

Zarządzenie nr 53/2022
Dyrektora Miejskiego Ośrodka Pomocy Społecznej w Czeladzi
z dnia 7 listopada 2022 r.

w sprawie wprowadzenia do użytku wewnętrznego Wykazu Prac Szczególnie Niebezpiecznych występujących na stanowiskach pracy w Miejskim Ośrodku Pomocy Społecznej w Czeladzi

Na podstawie art. 207 § 1 i § 2 oraz art. 207¹ §1 Ustawy z dnia 26 czerwca 1974 r. Kodeks pracy (t. j. Dz. U. z 2022 r., poz. 1510 z późn. zm.), § 105 i następne Rozporządzenia Ministra Pracy i Polityki Socjalnej z dnia 28 sierpnia 2003 r. w sprawie ogólnych przepisów bezpieczeństwa i higieny pracy (t. j. Dz. U. z 2003 r., nr 169, poz. 1650 z późn. zm.).

Dyrektor Miejskiego Ośrodka Pomocy Społecznej w Czeladzi
zarządza co następuje:

§ 1. Wprowadza się do stosowania Wykaz Prac Szczególnie Niebezpiecznych występujących na stanowiskach pracy w Miejskim Ośrodku Pomocy Społecznej stanowiący załącznik nr 1 do niniejszego Zarządzenia.

§ 2. Zobowiązuje się Kierowników Działów do zapoznania podległych im pracowników Miejskiego Ośrodka Pomocy Społecznej w Czeladzi z treścią Wykazu Prac Szczególnie Niebezpiecznych oraz pisemnego potwierdzenia tego faktu w Oświadczeniu.

Oświadczenia z podpisami pracowników należy przekazać Specjaliście ds. BHP.

§ 3. Nadzór nad realizacją Zarządzenia, powierzam Kierownikowi Działu Administracji oraz Głównemu Specjaliście ds. Bezpieczeństwa i Higieny Pracy.

§ 4. Traci moc Zarządzenie nr 8/2020 Dyrektora Miejskiego Ośrodka Pomocy Społecznej w Czeladzi z dnia 17 lutego 2020 r.

§ 5. Zarządzenie należy podać do wiadomości pracownikom poprzez ogłoszenie w BIP Miejskiego Ośrodka Pomocy Społecznej w Czeladzi

§ 6. Zarządzenie wchodzi w życie z dniem podpisania.

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

WYKAZ PRAC SZCZEGÓLNIE NIEBEZPIECZNYCH występujących na stanowiskach pracy w Miejskim Ośrodku Pomocy Społecznej w Czeladzi

Wytyczne ogólne

1. **Przez prace szczególnie niebezpieczne rozumie się**
 - prace wymienione w rozdziale 6 rozporządzenia Ministra Pracy i Polityki Socjalnej z dnia 26 września 1997 r. w sprawie ogólnych przepisów bezpieczeństwa i higieny pracy (Dz.U z 2003 r.Nr 169,poz.1650 ze zm.)
 - prace określone jako szczególnie niebezpieczne w innych przepisach dotyczących bezpieczeństwa i higieny pracy lub w instrukcjach eksploatacji urządzeń i instalacji, a także inne prace o zwiększonym zagrożeniu lub wykonywane w utrudnionych warunkach.

2. **Do wykonywania prac szczególnie niebezpiecznych zezwalam kierować tylko pracowników spełniających następujące wymagania:**
 - bez przeciwwskazań lekarskich do zatrudnienia przy tych pracach,
 - pełnoletnich,
 - dodatkowo przeszkolonych w zakresie bezpieczeństwa przy tych pracach,
 - posiadających dodatkowo uprawnienia wymagane przy niektórych rodzajach prac szczególnie niebezpiecznych(montaż i demontaż rusztowań, obsługa urządzeń elektrycznych i energetycznych, prace spawalnicze, obsługa środków transportu mechanicznego, praca na wysokości itd.)

3. **Polecam zapewnić:**
 - a. bezpośredni nadzór nad tymi pracami przez wyznaczone w tym celu osoby
 - b. odpowiednie środki zabezpieczające,
 - c. instruktaż pracowników obejmujący w szczególności:
 - imienny podział pracy
 - kolejność wykonywania zadań
 - wymagania bezpieczeństwa i higieny pracy przy poszczególnych czynnościach
 - d. ograniczenie dostępu do miejsc wykonywania prac szczególnie niebezpiecznych wyłącznie do osób upoważnionych i odpowiednio poinstruowanym

Bezpośrednim nadzorującym może być przełożony lub inna osoba wskazana w tym celu przez Pracodawcę. Bezpośredni nadzorujący nie musi stale stać nad pracownikiem i obserwować jego pracę. Wypełnienie obowiązków bezpośrednio nadzorującego polega na:

- kierowaniu pracami,
- instruowaniu podległych pracowników o zagrożeniach związanych z wykonywaną pracą oraz przyjętych sposobach ich minimalizowania,
- nadzorze nad wyposażeniem i właściwym stosowaniem środków ochrony zbiorowej i indywidualnej,
- natychmiastowym reagowanie na sytuacje awaryjne i niezwłocznym podjęciu działań minimalizujących zagrożenia,
- realizowaniu obowiązków wynikających z art. 212 k.p.

Prace szczególnie niebezpieczne

I. Prace na wysokości

1. Pracą na wysokości w rozumieniu rozporządzenia jest praca wykonywana na powierzchni znajdującej się na wysokości co najmniej 1,0 m nad poziomem podłogi lub ziemi.

1.1. W Miejskim Ośrodku Pomocy Społecznej w Czeladzi prace na wysokości w szczególności stanowią prace związane z:

- a) myciem okien
- b) wymianą świetlówek i żarówek
- c) malowaniem ścian

2. Prace wskazane w:

- pkt 1.1.a wykonywać należy zgodnie z instrukcją stanowiącą załącznik nr 1 do niniejszego wykazu
- pkt 1.1.b wykonywać należy zgodnie z instrukcją stanowiącą załącznik nr 2 do niniejszego wykazu
- pkt 1.1.c wykonywać należy zgodnie z instrukcją stanowiącą załącznik nr 3 do niniejszego wykazu

2.1 Do wykonywania prac z użyciem drabin zezwalam kierować tylko pracowników zapoznanych z instrukcją bezpieczeństwa i higieny pracy przy pracach wymagających użytkowania drabin stanowiącą załącznik nr 4 do niniejszego wykazu.

3. Do pracy na wysokości nie zalicza się pracy na powierzchni, niezależnie od wysokości, na jakiej się znajduje, jeżeli powierzchnia ta:

- a. osłonięta jest ze wszystkich stron do wysokości co najmniej 1,5 m pełnymi ścianami lub ścianami z oknami oszklonymi;
- b. wyposażona jest w inne stałe konstrukcje lub urządzenia chroniące pracownika przed upadkiem z wysokości.

4. Drabiny i rusztowania nie podlegające nadzorowi UDT ale muszą być oznaczone w sposób czytelny i trwały, a oznaczenie powinno zawierać co najmniej:

- oznakowanie CE (deklaracją producenta, że oznakowany wyrób spełnia wymagania dyrektyw tzw. „Nowego Podejścia” Unii Europejskiej)
- nazwę producenta i/lub dostawcy,
- oznaczenie serii lub typu,
- rok i miesiąc wykonania i/lub numer serii,
- oznaczenie nachylenia drabin, jeżeli to nie wynika z rodzaju jej budowy,
- numer identyfikacyjny urządzenia.

5. Stan techniczny drabin przenośnych, rusztowań musi być sprawdzany:

- a. Każdorazowo przed rozpoczęciem użytkowania / montażu
- b. Minimum 1 raz na rok w sposób udokumentowany w przeglądach stanu technicznego drabin przenośnych, rusztowań.

6. Roczny przegląd techniczny drabiny:

- jest przeprowadzany przez Kierownika Działu Administracji
- jest potwierdzany wpisem do karty przeglądów drabiny (załącznik nr 6 do Wykazu prac

szczególnie niebezpiecznych) będącej integralną częścią prowadzonego przez Kierownika Działu Administracji „Wykazu drabin”, którego wzór stanowi załącznik nr 5 do niniejszego Wykazu prac szczególnie niebezpiecznych.

7. Podjęcie innych nieprzewidzianych w punkcie 1.1 prac na wysokości wymaga uzyskania pisemnej zgody przełożonego.

II. Prace przy eksploatacji urządzeń elektroenergetycznych

1. Urządzenia elektroenergetyczne to urządzenia, instalacje i sieci, w rozumieniu przepisów prawa energetycznego, stosowane w technicznych procesach wytwarzania, przetwarzania, przesyłania, dystrybucji oraz użytkowania energii.

2. Prace eksploatacyjne przy urządzeniach elektroenergetycznych to:

- a) obsługa, mająca wpływ na zmiany parametrów pracy obsługiwanych urządzeń,
- b) konserwacja związana z zabezpieczeniem i utrzymaniem wymaganego stanu technicznego,
- c) remonty urządzeń związane z usuwaniem usterek i awarii lub w celu utrzymania wymaganego stanu technicznego,
- d) montaż, instalowanie i przyłączanie,
- e) czynności kontrolno-pomiarowe, niezbędne do dokonania oceny stanu technicznego, parametrów eksploatacyjnych, jakości regulacji i sprawności energetycznej urządzeń elektrycznych.

2.1. W Miejskim Ośrodku Pomocy Społecznej w Czeladzi prace przy eksploatacji urządzeń elektroenergetycznych w szczególności stanowią prace związane z:

- a) naprawa i wymiana gniazdek i wyłączników**
- b) naprawa i wymiana opraw oświetleniowych żarówek, świetlówek itp.**
- c) demontaż i montaż podzespołów w komputerach**
- d) naprawa instalacji elektrycznej**
- e) naprawa urządzeń elektrycznych**

3. Prace eksploatacyjne przy urządzeniach elektroenergetycznych:

- wskazana w pkt. 2.1.a, 2.1.b i 2.1.c mogą być wykonywane przez pracowników posiadających uprawnienia SEP wyłącznie przy wyłączonym napięciu.
- wskazana w pkt. 2.1.d i 2.1.e mogą być wykonywane przez wyspecjalizowane podmioty zewnętrzne

4. Podjęcie innych, nie przewidzianych w punkcie 2.1 prac eksploatacyjnych przy urządzeniach elektroenergetycznych wymaga uzyskania pisemnej zgody przełożonego.

Opracował	Zatwierdził
SPECJALISTA ds. Bezpieczeństwa i Higieny Pracy	DYREKTOR Miejskiego Ośrodka Pomocy Społecznej

OŚWIADCZENIE

Niżej wymienione osoby oświadczają że zostały zapoznane z:

WYKAZEM PRAC SZCZEGÓLNIE NIEBEZPIECZNYCH

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					
16					
17					

INSTRUKCJA BHP MYCIA OKIEN w Miejskim Ośrodku Pomocy Społecznej w Czeladzi

1. Mycie okien to praca wykonywana w MOPS w Czeladzi przez osoby zatrudnione na stanowisku sprzątacza.
2. Do samodzielnej pracy przy myciu okien może przystąpić pracownik, który uzyskał dopuszczenie do pracy od przełożonego oraz:
 - posiada aktualne szkolenie BHP i PPOŻ,
 - posiada aktualne zaświadczenie lekarskie o braku przeciwwskazań do pracy na wysokości,
 - został zapoznany z wykazem prac szczególnie niebezpiecznych,
 - został zapoznany z instrukcją BHP pracy z użyciem drabin obowiązującą w MOPS w Czeladzi,
 - został zapoznany z instrukcją BHP użytkowania i przechowywania substancji chemicznych i ich mieszanin,
 - ubrany w odzież roboczą i stabilne obuwie robocze.
 - wyposażony w niezbędne środki bezpieczeństwa – szelki bezpieczeństwa, linka asekuracyjna, hełm ochronny (ŚOI)
 - pracownik który wymaga stałej korekcji wzroku i używa okularów zobowiązany jest posiadać zabezpieczenie tych okularów uniemożliwiające ich spadnięcie lub strącenie z nosa np. paskiem lub łańcuszkiem.
 - zapoznany z instrukcją użytkowania wydanych ŚOI

NA STANOWISKU PRACY ZABRANIA SIĘ:

1. Wykonywania prac podczas burzy, silnych wiatrów czy innych nagłych zjawisk atmosferycznych.
2. Wykonywania prac z użyciem drabin przy otwartym oknie, jeśli dolna krawędź okna jest na wysokości niższej niż 1,5 metra licząc od miejsca, w którym stoi pracownik myjący okno.
3. Wykonywania prac z użyciem drabin, jeśli pracownik źle się czuje. Niedyspozycję należy zgłosić przełożonemu.
4. Stosowania środków chemicznych innych niż wskazane przez przełożonego.
5. Stosowania środków chemicznych jeśli pracownik nie zapoznał się z kartą charakterystyki tego środka.
6. Korzystania z uszkodzonych lub naprawianych drabin (np. uszkodzone lub prostowane stopnie, brak antypoślizgowych stopek itp.)
7. Stania na parapecie.
8. Wychodzenia na parapet zewnętrzny.
9. Wychylania się przez okno.
10. Wchodzenia na drabinę wyżej niż 2 metry.
11. Otwierania w jednym czasie więcej niż jednego skrzydła okna
12. Pozostawiania stanowiska pracy bez nadzoru, zwłaszcza przy otwartych oknach.
13. Pozostawiania bez nadzoru substancji chemicznych.
14. Dopuszczania do stanowiska pracy jakichkolwiek osób postronnych.
15. Pozostawiania po zakończonej pracy bałaganu, zużytych ścierek, mokrych podłóg, itp.
16. Palenia i używania otwartego ognia podczas wykonywania pracy.

CZYNNOŚCI DO WYKONANIA PRZED ROZPOCZĘCIEM PRACY

1. Przygotować niezbędne narzędzia i środki (drabiny, myjki, ścierki, detergenty, wodę itp.)
2. Sprawdzić sprawność i kompletność narzędzi, w szczególności drabiny i myjki teleskopowej.
3. Usunąć z miejsca pracy wszystkie zbędne przedmioty np. doniczki, kosze na śmieci, stoliki, pomoce naukowe itp.
4. Sprawdzić czy podłoga jest sucha
5. Upewnić się, czy w pobliżu nie znajdują się osoby postronne i czy rozpoczęcie pracy nie stworzy dla nich zagrożenia.
6. Upewnić się czy nie nastąpi kolizja z pracownikami wykonującymi inne prace

ZASADY BEZPIECZNEGO WYKONANIA PRACY

1. Skoncentrować się na wykonywanych czynnościach i zachować szczególną ostrożność.
2. W trakcie pracy kontrolować stanowisko pracy pod kątem wystąpienia zagrożeń np. rozlana woda, pojawienie się osób postronnych itp.
3. Pracować efektywnie w normalnym tempie bez zbędnego pośpiechu.
4. Wewnętrzną stronę okien myć wyłącznie przy zamkniętych oknach.
5. Mycie wewnętrznej strony okna na parterze i piętrach
 - Przed rozpoczęciem mycia wewnętrznej strony okna upewnić się, czy wszystkie skrzydła są zamknięte.
 - Jeśli wszystkie skrzydła okna są zamknięte można je myć z poziomu podłogi lub drabiny.
6. Mycie zewnętrznej strony okna na parterze i piętrach.

6.1 Małe okna (wysokość skrzydła do 50cm).

- a) upewnić się czy wszystkie skrzydła okna są zamknięte. Jeśli są zamknięte przystąpić do mycia zewnętrznej strony małych skrzydeł okna,
- b) otworzyć małe skrzydło okna do wewnątrz i myć jego zewnętrzną stronę wewnątrz budynku
- c) po umyciu skrzydła zamknąć je oraz otworzyć następne i postępować zgodnie z **podpunktem „b” punktu 6.1,**
- d) w miarę potrzeby korzystać z drabiny.

6.2 Duże okna (wysokość skrzydła powyżej 50cm).

- a) upewnić się czy wszystkie skrzydła okna są zamknięte. Jeśli są zamknięte przystąpić do mycia zewnętrznej strony dużego skrzydła okna,
- b) otworzyć duże skrzydło i umyć je za pomocą myjki teleskopowej, stojąc na podłodze. Następnie, również stojąc na podłodze umyć za pomocą myjki teleskopowej parapet zewnętrzny na szerokości otwartego skrzydła
- c) po umyciu skrzydła zamknąć je oraz otworzyć następne i postępować zgodnie z **podpunktem „b” punktu 6.2,**
- d) pod żadnym pozorem nie wchodzić na drabinę, nawet na pierwszy stopień
- e) zachować bezpieczną, możliwie dużą odległość od krawędzi okna (na tyle na ile pozwoli sprawna myjka teleskopowa)
- f) nie zbliżać się do krawędzi okna.

7. Mycia okien na poziomie „0” od zewnętrznej i wewnętrznej
 - myć myjką teleskopową z poziomu podłogi lub ścierką z drabiny
 - w sytuacji kiedy mycie wymagałoby wejścia na wysokość większą niż 2 metry prace wykonywać wyłącznie za pomocą myjki teleskopowej z poziomu podłogi, a jeśli byłoby to niemożliwe to odstąpić od wykonania prac i powiadomić o tym przełożonego.
8. Mycie okien nieotwieralnych w rotundzie
 - a) okna wewnątrz do poziomu zasięgu ręki myje się z stojąc na podłodze
 - b) okna wewnątrz powyżej zasięgu ręki do około 3,5 metra (5 rząd szyb licząc od podłogi) myje się z drabiny bez użycia myjki teleskopowej
 - c) okna zewnątrz do poziomu zasięgu ręki myje się z stojąc na chodniku
 - d) okna zewnątrz powyżej zasięgu ręki do około 3,5 metra (5 rząd szyb licząc od podłogi) myje się z drabiny bez użycia myjki teleskopowej
 - e) do mycia okien na wysokości powyżej zasięgu ręki można użyć myjki teleskopowej zamiast mycia z drabiny
 - f) szyb powyżej 5 rzędu nie myję się
9. Mycie okien na antresoli wokół auli
 - a) pracownik przed wejściem na antresolę:
 - zakłada szelki bezpieczeństwa oraz sprawdza poprawność zapięcia, mocowanie i zaciśnięcie pasków
 - zakłada hełm ochronny z pasem podbródkowym
 - b) po wejściu na antresolę, przed rozpoczęciem pracy pracownik:
 - przygotowuje niezbędne narzędzia (myjki, ścierki, myjki, wiadro z wodą, deterenty, drabinę)
 - przypina jednym końcem linkę bezpieczeństwa do założonych na sobie szelek bezpieczeństwa, a drugim do balustrady

- sprawdza długość linki i w razie potrzeby skraca ją. Długość linki powinna zapewniać swobodę ruchu, ale jednocześnie nie powinna stanowić zagrożenia potknięcia się, a jej długość powinna być zdecydowanie krótsza od wysokości auli. W praktyce jej długość nie powinna przekraczać 2 metrów.

c) okna myje się z poziomu podłogi lub z drabiny, jeśli pracownik nie sięga z podłogi do górnej krawędzi okna.
d) do mycia okien powyżej zasięgu ręki można użyć myjki teleskopowej zamiast wchodzić na drabinę

10. Mycie okien w rotundzie powyżej 5 rzędu oraz okna w hali sportowej zleca się wyspecjalizowanym podmiotom z poza ZSEU.

CZYNNOŚCI PO ZAKOŃCZENIU PRACY

1. Dokładnie posprzątać stanowisko robocze, odnieść drabinę oraz płyny , ścierki i wiadra do miejsca przechowywania.
2. Upewnić się czy pozostawione stanowisko nie stwarza żadnych zagrożeń dla otoczenia.

Opracował	Zatwierdził
SPECJALISTA ds. Bezpieczeństwa i Higieny Pracy	DYREKTOR Miejskiego Ośrodka Pomocy Społecznej

OŚWIADCZENIE

Niżej wymienione osoby oświadczają że zostały zapoznane z:

PROCEDURĄ MYCIA OKIEN

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					
16					

INSTRUKCJA BHP WYMIANY ŚWIETLÓWEK / ŻARÓWEK w Miejskim Ośrodku Pomocy Społecznej w Czeladzi

1. Wymiany świetlówek /żarówek to praca wykonywana w Miejskim Ośrodku Pomocy Społecznej w Czeladzi przez osoby zatrudnione na stanowisku konserwator lub dozorca
2. Do samodzielnej pracy przy wymianie świetlówek / żarówek może przystąpić pracownik, który uzyskał dopuszczenie do pracy od przełożonego oraz:
 - posiada aktualne szkolenie BHP i PPOŻ,
 - posiada aktualne zaświadczenie lekarskie o braku przeciwwskazań do pracy na wysokości,
 - posiada aktualne uprawnienia SEP
 - został zapoznany z wykazem prac szczególnie niebezpiecznych,
 - został zapoznany z instrukcją BHP pracy z użyciem drabin,
 - ubrany w odzież roboczą i stabilne obuwie robocze.

NA STANOWISKU PRACY ZABRANIA SIĘ:

1. Wykonywania prac przy włączonym zasilaniu
2. Wykonywania prac w bliskiej odległości dużego otwartego okna
3. Wykonywania prac z użyciem drabin, jeśli pracownik źle się czuje. Niedyspozycję należy zgłosić przełożonemu.
4. Korzystania z uszkodzonych lub naprawianych drabin (np. uszkodzone lub prostowane stopnie, brak antypoślizgowych stopek itp.)
5. Stania na parapecie wewnętrznym.
6. Wychodzenia na parapet zewnętrzny.
7. Stania na drabinie tyłem do drabiny.
8. Wchodzenia na drabinę wyżej niż 2 metry.
9. Wchodzenia na drabinę z świetlówką / żarówką, kiedy uszkodzona lub zużyta świetlówka / żarówka nie została jeszcze zdemontowana.
10. Pozostawiania stanowiska pracy bez nadzoru.
11. Dopuszczania do stanowiska pracy jakichkolwiek osób postronnych.
12. Pozostawiania po zakończonej pracy bałaganu.
13. Palenia i używania otwartego ognia podczas wykonywania pracy.

CZYNNOŚCI DO WYKONANIA PRZED ROZPOCZĘCIEM PRACY

1. Przygotować niezbędne narzędzia i środki (drabiny, śrubokręt próbnik, świetlówkę itp)
2. Sprawdzić sprawność i kompletność drabiny.
3. Usunąć z miejsca pracy wszystkie zbędne przedmioty.
4. Sprawdzić czy podłoga jest sucha
5. Upewnić się, czy w pobliżu nie znajdują się osoby postronne i czy rozpoczęcie pracy nie stworzy dla nich zagrożenia.
6. Upewnić się czy nie nastąpi kolizja z pracownikami wykonującymi inne prace.

ZASADY BEZPIECZNEGO WYKONANIA PRACY

1. Skoncentrować się na wykonywanych czynnościach i zachować szczególną ostrożność.
2. W trakcie pracy kontrolować stanowisko pracy pod kątem wystąpienia zagrożeń np. rozlana woda, pojawienie się osób postronnych itp.
3. Pracować efektywnie w normalnym tempie bez zbędnego pośpiechu.
4. **Jeśli praca wykonywana jest przy asekuracji innego pracownika:**
 - a) przed wejściem na drabinę ustawić drabinę stabilnie i wyłączyć zasilanie świetlówki / żarówki
 - b) wejść na drabinę asekurując się obiema rękami.
 - c) stać obiema nogami na drabinie i dla ustabilizowania pozycji oprzeć się tułowiem o drabinę. Asekurujący powinien przytrzymać drabinę oburącz w celu jej stabilizacji.
 - d) wykręcić świetlówkę / żarówkę

- e) podać mu wykręconą świetlówkę / żarówkę pracownikowi asekurującemu
- f) odebrać od osoby asekurującej nową świetlówkę / żarówkę
- g) wkręcić nową świetlówkę / żarówkę
- f) zejść z drabiny
- g) sprawdzić sprawność świetlówki / żarówki poprzez jej włączenie.

5. Jeśli praca wykonywana jest bez asekuracji innego pracownika:

- a) przed wejściem na drabinę ustawić drabinę stabilnie i wyłączyć zasilanie świetlówki / żarówki.
- b) wejść na drabinę asekurując się obiema rękami.
- c) stać obiema nogami na drabinie i dla ustabilizowania pozycji oprzeć się tułowiem o drabinę.
- d) wykręcić świetlówkę / żarówkę
- e) zejść z drabiny asekurując się w miarę możliwości dwiema rękami i odłożyć zużytą świetlówkę/żarówkę.
- f) wziąć nową świetlówkę / żarówkę i wejść na drabinę asekurując się w miarę możliwości dwiema rękami .
- g) wkręcić nową świetlówkę / żarówkę
- f) zejść z drabiny
- g) sprawdzić sprawność świetlówki / żarówki poprzez jej włączenie.

CZYNNOŚCI PO ZAKOŃCZENIU PRACY

1. Dokładnie posprzątać stanowisko robocze, odnieść drabinę do miejsca przechowywania oraz zużytą świetlówkę / żarówkę do miejsca składowania.
2. Upewnić się czy pozostawione stanowisko nie stwarza żadnych zagrożeń dla otoczenia.

Opracował	Zatwierdził
SPECJALISTA ds. Bezpieczeństwa i Higieny Pracy	DYREKTOR Miejskiego Ośrodka Pomocy Społecznej

OŚWIADCZENIE

Niżej wymienione osoby oświadczają że zostały zapoznane z:

INSTRUKCJĄ BHP WYMIANY ŚWIETLÓWEK / ŻARÓWEK

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					
16					

INSTRUKCJA BHP PRZY MALOWANIU ŚCIAN w Miejskim Ośrodku Pomocy Społecznej w Czeladzi

1. Malowanie ścian to praca wykonywana w Miejskim Ośrodku Pomocy Społecznej w Czeladzi przez osoby zatrudnione na stanowisku konserwator lub dozorca.
2. Do samodzielnej pracy przy malowaniu ścian może przystąpić pracownik, który uzyskał dopuszczenie do pracy od przełożonego oraz:
 - posiada aktualne szkolenie BHP i PPOŻ,
 - posiada aktualne zaświadczenie lekarskie o braku przeciwwskazań do pracy na wysokości,
 - został zapoznany z wykazem prac szczególnie niebezpiecznych,
 - został zapoznany z instrukcją BHP pracy z użyciem drabin,
 - ubrany w odzież roboczą i stabilne obuwie robocze.

NA STANOWISKU PRACY ZABRANIA SIĘ:

1. Wykonywania prac w bliskiej odległości dużego otwartego okna
2. Wykonywania prac z użyciem drabin, jeśli pracownik źle się czuje. Niedyspozycję należy zgłosić przełożonemu.
3. Korzystania z uszkodzonych lub naprawianych drabin (np. uszkodzone lub prostowane stopnie, brak antypoślizgowych stopek itp.)
4. Stania na parapecie wewnętrznym.
5. Wychodzenia na parapet zewnętrzny.
6. Stania na drabinie tyłem do drabiny.
7. Wchodzenia na drabinę wyżej niż 2 metry.
8. Malowania z drabiny za pomocą wałka umocowanego na teleskopie.
9. Pozostawiania stanowiska pracy bez nadzoru.
10. Dopuszczania do stanowiska pracy jakichkolwiek osób postronnych.
11. Pozostawiania po zakończonej pracy bałaganu.
12. Palenia i używania otwartego ognia podczas wykonywania pracy.

CZYNNOŚCI DO WYKONANIA PRZED ROZPOCZĘCIEM PRACY

1. Przygotować niezbędne narzędzia i środki (drabiny, szczotki, wałki, pędzle, teleskopy, farby itp)
2. Sprawdzić sprawność i kompletność drabiny.
3. Usunąć z miejsca pracy wszystkie zbędne przedmioty.
4. Sprawdzić czy podłoga jest sucha.
5. Zabezpieczyć meble, podłogi i inne elementy przed pochłapaniem farbą.
6. Upewnić się, czy w pobliżu nie znajdują się osoby postronne i czy rozpoczęcie pracy nie stworzy dla nich zagrożenia.
7. Upewnić się czy nie nastąpi kolizja z pracownikami wykonującymi inne prace.

ZASADY BEZPIECZNEGO WYKONANIA PRACY

1. Skoncentrować się na wykonywanych czynnościach i zachować szczególną ostrożność.
 2. W trakcie pracy kontrolować stanowisko pracy pod kątem wystąpienia zagrożeń np. rozlana woda, pojawienie się osób postronnych itp.
 3. Pracować efektywnie w normalnym tempie bez zbędnego pośpiechu.
 4. Zdemonstrować lub zabezpieczyć przed zabrudzeniem farbą oprawy oświetleniowe
- 4.1 Jeśli praca wykonywana jest przy asekuracji innego pracownika:**
- a) przed wejściem na drabinę ustawić drabinę stabilnie i wyłączyć zasilanie oprawy
 - b) wejść na drabinę asekurując się obiema rękami.
 - c) stać obiema nogami na drabinie i dla ustabilizowania pozycji oprzeć się tułowiem o drabinę. Asekurujący powinien przytrzymać drabinę oburącz w celu jej stabilizacji.
 - d) odkręcić oprawę lub ją okleić taśmą ochronną. Odkręcenia oprawy może dokonać wyłącznie pracownik posiadający uprawnienia SEP

- e) podać odkręconą oprawę pracownikowi asekurującemu
- f) zabezpieczyć pozostałe w ścianie przewody elektryczne za pomocą taśmy izolacyjnej lub założyć oprawę tymczasową na czas remontu.
- g) zejść z drabiny

4.2 Jeśli praca wykonywana jest bez asekuracji innego pracownika:

- a) przed wejściem na drabinę ustawić drabinę stabilnie i wyłączyć zasilanie oprawy
 - b) wejść na drabinę asekurując się obiema rękami.
 - c) stać obiema nogami na drabinie i dla ustabilizowania pozycji oprzeć się tułowiem o drabinę.
 - d) odkręcić oprawę lub ją okleić taśmą ochronną. Odkręcenia oprawy może dokonać wyłącznie pracownik posiadający uprawnienia SEP.
 - e) zejść z drabiny z odkręconą oprawą
 - f) wejść ponownie na drabinę i zabezpieczyć pozostałe w ścianie przewody elektryczne za pomocą taśmy izolacyjnej lub założyć oprawę tymczasową na czas remontu.
 - g) zejść z drabiny.
6. W miarę możliwości malować stojąc na podłodze za pomocą wałka umocowanego na teleskopie.
 7. Jeśli zajdzie potrzeba pracy z drabiny postępować zgodnie z instrukcją BHP przy wykonywaniu prac przy pomocy drabin.
 8. W przypadku malowania szczotką, wałkiem lub pędzlem z poziomu drabiny należy stać obiema nogami na drabinie i trzymać się jedną ręką drabiny a drugą ręką prowadzić wałek, szczotkę lub pędzel.

CZYNNOŚCI PO ZAKOŃCZENIU PRACY

1. Dokładnie posprzątać stanowisko robocze.
2. Upewnić się czy pozostawione stanowisko nie stwarza żadnych zagrożeń dla otoczenia.

Opracował	Zatwierdził
SPECJALISTA ds. Bezpieczeństwa i Higieny Pracy	DYREKTOR Miejskiego Ośrodka Pomocy Społecznej

O Ś W I A D C Z E N I E

Niżej wymienione osoby oświadczają że zostały zapoznane z:

INSTRUKCJA BHP PRZY MALOWANIU ŚCIAN

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					
16					

INSTRUKCJA

bezpieczeństwa i higieny pracy

przy pracach wymagających użytkowania drabin

Postanowienia ogólne

- Drabina jest sprzętem przenośnym stosowanym przede wszystkim do przemieszczania się pomiędzy różnymi poziomami.
- Konstrukcja drabiny powinna być bezpieczna, w szczególności podłużnice i szczeble powinny być wykonane z materiałów o odpowiedniej wytrzymałości i solidnie ze sobą zespolone.
- Bez względu na materiał, z którego drabina jest wykonana może ona być użytkowana tylko wtedy, gdy nie wykazuje jakichkolwiek uszkodzeń.
- Kąt nachylenia podłużnic drabiny używanej w pozycji pochylonej (zarówno drabiny przystawnej, jak i rozstawnej) powinien wynosić nie mniej niż 65° i nie więcej niż 75 ° (odchylenie x wysokość = 1x4). Zmniejszenie kąta nachylenia ustawienie drabiny może grozić nagłym załamaniem się jej pod unoszonym ciężarem.
- Drabina rozstawna powinna być wyposażona w zabezpieczenie rozstawu uniemożliwiające jej niekontrolowane rozsuniecie się.
- W żadnych okolicznościach drabina rozstawna nie może być użytkowana jako drabina przystawna.
- Wykonywanie prac w pobliżu przewodów napowietrznej linii energetycznej wymaga zastosowania drabin specjalnego przeznaczenia (dielektrycznych) oraz uprzedniego określenia szczegółowych wymagań bezpieczeństwa i higieny pracy przy wykonywaniu tego rodzaju prac.

Do prac z wykorzystaniem drabin może zostać dopuszczony pracownik, który:

- posiada aktualne szkolenie BHP i PPOŻ,
- posiada aktualne zaświadczenie lekarskie o braku przeciwwskazań do pracy na wysokości, wraz z określeniem wysokości na jakiej pracownik może się znaleźć
- został zapoznany z wykazem prac szczególnie niebezpiecznych,
- został zapoznany z instrukcją BHP pracy z użyciem drabin,
- ubrany w odzież roboczą i stabilne obuwie robocze

Przed użyciem drabiny należy

- Dobrać drabinę o odpowiedniej długości i typie, dostosowaną do rodzaju zaplanowanego zadania,
- Upewnić się, czy drabina jest w należytym stanie ogólnym, posiada czyste, suche szczeble, a jej elementy konstrukcyjne są nienaruszone. W przypadku zabrudzenia należy ją oczyścić z mokrej farby, śniegu itp.
- Upewnić się, czy jest się zdolnym do użycia drabiny biorąc pod uwagę stan zdrowia, działanie leków i/lub alkoholu oraz ogólne samopoczucie.
- Należy wygrodzić strefę niebezpieczną i ograniczyć dostęp do niej wyłącznie dla osób upoważnionych i przeszkolonych.
- Zidentyfikować zagrożenia elektryczne występujące w zasięgu wykonywania prac i w przypadku ich występowania dobrać drabinę dielektryczną

Ustawienie drabiny

- Drabiny przenośne powinny opierać się na stabilnym, posiadającym odpowiednie wymiary podłożu w taki sposób, aby ich szczeble pozostawały w pozycji poziomej i były zabezpieczone przed przemieszczaniem się podczas ich użytkowania.
Podłoże powinno być płaskie, twarde i stabilne, bez zabrudzeń mogących spowodować poślizg drabiny, a sama drabina powinna być wyposażona w odpowiednią stopkę antypoślizgową:
 - Stalową lub plastikową – przy ustawieniu na ziemi,
 - Gumową – przy ustawieniu na twardym podłożu.

- Drabiny z zaczepem muszą być zaczepione tak, aby zapobiec ich przemieszczaniu lub bujaniu.
- Drabiny wieloczynnościowe, łączone lub wysuwane, muszą posiadać zabezpieczenia zapobiegające możliwości przemieszczania się różnych części względem siebie w trakcie użytkowania.
- W przypadku drabin wolnostojących, przejezdnych mechanizm blokujący (jeżeli drabina jest w niego wyposażona) powinien być całkowicie zablokowany, zanim zostanie ona obciążona.
- Drabina przystawna powinna wystawać co najmniej 1m ponad powierzchnię na którą prowadzi, chyba że zostały zastosowane inne środki dające możliwość stabilnego uchwycenia podłużnicy.
- Każda ustawiona do użycia drabina, powinna być stabilna i zabezpieczona przed osunięciem, rozsunięciem, poślizgiem lub przewróceniem
- Drabinę ustawiać w odległości zapewniającej swobodny (w zasięgu ręki) dostęp do miejsca pracy, tak aby nie było konieczności wychylania się.

Zagrożenia występujące podczas pracy przy użyciu drabiny

- Upadek z wysokości spowodowany:
 - ujechaniem drabiny na śliskim, niestabilnym podłożu,
 - osunięciem się drabiny na bok wskutek nierównomiernego rozłożenia na niej ciężaru,
 - niekontrolowanym złożeniem się nieodpowiednio zabezpieczonej drabiny segmentowej,
 - załamaniem się szczebli drabiny spowodowanych ich uszkodzeniem lub nadmiernym ciężarem,
 - ujechaniem nogi na śliskim zabrudzonym szczeblu i utratą stabilności,
 - odpadnięciem od drabiny z tytułu niewłaściwego jej uchwycenia,
 - odpadnięciem drabiny od płaszczyzny do której została dostawiona,
- Uderzenie upadającą drabiną.
- Urazy głowy w trakcie zdejmowania towaru, środków pracy itp. z półek umiejscowionych powyżej głowy.
- Skaleczenia, przycięcia palców podczas rozkładania lub składania drabiny,
- Porażenia prądem elektrycznym w przypadku nadmiernego zbliżenia się do instalacji elektrycznej.
- Przeciążenia układu mięśniowo – szkieletowego.
- Urazy głowy osoby asekurującej lub osoby trzeciej przez spadający przedmiot np. narzędzie.

Celem uniknięcia zagrożeń należy

- Stosować wyłącznie drabiny w dobrym stanie technicznym, odpowiednio dobranych do rodzaju prac.
- Sprawdzać przed pracą stan techniczny użytkowanych drabin
- Eliminować z użycia drabiny uszkodzone lub nie posiadające wymaganych zabezpieczeń.
- Użytkować drabiny z dbałością i poszanowaniem nie dopuszczając do ich uszkodzeń czy dewastacji.
- Stosować drabiny zgodnie z ich przeznaczeniem.
- Opierać drabiny o pewne i stabilne konstrukcje oraz stawiać je na równym i stabilnym podłożu.
- Ustawiać drabiny z dala od zamkniętych drzwi, jeżeli nie są one zamknięte na klucz od strony drabiny,
- Ustawiać drabiny w bezpiecznej odległości od maszyn i urządzeń
- Wchodzić i schodzić z drabiny tylko i wyłącznie przodem do niej.
- Przez cały czas musi być zachowana zasada 3 punktów kontaktu z drabiną: 2 ręce + 1 noga, 2 stopy + 1 ręka
- Jeżeli obie ręce są potrzebne do pracy – należy zastosować szelki bezpieczeństwa z pasem biodrowym do pracy w podparciu przymocowane do stałych elementów konstrukcji
- Materiały i narzędzia transportować w odpowiedniej torbie lub przypięte do pasa
- Stać na drabinie pewnie dwoma nogami.
- Dozwolone jest na drabinie używanie elektronarzędzi o mocy nie większej niż 1200W
- W czasie wykonywania czynności roboczych na drabinie może przebywać tylko jedna osoba,
- Niezależnie od zastosowanych zabezpieczeń, gdy sytuacja tego wymaga przy wchodzeniu i schodzeniu, drabinę powinna podtrzymywać osoba asekurująca.

Czynności zabronione

- Stosowanie drabin uszkodzonych,
- Stosowanie drabin jako rusztowań, podestów, środków transportu
- Łączenie drabin ze sobą, aby zwiększyć zasięg
- Używanie drabiny rozstawnej jako przystawnej,
- Ustawianie drabin na niestabilnym podłożu,
- Opieranie drabiny przystawnej o obiekty śliskie lub wywrotne, które nie zapewniają stabilności drabiny,
- Wchodzenie i schodzenie z drabiny plecami do niej,
- Wykonywanie robót murarskich i tynkarskich z drabin przystawnych
- Stawianie drabiny przed zamkniętymi drzwiami, jeżeli nie są one zamknięte na klucz od strony drabiny,
- Ustawianie drabin w bezpośrednim sąsiedztwie maszyn i innych urządzeń
- Przekraczanie dopuszczalnego obciążenia drabiny
- Praca na drabinie w obuwiu nie posiadającym opięcia całej stopy (np. klapki) lub z wysokimi obcasami.
- Stanie (opieranie się) jedną nogą na drabinie, a drugą na innym przedmiocie
- Przesuwać drabiny stojąc na niej,
- Używanie podczas przebywania na drabinie pił łańcuchowych

Postępowanie w sytuacjach awaryjnych.

W przypadku uszkodzenia drabiny lub jakichkolwiek wątpliwości co do bezpiecznego jej użycia, należy natychmiast przerwać pracę i powiadomić tym o fakcie swojego przełożonego.

Opracował	Zatwierdził
SPECJALISTA ds. BHP	DYREKTOR

**WYKAZ OSÓB
ZAPOZNANYCH Z INSTRUKCJĄ BHP
PRACY Z UŻYCIEM DRABIN**

Lp.	Nazwisko i imię	Data	Podpis	Uwagi
1.				
2.				
3.				
4.				
5.				
6.				
7.				
8.				
9.				
10.				
11.				
12.				
13.				
14.				

Wykaz drabin na wyposażeniu MOPS w Czeladzi

Lp.	<i>producent</i>	<i>data zakupu / data wprowadzenia do</i>	nr ewidencyjny	<i>data wycofania z użytku</i>
1				
2				
3				
4				
5				
6				
7				
8				
9				
10				
11				
12				
13				
14				
15				
16				
17				
18				
19				
20				
21				
22				

Karta przeglądów drabiny

Producent					
nr ewidencyjny					
Lp.	Data przeglądu	Uszkodzone T- tak N- nie		Osoba kontrolująca (Imię, Nazwisko, drukowanymi literami)	Podpis osoby kontrolującej
1		Stopnie			
		Podłużnice			
		Stopki gumowe			
		Zabezpieczenie przed rozsunięciem			
2		Stopnie			
		Podłużnice			
		Stopki gumowe			
		Zabezpieczenie przed rozsunięciem			
3		Stopnie			
		Podłużnice			
		Stopki gumowe			
		Zabezpieczenie przed rozsunięciem			
4		Stopnie			
		Podłużnice			
		Stopki gumowe			
		Zabezpieczenie przed rozsunięciem			
5		Stopnie			
		Podłużnice			
		Stopki gumowe			
		Zabezpieczenie przed rozsunięciem			
6		Stopnie			
		Podłużnice			
		Stopki gumowe			
		Zabezpieczenie przed rozsunięciem			
7		Stopnie			
		Podłużnice			
		Stopki gumowe			
		Zabezpieczenie przed rozsunięciem			