

Skripta
iz područja osposobljavanja za rad na siguran način

PREDGOVOR

Ove upute izrađene su prema posebnom programu osposobljavanja za siguran rad na konkretnim poslovima i zadacima. Prema tome, one su dodatna znanja koja nisu sadržana u općem programu osposobljavanja, odnosno u uputama gdje su opisane opće opasnosti kojima su izvrnuti radnici na radu.

Naime, priroda posla koji obavljate čini značajniju opasnost ugrožavanja vašeg života i zdravlja te života i zdravlja ostalih radnika u vašoj okolini. U ovim uputama podrobno su obrađena posebna pravila zaštite na radu, odnosno način na koji se moraju izvoditi pojedini poslovi i radni postupci.

Prema tome, da bi vaše osposobljavanje za rad na siguran način bilo cijelovito, potrebito je da usvojite opća znanja sadržana u knjižici "Uvod u zaštitu na radu" koja je namijenjena svim radnicima te posebna znanja sadržana u ovim uputama, što su vam potrebna za obavljanje vaših poslova i zadataka.

Dobro proučite ove upute, upoznajte se s opasnostima na poslovima koje obavljate te postupite u skladu s predloženim pravilima zaštite na radu. Ako u ovim uputama nisu sadržane sve opasnosti i pravila zaštite s kojima se susrećete na radu, upozorite na to svojeg neposrednog rukovoditelja i zatražite da vam se osiguraju i drugi obrazovni materijali.

Uvjereni smo da ćete na osnovi tako usvojenih znanja pridonijeti svojoj osobnoj sigurnosti, pa i sigurnijim uvjetima rada u vašoj organizaciji.

KRETANJE NA RADU

Na radnim površinama po kojima se kreću radnici na održavanju čistoće mogući su padovi radnika. Najčešći uzroci padova jesu oštećeni ili klizavi podovi, uvinuti i oštećeni sagovi, nezaštićeni otvori u podu, rad s neispravnim ljestvama itd.

Poznato je da će ozljeda od pada biti teža, što je visina s koje pad može uslijediti veća. Pad na površini po kojoj se hoda, na ravnom podu, može također uzrokovati ozljede, često s vrlo teškim posljedicama.

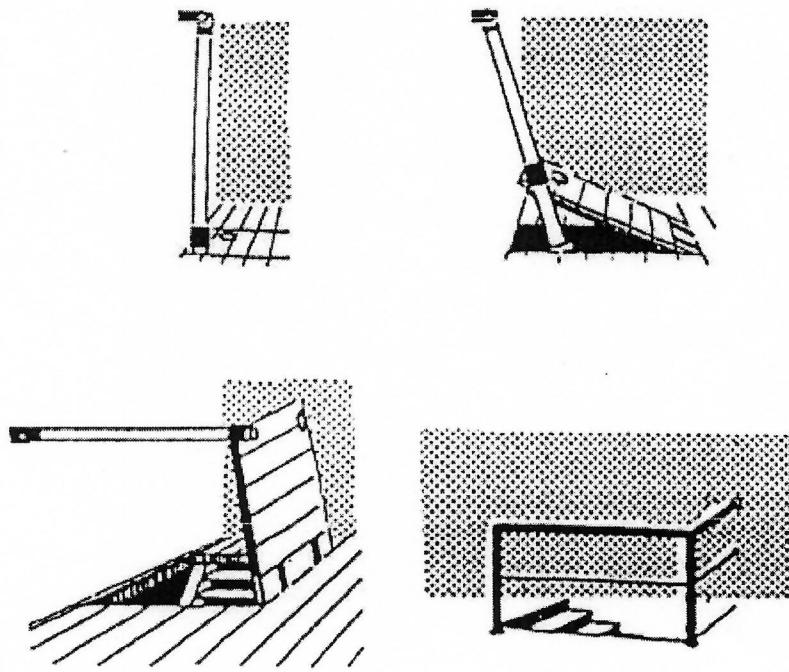
Da bi se spriječile ozljede zbog padova, posebnu pozornost treba posvetiti izvedbi i održavanju površina po kojima se kreću zaposleni radnici, a pri kretanju se trebaju poštovati određena pravila sigurnosti.

Podove treba besprijekorno održavati kako bi se spriječili padovi, npr. zbog prolivene tekućine, razbacanog materijala, zakrčenih prolaza, oštećenih podova itd.

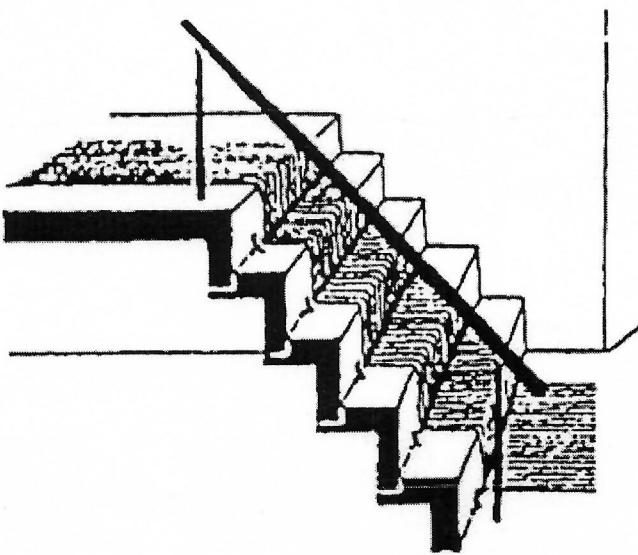
Sagovi mogu biti opasni ako su postavljeni na glatke podove, ako se na uglovima zavrću, ako su oštećeni ili ako na stubama nisu pričvršćeni šipkama. Zato sagovi moraju biti zaštićeni od klizanja odgovarajućim podlogama od mreže ili slično, a u kutovima trebaju biti pričvršćene trokutaste pločice od metala za zaštitu od uvijanja.

Otvori u podu koji služe za silaženje u podrumske prostorije, potom otvori za dizala, energetski kanali, instalacije, revizijska okna i slično, moraju biti zaštićeni od padova na odgovarajući način. Oni se najčešće zaštićuju čvrstim ogradama ili poklopциma.

Zaštita otvora u podu može biti izvedena i tako da poklopac u otvorenom položaju služi kao zaštitna ograda.



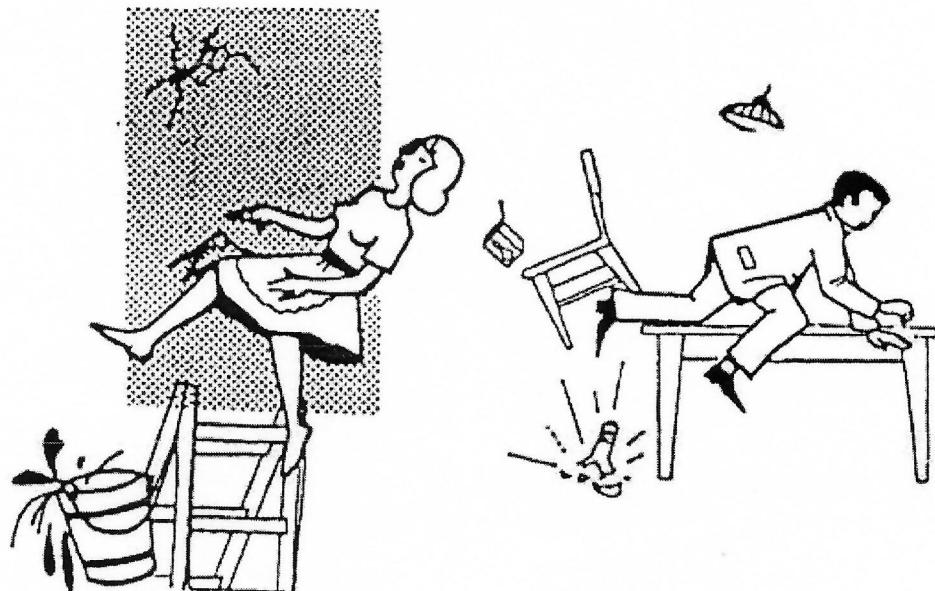
Svi otvori u podu moraju biti zatvoreni poklopcem ili ogradieni ogradom. Ako primijetite da to nije učinjeno, odmah o tome obavijestite svojeg rukovoditelja ili osobu zaduženu za održavanje. Ne dirajte privremeno postavljenu ogradu. Ona služi za vašu zaštitu. Ako su na stubama postavljeni sagovi, oni trebaju biti dobro učvršćeni i zategnuti šipkama i to posebno na svakoj stubi.



Stube moraju imati ogradu s rukohvatom za zaštitu od pada.

Poslovi koji se obavljaju na povišenim mjestima, kao što su pranje prozora, vješanje zavjesa, ili otklanjanje paučine, predstavljaju opasnost od padova. Najčešći uzroci ozljeda u ovim slučajevima jesu improvizirane radne platforme od stolica i sanduka te nepodesne ili oštećene, odnosno neodgovarajuće ljestve.

Opasnosti od pada postoje i onda ako ljestve nisu propisno izvedene ili su izrađene od lošeg materijala, odnosno ako se slomi prečka, razmaknu dvostrane ljestve, ili se pak ljestve okliznu na glatkom betonskom podu ili parketu.

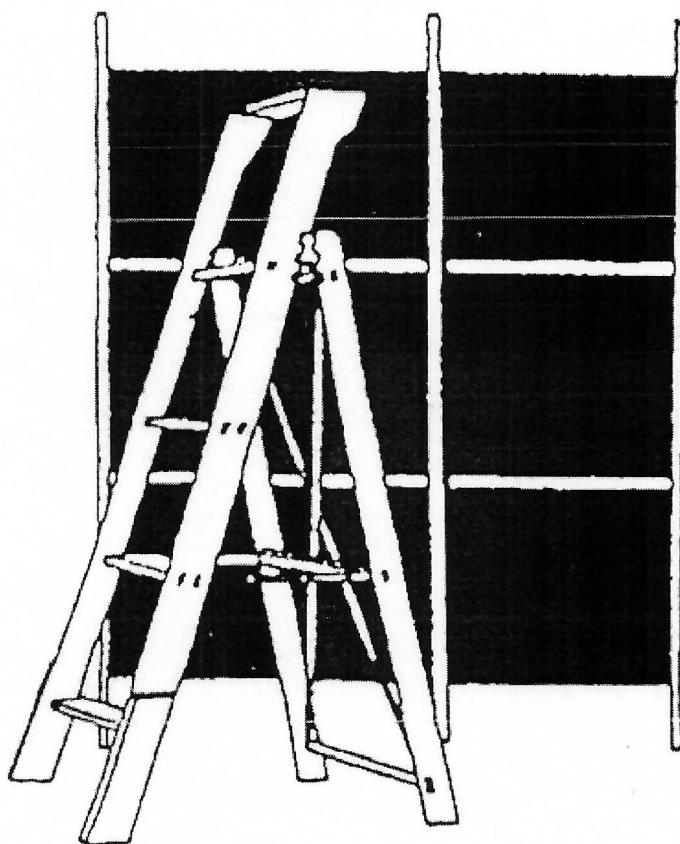


Za zaštitu od padova, kada se radovi obavljaju na povišenim mjestima, upotrebljavajte samo ispravne i odgovarajuće ljestve.

Ljestve su obično izrađene kao jednostrane ili dvostrane, a izbor ovisi o prirodi posla što ga treba obaviti.

Dvostrane ljestve za sklapanje moraju imati sigurnosnu prečku za oslonac tijela ili ruke te dasku za odlaganje pribora za čišćenje.

Uzdužne prečke trebaju biti s obje strane povezane lancem ili na neki drugi način koji će spriječiti razmicanje ljestava.



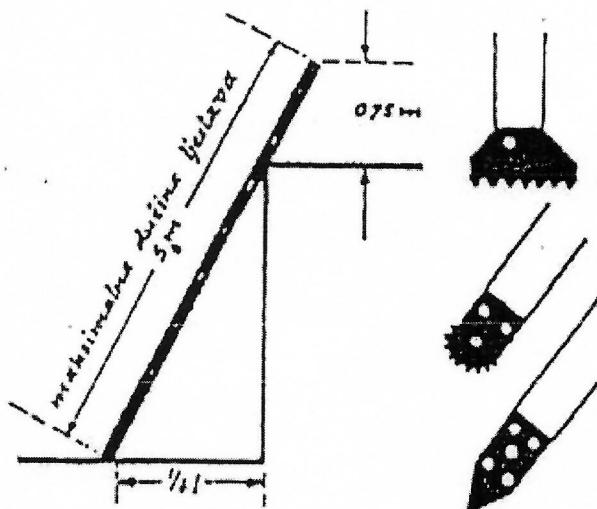
Upotrebljavajte uvijek samo potpuno ispravne i sigurne ljestve. Prije upotrebe kontrolirajte njihovu ispravnost.

Jednostrane ljestve za naslanjanje se rijđe upotrebljavaju, ali su katkada nužne za neke poslove. Pri tome ljestve se mogu okliznuli na glatkom parketu ili betonskom podu, a mogu se prevrnuti zbog toga što su neispravno postavljene.

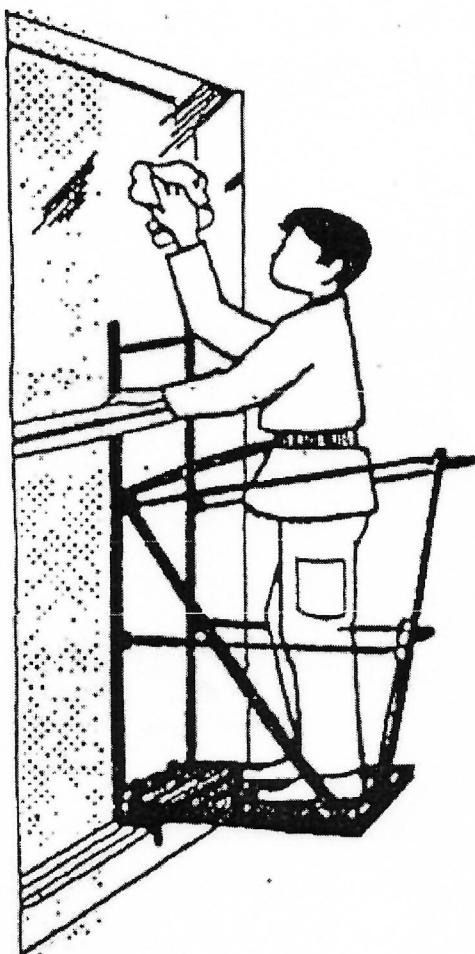
Ne obavljajte rad na jednostranim ljestvama ako nisu osigurane od klizanja ili prevrtanja.

Na jednostranim ljestvama moraju biti postavljene papučice koje sprečavaju klizanje, a s gornje strane luk za učvršćenje, kako bi se izbjeglo pomicanje ljestava.

Da spriječite prevrtanje s ljestvama, postavljajte ih pod određenim kutom.



Prozori koji su visoko postavljeni trebaju imati napravu za otvaranje visokih prozorskih krila s poda. Ako takva naprava ne postoji, nipošto se ne smiju prozori otvarati penjanjem na stolice, stolove i sl.



Ako se prozori ne mogu oprati ili očistiti iz same prostorije, potrebito je poduzeti sigurnosne mjere.

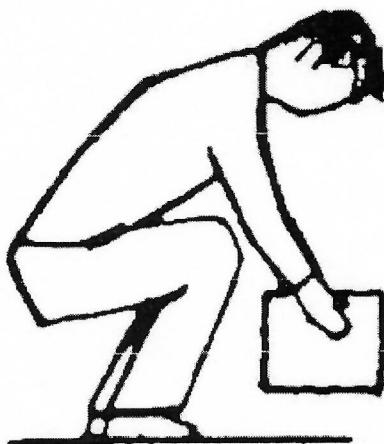
Kod ovih poslova upotrebljavajte samo pomične prozorske ljestve i ne zaboravite se vezati.

Ako prozorska okna morate prati s vanjske strane tako da stojite na okviru prozora, činite to samo uz primjenu zaštitnog pojasa i užeta vezanog za sigurnu kuku ugrađenu u okvir prozora ili zid. Uže vežite što kraće, toliko da vam omogućava pranje uz pridržavanje rukama za rub prozorskog okvira.

Ono vam ne smije služiti kao oslonac pri radu već samo da spriječi pad s visine u slučaju poskliznuća ili nekih drugih nepredviđenih okolnosti (vrtoglavica, nesvjestica i sl.).

DIZANJE I PRIJENOS PREDMETA

Za podizanje, prijenos i odlaganje težih predmeta radnici, uglavnom, nisu posebno uvježbani. Zbog toga se brzo umaraju, njihov radni učinak opada, a povećava se i mogućnost ozljeđivanja. Najčešće se događa da radnik ozlijedi kičmu, zglobove ili mišiće. Za dizanje i prijenos većih tereta (žene iznad 20 kg, muškarci iznad 30 kg) zahtijevajte pomoć još jednog radnika. Teret dižite iz čučnja, mišićima ruku i nogu, kako ne biste sijviše opteretili kralješnicu.



ELEKTRIČNA STRUJA

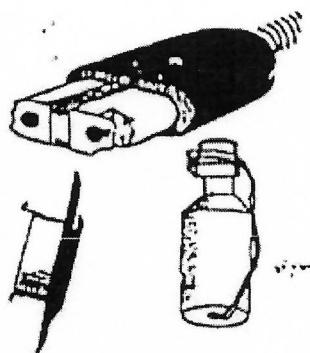
Opasnost od električne struje pojavljuje se za zaposleno osoblje i u onim slučajevima kada električne instalacije i pribor, strojevi i uređaji, razne naprave itd. nisu ispravni, odnosno nisu izvedeni ili održavani tako da se onemogući dodir s dijelovima koji bi u bilo kojem slučaju mogli doći pod napon. Naime, kao što je poznato, u slučaju dodira čovjeka s dijelovima pod naponom kroz tijelo može protjecati struja takve jakosti, da to može uzrokovati vrlo teške, pa čak i smrtnе posljedice.

Najčešće nezgode nastaju zbog direktnog dodira s dijelovima na prenosivim električnim uređajima kao što su usisavači prašine, laštalice za parkete, i drugo, i to zbog oštećenja izolacije na dovodnom kabelu, na sklopki ili kućištu, kao i zbog oštećenja utikača i priključnice. Zbog toga je potrebito voditi neprekidno računa o ispravnom održavanju električnih instalacija i pribora te električnih strojeva, uređaja i naprava.

Električne instalacije i pribor moraju biti tako izvedene i održavane da nigdje ne postoji opasnost od direktnog dodira. Razvodne kutije, kutije s osiguračima, priključnice itd. moraju biti stalno pokrivene i zatvorene, kako ne bi nastao direktni dodir.

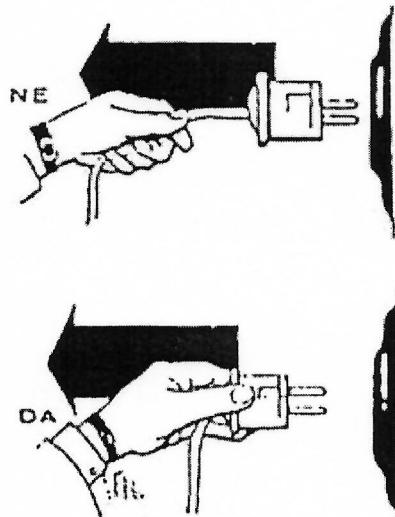
Ako primijetite da su prekidač, priključnice ili utikač oštećeni, napuknuti, ili ih uopće nema, odmah na tu opasnost upozorite rukovoditelja ili osobe zadužene za održavanje.

Popravke ili izmjene-'osigurača ne obavljajte sami. Osigurače smiju mijenjati samo ovlaštene osobe, a "krpanje" osigurača je zabranjeno.



Električni strojevi, uređaji i naprave moraju biti tako održavani da rad s njima bude uvijek siguran.

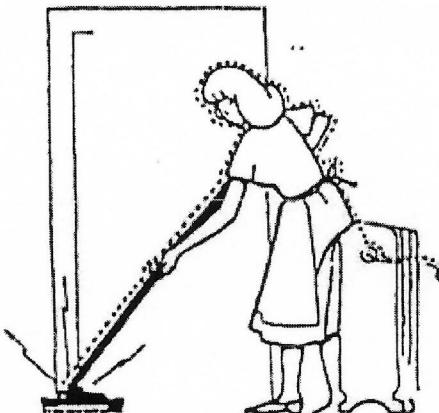
Priključni kabeli, uvodna mjesta, sklopke, utikači i ostali dijelovi moraju biti ispravni, dobro izolirani, neoštećeni, kako ne bi nastao direktni dodir.



Ako primijetite da se neki priključni kabel oštetio, zahtijevajte da ga se izmjeni.

Utikač izvlačite uvijek povlačenjem za tijelo utikača, jer ćete na taj način sačuvati izolaciju, pa neće postojati opasnost od dodira s vodičem pod naponom.

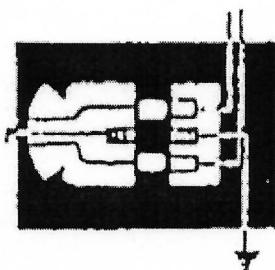
Može se dogoditi da nastane dodir s dijelovima pod naponom, u slučaju da se dodirne vanjski metalni dio električnog stroja, uređaja ili naprave, tj. onaj koji se tijekom rada normalno drži u ruci ili dodiruje rukom. To je opasnost od pojave indirektnog dodira. Ta pojava može biti vrlo opasna, jer je opasnost skrivena i javlja se nenadano, i to u slučaju proboja izolacije unutar kućišta (npr. na namotaju elektromotora, na grijaćem elementu i sl.). Na rasvjetnim tijelima ova opasnost može se pojaviti ako se izolacija na vodovima unutar svjetiljke ošteti.



Ako čovjek dodiruje kućište stroja ili uređaja na kojem je nastao proboj izolacije, a pritom stoji na podu ili je u dodiru s uzemljenim dijelovima (npr. radijator), to može uzrokovati udar električne struje.

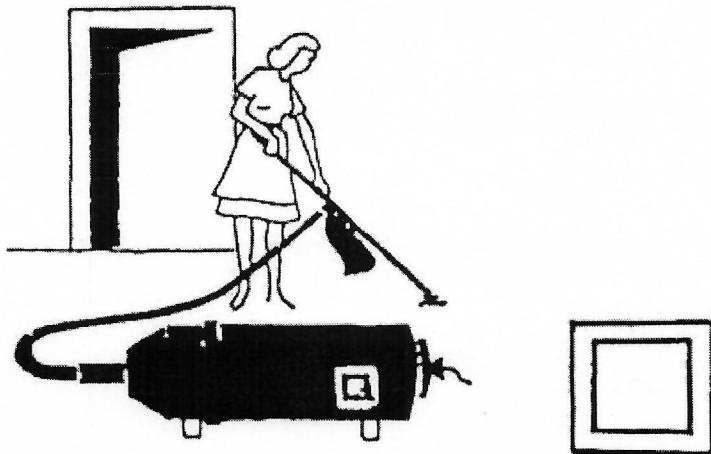
Ako su električni strojevi i uređaji izvedeni tako da se zaštita od indirektnog dodira postiže zaštitnim uzemljenjem ili nulovanjem, tada ovi uređaji moraju biti opskrbljeni utikačem sa zaštitnim kontaktom. Priključnice na koje su ti uređaji priključeni također moraju imati zaštitni kontakt.

Za rad s električnim strojevima i uređajima upotrebljavajte samo ispravne utikače i priključnice sa zaštitnim kontaktom.



Zahtijevajte povremeno ispitivanje zaštite na instalacijama i uređajima.

Strojevi i uređaji izvedeni sa zaštitnim izoliranjem posebno su označeni sa dva četverokuta jedan u drugome. Takvi uređaji nemaju priključni pribor (utikač i priključnicu) sa zaštitnim kontaktom.

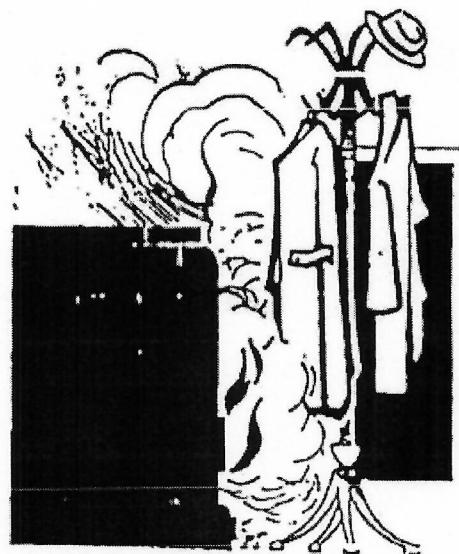


Ako upotrebljavate uređaje sa zaštitnom izolacijom, pazite na posebnu oznaku.

POŽAR

Peći, grijači, kuhalja, pribor za pušenje i slično često mogu izazvati požar u uredskim prostorijama. Upaliti se može papir, drveni predmeti, zastori, odjeća, ljepila, lakovi i drugo.

Ako se prostorije zagrijavaju pećima na kruta goriva, tada se moraju izvoditi, održavati i koristiti prema uputama proizvođača. Sanduci za gorivo trebaju biti, u pravilu, metalni te se nalaziti podalje od peći. Ispred ložišta peći moraju se postaviti metalne tave - podmetači za skupljanje rasutog goriva i gareži.



Za potpaljivanje ne smije se upotrebljavati tekuće gorivo. Pri potpaljivaju uljnih peći postupite točno prema uputi proizvođača.

Boćice od mirisa ili lakova, ispražnjene doze za raspršivanje (sprej), tube od ljepila i slične predmete nemojte bacati u peć jer mogu naglo planuti, pa čak i eksplodirati.

Kod peći i štednjaka na tekuće gorivo uglavnom postoje opasnosti od požara zbog nepravilnog rukovanja uređajem ili gorivom te lošeg održavanja. Zato je potrebito da se peći redovito održavaju te da osoblje poštuje upute za rukovanje.

Spremnići, koje koristite za svakodnevnu upotrebu, moraju biti od nezapaljivog materijala, a volumena do najviše 25 litara.



Zahtijevajte da takvi spremnici imaju lijevak za sigurnije i lakše ulijevanje goriva u pec

Ulijevajte gorivo u peć samo onda kad je peć potpuno hladna. Ako pri ulijevanju gorivo prolijete po peći, odmah ga očistite, a poklopac spremnika nakon ulijevanja dobro zatvorite.

Prije nego što peć potpalite provjerite da u ložištu nema previše goriva. Ako se plamen ugasi, ponovno paljenje obavite tek nakon što se peć ohladila.

Pri upotrebi peći na kruta goriva naročito treba paziti da se ne usisava pepeo sa žarom. Sličnu opasnost predstavlja i usisavanje neugašenih opušaka.

U slučaju nastanka požara svaka intervencija treba biti brza i djelotvorna. Zbog toga se u radnim prostorijama moraju nalaziti aparati za početno gašenje požara, a radnici moraju znati njima rukovati.



Pristup uređajima za gašenje, vatrogasnim aparatima, požarnim hidrantima i slično mora biti slobodan.

Pazite da svojim radom ne izazovete požar. Ako na njega nađete, odmah obavijestite vatrogasnu službu i pristupite gašenju postojećim priručnim sredstvima.

Broj dežurne vatrogasne službe je 93.

NEPOVOLJAN POLOŽAJ TIJELA PRI RADU

Pri čišćenju i pranju radnog prostora radnici vrlo često cijelo svoje radno vrijeme provedu u jednom prisilnom položaju tijela - stajanju. To može znatno utjecati na promjenu u kostima i zglobovima, kao i na poremećaje u krvotoku. Dugotrajno stajanje može uzrokovati pojavu ravnih stopala, proširene vene na nogama, a ako se osim toga dižu i nose tereti, mogu se pojaviti i poremećaji u trbušnoj šupljini, npr. trbušna kila.

Zbog toga se na radna mjesta na kojima se za vrijeme rada stalno stoji ne bi smjele zapošljavati osobe s kroničnim bolestima krvnih žila na nogama, kao što su proširene vene, cirkulacijske smetnje, edemi, ulcusi itd., kao ni osobe s promjenama na koštanom, mišićnom i zglobnom sustavu nogu i kičme, kao što su spuštena stopala, deformiteti zglobova i kičme te teži reumatski procesi koji mogu uzrokovati funkcionalne promjene.

Zaštita od utjecaja stalnog nepovoljnog položaja tijela pri radu u ovom slučaju jesu češći odmori tijekom rada, sa sjedenjem. Osim toga, potrebito je pri radu upotrebljavati odgovarajuću obuću s ortopedskim uloškom.

U slobodno vrijeme preporuča se aktivni odmor sa češćim šetnjama i bavljenje športom.

PODSJETNIK ZA SPREČAVANJE OPASNOSTI I ŠTETNOSTI

- Neke od osnovnih opasnosti pri vašem radu možete spriječiti ako posebnu pozornost posvetite osobnoj higijeni. Prije uzimanja hrane dobro operite ruke, a po završetku rada cijelo tijelo. Za vrijeme rada izbjegavajte postupke kojima se organizam može zaraziti (brisanje znoja rukama, trljanje očiju, dodir usana pri pušenju i sl.).
- Pri radu s uređajima na električni pogon (usisavači, strojevi za laštenje podova i sl.) upotrebljavajte produžne kabele, a oni moraju odgovarati svojoj namjeni. Zabranjeno je bilo kakvo improviziranje i spajanje kabela sa žicom, gunicama, konopcem i omotavanje ljepljivom trakom i sl.
- Pri čišćenju sanitarnog prostora upotrebljavajte obvezno zaštitne rukavice, zbog nagrizajućeg djelovanja sredstava za čišćenje, kao i zbog opasnosti od zaraze.

Osobna zaštitna sredstva koja su vam stavljeni na raspolaganje obvezno upotrebljavajte, čuvajte ih u ispravnom i čistom stanju, a u slučaju oštećenosti zamijenite. ■

Pri prijenosu alata, pribora i sredstava za rad, košara s otpatcima i sl. posebnu pozornost posvetite prostoru po kojem se krećete, kako bi izbjegli pos- kliznuća ili spoticanja i padove, odnosno udaranje u okolne predmete.

*Man a nnrlo7no nnn řiřn i /hnrlml/o rtrihnl ol/n in fr\ r\/-*froKnr\ nrtritn i
iiiuiaz-iiio puv ylluUllir\o, oiuuuj, at\l\ jo ivj puUGUllu, pellie uz-uu^uu*

do polovine, da izbjegnete priljanje netom opranih površina i omogućite prolaz ostalih osoba, a alat odložite na stranu koju perete, kako se netko ne bi na njega spotaknuo i pao.

- Pranju prozora, također, posvetite posebnu pozornost. Pribor smjestite tako da se ne morate sagibati ispod otvorenih prozorskih okvira jer se pri podizanju možete značajno ozlijediti. Prozorska okna koja se mogu razdvojiti radi pranja unutarnjih površina stakla nakon pranja dobro zatvorite.
- Primijetite li bilo kakve neispravnosti ili opasnosti koje ovdje nisu navedene, obavijestite o tome svojeg neposrednog rukovoditelja, koji će poduzeti mjere da se one otklone.

SIGURAN RAD PRI ODRŽAVANJU ZELENIH POVRŠINA

PRI ODRŽAVANJU ZELENIH POVRŠINA MOGU SE POJAVITI RAZNE VRSTE OPASNOSTI, ZATO SE OVI POSLOVI SMIJU POVJERITI SAMO RADNICIMA KOJI SU UPOZNATI S OPASNOSTIMA I MJERAMA ZAŠTITE, KOJE JE POTREBNO PODUZETI PRI TAKVIM RADOVIMA, RADNICIMA KOJI ZNAJU RUKOVATI ALATIMA I OSTALIM SREDSTVIMA TE RADNICIMA KOJI SU TIJEKOM RADA, POD NADZOROM, STEKLI DOVOLJNO ISKUSTVA ZA KVALITETAN I SIGURAN RAD.

Osnovni izvori opasnosti pri održavanju zelenih površina jesu:

- ručni i mehanizirani alati
- strojevi, mehanička sredstva i naprave
- prijevoz
- vanjski čimbenici u području rada i u radnoj okolini.

Uzroci opasnosti jesu:

- neispravni alati, strojevi i uređaji
- neispravni postupci.

UPUTE ZA SIGURAN RAD

- Pri svakom radu upotrebjavajte samo ispravan alat.
- Neispravan alat predajte ovlaštenim i za to osposobljenim osobama, da ga stručno poprave, i zahtijevajte da vam se alat zamijeni ispravnim.
- Ručni alat koristite samo pri poslovima za koje je namijenjen i na način kojim ne možete ozlijediti sebe ili radnike u vašoj neposrednoj blizini.
- Ručni alat koji ne upotrebljavate odložite tako da se na njega ne mogu ozlijediti radnici u neposrednoj blizini ili osobe u prolazu te da ne može biti oštećen ili uništen pri nailasku vozila.
- Ručnim mehaniziranim alatima na elektromotorni pogon, ili na pogon motorima s unutarnjim sagorijevanjem, rukujte samo ako ste za to osposobljeni i upoznati sa svim potrebnim mjerama zaštite.
- Ručne mehanizirane alate na elektromotorni pogon smijete koristiti samo ako oni jamče zaštitu od previsokog napona dodira, odnosno dodira dijelova pod naponom, što mora provjeriti stručna i za to ovlaštena osoba.

- Ako se upotrebljavaju alati na elektromotorni pogon, priključna mjesta za dovod energije moraju biti izvedena uz mjesto rada, a za vrijeme rada posvetite pozornost da ih ne oštetite alatom.
- Kad punite gorivo u spremnik motora s unutarnjim sagorijevanjem, ne pušite i ne činite to u blizini otvorenog plamena, da ne bukne požar ili nastane eksplozija.
- Priključne naprave (rotor kosilice i dr.) ispravno postavite i dobro pričvrstite.
- Kad kosite obratite pozornost na tvrde predmete koji se mogu nalaziti u travi i oštetići rotor ili ozlijediti vas, odnosno radnike u blizini.
- Ne prilazite rotorom kosilice u neposrednu blizinu drugih osoba, a prije, ma i ako kratkotrajno napustite vozilo, zaustavite rad motora.
- Prije primjene treba detaljno provjeriti ispravnost vozila i priključnih naprava te zahtijevati stručan popravak eventualne neispravnosti.
- Vozilo se priprema, podešava i održava samo kada je motor ugašen i svi elementi miruju. Koristite pritom zaštitne rukavice, a radove obavljajte pažljivo kako se ne biste ozlijedili oštrim i šiljastim dijelovima.
- Vozilom prevozite samo ono za što je namijenjeno i što je dobro učvršćeno. Vrlo je opasan i nije dopušten prijevoz osoba ili neučvršćenih predmeta.
- Ako kosite, uvijek upotrebljavajte ispravnu odjeću i obuću. Ona vas štiti od vremenskih nepogoda, sunčanice i toplinskog udara, uboda kukaca ili ujeda zmija.
- U slučaju ozljeda ili pojave alergije, zatražite pomoć i savjet liječnika. Sve primijećene neispravnosti koje mogu uzrokovati ozljede ili oštećenost sredstava rada, prijavite neposrednom voditelju.
- Pri izlasku i prijevozu prometnicama, obratite pozornost na ostala vozila u prometu.