY DŹWIGANIA I PRZENOSZENIA ŁADUNKÓW

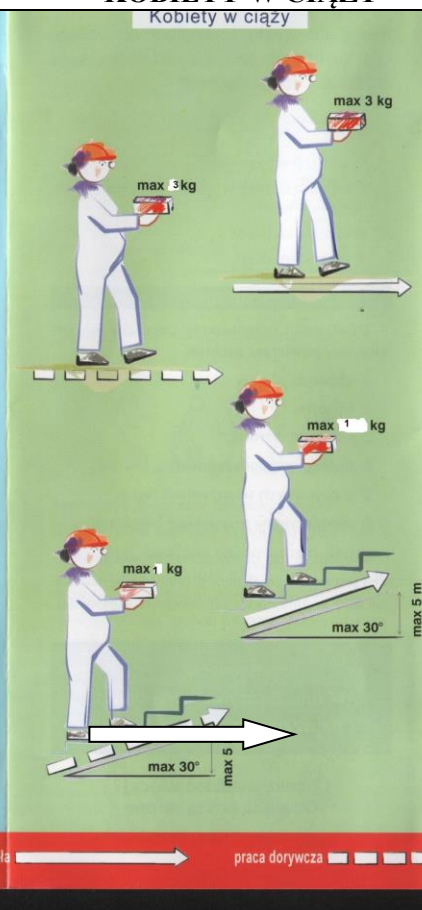
Zgodnie z rozporządzeniem MIPS z dnia 14 marca 2000r. w sprawie bhp przy ręcznych pracach transportowych (DzU nr 82, poz. 930).



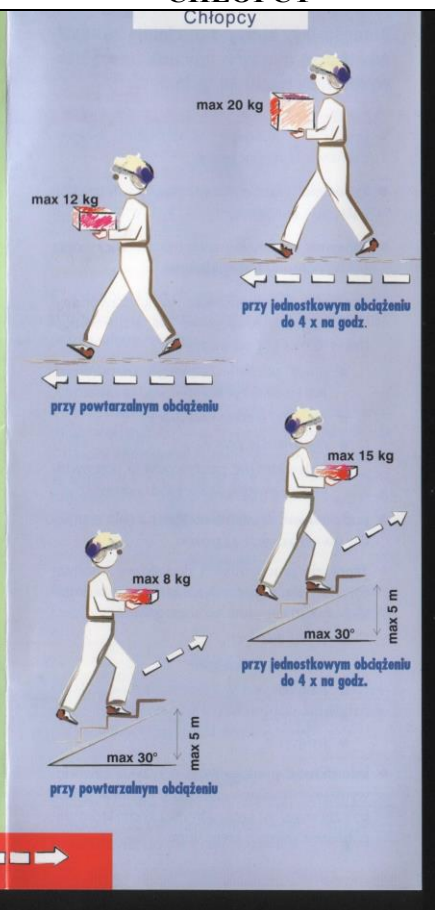
TRANSPORT ZESPOŁOWY



KOBIETY W CIĄŻY



CHŁOPCY



PRACA STAŁA

PRACA DORYWCZA

(Rysunki pochodzą z broszury Głównego Inspektoratu Ochrony Pracy, Ręczne prace transportowe zgodnie z przepisami i zasadami, wydanej w 2006 r.)

Niedozwolone jest przekraczanie dopuszczalnych norm przenoszonych lub przewożonych ciężarów.

Dźwiganie i przenoszenie przez jednego pracownika przedmiotów o ciężarze przekraczającym 50 kg jest zabronione.

- Dopuszczalne normy podnoszenia i przenoszenia ciężarów na jednego pełnoletniego pracownika wynoszą : dla mężczyzn :
 - a) 30 kg przy pracy stałej,
 - b) 50 kg przy pracy dorywczej,
 - c) 30 kg na wysokość do 4 m,
 - d) 30 kg na odległość do 25 mdla kobiet:
 - b) 12 kg przy pracy stałej , 3 kg dla kobiet w ciąży i w okresie karmienia,
 - c) 20 kg przy pracy dorywczej – do 4 razy na godzinę w czasie zmiany roboczej, 5 kg dla kobiet w ciąży i w okresie karmienia.
- Dopuszczalna masa ładunku przemieszczanego na wózku jezdniowym po terenie płaskim o twardej nawierzchni nie może przekroczyć 450 kg na pracownika łącznie z masą wózka.
- Przy przemieszczaniu ładunku na wózku po pochylniach nie większych niż 5% , masa ładunku , łącznie z masą wózka , nie może przekroczyć 350 kg.
- Dopuszczalne jest przewożenia ciężarów po powierzchni nierównej, twardej i gładkiej o pochyleniu nieprzekraczającym 2% o masie, łącznie z masą wózka, nieprzekraczającej:
 - a) 80 kg – przy przewożeniu na wózkach 2,3 i 4 – kołowych,
 - b) 20 kg dla kobiet w ciąży lub karmiących piersią przy przewożeniu na wózkach 2,3 i 4 – kołowych

Uwagi dodatkowe

Zasady dotyczące pomieszczeń magazynowych:

1. Należy stosować częste wietrzenie pomieszczeń magazynowych oraz innych pomieszczeń w których są składowane księgozbiory lub naprawiane uszkodzone książki (czytelnie, introligatorem).
2. Należy często odkurzać księgozbiór przy użyciu odkurzaczy z filtrami wodnymi.
3. Zaleca się utrzymywanie w miarę możliwości następujących parametrów mikroklimatu:
 - zalecana temperatura: 16 do 18 stopni przy 50% (+/- 5%) wilgotności lub 15 stopni przy 45% (+/- 5%) wilgotności,
 - materiały fotograficzne, mikrofilmy – poniżej 14 stopni i 30 % (+/- 5%) wilgotności,
 - nośniki audiowizualne 16 stopni i 30 % (+/- 5%) wilgotności,
 - dla ludzi 18 – 21 stopni i od 40 do 70 % wilgotności.
 - Przy wilgotności powyżej 63% uaktywniają się grzyby pleśniowe i przyspiesza proces starzenia się papieru.
4. Należy przestrzegać norm ciężaru dopuszczalnego załadunku półek i regałów podanych na wywieszkach magazynowych.
5. Podczas pracy należy stosować się do podanych wyżej zasad bezpiecznego postępowania przy ręcznych pracach transportowych z wykorzystaniem wózków i drabin, stosować się do zaleceń zawartych w karcie ryzyka stanowiskowego oraz zaleceń zawartych w ogólnej instrukcji bhp i ppoż.
6. W pomieszczeniach magazynowych zabrania się palenia tytoniu i picia alkoholu oraz wykonywania czynności nie związanych z obowiązkami oraz zasadami bezpieczeństwa i higieny pracy oraz ppoż.
7. W magazynach nie mogą przebywać osoby postronne.

Szczecin 16.12.2019 r.

Opracował: specjalista ds. BHP Lidia Dryhinicz

(dotyczy w szczególności: Biblioteki, Działu Wydawnictw , Działu Zaopatrzenia, Działu Aparatury, Działu Administracyjno-Gospodarczego, Archiwum, Działu Kadr, Działu Technicznego, Działu Socjalno-Bytowego Pracowników, DS-ów, Samodzielnej Pracowni Informatyki Medycznej i Badań)