



## Broszura bezpieczeństwa

- **Bezpieczeństwo**
- **Zdrowie**
- **Środowisko**

**GOODMORNING BV**  
Penningweg 25  
4879 AE Etten-Leur  
[www.goodmorning.eu](http://www.goodmorning.eu)  
tel: +31 (0)88-5008855

## Oświadczenie zarządu

Dyrektor GOODMORNING BV, jako pracodawca, ponosi odpowiedzialność za Bezpieczeństwo i Zdrowie swoich pracowników i pracowników tymczasowych, zwanych w dalszej części broszury pracownikami i będzie w miarę możliwości zapobiegał szkodom materialnym i środowiskowym. Aby to zrealizować, zarząd VGM (bezpieczeństwo, zdrowie i środowisko) ustalił zarządzenie na następne trzy lata:

- Wychodzenie na przeciw potrzebom naszych klientów, ze zrozumieniem, że bezpieczeństwo ludzi jest zawsze priorytetem.
- Nasz firmowy sukces zależy od świadczenia usług o wysokiej jakości dla naszych klientów.
- Jakość i bezpieczeństwo jest odpowiedzialnością wszystkich naszych pracowników.
- Przepisy prawne i ustawowe będą wciąż przestrzegane przez przedsiębiorstwo.
- Jakość, bezpieczeństwo i ciągłe doskonalenie wymaga inwestycji w ludzi i zostaje osiągnięte przez edukację, szkolenie i rozwój.
- Nasz stały program poprawy jakości i świadomości VGM (bezpieczeństwo, zdrowie i środowisko) jest podtrzymywany poprzez pracę zespołową i zorganizowane rozwiązywanie problemów, gdzie przepisy prawne i ustawowe odgrywają aktywną rolę.
- Popieranie bezpiecznych warunków pracy i zapobieganie zranień poprzez wypadki i incydenty. Motywacja, bezpieczne zachowanie, branie odpowiedzialności przez wszystkich pracowników, oraz określenie w ważnej mierze podstaw dla zdrowego przedsiębiorstwa
- Podejmowanie inicjatywy w aktywnym przestrzeganiu zasad VGWM oraz w zarządzaniu jakością, wspieranie i dbanie o to, żeby Bezpieczeństwo, Zdrowie, Pomyślność, Środowisko oraz ciągłe doskonalenie były zintegrowane we wszystkich pracach wykonywanych przez naszych pracowników i przez pracowników osób trzecich.
- W ramach Brania Społecznej Odpowiedzialności, GOODMORNING BV dąży do równowagi People, Planet, Profit. ( Ludzie, Planeta, Korzyść) W zakresie Ludzie, głównym punktem będzie respektowanie praw człowieka w czasie wykonywania pracy. W zakresie produktu i usług obowiązują wytyczne EG – Zysk- i nie będzie to miało żadnego negatywnego wpływu na obecną różnorodność środowiskową (biologiczną) –Planeta-.

Niniejsze oświadczenie jest częścią broszury bezpieczeństwa, która zostaje przekazana wszystkim pracownikom, pracującym przez GOODMORNING BV i która zostaje przez nich podpisana na przeznaczonym do tego formularzu.

Etten-Leur, 16 marzec 2012

Dyrektor: A.J.M.A. van der List

**Spis treści**

1. Zasady ogólne	4
2. Środki bezpieczeństwa i służbowe środki ochronne	5
3. Dodatkowe zasady higieny	6
4. Zasady bezpieczeństwa odnośnie podnoszenia	7
5. Zasady bezpieczeństwa odnośnie pchania i ciągnięcia	7
6. Zasady bezpieczeństwa odnośnie monottonnych prac	8
7. Zasady bezpieczeństwa odnośnie pracy stojącej	8
8. Zasady bezpieczeństwa odnośnie pracy siedzącej	8
9. Zasady bezpieczeństwa odnośnie Drgania	8
10. Praca z narzędziami ręcznymi	9
11. Praca z maszynami ruchomymi	9
12. Zasady bezpieczeństwa odnośnie pracy na wysokości	10
13. Zasady bezpieczeństwa odnośnie podnoszenia / mocowania ciężarów	11
14. Zasady bezpieczeństwa odnośnie prac związanych z ziemią i wykopem	12
15. Praca na wózkach widłowych i paletowych	12
16. Praca w sektorze ogrodnictwym	14
17. Piktogramy	15
18. Toolboxmeeting	17
19. Sytuacje nadzwyczajne	17
20. Dostępność GOODMORNING BV	19

## 1. ZASADY OGÓLNE

### **Bezpieczeństwo, Zdrowie i Środowisko (VGM)**

Troska o bezpieczeństwo, zdrowie i środowisko jest dla naszego personelu stałego i tymczasowego ważną częścią sposobu, w jaki GOODMORNING BV zarządza ich ryzykiem. Ryzyka są wcześniej szacowane i środki bezpieczeństwa są w razie potrzeby udostępniane pracownikom przez zleceniodawcę lub Exotic Green Uitzendorganisatie. Oczekujemy od wszystkich pracowników, że będą oni przestrzegać przepisów dotyczących bezpieczeństwa, które zostaną rozdane wszystkim pracownikom poprzez niniejszą broszurę bezpieczeństwa i że pracownicy będą rzeczywiście korzystać ze służbowych środków ochronnych (PBM). **Przepisy obowiązujące u zleceniodawców także powinny być przestrzegane.**

### **Zasady ogólnie**

- Stosowanie środków farmakologicznych należy zgłaszać przełożonemu. Alkohol oraz narkotyki są surowo zabronione.
- Dyskryminacja, molestowanie (seksualne), dokuczanie, agresja i przemoc nie są tolerowane i powinny być zgłaszane przełożonemu.
- Każdy powinien być w stanie się wylegitymować ważnym dokumentem tożsamości.
- Przed rozpoczęciem pracy pracownik otrzymuje instrukcje i objaśnienia dotyczące pracy. W razie pytań lub wątpliwości, pracownik powinien się niezwłocznie zgłosić do przełożonego zleceniodawcy.
- Pracownik bierze udział w (dotyczących bezpieczeństwa) konsultacjach prowadzonych przez zleceniodawcę.
- Zagrożenia (prawie) wypadkiem są obowiązkowo zgłaszane przełożonemu.
- (prawie) Wypadki są natychmiast zgłaszane przełożonemu (osobie uprawnionej do udzielania pomocy).
- Korzystanie z telefonu/I-poda/odtworaczy w czasie pracy jest zabronione.
- Korzystanie z toalety powinno w miarę możliwości odbywać się w czasie przerw.

### **Zasady higieny**

- Palenie, jedzenie, picie, żucie gumy i/lub jedzenie cukierków w pomieszczeniach zakładowych i w szatniach jest zabronione.
- Miejsce pracy należy utrzymać w czystości; po użyciu, miejsce pracy należy posprzątać i wyczyścić przeznaczonymi do tego środkami (na zlecenie).
- Wszystkie środki pomocnicze należy sprzątnąć w odpowiedni sposób.
- Przed rozpoczęciem pracy, po przerwie i po wizycie w toalecie należy umyć ręce.
- W czasie pracy nie należy nosić żadnej biżuterii (wiec także żadnych zegarków, pierścionków oraz innych ozdób ciała).
- Cały materiał odpadowy należy wyrzucać do przeznaczonych do tego pojemników.
- Miejsce posiłku należy utrzymać w czystości. Woreczki śniadaniowe, kubeczki, papier itp. Wyrzucać do przeznaczonego do tego pojemnika. Im czystsze miejsce pracy, tym bezpieczniej.
- Niezainfekowane rany na dłoniach należy zakleić niebieskim wodoszczelnym plastrem.
- W razie zainfekowanych ran na dłoniach zabrania się dotykania produktów spożywczych, chyba, że ma się założone rękawiczki jednorazowego użytku.

### **Zasady bezpieczeństwa**

- Przed rozpoczęciem pracy, pracownik otrzymuje od zleceniodawcy instrukcje i objaśnienia dotyczące pracy. Nie należy wchodzić na teren lub do pomieszczeń, gdzie nie wykonuje się pracy. W razie pytań lub wątpliwości należy natychmiast się zgłosić do przełożonego.
- Pracownik może pracować przy maszynach tylko w przypadku, gdy otrzymał pozwolenie od zleceniodawcy lub przełożonego.
- Pracuj zawsze dokładnie! Jeśli nie jesteś pewny, co robisz lub masz wątpliwości, co do jakości maszyny itp., zatrzymaj prace i zapytaj się przełożonego.
- Zagrożenia bezpieczeństwa produktów, których nie potrafisz sam rozwiązać, zgłaszaj natychmiast przełożonemu.
- Pracownik musi wykonywać swoją pracę tak, żeby nie narażać siebie i innych na niebezpieczeństwo.
- Pracownik nie powinien pracować z niebezpiecznymi substancjami.
- Nie noszenie obuwia roboczego ze stalowymi noskami (S3) tylko na własną odpowiedzialność.
- Używaj tylko sprawdzonej aparatury i PBM (służbowe środki ochronne).
- Sprawdź położenie wyjść ewakuacyjnych, gaśnicy i apteczki.
- Ostrzegaj swoich kolegów i przełożonych w razie wypadków i niebezpiecznych sytuacji.

- Miejsca, gdzie się pracuje powinny pozostać wolne od śmieci, gruzu i innych odpadów.

## 2. Środki bezpieczeństwa i służbowe środki ochronne (PBM's)

Wszystkie środki bezpieczeństwa są każdemu osobiście wydawane, jeśli wymagają tego zleceniodawca i praca. W razie potrzeby otrzymasz odpowiednie instrukcje od zleceniodawcy, u którego jesteś zatrudniony. Te środki bezpieczeństwa mają na celu ochronę Twojej osoby.

Środki te powinny być noszone w wyznaczonych miejscach i utrzymywane w porządku.

Najczęściej wywieszane podstawowe środki ochrony (PBM) to:

### Ochrona oczu



- Nazwa: okulary ochronne:
- Użycie: okulary ochronne powinny być noszone podczas wykonywania prac, przy których istnieje ryzyko uszkodzenia oka z powodu kurzu, odskakujących części i/lub rozpryskujących cieczy.
- Utrzymanie: Regularne czyszczenie wodą i mydłem.

### Ochrona głowy



- Nazwa: Hełm ochronny z siatką ochronną.
- Użycie: Może być stosowany w każdej sytuacji, gdzie istnieje ryzyko uderzenia w głowę przez spadające, latające/ obrotowe objekty. W miejscu projektu jest podane (np. za pomocą znaku), że noszenie hełmu jest obowiązkowe.
- Utrzymanie: Nie wystawiać hełmu w czasie nieużywania na światło słoneczne, regularnie czyścić wodą i sprawdzać, czy hełm nie jest uszkodzony. Sprawdzać datę ważności hełmu (po 3 latach). Nie naklejać żadnych naklejek i nie pisać po hełmie.

### Ochrona dłoni



- Nazwa: rękawice robocze/rękawice wodoodporne
- Użycie: Może być stosowany w każdej sytuacji, gdzie wykonuje się lekkie prace, gdzie istnieje ryzyko uszkodzenia.
- Utrzymanie: w razie uszkodzenia, rękawice należy zmienić. Rękawic roboczych nie należy używać przy pracach związanych z cieczami i/lub chemikaliami oraz jeśli mechaniczne wpływy są zbyt ciężkie.

### Ochrona słuchu



- Nazwa: Nauszniki / zatyczki do uszu
- Użycie: Może być stosowany w każdej sytuacji, gdzie dźwięk przekracza 85 dB (A) (miejscza te są oznaczane piktogramami)
- Utrzymanie: regularnie czyścić nawilżoną chusteczką. Jeśli odporność nauszników się zmniejsza, zmienić. Zatyczki do uszu powinny być regularnie wymieniane. W razie ciężkich baków i okularów, zadbać o prawidłowe nałożenie nauszników.

### Ochrona stóp



- Nazwa: Obuwie ochronne klasa S3
- Użycie: Używanie obuwia ochronnego jest w każdym miejscu (miejscze pracy, magazyn, itp.) obowiązkowe.
- Utrzymanie: regularnie czyścić z zewnątrz. Wewnątrz, obuwie regularnie wietrzyć.

### Ochrona dróg oddechowych



- Nazwa: maska przeciwpyłowa / maska ochronna
- Użycie: maskę przeciwpyłową / maskę ochronną należy nosić przy wykonywaniu prac z udziałem substancji szkodliwych we wdychanym powietrzu.
- Utrzymanie: maska przeciwpyłowa / maska ochronna jest do wielokrotnego użytku, ale należy regularnie wymieniać (filtr) (po kilku dniach lub po intensywnym użytkowaniu). Zarost może mieć negatywny wpływ na działanie maski, przestrzegaj instrukcji na opakowaniu.

### Ochrona ciała



- Nazwa: kombinezon/bluza/spodnie (odzież ochronna)
- Użycie: Odzież ochronną należy nosić przy wykonywaniu prac, gdzie kurz lub brud mogą pobrudzić ciało lub odzież i/lub kiedy ciało może być narażone na uszkodzenia.
- Utrzymanie: Przy normalnym użyciu odzież ochronna nie wymaga utrzymania (poza regularnym praniem) Należy regularnie sprawdzać czy odzież nie jest uszkodzona. Kiedy istnieje ryzyko mechanicznego uszkodzenia (np. pila) należy zakładać bluzę ochronną i/lub spodnie ochronne. W

zimnych warunkach należy zakładać odzież termiczną. W słońcu należy zakładać przynajmniej (białą) koszulkę.

**W sprawie Służbowych Środków Ochronnych oraz meldowania uszkodzeń należy kontaktować się z bezpośrednim przełożonym.**

**Środki bezpieczeństwa są przeznaczone do Twojej Ochrony. Utrzymuj je w porządku i używaj tam, gdzie potrzeba!**

Zasady bezpieczeństwa przewidziane przez innych należy respektować. Jeśli istnieją jakieś ograniczenia postępu pracy, należy to skonsultować z osobą odpowiedzialną u zleceniodawcy i/lub z przełożonym.

### 3. Dodatkowe zasady higieny

**Istnieje możliwość zatrudnienia u zleceniodawcy, gdzie obowiązują surowe wymagania dotyczące higieny.**

- **Co to jest HACCP?**

HACCP to skrót od Hazard Analysis Critical Control Points (Analizy Zagrożeń i Krytycznych Punktów Kontroli). HACCP jest znakiem znajdującym się na produktach należących do systemu jakości. HACCP jest często używany w odniesieniu do bezpieczeństwa żywności, ale można go także zastosować w aspektach środowiska lub w ustawie Arbo. HACCP jest kompletnym systemem, który zarządza wszystkimi problemami. Tak więc od surowca do konsumenta. Przemysł artykułów spożywczych jest tak ogromny, produkty są sprzedawane i rozprzestrzeniane na tak dużą skalę, że systemy hydroizolacyjne są niezbędne do uniknięcia problemów. HACCP zapewnia, jeśli ma odpowiednie zastosowanie, bardzo wysoki stopień bezpieczeństwa produktu.

- **Co to jest BRC?**

BRC jest rozszerzeniem HACCP. W BRC poruszanych jest dużo więcej spraw niż tylko bezpieczeństwo żywności. Sprawy takie jak zaangażowanie dyirekcji i ARBO / sprawy techniczne.

#### Przepisy dotyczące odzieży

-Codziennie zakładać czystą odzież roboczą, (jeśli ta jest wydawana tj. fartuchy, płaszcze, odzież robocza z zakładu jest obowiązkowa w pomieszczeniu produkcyjnym).



-Wszystkie włosy powinny być zakryte jednorazowym Niebieskim lub białym czepek, czepek powinien także zakrywać uszy. □



-Brodę i/lub wąsy należy zakryć.



-Każdy, kto wykonuje czynności przy artykułach spożywczych, musi nosić rękawiczki, ochroniacze na rękawy i fartuch.



-W pomieszczeniach, gdzie jest wskazane, noszenie ochroniaczy na obuwiu jest obowiązkowe.



-Odzież robocza powinna być zapięta.

### Higiena osobista

- Twarz, włosy, dłonie są zadbane.
- Broda lub wąsy są krótko przystryżone.
- Paznokcie są krótkie i czyste, w czasie pracy niepomalowane. Noszenie sztucznych paznokci jest zabronione.
- nadmierna ilość perfum lub wody po goleniu jest zabroniona.
- Palenie jest dozwolone tylko w wyznaczonym do tego miejscu.
- Dłonie należy myć wodą i mydłem przez minimalnie 10 sekund
  - Przed rozpoczęciem pracy i po przerwie
  - Przy zmianie czynności
  - Po pobrudzeniu dłoni
  - Po kichaniu, wizycie w toalecie, po smarkaniu.
- Pozostałości mydła na dłoniach należy spłukać wodą i dłonie zdezynfekować środkiem dezynfekującym.
- W czasie pracy nie nosić żadnej biżuterii, (więc też żadnych zegarków, pierścionków i innych ozdób ciała.)



### Rany, choroby i zażywanie leków

- Niezainfekowane rany na dłoniach należy zakleić niebieskim, wodoodpornym plastrem.
- W razie zainfekowanych ran na dłoniach dotykane artykułów spożywczych jest zabronione, chyba, że ma się założone rękawiczki jednorazowego użytku.
- Nie wolno zażywać leków w pomieszczeniach produkcyjnych.
- Jeśli z medycznego punktu widzenia jest potrzeba zażywania leków w czasie pracy, należy to zawsze robić w szatni. (Jest to dozwolone tylko w przypadku, jeśli jest o tym powiadomiony przełożony produkcji).
- Posiadanie leków w kieszeni na hali produkcyjnej jest zabronione.

## 4. Zasady bezpieczeństwa odnośnie podnoszenia

### Dlaczego mądrze podnosić?

Przez nieodpowiednie podnoszenie możemy przeciążyć kręgosłup. Przez mądre podnoszenie możemy łatwo temu zapobiec. W zasadzie każdy może mieć problemy z kręgosłupem, ale są dane grupy, gdzie szansa na problemy z kręgosłupem jest większa, gdzie chodzi o ciężką pracę fizyczną.

### Co to jest mądre podnoszenie?

Zegnij kolana, nie poruszaj kręgosłupem i używaj siły nóg. Podnoś i przenoś rzeczy blisko ciała. Używaj stóp, kiedy musisz obrócić ciało. Istnieje dziesięć złotych zasad, które mogą pomóc w mądrym podnoszeniu, w różnych sytuacjach w pracy.

### 10 złotych zasad mądrego podnoszenia

- Nie schylaj się i nie dźwigaj niepotrzebnie, w razie potrzeby używaj środków pomocniczych.
- Mądre podnoszenie kosztuje tyle samo czasu, co niemądre podnoszenie: więc rób to mądrze.
- Zastanów się najpierw jak i gdzie chcesz przenieść ciężar, aby móc rozważyć ewentualne możliwości.
- Ustal z góry wagę ciężaru; nie podnoś za dużo na raz. Poproś kolegów o pomoc przy ciężkich i dużych przedmiotach.
- Stój zawsze prosto przed ciężarem; nie podnoś nigdy z obróconym kręgosłupem; poruszaj stopy, jeśli musisz się odwrócić.
- Określ oś ciężaru i znajdź równowagę zanim zaczniesz faktyczne podnoszenie.
- Podnoś dwoma rękoma, ciężar trzymaj jak najbliżej ciała, nie podnoś za wysoko.
- Zegnij kolana, kręgosłup trzymaj jak najbardziej wyprostowany, ruszaj ciałem. Przede wszystkim używaj mięśni brzucha i nóg. To samo dotyczy kładzenia ciężaru.
- Upewnij się, że na drodze nie ma żadnych przeszkód. W razie śliskich powierzchni, używaj obuwia antypoślizgowego.
- Słuchaj swojego ciała: sygnały traktuj poważnie. Początkowe dolegliwości mogą szybko stać się większe.

## 5. Zasady bezpieczeństwa odnośnie pchania i ciągnięcia

Przy pchaniu i ciągnięciu istnieje ryzyko nadmiernego przeciążenia dolnego odcinka kręgosłupa. To może spowodować problemy zdrowotne, tj. bóle kręgosłupa.

- Wybieraj, jeśli jest to możliwe, pchanie zamiast ciągnięcia. Podczas pchania obciążenie stawów barkowych jest mniejsze niż podczas ciągnięcia.
- Używaj mięśni nóg i masy ciała. Przez to można podczas pchania zwiększyć siłę, a ręce, barki i tułów nie są niepotrzebnie obciążane.



- Pchaj obiema rękoma. W taki sposób ciężar rozkłada się równomiernie na ręce, barki i tułów t.
- Usuń z drogi wszystkie przeszkody.
- Sprawdź koła, żeby pchanie nie było niepotrzebnie za ciężkie. Usuń ewentualną folię.
  
- Nos porządne obuwie ochronne z profilem antypoślizgowym.
- Ciężary poruszaj spokojnie. Szybkie poruszanie ciężarów prowadzi do krótkiego, ale dużego przeciążenia mięśni i stawów.
- Stosuj 50kg, jako maksymalną granicę siły przy pchaniu bądź ciągnięciu. Waga wraz z obciążeniem może wynosić mniej więcej 400kg. Ta waga może być większa, bądź mniejsza, w zależności od podłoża, wielkości kół oraz biegu, dzięki którym pojazd się porusza
- Stosuj 30kg, jako maksymalną granicę siły przy kilkakrotnym pchaniu, bądź ciągnięciu (średnio więcej niż 12 razy na godzinę). Waga wraz z obciążeniem może wynosić mniej więcej 200kg.

## 6. Zasady bezpieczeństwa odnośnie monottonnych prac

Podczas zbiorów i sortowania oraz przy pracach przy uprawie jest mowa o monottonnych czynnościach: Częste wykonywanie tych samych ruchów, ta sama postawa, często pod presją czasu. Może to prowadzić do bólu mięśni, stawów, pleców, nóg i ramion.

- Trzymaj ramiona i łokcie nisko i luźno. W ten sposób unikasz napięcia mięśni barkowych. Z łokciami obok ciała ciężar rąk jest mniejszy. W ten sposób ramiona są mniej obciążane.
- Prace wykonuj na odpowiedniej wysokości. W ten sposób zapobiegasz schylaniu lub niepotrzebnemu podnoszeniu rąk. Optymalna wysokość pracy to ręce na wysokości pępka. Łokcie tworzą wtedy odpowiedni kąt, a ramiona są luźne.
- Utrzymuj nadgarstki prosto. Nie należy wyginać nadgarstków w stronę kciuka, czy w drugą stronę.
- Pracuj jak najwięcej z wyprostowanym kręgosłupem.
- W schylonej lub skręconej pozycji narażasz kręgosłup na duże przeciążenie.
- W czasie wykonywania pracy, trzymaj ręce blisko ciała. Przednie i boczne podnoszenie górnych części rąk prowadzą do przeciążenia stawów i mięśni ramion.
- Pracuj na przemian, raz z prawej, raz z lewej strony. Rób krótkie przerwy.

## 7. Zasady bezpieczeństwa odnośnie pracy stojącej

Jeśli ktoś stoi, zasięg jego rąk jest większy, niż jak siedzi. Także siła jest wtedy większa. Poza tym jest on wtedy bardziej mobilny. Jeśli mobilność, zasięg i siła odgrywają ważną rolę, stanie może być sensowną postawą. We wszystkich innych sytuacjach siedzenie zasługuje na pierwszeństwo. Długie stanie na jednym metrze kwadratowym może prowadzić do bólu dolnej części kręgosłupa lub do żyłaków na nogach.

- Dobrze zorganizuj miejsce pracy.
- Używaj do stania podparcia lub maty
- Zmieniaj czynności
- Noś dobre obuwie.
- Przyjmij aktywną postawę.

## 8. Zasady bezpieczeństwa odnośnie pracy siedzącej

Praca siedząca wydaje się być lekka, ale przez to, że pracuje się długo w tej samej pozycji i/lub pracuje się monottonnie, mogą pojawić się problemy zdrowotne. Mogą to być problemy związane z dolną częścią kręgosłupa, z karkiem, ramionami lub dłońmi/nadgarstkami. Mimo to, praca siedząca i tak zasługuje na pierwszeństwo. Tylko, jeśli musimy użyć dużej siły, lub musimy pracować przy dużych przedmiotach, lub musimy daleko sięgać, lepiej jest pracować w stojącej pozycji.

O pracy siedzącej jest mowa, jeśli pracuje się, siedząc dłużej niż godzinę dziennie.

- Urządź miejsce pracy przed jej rozpoczęciem.
- Ustaw wysokość pracy między 5 cm nad do 5 cm pod wysokość łokci przy podstawowych czynnościach.
- Ustaw wysokość pracy na 20-30 cm pod wysokość oczu przy sprawdzaniu i czynnościach inspekcyjnych.
- Nie kładź kurtek i innych rzeczy na krześle lub na oparciu. Nie noś portfela w tylnej kieszeni, żeby nie siedzieć przez dłuższy czas krzywo lub żeby zapobiec pochyleniu.

## 9. Zasady bezpieczeństwa odnośnie drgania: dłoń ręka i ciało

Zagadnienia dotyczące narażenia na drgania:

- Umieszczenie tłumików drgań
- Regularne dbanie o dostateczne utrzymanie środków
- Ograniczenie czasu narażenia
- Robienie przerw



- Zmiana czynności

## 10. Praca z narzędziami ręcznymi

Praca z narzędziami ręcznymi może być niebezpieczna. Każde narzędzie ma swoje własne ryzyko i dlatego trzeba podejmować środki, ograniczające to ryzyko. Sprawdzone narzędzia posiadają naklejkę kontroli z datą kontroli. Zwróć na to uwagę!

### Ryzyko przy pracy z narzędziami elektrycznymi:

- Porażenie prądem, poparzenie przez zwarcie
- Zostać trafionym przez latające części.
- Zranienie przez kontakt z obracającymi się lub ruszającymi się częściami (szlifierki, wiertarki, piły, itp.).
- Wysięk fizyczny (wstrząsy, nieodpowiednia postawa)
- Uszkodzenie słuchu przez narażenie na hałas powyżej 80 dB (A).

### Środki bezpiecznej pracy z elektronarzędziami.

Istnieją różne rodzaje narzędzi elektrycznych. Jakich narzędzi byś nie używał, jeśli będziesz przestrzegał następujących reguł, zmniejszysz szanse na wypadek.

- Jeśli nie jesteś zaznajomiony z narzędziem, postępuj według instrukcji obsługi lub spytaj przełożonego, jak tego użyć.
- Używaj tylko akcesoria zaprojektowane dla danego narzędzia.
- Przedmiot obrabiany umocuj klamrami lub umieść w imadle.
- Zadbaj o stabilne podłoże, zapobiegając odskoczeniu maszyny lub przedmiotu, który może cie zranić.
- Nie nos żadnej biżuterii lub luźnych ubrań, które mogą zostać wciągnięte przez obracające się lub ruszające się części.
- Wyłącz zasilanie po użyciu lub kiedy musisz narzędzie dostosować, np. przy wymianie wiertła.
- Nigdy nie trzymaj narzędzi za kabel.
- Poświęć uwagę otoczeniu w pracy. Zadbaj o posprzątane i dostatecznie oświetlone miejsce pracy. Wiedz, gdzie znajdują się środki gaśnicze.
- W obszarach zagrożonych wybuchem należy stosować narzędzia przeciwwybuchowe.
- Noś odpowiednie środki ochronne takie, jak okulary ochronne lub osłonę twarzy oraz, w stosownych przypadkach ochronę dróg oddechowych, ochronę rąk i ochronę słuchu.

### Przed użyciem narzędzi sprawdź następujące:

- Uszkodzona lub pęknięta izolacja kabla, przez co są widoczne przewody. Nie naprawiaj kabla, tylko go wymień.
- Zepsuta lub uszkodzona wtyczka. Wtyczka podczas testu powinna być sformowana lub spełniać wymogi IP44 (pyłoszczelna i wodoszczelna)
- Luźna lub pęknięta obudowa lub uszkodzony przełącznik.
- Narzędzia muszą być kontrolowane przynajmniej raz w roku. Data kontroli musi być podana na naklejce naklejonej na maszynie lub za pomocą innego znaku. Sprawdź, czy data na naklejce jest ważna. Jeśli Twoje narzędzie musi być na nowo skontrolowane, zgłoś to przełożonemu.

## 11. Praca z maszynami (ruchomymi).

Praca przy maszynach jest bardzo ryzykowna. Każda maszyna ma swoje własne ryzyko i dlatego trzeba podejmować środki, ograniczające to ryzyko. Sprawdzone maszyny posiadają naklejkę kontroli z datą kontroli. Zwróć na to uwagę!

### Środki bezpieczeństwa:

- Przed rozpoczęciem pracy, pracownik otrzymuje instrukcje i objaśnienia dotyczące pracy. W razie pytań lub wątpliwości należy niezwłocznie zgłosić się do przełożonego.
- Przed użyciem maszyny sprawdź, gdzie znajduje się wyłącznik awaryjny.
- Pracownik może pracować przy maszynach tylko, jeśli otrzymał instrukcje oraz pozwolenie od zleceniodawcy lub przełożonego.
- Pracuj zawsze dokładnie! Jeśli nie jesteś pewny, co robisz lub masz wątpliwości, co do jakości maszyny itp., zatrzymaj prace i zapytaj się przełożonego
- Zagrożenia bezpieczeństwa produktów zgłaszaj natychmiast przełożonemu.

- Pracownik musi wykonywać swoją pracę tak, żeby nie narażać siebie i innych na niebezpieczeństwo.
  - Maszyna powinna być prawidłowo utrzymana, nie należy naruszać przepisów bezpieczeństwa.
  - Przebudowę maszyn może przeprowadzać tylko wyszkolony personel.
  - Pracować można tylko z obuwem klasy bezpieczeństwa S3.
- 
- Zawsze używaj służbowych środków ochronnych (PBM's), jeśli wymagają tego przepisy (patrz PBM's)
  - Uważaj na obrotowe lub ruchome części:
    - Żadnych rozpiętych ubrań
    - Żadnych rozpuszczonych włosów: Włosy spiąć lub schować.
    - Nie nosić żadnej biżuterii
  - Zachowaj spokój w sytuacji, kiedy praca przebiega nieprawidłowo. Nigdy nie próbuj wyciągać z ruchomej maszyny środka pomocniczego, który spadł (np. nóż) lub produktu. Wyłącz maszynę i zobacz, co się stało. Dotyczy to także ustawienia/ włączenia maszyny. Informuj natychmiast przełożonego.
  - Pracuj zawsze z minimalnie dwoma osobami w otoczeniu maszyny i/lub taśmy transportowej (w razie potrzeby).
  - Po zakończeniu wyłącz maszynę.

## **12.Zasady bezpieczeństwa odnośnie pracy na wysokości**

Praca na wysokościach wiąże się z dużym ryzykiem. Każdy upadek z dachu, niezależnie od wysokości może mieć tragiczne skutki.

### Środki bezpieczeństwa:

- Podejmij odpowiednie środki bezpieczeństwa, nawet, jeśli chodzi o niewielkie zadanie.
- Omów z bezpośrednim przełożonym, jakie środki bezpieczeństwa będą potrzebne.
- Zapobiegaj zagrożeniu upadkiem przez używanie bezpiecznego rusztowania, podłoża dźwigowego lub wiszącego rusztowania lub przez zamontowanie ogrodzenia i poręczy.
- Przy pracy na podnośniku: pracuj zawsze przypięty do liny.
- Na wysokości pracuj zawsze we dwoje.
- Na drabinie pracuj tylko, jeśli nie ma naprawdę innego sposób, po warunkami określonymi w informacji.
- Zapobiegaj potrąceniu osób trzecich przez spadające przedmioty.
- Upewnij się, że wiedza i doświadczenie pracowników jest dostosowana do zagrożenia, jakie stwarza podnośnik, praca i otoczenie miejsca pracy.
- Pracuj z aparatura spełniającą normy CE.
- Używaj służbowych środków ochronnych, dostosowanych do maszyny i otoczenia.
- Zadbaj o dobry środek komunikacyjny między pracownikami na wysokości, a pracownikami na dole.
- Drabiny, jako miejsca pracy możesz użyć tylko wtedy, jak nie ma już innych sposobów.

### Instrukcje bezpiecznego użytkowania drabiny:

- Poniżej znajdują się wskazówki dotyczące rozstawiania i bezpiecznego korzystania z drabiny (Zwykle mają również zastosowanie na schodach).
- Umieszczenie drabiny wymaga wystarczająco dużo miejsca. Korzystanie z drabiny przy sile wiatru wynoszącej 6 stopni lub więcej jest zabronione;
- Drabinę powinno się rozstawiać pod kątem 75 stopni (zasada jest ustawienie stóp przy dolnej części drabiny i złapanie drabiny z wyprostowanymi do przodu rękoma);
- Dolna część drabiny nie powinna uciekać lub się ślizgać; W razie potrzeby drabinę należy wyposażyć w drążek do stabilizacji;
- Górną część drabiny należy zabezpieczyć przed ślizganiem się na boki; Ewentualnie zamocować za pomocą sznurka;
- Drabina powinna sięgać, co najmniej jeden metr powyżej punktu, do którego musimy się dostać. Przy schodzeniu z drabiny na wysokości, powinno się znajdować solidne oparcie.
- Nie należy ustawiać drabiny na równi pochyłej, na miękkim, nierównym lub śliskim podłożu, na stole lub skrzyni, tyłem do przodu lub do góry nogami;
- Szczelby i obuwie należy zachować w czystości; nie wchodzić na drabinę ze śliskimi lub brudnymi podeszwami;

- Na drabinę należy wchodzić twarzą do drabiny i używać dwojga rąk;
  - Materiał i narzędzia lepiej przenosić na górę za pomocą liny;
  - Dostęp do drabiny powinien być wolny od przeszkód, w razie potrzeby oznaczyć za pomocą płotków;
  - Jeśli drabinę trzeba ustawić przed drzwiami, należy zamknąć drzwi lub zablokować dojście;
  - Nie ustawiaj nigdy metalowej drabiny blisko stojących pod napięciem części, zachowaj najmniej dwa metry odległości lub użyj drabiny izolacyjnej (drewno/tworzywo sztuczne);
  - Ni wychylaj się za daleko od drabiny i nie podpieraj się nigdy nogą np. o ościeżnice okienne lub próg; drabina może się przesunąć;
  - Nie ustawiaj drabiny bezpośrednio przy oknie; w takim przypadku stosuj oparcie poprzecznych;
- 
- Nigdy nie wspinaj się po drabinie (bez platformy) wyżej, niż na czwarty stopień od góry;
  - Ze względu na bezpieczeństwo publiczne, zwłaszcza dzieci, drabin nie powinno się pozostawiać bez nadzoru;

W przypadku modyfikacji lub nieprzewidzianych okoliczności w miejscu pracy, należy omówić to z przełożonym.

#### Instrukcje bezpiecznego użytkowania rusztowania.

Rusztowanie (na kółkach) występują w różnych formach. Ustawienie i utrzymanie tych rusztowań jest niezwykle ważne. Dlatego rusztowania są ustawiane przez doświadczonych specjalistów (przez szkolenie lub instrukcje). Są oni w stanie ocenić, czy rusztowanie jest dobre i czy można na nim bezpiecznie pracować. Bezpieczna praca na rusztowaniu jest określana przez odpowiednia konstrukcje rusztowania. Z tego też względu obowiązują surowe przepisy. Każdy jest zobowiązany do przestrzegania tych przepisów. W razie zauważenia lub podejrzenia o jakieś odstępstwo, należy zgłosić to u brygadzysty.

Dla bezpiecznego korzystania z rusztowań obowiązują następujące zasady:

- Nie nanos żadnych zmian w konstrukcji rusztowania.
- Jeśli podejrzewasz lub widzisz jakieś odstępstwa w konstrukcji, zgłoś to natychmiast brygadziście.
- Nie zostawiaj żadnego materiału lub narzędzi porzucanych po rusztowaniu. Możesz się o nie potknąć lub niechcący zrzucić na dół, narażając tym samym swoich kolegów na niebezpieczeństwo.
- Po opadach śniegu, rusztowanie należy odśnieżyć i w razie jak jest ślisko posypać antypoślizgowym materiałem (np. sól, piasek).
- W miejscu pracy nie powinny stać rusztowania pomocnicze, wyższe niż 0,5 m.

Dla bezpiecznego korzystania z rusztowań na kółkach obowiązują dodatkowe zasady:

- Na rusztowanie na kółkach wchodzić zawsze od strony wewnętrznej.
- Materiał i narzędzia wciągaj na górę za pomocą liny nośnej.  
Nie wkładaj narzędzi do kieszeni.
- Nigdy nie stawaj na poręczy rusztowania.
- Nie wolno wchodzić na rusztowanie, gdy siła wiatru jest większa niż 6 stopni.
- Rusztowanie należy przymocować, aby zapobiec jego przewróceniu.
- Rusztowanie należy przesuwając od dołu.
- W czasie przesuwania rusztowania, nie mogą się na nim znajdować żadne osoby.

### **13. Zasady bezpieczeństwa odnośnie podnoszenia / mocowania ciężarów**

Podczas prac przy podnoszeniu należy pamiętać o następujących wytycznych:

- Podczas prac przy podnoszeniu należy zawsze nosić hełm.
- Używaj tylko zatwierdzonego / atestowanego sprzętu dźwigowego.
- Żuraw musi być stale kontrolowany przez uprawnioną instancję.  
Dane kontroli są podane w dołączonej książce. Dotyczy to także dźwigów mobilnych.
- Prace dźwigowe muszą zawsze odbywać się pod czymś kierownictwem.  
Instrukcje są ewentualnie podawane przez radiotelefon.
- Sprawdź narzędzia dźwigowe przed ich użyciem, czy nie ma ubytków.
- Zwróć uwagę na to, czy ciężar jest dobrze przymocowany; chodzi o to, żeby ciężar był zrównoważony i narzędzia dźwigowe były prawidłowo umieszczone.
- Używaj tylko haków dźwigowych z zaciskiem blokującym.
- Podnoszenie materiałów w czasie silnych wiatrów niesie za sobą zwiększone ryzyko. Nie wykonuj prac dźwigowych, kiedy siła wiatru wynosi 6 stopni lub więcej.
- Narzędzia dźwigowych należy używać w odpowiedni sposób i nie mogą one być bardziej obciążane, niż jak jest podane.
- Osoby niekompetentne nie mogą nigdy mocować ciężarów do urządzenia dźwigowego.
- Liny nie mogą nigdy być skracane poprzez węzły lub zaciski.

- Liny nie mogą przebiegać przez ostre krawędzie. Jeśli nie da się temu zapobiec, należy użyć narożników.
- Przy korzystaniu z dwóch/trzech lub więcej poziomów podnoszenia, wierzchołek między częściami nie może być wyżej niż 120 stopni.
- Przy 120 stopniach siła jest równa obciążeniu jednej części.
- Ogniwo łańcucha nie może nigdy być obciążane na zgięciu; wiązanie i gwintowanie łańcucha jest niedozwolone
- Śruby z uchwytem należy wkręcać do końca, przodem do elementu, nie wolno ich obciążać na zgięciach.
- Końcówki haków nigdy nie mogą być obciążane.

#### 14. Zasady bezpieczeństwa odnośnie prac związanych z ziemią i wykopem

Zagadnienie przy pracach ziemnych przedstawiają się następująco:

- Zapobieganie zapadaniu się lub obsuwaniu zboczy wykopów lub nasypów.
- Wykopy lub nasypy powinny odbywać się pod bezpiecznym nachyleniem zbocza.
- Korzystanie z grodzic, szalunków lub innych konstrukcji oporowych powinno się odbywać niekiedy w połączeniu z wykorzystaniem folii, tkaniny, żwiru lub z obniżeniem wód gruntowych.
- Ciężki transport, materiał i wykopywana ziemia powinny znajdować się w bezpiecznej odległości od wykopu.
- Dopilnuj, żeby wykopana ziemia i maszyny ładunkowe niechcący nie wpadły z powrotem do wykopu, poprzez podjęcie odpowiednich środków zapobiegawczych i dokładnej konsultacji.
- Obsługa musi być wyszkolona.

#### 15. Praca na wózkach widłowych i paletowych

Praca na wózkach widłowych i paletowych niesie ze sobą ryzyko, które może mieć poważne skutki.

*Rozpoczęcie pracy*

- Nos wszystkie środki ochronne, potrzebne przy wykonywaniu pracy: obuwie ochronne- rękawice – ochrona słuchu
- Czytaj uważnie instrukcje podczas rozpoczynania pracy

*Postawa kierowcy*

- Używaj zawsze pasu bezpieczeństwa.
- Głowę, ręce i nogi trzymaj zawsze w kabinie wózka.
- Nie zeskakuj z wózka, kiedy ten się przechyla, tylko zaprzyj się rękoma i nogami.

*Stan masztu i widel*

- Żeby móc jeździć, należy trzymać widły 25 cm od ziemi.
- Nigdy nie należy jeździć z podniesionymi widłami, zarówno pustymi, jak i podniesionymi. Podczas przewożenia ładunku trzymaj maszt lekko przechylony do tyłu.

*Widoczność*

- Zadbaj o dostateczną widoczność na drodze i poproś o pomoc w razie złej widoczności.
- Zawsze patrz w kierunku jazdy. Jazda – przestrzegaj przepisów obowiązujących w danym zakładzie.
- Jedź prosto i uważaj na śliskie (olej, szron) i wilgotne podłoże.
- Stosuj się do ograniczeń prędkości.
- Przestrzegaj zasad ruchu drogowego podczas przejeżdżania przez drogę lub podczas załadunku/rozładunku samochodów ciężarowych na drogach.
- Zwolnij przed zakrętem, na skrzyżowaniu, i kiedy w okolicy są piesi.
- Używaj klakson tam, gdzie potrzeba (zakręt, skrzyżowanie, przy wjeździe do magazynu)
- Na wzniesieniu Jedz stale z małą prędkością i trzymaj maszt lekko przechylony do tyłu.
- Na wzniesienie wjeżdżaj prosto.
- Z ładunkiem ze wzniesienia zjeżdżaj tyłem.
- Licz się z wysokością przejazdów (drzwi, dach ciężarówki)
- Zachowaj dostateczną odległość między wózkiem, który jedzie przed tobą, (minimalnie 3 razy długość wózka).





### Połączenie między płytą rampy i ciężarówka

*Najpierw sprawdź:*

- Czy ta może podnieść całkowitą masę wózka i ładunku.
- Czy jest dostatecznie zamocowana.
- Czy ciężarówka stoi pewnie.

*Zakończenie pracy:*

- Parkuj obok ścieżek przejazdowych, i jeśli jest taka możliwość, w przeznaczonym do tego miejscu.
- Używaj klina parkując na wzniesieniu.
- Maszt ustaw lekko pochylony do przodu, a widły na ziemi.

- Ustaw neutralnie, koła prosto, wyłącz silnik i zaciąg ręczny hamulec.
- Zabierz kluczyk, jeśli wymaga tego regulamin wewnętrzny.
- Nie zapomnij naładować akumulatora, jeśli jest to elektryczny środek transportu.
- Zanotuj ewentualne uwagi dotyczące środka transportu w książce kontroli.

*Zakazane:*

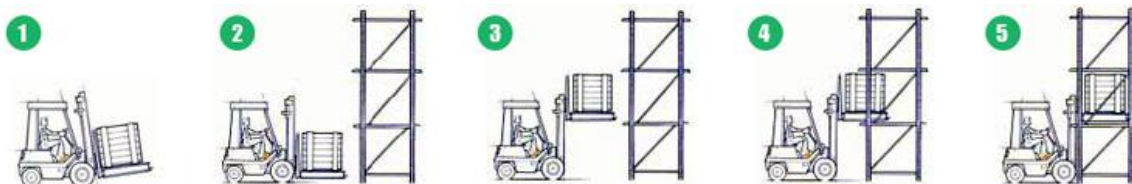
- Prowadzenie wózka bez uprawnień!
- Przewożenie lub podnoszenie wózkiem osób trzecich.
- Podnoszenie ładunku, którego waga przekracza możliwość wózka.
- Podnoszenie ładunku, który nie jest w równowadze.
- Podnoszenie ładunku na jednym widle.
- Jazda z podniesionymi widłami.
- Nagłe hamowanie.
- Pozostawienie wozak na sieczkach przejazdowych.
- Palenie w pobliżu ładowanego akumulatora lub podczas tankowania wózków termicznych.



### Zasady układania

*Przed:*

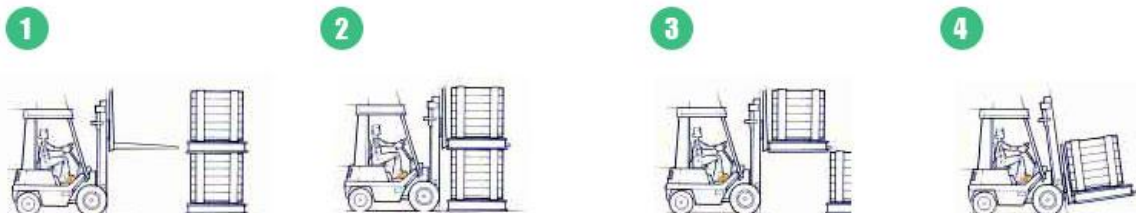
- Sprawdź, czy ciężar ładunku nie przekracza ciężaru, jaki może być podniesiony.
- Również przy zmianie lub włączaniu środka pomocniczego. Każde przeciążenie jest niedozwolone!
- Nigdy nie przeciążaj przeciwwagi przez umieszczenie wagi lub przez zajęcie miejsca przez osobę z tyłu wózka.
- Sprawdź, czy palety są w dobrym stanie i czy są dostosowane do regałów w magazynie.
- Upewnij się, że ładunek jest zrównoważony i stabilny przy podnoszeniu.



*Objaśnienie:*



1. Jedź, zarówno z załadunkiem, jak i bez, z widłami na wysokości 25 cm, z masztem pochylonym do tyłu.
2. Doprowadź do zatrzymania środka transportu (pozycja neutralna, hamulec ręczny zaciągnięty), po środku otworu ładunku, prosto do miejsca składu. Ustaw maszt pionowo.
3. Podnieś załadunek na odpowiednią wysokość. Sprawdź, czy załadunek leży poziomo, kiedy jest na wysokości pola widzenia.
4. Kiedy załadunek znajdzie się na wysokości składu, powoli podjedź środkiem transportu do przodu (zwalniając hamulec ręczny).
5. Doprowadź ponownie do zatrzymania środka transportu. Połóż powoli załadunek i wyścignij powoli widły przez opuszczenie ich troszkę na dół.



#### Objaśnienie:

1. Podnieś widły na prawidłową wysokość.
2. Podjedź wolno do przodu i włóż widły w paletę, nie dotykając jej.
3. Załadunek podnoś z masztem w pozycji pionowej. Podnieś załadunek, sprawdź czy przejazd jest wolny i odjedź tyłem z załadunkiem na podniesionych widłach.
4. Jak załadunek jest na dole, pochyl maszt do tyłu (25 cm od ziemi).

#### Elektryczny wózek paletowy

##### Przed pracą:

- Nos wszystkie środki ochronne, potrzebne do wykonywania pracy.
- Obuwie ochronne (stalowy nos i antypoślizgowe podeszwy).
- Rękawice ochronne przeciw ranom ciętym, urazom.
- Hełm ochronny (w razie potrzeby).
- Zwolnij przejścia, usuń przeszkody.
- Sprawdź, czy załadunek jest stabilny.
- Sprawdź stan wózka i wszystkie defekty zgłaszaj natychmiast osobie odpowiedzialnej.

##### W czasie pracy:

- Ciągnąc wózek paletowy wskaz kierunek za pomocą rączki od kierownicy.
- Chodź obok wózka z wyciągniętą ręką i wyprostowanym kręgosłupem, chodź po wewnętrznej stronie zakrętu.
- Patrz w kierunku jazdy.

##### Po pracy:

- Nie parkuj wózka paletowego w przejściach

##### Zakaz:

- Zabrania się przewożenia osób na wózku paletowym

##### Rady:

- Cały czas idź obok, a nie przed wózkiem paletowym, zachowaj dostateczną odległość między ścianą, a wózkiem.
- Unikaj wzniesień.
- Nie przeładuj wózka (najczęściej ograniczone do kg).





## 16. Praca w sektorze ogrodniczym

### Rejestracja/Praca

- Wszyscy pracownicy są zobowiązani do wprowadzania swoich czynności do systemu rejestracyjnego, jeśli zleceniodawca taki posiada. Aby uzyskać pomoc, należy skierować się do przełożonego.

### Higiena:

- Zabrania się pracownikowi pracy/wchodzenia na szklarnie/ogród, jeśli wcześniej był na innej szklarni/ogrodzie, to z powodu zagrożenia przenoszenia chorób.
- Do zakładu/szklarni/ogrodu można wchodzić tylko z czystą odzieżą roboczą, (Zapobiegaj przenoszeniu chorób)
- Postępuj zgodnie z instrukcjami odnośnie dezynfekcji obuwia.
- Długie włosy należy związać.
- Długie (sztuczne) paznokcie i lakier są niedozwolone chyba, że nosi się rękawiczki.
- Noszenie łańcuszków, bransolet, itp. jest zabronione, (pierścionki i inne ozdoby ciała są dozwolone w sporadycznych przypadkach, jeśli są gładkie).
- W przypadku chorób zakaźnych lub chorób skóry należy zakładać odzież ochronną.
- Nadmierna ilość perfum jest zabroniona.

### Bezpieczeństwo:

- Praca na podnośniku nożycowym:  
Przy uprawie pomidorów, papryki, ogórków i oberżyny korzysta się z podnośników nożycowych. Podnośnik nożycowy porusza się po rurach grzewczych w szklarni. Rury grzewcze leżą na podporach na ziemi. Rury, podpory i podnośnik nożycowy tworzą razem kolejny system rur. Największe zagrożenie występujące podczas pracy z podnośnikiem krzyżowym to przewrócenie się podnośnika i upadek z podnośnika.
- Zapoznaj się z funkcjami zanim zaczniesz prace z podnośnikiem. Pracuj według instrukcji i ustaleń, które panują w zakładzie.
- Sprawdź wcześniej, czy rury stabilnie leżą i czy ziemia się nie obsunęła.
- Obsunięcia zgłaszaj natychmiast przełożonemu lub przez rejestr ścieżek.
- W razie przeglądu należy wyłączyć silnik, odłączyć wtyczkę i nacisnąć wyłącznik awaryjny.
- Uważaj na niebezpieczeństwo przewrócenia, pracuj spokojnie i przemyślaj.
- Hydrauliczna regulacja wysokości tylko, gdy nie występuje ryzyko zagłuszenia wokół platformy podnośnika.
- Zachowaj 2 metry odległości od jadącego wózka.
- Podczas ładowania i rozładunku, wózek należy zatrzymać.
- Maskę ochronną można usunąć tylko, jeśli wózek jest w bezruchu, a przycisk awaryjny jest wciśnięty.
- Z wózka może korzystać tylko jedna osoba.
- Sprawdź, czy środki bezpieczeństwa zostały dostosowane do wózka i czy działają (balustrady i sygnalizacja pochylenia).
- Osoby mające zaburzenia równowagi, zawroty głowy, lęk wysokości nie mogą pracować na wózkach.
- Zadbaj o to, żeby nie powstało zwarcie (zapobiegaj połączeniu między akumulatorami)
- W przypadku ładowania baterii, nie należy zbliżać się z ogniem
- Pracownicy nie mogą uzupełniać płynu baterii
- Podczas ładowania baterii, zadbaj o dobrą wentylację pomieszczenia
- W razie uszkodzenia okablowania, wózek należy odłączyć z zasilania i zawiadomić przełożonego.



dobrze



źle

#### Narzędzia:

- Narzędzia, z których korzystałeś odwieś/odłóż z powrotem na odpowiednie miejsce.
- Schodząc z wózka, pozostaw go w czystości.
- Zadbaj o to, żeby nóż, z którego korzystasz był ostry i po zakończeniu pracy odwieś go na miejsce.
- System rejestracji odkładaj zawsze na miejsce.

#### Choroby:

- W czasie wykonywania pracy zwracaj uwagę na to, żeby choroby i plagi tj. mszyce, białe muchy, gąsienica, pleśń i botrytis były na czas sygnalizowane i zgłaszane u przełożonego.

#### 17. Piktogramy

Celem piktogramów jest wskazanie w dokładny sposób, jakie niebezpieczeństwa i obowiązki występują w pracy, w sytuacji i/lub projekcie. Przy wejściu do każdej pracy, za pomocą piktogramów jest wskazane, jakie środki bezpieczeństwa obowiązują. Tablice te muszą być zawsze dobrze widoczne i czytelne.

Różne znaki bezpieczeństwa i zdrowia są podzielone w następujący sposób:

- Tablice zakazu: okrągłe, czarny piktogram na białym tle, czerwona otoczka
- Tablice ostrzegawcze: trójkątne, czarny piktogram na żółtym tle, czarna otoczka (kolor żółty musi zajmować przynajmniej 50% powierzchni tablicy)
- Tablice nakazu: okrągłe, biały piktogram na niebieskim tle (kolor niebieski musi zajmować przynajmniej 50% powierzchni tablicy)
- Tablice ratunkowe: prostokątne i kwadratowe, biały piktogram na zielonym tle (kolor zielony musi zajmować przynajmniej 50% powierzchni tablicy)

Na następujących stronach przedstawiamy najważniejsze piktogramy, występujące w różnych branżach.

#### Znaki nakazu



**Ochroniacz na twarz  
Obowiązkowo**



**Ochroniacz na uszy  
Obowiązkowo**



**Obuwie ochronne  
Obowiązkowo**



**Maska ochronna  
Obowiązkowo**



**Hełmy ochronne  
Obowiązkowo**



**Okulary ochronne  
Obowiązkowo**



**Rękawice ochronne  
Obowiązkowo**



**Pancerz ochronny  
Obowiązkowo**



**Ogień i palenie**



**Palenie zabronione**



**Nieupoważnionym**



**Zakaz noszenia**

**Zabronione**



**Zakaz poruszania się pojazdami transportowymi**



**Zakaz przewożenia osób na pojazdach transportowych**

**wstęp wzbroniony**



**Woda niezdatna do picia**

**rękawic**



**Zakaz gaszenia woda**



**Zakaz jedzenia i picia**



**Zakaz dla pieszych**

**Znaki ratunkowe**



**Pierwsza pomoc (lekarz)**



**Płukać oczy**



**Pierwsza pomoc**



**Nosze**



**Prysznic ochronny**



**Telefon na pierwsza pomoc**



**Wyjście ewakuacyjne**



**Wyjście ewakuacyjne**



**Wyjście ewakuacyjne**



**Wyjście ewakuacyjne**



**Wyjście ewakuacyjne**



**Miejsce zbiórki**

**Znaki ostrzegawcze**



**Promieniowanie laserowe**



**Pojazdy transportowe**



**Napięcie elektryczne**



**Materiały trujące**



**Materiał radioaktywny lub promieniowanie jonizujące**



**Materiały żrące**



**Niebezpieczeństwo**



**Materiały wybuchowe**

**18. TOOLBOXMEETING**

Kiedy zleceniodawca lub przełożony z Exotic Green Uitzendorganisatie, który kieruje projektem uzna za niezbędne w związku z zagrożeniem wykonywanej pracy, może podjąć decyzje o zebraniu "kick-off".

Na zebraniu tym omawia się niebezpieczeństwa i środki ochronne. Wszyscy, których to dotyczy muszą być obecni na zebraniu "kick-off" lub "toolbox".

***Zebranie odnośnie bezpieczeństwa, ("toolbox meeting") jest ważne dla bezpieczeństwa każdego!***

### **19. Sytuacje nadzwyczajne**

**Co trzeba robić w razie pożaru lub ciężkiego wypadku? Zachować spokój, liczy się każda sekunda.**

- Ostrzeż innych, osoby mające uprawnienia do udzielania pierwszej pomocy, kolegów, kierowników, karetkę lub policję
- Skontaktuj się z numerem alarmowym: 112
- Mów wyraźnie i powiedz, kim jesteś, co się stało i gdzie to jest.

#### **W razie wypadku**

- Zadbaj o to żeby jakaś osoba pozostała przy ofierze do przyjazdu pomocy.
- Nie ruszaj i nie przemieszczaj ofiary.
- W razie potrzeby przykryj ofiarę żeby zapobiec wyziębieniu.
- Sprawdź czy jest w pobliżu osoba uprawniona do udzielania pierwszej pomocy.
- Przestrzegaj instrukcji udzielanych przez osobę udzielającą pierwszej pomocy lub personel z karetki.

#### **W razie pożaru**

Zadbaj o to żeby każdy opuścił budynek.

- Zawsze uciekać przed dymem.
- Sprawdź czy każdy opuścił budynek.
- Zapobiegaj rozprzestrzenianiu się ognia.
- Użyj znajdujących się tam gaśnic.
- Tylko materiał z papieru i drewna gaś wodą.
- Nie używaj nigdy wody przy urządzeniach elektrycznych i innych materiałach niż drewno i papier.
- Zamknij okna i drzwi. Zbierzcie się w bezpiecznym miejscu.
  
- Nie opuszczaj nigdy terenu bez uprzedniego zameldowania o tym osoby, która przeprowadza ewakuację, portiera terenu zakładowego, kierownika, zleceniodawcę i/lub kierownika Exotic Green Uitzendorganisatie BV.
- Postępuj według instrukcji straży pożarnej.
- Ustal wszystko z kolegami.

#### **W razie rozlania lub wycieków.**

W przypadku stosowania niebezpiecznych substancji istnieje szansa wydostania się substancji przez wyciek.

#### **Aby zmienić tego efekty, trzeba wziąć pod uwagę następujące możliwości:**

- Wyciekającą ciecz łap do pojemnika;



- Tamowanie lub absorbowanie wyciekającej cieczy za pomocą piasku, wiórów lub innych odpowiednich materiałów pochłaniających;
- Uszczelnienie;
- Naturalna lub mechaniczna wentylacja.

#### **Do tego powinny być zawsze dostępne:**

- środki ochronne (okulary, osłona na twarz, specjalna odzież, gumowce, rękawice, ochrony dróg oddechowych);
- beczki;
- środki neutralizujące;
- piasek lub odpowiedni materiał absorbujący.

### **Sposób pracy.**

Oprócz informacji umieszczonych na niebezpiecznych substancjach, w przypadku rozlania lub wycieku można wymienić następujące, dodatkowe rady:

- Ewakuować otoczenie i zawiadomić ekspertów. To powinno mieć zastosowanie w przypadku paru bardzo niebezpiecznych substancji, które podczas uwolnienia stwarzają bardzo poważne zagrożenie dla osób znajdujących się w otoczeniu. W takiej sytuacji należy jak najszybciej wezwać eksperta.
  - Wentylacja. Kiedy usunięcie substancji poprzez odparowanie jest możliwe bez ryzyka lub kiedy inne sposoby przynoszą większą niekorzyść, można zastosować wentylację.
  - Pozostałości splukać dużą ilością wody. Ten sposób można stosować do ciał stałych i cieczy, tylko wtedy, gdy substancja w małych ilościach nie powoduje poważnego zanieczyszczenia środowiska i kiedy nie stwarza w kanalizacji zagrożenia wybuchowego.
  - Wyciek należy wziąć w piasek lub inny środek absorbujący i przewieźć w bezpieczne miejsce. Ten sposób dotyczy substancji, które nie mogą dostać się do kanalizacji, ponieważ są bardzo żrące, zagrażają zdrowiu lub mogą zanieczyścić środowisko. Przez bezpieczne miejsce rozumie się miejsce, gdzie nie występuje zagrożenie wybuchem, gdzie żadne osoby nie są narażone na kontakt z substancją, lub gdzie nie może wystąpić zanieczyszczenie środowiska.
  - Ostrożnie zebrać resztę, w każdym przypadku zapobiec rozprzestrzenianiu się substancji.
  - Jeśli substancja może poważnie zanieczyścić środowisko lub spowodować uszkodzenie kanalizacji, nie wolno pozwolić na dostanie się substancji do kanalizacji lub otwartej wody.
  - W przypadku gazów palnych i wysoce łatwopalnych cieczy, należy używać narzędzi, które nie dają iskry.
- 
- Podczas czyszczenia dużych ilości substancji, mogą pojawić się zagrożenia, gdzie pozostałe środki są niewystarczające, wtedy należy korzystać z dodatkowych środków ochronnych.



### **Choroba**

W razie choroby pracownika należy skontaktować się z wyznaczoną osobą kontaktową z Exotic Green przed rozpoczęciem pracy i ewentualnie z kierownicą, z którym dojeżdża się do pracy.

Należy być przygotowanym na kontrolę lekarską z Arbo oraz z organizacji. W razie potrzeby niezależnego badania przez lekarza zakładowego należy skontaktować się z Arbo w swoim regionie. Jeśli nie posiada się takich danych można o nie zapytać swojej osoby kontaktowej.

W razie powrotu do pracy, należy jak najszybciej skontaktować się ze swoją osobą kontaktową.

Nieobecność bez uzasadnionego powodu może prowadzić do wstrzymania wynagrodzenia oraz do sankcji.

### **Umowy w biurze GOODMORNING BV**

- W biurze kierownictwo w razie wypadków przejmuje wyznaczona osoba udzielająca pomocy.
- Zadbać o to, żeby każdy wiedział, gdzie znajduje się apteczka
- Zadbać o to, żeby każdy wiedział, gdzie znajdują się środki gaśnicze.
- Czytać instrukcje na obecnych gaśnicach.

Nie wpadać w panikę. Zachować spokój.

### **20. Dostępność Biura GOODMORNING BV**

<b>Biuro Etten-Leur</b>	<b>088 - 5008855</b>
<b>Plan</b>	<b>088 - 5008855</b>
<b>Funkcjonariusz VG</b>	<b>088 - 5008855</b>

