

Broszura BHP





Spis treści

1. Wstęp.....	4
2. Oświadczenie dotyczące strategii.....	5
3. Obowiązek identyfikacji.....	6
4. Wprowadzenie nowych pacowników.....	6
5. Przedstawiciele dyrekcji.....	7
6. Okresowe badania lekarskie.....	7
7. Zgłaszanie choroby.....	7
8. Narada pracownicza/inspekcja miejsca pracy.....	7
9. Inwentaryzacja i ewaluacja ryzyka.....	8
10. Utrzymywanie porządku i czystości, zachowanie.....	9
11. Ratownictwo zakładowe.....	10
12. Sytuacje grożące wypadkiem i wypadki oraz sprawozdania o incydentach.....	10
13. Dyskryminacja/Agresja i przemoc/Molestowanie seksualne	11
14. Alkohol, narkotyki i użycie leków.....	11
15. Palenie tytoniu.....	12
16. Środowisko.....	12
17. Środki ochrony indywidualnej.....	13
18. Postawa w trakcie pracy.....	14
19. Stałe miejsce pracy.....	15
20. Różne miejsca pracy.....	15
21. Narzędzia elektryczne i maszyny.....	15
22. Prace z podnośnikami.....	16
23. Praca na wysokości.....	16
24. Rusztowania przejezdne i drabiny.....	17
25. Podnośniki.....	17
26. Prace elektrotechniczne.....	18
27. Pomieszczenia zamknięte.....	18
28. Substancje niebezpieczne.....	19
29. Przewody podziemne i zgłoszenia KLIC.....	19
30. Piwnice do przechowywania nawozu.....	20
31. Spawanie, cięcie i montaż instalacji.....	21
32. Podnośnik koszowy, koparka i żuraw przejezdny.....	21
33. Prace na maszynach będących w użyciu.....	22
34. Wykaszarki.....	22
35. Silnikowe piły łańcuchowe.....	23
36. Rozdrabniarki do drewna.....	23
37. Kosiarki.....	24

Regulamin BHP i ochrony środowiska

38. Ciągniki.....	24
39. Przyczepy i maszyny do obróbki ziemi.....	25
40. Linie wysokiego napięcia.....	26
41. Prace wykopowe.....	26
42. Opróżnianie pojemników na odpady i sprzątanie śmieci.....	27
43. Dozwolone obciążenia fizyczne.....	27
44. Regulamin mieszkań firmy Europrofessionals.....	28
45. Używanie samochodów firmy Europrofessionals.....	29
46. Użyte skróty.....	29
47. 10 x bezpieczeństwo.....	30

1. Wstęp

Niniejszy regulamin dostarcza zwięzłych informacji na temat organizacji BHP i ochrony środowiska oraz zasad bezpieczeństwa obowiązujących w firmie Europrofessionals Oost BV. Broszura ta stanowi uzupełnienie podręcznika zakładowego VCU (dotyczącego listy kontrolnej w zakresie bezpieczeństwa dla agencji pośrednictwa pracy) firmy Europrofessionals. Każdy pracownik firmy Europrofessionals otrzymuje niniejszą broszurę w momencie jej publikacji lub w chwili zatrudnienia na stałe lub na czas określony i jest zobowiązany do podpisania oświadczenia o jej otrzymaniu. Firma Europrofessionals oczekuje, iż dokładnie zapoznają się Państwo z treścią niniejszego regulaminu i będą Państwo przestrzegać zawartych w nim zasad.

Podczas pracy mają Państwo obowiązek poświęcać konieczną uwagę zarówno warunkom własnej pracy, jak i warunkom pracy innych pracowników. W praktyce okazuje się bowiem, że z pracami prowadzonymi przez inne osoby wiąże się takie samo zagrożenie jak z pracami, które sami wykonujemy. Oznacza to zatem, że Państwa koledzy ponoszą ryzyko związane z prowadzonymi przez Państwa pracami. Należy więc być bardzo ostrożnym.

W razie pytań lub niejasności prosimy zwracać się do swojego zleceniodawcy lub przełożonego z ramienia firmy Europrofessionals. Firma Europrofessionals wyciągnie wobec Państwa odpowiednie konsekwencje, jeśli bez pozwolenia przełożonego lub zleceniodawcy prace będą wykonywane w inny sposób.

W ten sposób współpracujemy ze sobą w celu zapewnienia wszystkim odpowiednich warunków BHP, a także w trosce o ochronę środowiska.

2. Oświadczenie dotyczące strategii

Dyrekcja firmy Europrofessionals Oost (dalej zwana Europrofessionals) przywiązuje dużą wagę do systematycznej troski o wszelkie aspekty BHP w działalności przedsiębiorstwa. W niniejszym podręczniku bezpieczeństwa zawarto umowy poczynione w tym zakresie.

Regulamin BHP i ochrony środowiska

Dzięki systematycznej trosce o przestrzeganie wszelkich aspektów BHP firma Europrofessionals pragnie w sposób strukturalny osiągnąć:

- Zadowolenie wśród zleceniodawców, własnych pracowników, pracowników tymczasowych oraz wśród społeczeństwa;
- Zmniejszenie zagrożeń we wszystkich procesach produkcyjnych, które mogą doprowadzić zarówno do szkód, jak i uszkodzeń ciała pracowników oraz osób trzecich;
- Zgodność ze wszystkimi przepisami ustawowymi;
- Zapobieganie obrażeniom ciała, jak również szkodom materialnym oraz szkodom w środowisku;
- Dążenie do ciągłych ulepszeń w dziedzinie BHP;
- Wyraźne określenie priorytetów związanych z BHP w wewnętrznym zarządzaniu firmą.

Realizacja powyższej strategii będzie możliwa wyłącznie przy wsparciu wszystkich pracowników i jasnym określeniu przez nich potrzeb w tym zakresie.

Denekamp, 1 stycznia 2020 r.

Dyrekcja
Europrofessionals Oost BV

3. Obowiązek identyfikacji

Od 1 lipca 1994 r. w Holandii obowiązuje ustawy o obowiązkach identyfikacji. Ustawa ta ma na celu zapobiegać oszustwom i przestępczości. Oznacza to, że muszą Państwo zawsze być w stanie wylegitymować się ważnym dowodem tożsamości. Pracodawca ma obowiązek przechowywać kopie dowodów w dziale administracji.

4. Wprowadzenie dla nowych pracowników

Wszyscy pracownicy rozpoczynający pracę w firmie Europrofessionals otrzymują informacje wprowadzające od swojego przełożonego.

Wprowadzenie to dotyczy organizacji firmy Europrofessionals oraz miejsca, które zajmuje w niej nowy pracownik.

Z zakresu BHP i ochrony środowiska (BHPiOŚ) omawia się następujące tematy: zasady zawarte w Liście kontrolnej w zakresie bezpieczeństwa dla agencji pośrednictwa pracy (VCU), obowiązki koordynatora ds. bezpieczeństwa oraz roczny plan i sprawozdanie BHP.

Również jeśli pracownik jest już zatrudniony w firmie Europrofessionals, lecz zostaje przeniesiony do innego działu lub innego projektu, w nowym miejscu pracy otrzymuje on szczegółowe informacje wstępne. W trakcie tego szczegółowego wprowadzenia omawia się zasady i ważne tematy związane z pracą, a także ustala się pewne kwestie.

Dotyczy to między innymi: organizacji projektu, zleceniodawcy, planu BHP dotyczącego projektu, użycia środków ochrony indywidualnej (ŚOI), rozpoznania i oceny zagrożeń, dokładnych zadań pracownika, środków do samodzielnego podjęcia i zgłaszania zagrożeń. Poruszane są także zasady ogólne, takie jak: utrzymywanie porządku i czystości, użycie substancji niebezpiecznych, segregacja odpadów, środki techniczne oraz postawa w trakcie pracy. Wszystkie informacje na ten temat znajdują Państwo również w niniejszym Regulaminie BHP i ochrony środowiska.

5. Przedstawiciele dyrekcji

Osobą z zarządu, odpowiedzialną za przestrzeganie zasad bezpieczeństwa w Europrofessionals Oost BV jest M. Veldhuis. W praktyce wspomagać go będzie J.M Oolderink.

6. Okresowe pracownicze badania lekarskie

Każdy pracownik ma możliwość wzięcia udziału w okresowych pracowniczych badaniach lekarskich organizowanych przez służbę Arbodienst. Udział w tych badaniach nie jest obowiązkowy.

Konsultacje lekarskie dla pracowników

Każdy pracownik ma możliwość skorzystania z konsultacji lekarskich organizowanych przez służbę BHP.

7. Zgłaszanie choroby

Każdy pracownik firmy Europrofessionals ma obowiązek zgłaszania choroby lub wypadku tego samego dnia z podaniem dokładnego adresu pobytu. Należy powiadomić zarówno zleceniodawcę jak i pracodawcę przed godziną 8:00 rano.

8. Narada pracownicza / Inspekcja miejsca pracy

Narady pracownicze organizowane są regularnie i mogą one również odbywać się u naszych zleceniodawców.

Poruszane są na nich zazwyczaj sprawy ogólne, jednak możliwe są również bardzo szczegółowe narady z danym zespołem.

Ich tematyka może być także bardzo różna. W trakcie narad udziela się ogólnych informacji, a także porusza się tematy pożyteczne i wartościowe dla każdego pracownika. Narady mogą również dotyczyć tematu związanego z BHP, któremu należy poświęcić więcej uwagi.

Należy przy tym pamiętać o zgłaszaniu zagrożeń lub sytuacji groźących wypadkiem, które miały miejsce. Wraz z grupą pracowników, którzy również mogą mieć styczność z danym zagrożeniem, omawia się wtedy sposoby zapobiegania tego typu wypadkom.

Może się również zdarzyć, że Państwa przełożony poprosi o przeprowadzenie inspekcji miejsca pracy na podstawie listy kontrolnej. Należy wtedy ocenić, czy wymienione punkty kontrolne są wykonane we właściwy sposób. Jest to ważne zadanie. Często zdarza się, że inna osoba zauważy inne punkty. Przeprowadzona przez Państwa inspekcja miejsca pracy jest następnie omawiana podczas narady pracowniczej, na której powiadamia się również o tym, co dzieje się z rezultatami Państwa inspekcji.

9. Inwentaryzacja i ewaluacja ryzyka

Dla każdej wykonywanej pracy należy sporządzić opis związanego z nią ryzyka. Pod pojęciem ryzyka rozumie się wszystkie zagrożenia, które mogą prowadzić do niepożądanych skutków, takich jak wypadki bądź znaczące szkody materialne lub środowiskowe. Taki opis nazywamy inwentaryzacją ryzyka.

Dla każdego ryzyka wskazuje się potencjalny skutek. Chodzi o uraz lub szkodę, które mogą wystąpić. Nazywamy to ewaluacją ryzyka. Przykład: „Uszkodzenie słuchu lub utrata zdrowia”.

Następnie podaje się stopień ryzyka. Mówimy tu o prawdopodobieństwie, że dane ryzyko faktycznie doprowadzi do możliwych skutków, jeżeli wdrożone zostaną podane środki. Istnieją trzy stopnie ryzyka: niski, średni i wysoki. Niski oznacza, że w

Regulamin BHP i ochrony środowiska

Europrofessionals nie wystąpiły dane przypadki, średni oznacza, że wystąpiły, zaś duży, że jest wysoce prawdopodobne, że wystąpią. Nie oznacza to, że jeśli danego dnia nic się nie stało, udało się uniknąć niebezpieczeństwa. Wystarczy pomyśleć o uszkodzeniach słuchu, które mogą następować powoli. Oznacza to wysokie ryzyko głuchoty w trakcie życia zawodowego. Jednakże ryzyko upadku z dachu stanowi kwestię chwili. Szkoda może nastąpić w sekundę, ale i dopiero po 25 latach, a niekiedy wcale.

Obok środka wskazano, jakie minimalne działania podejmuje Europrofessionals w celu utrzymania ryzyka na akceptowalnym poziomie. Wskazane środki stanowią obowiązkowe minimum. Jeżeli nie ma możliwości ich wdrożenia, należy skontaktować się z przełożonym. Przykład: „Stosować środki ochrony słuchu”.

Inwentaryzacja ryzyka znajduje się w biurze. Każdy pracownik Europrofessionals powinien znać treść inwentaryzacji i ewaluacji ryzyka. Należy wiedzieć, jakie działania trzeba podejmować, nie tylko w interesie własnym, ale i współpracowników.

10. Utrzymywanie porządku i czystości oraz zachowanie

Państwa zachowanie w miejscu pracy może mieć wpływ na warunki BHP innych pracowników, a także na środowisko. Najwięcej wypadków powodują

tzw. „3 N”:

- Niedbałość**
- Nieuwaga**
- Nieostrożność**

Podczas pracy należy stosować środki prewencyjne, a w drugiej kolejności postępować zgodnie z poniższymi wskazówkami:

- należy zawsze utrzymywać porządek i czystość w miejscu pracy, budynkach i wśród narzędzi.
- podczas pracy zabrania się jedzenia i picia.
- należy zachowywać właściwą higienę – dbać o czystość toalet i łazienek oraz myć ręce po każdej przerwie i po każdej wizycie w toalecie.

- substancje niebezpieczne i narzędzia należy ustawiać tak, aby uniemożliwić innym osobom niespodziewane wejście z nimi w kontakt.
- w razie opuszczania miejsca pracy, należy zapewnić bezpieczny dostęp do niego innym pracownikom.
- odpady należy natychmiast zbierać, a rozlane substancje należy natychmiast sprzątać.
- substancje palne należy przechowywać w przeznaczonym do tego celu magazynie.
- materiały należy przechowywać w stabilnej pozycji, którą należy regularnie kontrolować.
- narzędzi i maszyn należy używać wyłącznie zgodnie z ich przeznaczeniem.

Nie pal tytoniu w towarzystwie kolegów, którzy nie palą (od 1 stycznia 2006 roku obowiązuje ustawa o zakazie palenia w miejscach pracy).

11. Ratownictwo zakładowe

Europrofessionals posiada zespół wyszkolonych ratowników zakładowych (BHV). W miejscach realizacji projektów to zwykle zleceniodawca zapewnia zespół BHV.

Ratownik zakładowy to osoba legitymująca się certyfikatem pierwszej pomocy oraz stosowania małych środków gaśniczych.

W sytuacji wymagającej pomocy ze strony ratownika zakładowego należy zgłosić zdarzenie zgodnie z procedurą wskazaną w „karcie alarmowej” dostępnej w ramach każdego projektu u przełożonego. Jeżeli dostępny jest barak, karta alarmowa powinna wisieć w nim w widocznym miejscu.

W każdym miejscu realizacji prac dostępne są środki pierwszej pomocy. Ratownik zakładowy informuje o ich lokalizacji.

12. Sytuacje grożące wypadkiem i wypadki oraz sprawozdania o incydentach

Wszystkie incydenty należy zgłaszać firmie Europrofessionals, niezależnie od ich skutków.

Incydentami mogą być:

- zagrożenia, wydarzenia mogące doprowadzić do wypadku
- sytuacje grożące wypadkiem
- wypadki
- szkody w środowisku
- znaczne szkody materialne
- choroby zawodowe
- wypadki drogowe

W celu zgłoszenia incydentu należy wypełnić odpowiedni formularz. Dokładnie wypełniony formularz należy przekazać przełożonemu lub przesłać koordynatorowi ds. bezpieczeństwa. Informacje te przekazywane są na potrzeby kontroli powypadkowej. W trakcie tej kontroli dużą rolę odgrywa Państwa zdanie na temat warunków, które mogły przyczynić się do wypadku. Firma Europrofessionals bada wszystkie zgłoszone incydenty.

Firma Europrofessionals stara się możliwie najskuteczniej unikać nieobecności pracowników. W razie ewentualnej nieobecności spowodowanej wypadkiem, skontaktuje się z Państwem lekarz zakładowy, aby ustalić, jakie czynności mogą Państwo jeszcze wykonywać. W takim przypadku przydzielona zostanie Państwu tymczasowa praca zastępcza.

13. Dyskryminacja/agresja i przemoc/molestowanie seksualne

Firma Europrofessionals przywiązuje dużą wagę do właściwych stosunków społecznych między pracownikami. Każda osoba wyznaczona do wykonania zadania wewnątrz firmy ma prawo do odpowiedniego miejsca pracy i przyzwoitego traktowania.

Firma uznaje za niedopuszczalne społecznie nieakceptowalne zachowanie wobec innych osób w formie dyskryminacji (bez względu na przyczynę), agresji i przemocy (psychicznej lub fizycznej) bądź molestowania seksualnego (bez względu na formę lub płeć).

Firma wyciągnie odpowiednie konsekwencje wobec pracowników, którzy przejawiają objawy powyższych nieakceptowalnych zachowań lub zachęcają do nich innych pracowników.

Pracownicy uważający, iż padli ofiarą dyskryminacji, agresji i przemocy lub molestowania seksualnego bądź namawiani do takich zachowań, mogą zwrócić się osobiście do zakładowego koordynatora ds. bezpieczeństwa lub lekarza zakładowego. Obie wymienione osoby pełnią funkcję osobistych doradców, a ich obowiązkiem jest dyskretne zajęcie się daną sprawą.

14. Alkohol, narkotyki i użycie leków

Firma Europrofessionals zabrania używania i znajdowania się pod wpływem alkoholu i narkotyków zarówno przed pracą, jak i w czasie pracy, ponieważ substancje te mogą mieć negatywny wpływ na zdolność wykonywania poszczególnych czynności.

Przez pojęcie „czasu pracy” firma Europrofessionals rozumie czas rozpoczynający się w momencie opuszczenia przez pracownika miejsca zamieszkania i kończący się w chwili powrotu do domu. Pod warunkiem oczywiście, że podróż do pracy i z powrotem ma miejsce bezpośrednio przed okresem wykonywania pracy i po nim.

Jeśli po zakończeniu pracy pracownik nie wybiera się bezpośrednio do miejsca zamieszkania, czas pracy kończy się w momencie wyboru innego miejsca docelowego.

Firma Europrofessionals wyciągnie odpowiednie konsekwencje wobec pracowników, którzy spożywają alkohol i narkotyki przed pracą i w jej trakcie.

Użycie niektórych leków również może mieć negatywny wpływ na zdolność (lub powodować niezdolność) wykonywania pracy. W przypadku każdego użycia leków pracownik jest zobowiązany sprawdzić, czy mogą mieć one wpływ na zdolność do pracy, a w razie konieczności skonsultować się ze swoim lekarzem lub lekarzem zakładowym odnośnie możliwości dalszego wykonywania przez niego pracy i ewentualnie jej rodzaju.

15. Palenie tytoniu

Europrofessionals jest zdania, że palenie szkodzi zdrowiu i zdecydowanie odradza je swoim pracownikom. Jednakże palenie tytoniu jest kwestią wolności obywatelskiej.

16. Środowisko

Prace prowadzone przez firmę Europrofessionals mogą mieć wpływ na środowisko, ponieważ w ich wyniku do środowiska mogą dostać się pewne substancje i odpady.

Do takiej sytuacji może dojść wskutek niedopilnowania porządku i czystości oraz w przypadku wycieku substancji.

Aby zapobiec zanieczyszczeniu środowiska, wszelkie pozostałości należy natychmiast umieszczać w przeznaczonych do tego celu pojemnikach. Należy także pamiętać o sortowaniu odpadów. Jako miejsce tymczasowego składowania odpadów mogą Państwo zastosować wiadro ustawione w miejscu pracy, do którego wrzucane będą odpady.

Pozostałości substancji niebezpiecznych należy wyrzucać zawsze w oryginalnych opakowaniach. Jeśli substancje zostały zebrane jako pozostałości, na wierzchu należy położyć na nich oryginalne opakowanie.

Wycieki substancji niebezpiecznych dla środowiska należy natychmiast zgłaszać przełożonemu, tak aby możliwe było natychmiastowe rozpozczęcie sprzętania.

Ważne jest również, aby uważać na zużycie energii. Niepotrzebne użycie silników, ogrzewania i oświetlenia powoduje obciążenie środowiska nie tylko dlatego, że zwiększa to zużycie naturalnych źródeł energii, lecz również powoduje to większą emisję gazów.

Do tego dochodzi jeszcze niepotrzebna emisja hałasu i zużycie światła, która ma niekorzystny i szkodliwy wpływ na środowisko, ludzi i przyrodę.

Ważne jest również, aby sortować następujące rodzaje odpadów.

- Odpady organiczne, które należy umieszczać w zielonym kontenerze
- Papier i kartony
- Pozostałe odpady, które należy umieszczać w szarym kontenerze

17. Środki ochrony indywidualnej

Firma Europrofessionals wypożycza wszystkim pracownikom produkcji zestaw środków ochrony indywidualnej (ŚOI).

Skład zestawu może różnić się w zależności od działu i/lub stanowiska i jest dostosowany do standardowych prac. Podczas wprowadzenia zostaną Państwo poinformowani, które środki ochrony indywidualnej należy używać w Państwa przypadku. Środki ochrony indywidualnej, takie jak obuwie ochronne, strój roboczy, kask ochronny, okulary ochronne, środki ochrony słuchu i dróg oddechowych oraz zabezpieczenia przed upadkiem, należy stosować, jeśli wymagają tego prace wiążące się z ryzykiem. W razie konieczności otrzymają Państwo dodatkowe środki ochrony.

Wszystkie środki ochrony dostarczane przez firmę Europrofessionals spełniają ustawowe normy CE w zakresie środków ochrony indywidualnej. Poziom ochrony jest w każdym przypadku podany na danym środku ochrony oraz w dołączonej do niego instrukcji lub podręczniku. Należy zawsze postępować zgodnie z informacjami tam zawartymi.

Firma Europrofessionals prowadzi rejestrację wydawanych środków ochrony. Zastępczy środek ochrony mogą Państwo otrzymać zwracając się w tym celu do swojego przełożonego. Zgubienie jakiegokolwiek części należy zgłaszać swojemu przełożonemu.

Aby zwrócić Państwa szczególną uwagę na konieczność użycia środków ochrony indywidualnej, firma Europrofessionals może poprosić Państwa o podpisanie oświadczenia „Środki ochrony

Regulamin BHP i ochrony środowiska indywidualnej” („Persoonlijke Beschermingsmiddelen”). W oświadczeniu tym podaje się, z jakich środków mają Państwo obowiązek korzystać i jakie jest ich znaczenie.

Są Państwo osobiście odpowiedzialni za konserwację zestawu środków ochrony indywidualnej oraz za utrzymywanie go w dobrym stanie.

Ochronne właściwości tych środków w dużej mierze zależą od stanu, w jakim się one znajdują. Chodzi np. o rozdzarcia oraz olej lub tłuszcz na ubraniu. Są Państwo zatem narażeni na zwiększone ryzyko, które Państwo mogą i muszą samodzielnie wyeliminować.

Dlatego należy dobrze dbać o środki ochrony indywidualnej, które zostały Państwu udostępnione. Konserwację należy przeprowadzać zgodnie z informacjami zawartymi w instrukcji/podręczniku, który otrzymali Państwo wraz z danym środkiem ochrony.

Właściwe zastosowanie i odpowiednia konserwacja gwarantują także dobrą ochronę w trakcie pracy. W razie niewłaściwej konserwacji lub zastosowania środków ochrony firma Europrofessionals wyciągnie wobec Państwa odpowiednie konsekwencje.

Jeśli uważają Państwo, że nie dysponują właściwymi (lub dysponują niewłaściwymi) środkami ochrony indywidualnej, które są niezbędne do bezpiecznego wykonywania pracy, należy natychmiast omówić to z przełożonym.

18. Postawa w trakcie pracy

Określone postawy wymagają dobrej kondycji, ponieważ obciążenie podczas pracy można porównać z wysiłkiem towarzyszącym sportom wyczynowym. Dlatego bardzo ważne jest, aby odpowiednio rozdzielać energię między pracę a wolny czas. Należy przy tym rozróżnić pracę w stałym miejscu (biuro lub praca siedząca) od pracy w różnych miejscach (zadania niezwiązane ze stałym miejscem pracy lub różne miejsca pracy).

19. Stałe miejsce pracy

W stałym miejscu pracy należy zwracać uwagę na:

- postawę siedzącą, należy ustawić biurko tak by móc siedzieć prosto, z łokciami na wysokości biurka. Ramiona, ręce, stopy i plecy muszą być oparte.
- odpowiednie oświetlenie, unikaj sztucznego światła i skieruj biurko w stronę okna.

20. Różne miejsca pracy

Należy:

- przybierać pozycję rozluźnioną podczas leżenia lub stania. Odpowiednie przygotowanie miejsca pracy pozwala dłużej wytrzymać w odpowiedniej pozycji. Nie należy stać lub leżeć na przewodach, wężach lub gałęziach/odpadach drzewnych.
- zadbać o łatwy dostęp do środków pomocniczych. Należy umieszczać je w zasięgu ręki i brać pod uwagę ich ciężar.
- pamiętać, że maksymalny dozwolony ciężar, który można podnieść to 23 kg.
- zadbać o odpowiednie oświetlenie oraz unikać kontaktu oczu z mocnym i szkodliwym światłem.
- nosić odpowiednie ubranie robocze oraz eliminować otwarte lub luźno zwisające części ubrania.

21. Narzędzia elektryczne i maszyny

Każde narzędzie posiada określone zastosowanie i zgodnie z nim powinno się go używać. Należy pamiętać również o tym, iż każde narzędzie wymaga odpowiedniej konserwacji. Każde narzędzie elektryczne zostało zatwierdzone do użytku pod kątem dobrego stanu i działania. Potwierdza to odpowiednia naklejka umieszczona na danym sprzęcie. Na naklejce podano, do którego miesiąca/roku można używać danego narzędzia lub kiedy zostało ono zatwierdzone do użytku. Zabrania się używania narzędzi po upływie daty wyznaczającej konieczność ich ponownego zatwierdzenia lub po

Regulamin BHP i ochrony środowiska
upływie roku od poprzedniego zatwierdzenia. W takim przypadku narzędzia należy zwrócić lub zgłosić koordynatorowi ds. bezpieczeństwa w celu przeprowadzenia ponownego zatwierdzenia.

Podczas użycia narzędzi elektrycznych należy zawsze pamiętać, aby:

- sprzęt utrzymany był w dobrym stanie: należy dbać o jego czystość i brak uszkodzeń.
- nigdy samodzielnie nie przeprowadzać napraw; sprzęt należy oddać do naprawy.
- po zakończeniu pracy danym narzędziem, wyciągnąć wtyczkę z kontaktu.
- nigdy nie kłaść gniazdek na wilgotnym podłożu.
- nie przekraczać zdolności produkcyjnych narzędzi.
- nie używać ich w niewłaściwy sposób.

22. Prace z podnośnikiem

Prace te polegają na przemieszczaniu wolno zwisającego ładunku, do czego z reguły niezbędny jest dźwig. Załadowczy dźwig samochodowy również zaliczany jest do sprzętu dźwigowego. Na każdym dźwigu podany jest jego maksymalny udźwig. Należy zatem zawsze ocenić rodzaj ładunków, które masz zamiar przemieszczać, i przekazać informację o tym przy zamawianiu dźwigu lub omówić to z operatorem dźwigu.

W trakcie prac dźwigowych należy zawsze pamiętać, aby:

- stosować wyłącznie certyfikowany sprzęt.
- każdy sprzęt dźwigowy przed użyciem sprawdzić wizualnie pod kątem uszkodzeń.
- w przypadku zagrożenia upadkiem każdy z pracowników miał na sobie kask ochronny.
- ładunek został właściwie przymocowany i zwiisał stabilnie.
- na ładunku nie znajdowały się żadne luźno leżące przedmioty, a z samego ładunku nie mogły wypaść żadne jego części.
- stabilnie opuścić ładunek.
- do ładunku nie „podwiązano” żadnych innych przedmiotów.
- ładunek był przymocowany do wideł paletowych.

- podać zawsze właściwe wskazówki oraz skonsultować się z operatorem dźwigu.

23. Praca na wysokościach

O pracy na wysokości mowa jest w przypadku wykonywania prac na wysokości powyżej 2,50 metra. Zgodnie z prawem w trakcie tego typu prac konieczne jest zastosowanie bezpiecznego rusztowania, podestów lub platformy roboczej. Zagrożeniu należy zapobiec ewentualnie również poprzez zastosowanie odpowiednich barierek, poręczy lub indywidualnych zabezpieczeń przed upadkiem.

24. Rusztowania przejezdne i drabiny

W przypadku rusztowań przejezdnych należy pamiętać, aby:

- nie powstawały żadne odkształcenia lub aby nie brakowało żadnych części. W innym razie należy natychmiast zgłaszać to przełożonemu lub koordynatorowi ds. bezpieczeństwa.
- na platformach roboczych nie znajdowały się żadne przewody (elektryczne lub gazowe). Przewody należy wieszać na konstrukcji rusztowania. Przy skrzyżowaniach ścieżek przewody należy zakrywać.
- nie wspinać się na rusztowanie, nie umieszczać samodzielnie drabin lub tworzyć platform pomocniczych.
- nigdy nie przemieszczać rusztowań przejezdnych, kiedy znajdują się na nich osoby. Rusztowanie przejezdne powinno poruszać się po utwardzonym podłożu lub po profilach ceowych.
- wchodzić na rusztowanie od środka, przy zablokowanych kołach.
- nigdy nie przemieszczać rusztowań przejezdnych o wysokości większej niż 8 metrów.

W przypadku drabin należy pamiętać, aby:

- ustawiać je na stabilnym podłożu.
- używać ich do lekkich i bardzo lekkich prac.
- zakotwiczyć drabinę, aby zapobiec jej przechyleniu.
- kąt ustawienia wynosił maksymalnie 70°.
- wchodzić i schodzić z drabiny twarzą skierowaną na stopnie.

Regulamin BHP i ochrony środowiska

- sprawdzić ją pod kątem uszkodzeń, które następnie należy natychmiast skonsultować z przełożonym lub koordynatorem ds. bezpieczeństwa.
- w przypadku prac, w trakcie których mamy do czynienia z prądem, korzystać z modeli izolowanych.

25. Podnośniki

W odniesieniu do podnośników obowiązują następujące zasady:

- obsługa wyłącznie przez osoby po instruktażu;
- ustawianie na stałym podłożu;
- zakaz przechylania się przez barierkę w celu wykonania prac.

26. Prace elektrotechniczne

Prace elektrotechniczne wymagają wielkiej staranności. Praca przy instalacjach elektrycznych przeznaczona jest wyłącznie dla odpowiednio przeszkolonych osób, pisemnie wyznaczonych do tego celu przez firmę. Wykonywać można jedynie te prace, do których zostało się wyznaczonym.

W każdym przypadku należy rozpoznać, czy istnieje możliwość odłączenia danej instalacji na czas prowadzenia prac. Praca na instalacjach znajdujących się pod napięciem możliwa jest wyłącznie po uzyskaniu pisemnej zgody dyrektora.

Aby odłączyć instalację od źródła napięcia należy zastosować następujące środki bezpieczeństwa: odłączenie, zablokowanie, testowanie, uziemienie (w razie konieczności) i osłonięcie.

Instalacje elektryczne, narzędzia i środki ochrony indywidualnej w celu bezpiecznego użytkowania muszą spełniać określone warunki, np. muszą być wyposażone w wyłącznik braku napięcia.

27. Pomieszczenia zamknięte

Pomieszczenia zamknięte to miejsca, w których (w wyniku warunków w nich panujących) pracom towarzyszy większe zagrożenie niż w przypadku tych samych prac w normalnych warunkach. Często również powiązanie zagrożeń jest przyczyną zwiększonego zagrożenia. Pomieszczeniami zamkniętymi są: zbiorniki, rury, kanały ściekowe i niskie korytarze umożliwiające dostęp do węzłów sanitarnych budynku.

Zagrożenie nie zawsze jest takie samo, tak więc również środki konieczne do podjęcia są inne. Ważne jest, czy pomieszczenie zostało uprzednio posprzątane, a także jakie prace będą w nim wykonywane.

Należy zawsze pamiętać, aby:

- powietrze zawierało dostateczną ilość tlenu.
- przy wejściu do pomieszczeń nie umieszczać silników spalinowych.
- na czas prac utworzyć „straż” przy wejściu do pomieszczenia.
- zmierzyć obecność substancji niebezpiecznych.
- zapewnić odpowiednią wentylację, również na potrzeby prac.
- zapewnić dodatkową wentylację w przypadku prac spawalniczych.
- w pomieszczeniu nie stosować przewodów tlenowych bez miernika tlenu.
- zastosować urządzenia umożliwiające wyciąganie osób z pomieszczenia.

28. Substancje niebezpieczne

Nie można już wyobrazić sobie pracy bez użycia substancji niebezpiecznych. Oznacza to, że każdy z pracowników będzie miał z nimi kontakt. Dlatego każdy z nich musi wiedzieć, jak się z nimi obchodzić.

Każda substancja niebezpieczna posiada etykietę z symbolem zagrożenia oraz wskazówkami użycia, a także wyposażona jest w kartę bezpieczeństwa. Z etykiety można szybko odczytać wskazówki dotyczące sposobu zastosowania. Karta bezpieczeństwa podaje dokładne informacje dotyczące właściwości produktu, koniecznych do podjęcia środków prewencyjnych i represyjnych, sposobu

Regulamin BHP i ochrony środowiska przechowywania produktu i usuwania jego resztek, jak również dane ekologiczne.

Substancje tego rodzaju należy przechowywać wyłącznie w przeznaczonych do tego celu miejscach. W przypadku tymczasowego zastosowania podczas pracy należy wziąć pod uwagę, że niektóre substancje wzajemnie się nie tolerują i w razie ich kontaktu może dojść do gwałtownej reakcji, pożaru, powstania gazów lub wyparcia tlenu. Dlatego też w przypadku gazów należy pamiętać o tym, że mogą być one cięższe od powietrza, przez co mogą doprowadzać do wyparcia tlenu, a ponadto również doprowadzić do wybuchu, np. w otworze lub we wgłębieniu.

Pracę należy wykonywać wyłącznie zgodnie z instrukcjami oraz korzystając z Karty bezpieczeństwa.

29. Przewody podziemne i zgłoszenia KLIC

Przed rozpoczęciem prac wykopaliskowych i ziemnych należy pozyskać informacje z rejestru KLIC dotyczące położenia kabli i przewodów. Rysunki KLIC powinny być dostępne w miejscu prac. Obecne kable i przewody powinny zostać odszukane i uwidocznione w wykopach próbnym. Uszkodzenia kabli i przewodów powinny być natychmiast zgłaszane odpowiednim organom.

30. Piwnice do przechowywania nawozu

Nawozy różnią się pod względem ilości amoniaku. W niemal wszystkich przypadkach przechowywania nawozów w piwnicach stężenia amoniaku mogą osiągać duże wartości. W określonych okolicznościach, np. przy wysokich stężeniach, amoniak może stanowić zagrożenie. Ważne jest, aby znać właściwości substancji, dlatego poniżej prezentujemy najważniejsze właściwości amoniaku.

Ważne informacje

- Amoniak jest lżejszy od powietrza (co niesie dodatkowe niebezpieczeństwo podczas prac w piwnicach do przechowywania nawozu, gdzie mogą występować jeszcze inne gazy!).
- Niszczy miedź, cynk, aluminium i stopy metali.
- Substancja może dostać się do organizmu poprzez drogi oddechowe. W przypadku ulatniania się tego gazu stężenie w powietrzu może bardzo szybko osiągnąć wartości niebezpieczne dla zdrowia.
- Amoniak działa żrąco na oczy, skórę i układ oddechowy. Wdychanie oparów i mgły może powodować duszności (obrzęk płuc). W poważnych przypadkach może dojść nawet do śmierci.

Środki podejmowane w przypadku prac w piwnicach do przechowywania nawozu

- Nie stosować otwartego ognia, nie wywoływać iskier i nie palić (zapobiegać pożarowi i eksplozji).
- Stosować zamknięty sprzęt, wentylację, urządzenia elektryczne z zabezpieczeniem przeciwwybuchowym i oświetlenie (zapobiegać pożarowi i eksplozji).
- Stosować wyciąg ogólny i miejscowy oraz środki ochrony dróg oddechowych (filtr K) (unikać wdychania).
- Odzież ochronna (unikać kontaktu ze skórą).
- Stosować ochronę twarzy, oczu i dróg oddechowych (unikać kontaktu z oczami).

31. Spawanie, cięcie i montaż instalacji

Prace spawalnicze stwarzają zagrożenia zarówno dla spawacza, jak i dla innych pracowników znajdujących się w pobliżu jego miejsca pracy. Prace spawalnicze wymagają dobrego przygotowania, nie tylko w zakresie jakości, lecz także odnośnie BHP.

Spawacze i monterzy powinny pamiętać, aby:

- odpowiednio przymocować przedmiot pracy.
- w okolicy miejsca pracy, również w przewodzie, nie znajdowały się substancje łatwopalne.

Regulamin BHP i ochrony środowiska

- w miejscu pracy znajdowała się gaśnica.
- osłonić osoby trzecie przed promieniowaniem.
- używać środków ochrony dróg oddechowych zapobiegających wdychaniu pyłów szlifierskich i gazów spawalniczych. Należy również pamiętać o czasowej wymianie filtrów.
- ewentualnie zastosować odsysanie gazów spawalniczych.
- bezpośrednio w trakcie pracy zbierać i sprzątać pozostałości spawalnicze, ścierki oraz odpady.
- używać nieflamliwych i odpowiednio wentylowanych przyłbic spawalniczych.
- używać okularów z filtrem UV.

Pracownicy znajdujący się w pobliżu miejsca prac spawalniczych powinni pamiętać, aby:

- używać ochrony oczu przeciwko promieniom UV.
- zachowywać odległość od miejsca prac spawalniczych ze względu na możliwość kontaktu z iskrami i gazami spawalniczymi.

32. Podnośnik koszowy, koparka i żuraw przejezdny

Ryzyko związane z pracą przy użyciu podnośnika koszowego, koparki i żurawia przejezdnego:

- ryzyko przewrócenia;
- spadające drewno; • wypadnięcie z kosza.

Wyłącznie pracownicy Europrofessionals, którzy ukończyli 18 lat, posiadają przeszkolenie techniczne i przeszli instruktaż dotyczący pracy z podnośnikiem koszowym, mogą pracować z użyciem takiego podnośnika, koparki lub żurawia przejezdnego.

Pracownik asystujący na ziemi powinien zawsze:

- pozostawać w bezpośrednim otoczeniu maszyny;
- zwracać uwagę na ruch drogowy;
- w razie potrzeby zwolnić drogę i kierować ruchem;
- przenieść znaki;
- uprzętnąć gałęzie i kawałki drewna.

33. Prace na maszynach będących w użyciu

Badania dowodzą, że w trakcie prac konserwacyjnych występuje sześciokrotnie większe ryzyko wypadku niż podczas normalnego procesu produkcji.

Konserwacji nie można wykonywać w sposób automatyczny. Aby bezpiecznie przeprowadzić prace konserwacyjne, należy spełnić kilka warunków:

- należy odłączyć maszynę, aby umożliwić bezpieczną konserwację, uniemożliwiając jej ponowne włączenie, np. poprzez użycie zamka lub poprzez wyjęcie z niej bezpiecznika z oprawką.
- należy dokładnie przestrzegać przepisów i instrukcji
- pracownicy powinni posiadać odpowiednie wyszkolenie i doświadczenie
- należy zastosować właściwe ŚOI
- należy odgrodzić miejsce pracy
- narzędzia i aparatura konserwacyjna powinna być bezpieczna i posiadać aktualne zatwierdzenie do użytku
- w przypadku jednoczesnej pracy na jednej instalacji należy skonsultować się z pracownikami zajmującymi się innymi dziedzinami konserwacji

34. Wykaszarki

Korzystanie z wykaszarki nie jest w pełni pozbawione ryzyka. Dotyczy to nie tylko osoby obsługującej, ale i osób w bezpośrednim otoczeniu. Zagrożenia dotyczą przede wszystkim:

- hałasu;
- drgań;
- rozrzuconych obiektów;
- szkodliwych gazów spalinowych;
- obracającego się noża lub głowicy żyłkowej;
- zagrożenia pożarowego.

Pracownicy wykonujący pracę z użyciem wykaszarek mają obowiązek przejścia szkolenia. Stosowanie środków ochrony indywidualnej: obuwia ochronnego, kasku ochronnego, rękawic, środków ochrony słuchu i twarzy jest obowiązkowe. Nikt nie może przebywać w strefie

Regulamin BHP i ochrony środowiska
zagrożenia (ok. 10 metrów). Kask nie jest obowiązkowy, gdy drzewa
lub krzewy są niższe niż 3 metry lub gdy do koszenia używa się żyłki.

35. Silnikowe piły łańcuchowe

Pracownicy wykonujący pracę z użyciem silnikowych pił łańcuchowych muszą mieć ukończone 18 lat, odbyć szkolenie i pracować z asystą. Wymagane środki ochrony indywidualnej to obuwie ochronne lub buty z cholewą, spodnie dla pilarzy, kask ochronny, środki ochrony słuchu i twarzy.

Piły łańcuchowej można używać tylko na poziomie podłoża. W związku z gazami spalinowymi nie wolno wykonywać prac w zamkniętych pomieszczeniach, dołach bądź w przypadku braku wiatru lub zamglenia. Regulację łańcucha lub tarczy oraz smarowanie lub czyszczenie można przeprowadzać wyłącznie przy wyłączonym silniku. W związku ze szkodliwymi drganiami należy regularnie robić przerwy na odpoczynek. Nikt nie może znajdować się w strefie zagrożenia, tj. w promieniu 2 metrów oraz w pobliżu spadających gałęzi i drzew.

36. Rozdrabniarki do drewna

Osoby postronne i pojazdy powinny znajdować się w bezpiecznej odległości. Należy pamiętać, aby rozmiar rozdrabnianego materiału odpowiadał parametrom maszyny (wyłącznie cienkie gałęzie). Obowiązkowe są następujące środki ochrony indywidualnej: kombinezon do rozdrabniania, obuwie ochronne, środki ochrony twarzy, kask ochronny, środki ochrony słuchu i rękawice. Należy uważać, aby nie dotknąć ścianek podajnika. Podczas obróbki dużych gałęzi należy uważać na rozrzucone końcówki. Aby usunąć zator, należy najpierw wyłączyć rozdrabniarkę.

37. Kosiarki

Podczas używania kosiarek należy pamiętać o następujących zasadach:

- na koszonej powierzchni nie mogą znajdować się niebezpieczne przedmioty;
- należy mieć na uwadze ruch drogowy, w tym rowerzystów i pieszych;
- nie rozpoczynać pracy na nachylonych powierzchniach;
- wyłączać jednostkę koszącą poza trawnikiem;
- podczas napraw lub regulacji wyłączać noże;
- noże należy w miarę możliwości osłaniać;
- w razie potrzeby regulacji lub kontroli wrzecion nigdy nie używać rąk, ale drewnianego przedmiotu;
- cofać mechanizm wyłącznika przy użyciu kijka o długości co najmniej 30 cm;
- gdy operator wychodzi z samojezdnej maszyny, noże muszą zatrzymać się automatycznie;
- zawsze należy stosować obuwie ochronne oraz środki ochrony słuchu przy poziomie hałasu przekraczającym 85 db(a).

38. Ciągniki

Kierowcy muszą posiadać odpowiednie kwalifikacje do pracy z ciągnikiem. Obsługa ciągnika przez osoby poniżej 18 lat jest zabroniona. Jednakże osoby w wieku 16 lub 17 lat mogą zdawać egzamin na prawo jazdy na ciągnik w szkołach rolniczych i ogrodniczych. Podczas obsługi ciągnika muszą one być w stanie okazać takie prawo jazdy.

Ciągnik można uruchomić dopiero, gdy operator i ewentualny pasażer zajmą swoje miejsca.

Zabrania się wsiadania i wysiadania z jadącego ciągnika. Prędkość jazdy należy dostosować do warunków, tj. poboczy, wzniesień, brzegów i nawierzchni drogi.

Regulamin BHP i ochrony środowiska

Podczas pracy na wzniesieniach wystające urządzenia muszą znajdować się po wyższej stronie wzniesienia.

Dźwignia dyferencjału musi być wyłączona na każdym zakręcie (podczas pracy) oraz podczas jazdy po drogach. Jeśli to możliwe, blokada ta nigdy nie może być zabezpieczona.

Jeśli wystąpi ryzyko przewrócenia ciągnika z kabiną, ramą lub wspornikiem bezpieczeństwa, najbezpieczniejszym sposobem jest mocne zaciśnięcie rąk na kierownicy i pozostanie na miejscu.

Wyskakiwanie z ciągnika jest skrajnie niebezpieczne.

Fotel w kabinie powinien być dostosowany do danego kierowcy.

Oznacza to między innymi oparcie regulowane pod względem wysokości i kierunku jazdy. Podłokietniki i siedzisko. Fotel musi też w odpowiednim stopniu tłumić drgania.

39. Przyczepy i maszyny do obróbki ziemi

Przyczepy i maszyny będące w stanie spoczynku powinny zostać bezpiecznie ustawione. Należy przy tym również poświęcić dodatkową uwagę podłączaniu i odłączaniu oraz oświetleniu.

Prace można wykonywać wyłącznie przy pomocy przeznaczonych do danego celu i będących w dobrym stanie technicznym przyczep i maszyn. Szczególną uwagę należy poświęcić również wałom przekaźnikowym, wałom pośrednim, instalacjom hydraulicznym i elektrycznym oraz układowi hamulcowemu.

Zabrania się stania lub siedzenia w miejscach niebezpiecznych, takich jak dyszel przyczepy, układ głowicowy czy (wysoki) ładunek.

W przypadku łączenia ze sobą pojazdów, o ich prędkości decyduje maksymalna prędkość pojazdu osiągającego najmniejszą prędkość.

W przypadku jazdy w pochyłym terenie należy zastosować dodatkowe urządzenia zabezpieczające układ hamulcowy i ładunek. Ładunek należy na przykład związać przy użyciu dodatkowych sznurów.

Osobom poniżej 18 roku życia zabrania się podłączania i odłączania przyczep i maszyn.

Uruchomione maszyny do obróbki ziemi powinny być odpowiednio osłonięte za pomocą osłony bezpieczeństwa. Chodzi tu np. o glebogryzarki, przekopywarki i wały przekaźnikowe. W szczególności należy pamiętać o osłonie wału przekaźnikowego, która musi być zawsze zatwierdzona i bezpieczna!

Maszyny do obróbki ziemi napędzane przy pomocy wału przekaźnikowego należy wyłączyć przed ich podniesieniem. Również maszyny posiadające inne napędy przed użyciem powinny znajdować się w stanie spoczynku. Dotyczy to również napełniania np. rozsiewaczy nawozu, siewników oraz rozsiewaczy piasku i soli. W wielu przypadkach zalecane jest zastosowanie odpowiedniej kabiny, która zapewnia ochronę przed hałasem, niepokodą oraz osłania operatora maszyny przed np. pyłem, nieprzyjemnym zapachem, parą i spalinami. W przypadku prac, w trakcie których powstaje dużo pyłu zalecamy zastosowanie filtra przeciwpyłowego.

40. Linie wysokiego napięcia

Prace w pobliżu linii wysokiego napięcia objęte są następującymi zasadami:

- należy wcześniej skontaktować się z przedsiębiorstwem użyteczności publicznej i administratorem linii;
- korzystanie z metalowych drabin jest zabronione;
- maszyny i narzędzia, które mogą zetknąć się z linią, mogą być stosowane wyłącznie po odłączeniu zasilania i muszą być wyposażone w wyłącznik bezpieczeństwa z regulacją wysokości oraz gumowe opony;
- uszkodzenia powinny być natychmiast zgłaszane odpowiednim organom.

41. Prace wykopowe

Podczas prac wykopowych obowiązują następujące zasady:

Regulamin BHP i ochrony środowiska

- ścianki należy zabezpieczyć w taki sposób, aby wyeliminować ryzyko zawalenia;
- po obu stronach wykopu muszą być w stanie stanąć 4 dorosłe osoby;
- materiał do stemplowania musi być regularnie sprawdzany pod kątem sprawności i niezawodności. Podstawę pod stemple należy przechowywać w suchym miejscu;
- podczas kopania grobu grabarz ma obowiązek nosić obuwie ochronne i kask;
- koparkę cmentarną może obsługiwać wyłącznie przeszkolony personel.

Praca w miejscach pochówku może wiązać się z obciążeniem psychicznym. Jeżeli pracownik nie radzi sobie z nim i potrzebuje pomocy, powinien zgłosić się do przełożonego lub osoby zaufania.

42. Opróżnianie pojemników na odpady i sprzątanie śmieci

Podczas sprzątania śmieci występuje ryzyko skaleczenia. Szczególnie podczas opróżniania pojemników na odpady istnieje ryzyko infekcji wskutek ukłucia igłami. Należy nosić mocne rękawice ochronne i dbać o ochronę skóry i oczu.

43. Dozwolone obciążenia fizyczne

Poniżej wymieniono (ustawowe) wytyczne i normy BHP dotyczące wykonywania prac wymagających dużego wysiłku.

Podnoszenie

- Nie należy podnosić więcej niż 23 kg (mężczyźni), w przypadku kobiet ciężar ten ustalono na 18 kg.
- W przypadku ciężarów większych niż 23 kg należy zastosować urządzenia podnoszące, takie jak np. przenośnik pochyły, lub wykonywać podnoszenie w kilka osób.

- Podczas podnoszenia nie należy nadmiernie obciążać kręgosłupa. Innymi słowy: ładunek należy chwycić na ugiętych kolanach i z wyprostowanymi plecami.
- Ładunek należy trzymać możliwie najbliżej ciała
- Przygotowując się do podnoszenia należy przyjąć wygodną i rozluźnioną pozycję i stanąć tuż przed ładunkiem
- W przypadku podnoszenia większej ilości ładunków, zadbać o to, aby znajdowały się one na wysokości ok. 75 cm
- W cięższych warunkach może wystąpić konieczność obniżenia maksymalnej wagi podnoszenia.

Pchanie i ciągnięcie

- Lepiej jest pchać niż ciągnąć
- Maksymalny ciężar pchania wynosi 50 kg.
- Maksymalny ciężar ciągnięcia wynosi 50 kg.

Praca w pozycji siedzącej i stojącej

- W trakcie pracy każdy pracownik musi posiadać przestrzeń umożliwiającą regularną zmianę pozycji
- Należy używać regulowanych siedzeń roboczych
- Siedzenie lub stanie w jednej pozycji dłużej niż 4 godziny jest zbyt monotonne, należy zadbać zatem o urozmaicenie

44. Regulamin obowiązujący w mieszkaniach firmy Europrofessionals

1. W mieszkaniu należy utrzymywać porządek. Śmieci wyrzucać do przeznaczonych do tego pojemników lub kontenerów. Śmieci oraz worki na śmieci składowane wokół mieszkania są zabronione. Odstępstwem od tej reguły jest dzień wywozu śmieci lub osobne zezwolenie z biura.
2. Utrzymuj otoczenie wokół domu w czystości. Staraj się również regularnie dbać o ogród.
3. Pamiętaj o mieszkających sąsiadach wokół siebie. Zabronione jest hałasowanie i zakłócanie spokoju niekontrolowanym spożyciem alkoholu.

Regulamin BHP i ochrony środowiska

4. Stosuj się do holenderskich zasad ruchu drogowego i parkuj samochód tak, żeby nie przeszkadzał innym mieszkańcom. 5. Wszystkie szkody w mieszkaniu należy niezwłocznie meldować w biurze.
6. Za szkody poczynione umyślnie odpowiada osoba, która się do tego przyczyniła.
7. Zabronione jest przebudowywanie mieszkania bez pozwolenia biura Europrofessionals.
8. Nie zamykaj pokoju na klucz przed wyjazdem na wakacje, jest to możliwe tylko po uzgodnieniu tego z biurem Europrofessionals.
9. Otwieraj okno w pokoju dla odświeżenia powietrza i dla wentylacji.
10. Przed wyjazdem do Polski na stałe, należy oddać klucze osobie z Europrofessionals.
11. Mieszkania są często kontrolowane przez przedstawicieli Europrofessionals.
12. Zabrania się hodowania zwierząt w domach Europrofessionals.

45. Regulamin użytkowania samochodów należących do firmy Europrofessionals

1. Utrzymuj czystość w samochodzie należącym do Europrofessionals.
2. Zabronione jest palenie papierosów i narkotyków w autach należących do Europrofessionals.
3. W przypadku uszkodzenia karoserii należy to niezwłocznie zgłosić do biura.
4. Kierowca auta Europrofessionals musi przestrzegać holenderskich przepisów drogowych. Wykroczenia będą karane mandatem w wysokości 75 euro.
5. Kwota za mandat ściągana będzie z wypłaty.
6. Zabronione jest korzystanie samochodu firmowego Europrofessionals na potrzeby prywatne. W razie użycia przejechane kilometry odliczone zostaną z wypłaty w kwocie 0,50 eurocentów za kilometr.

46. Zastosowane skróty

BHP Bezpieczeństwo i higiena pracy
ŚOI Środki ochrony indywidualnej

47. 10x bezpieczeństwo

1. Bezpieczeństwo nie jest sprawą oczywistą.
2. Zawsze dawaj dobry przykład.
3. Wspólnie odpowiadamy za nasze bezpieczeństwo.
4. Przestrzegaj zasad.
5. Natychmiast zgłaszaj niebezpieczne sytuacje.
6. Utrzymuj swoje miejsce pracy w czystości.
7. Używaj środków ochrony indywidualnej.
8. Zapoznaj się z procedurami awaryjnymi.
9. Jakość to klucz do bezpieczeństwa.
10. Bezpieczeństwo to zasługa człowieka, zagrożenia również.

Bezoekadres:

Nordhornsestraat 97C
7591 BD Denekamp

Postbus 108

7590 AC Denekamp Tel.:
0541 356025

E-mail: info@europrofessionals.nl www.europrofessionals.nl