INSTRUKCJA BHP: PRACE NA WYSOKOŚCI

instrukcja stanowiskowa (art. 237¹ § 2 Kodeksu pracy, § 41 rozporządzenia w sprawie ogólnych przepisów BHP)

Instrukcja nr		**Wersja / zmiana nr**	
Data opracowania		**Obowiązuje od**	

1. Pracodawca, maszyna i stanowisko

Pracodawca *nazwa i adres*			
Maszyna *rodzaj pracy i miejsce: strop, krawędź, otwory, konstrukcja; wysokość stanowiska*		**Nr fabryczny lub ewidencyjny**	
Stanowisko *kto obsługuje maszynę*		**Gdzie dostępna instrukcja** *np. przy maszynie, w kontenerze brygady*	

Opracował *imię, nazwisko, funkcja*		**Data i podpis**	
Zatwierdził *pracodawca lub osoba upoważniona*		**Data i podpis**	

☐ instrukcja producenta (DTR) maszyny (typ, wersja)

☐ karta oceny ryzyka zawodowego dla stanowiska (numer i data)

2. Zagrożenia przy obsłudze

☐ upadek z wysokości z krawędzi stropu, dachu, konstrukcji

☐ wpadnięcie do otworu w stropie

☐ spadające przedmioty

☐ zawieszenie po upadku w szelkach

3. Wymagania wobec pracownika i środki ochrony indywidualnej

☐ szkolenie wstępne BHP (instruktaż ogólny i stanowiskowy) i aktualne szkolenie okresowe

☐ aktualne orzeczenie lekarskie bez przeciwwskazań do pracy na stanowisku

☐ zapoznanie z instrukcją producenta, oceną ryzyka i niniejszą instrukcją

☐ szelki bezpieczeństwa z linką i amortyzatorem albo urządzeniem samohamującym

☐ hełm ochronny z paskiem podbródkowym

☐ obuwie ochronne z podeszwą przeciwpoślizgową

☐ zasobnik na narzędzia

4. Czynności przed rozpoczęciem pracy

- ☐ sprawdź, czy stanowisko na wysokości co najmniej 1 m, przejście i dojście do niego są zabezpieczone balustradą z poręczą na 1,1 m i deską krawężnikową 0,15 m (§ 133 i § 15 ust. 2 rozporządzenia w sprawie BHP podczas wykonywania robót budowlanych)
- ☐ sprawdź, czy otwory w stropach są zakryte albo ogrodzone balustradą (§ 134), a otwory w ścianach z dolną krawędzią poniżej 1,1 m zabezpieczone balustradą (§ 136, § 137)
- ☐ sprawdź pomosty z desek: szczelne, zabezpieczone przed przesunięciem, dostosowane do obciążenia (§ 135)
- ☐ obejrzyj szelki, linkę, amortyzator i zatrzaśniki; uszkodzonych nie używaj
- ☐ ustal z przełożonym, jak zostanie podjęta osoba zawieszona w szelkach po upadku

5. Zasady bezpiecznej pracy

- ☐ przy przemieszczaniu w poziomie przypinaj się do liny ochronnej albo prowadnicy na wysokości około 1,5 m wzdłuż krawędzi (§ 138 ust. 1)
- ☐ przy przemieszczaniu w pionie przypinaj linkę szelek do prowadnicy pionowej przez urządzenie samohamujące; linka najwyżej 1,5 m (§ 139)
- ☐ na drabinie bez pałąków dłuższej niż 4 m korzystaj z prowadnicy pionowej z urządzeniem samohamującym (§ 141 ust. 1)
- ☐ nie chodź po świeżych murach, stropach i niestabilnych deskowaniach i nie opieraj się o balustrady (§ 190)
- ☐ narzędzia trzymaj w zasobniku albo na smyczy

6. Czynności po zakończeniu pracy

- ☐ zabezpiecz otwory i krawędzie, które odsłoniłeś w czasie pracy
- ☐ zdejmij materiały z krawędzi i pomostów
- ☐ odłóż szelki do przeglądu, jeśli zadziałał amortyzator

7. Zakazy

- ☐ praca na wysokości bez zabezpieczenia przed upadkiem
- ☐ zdejmowanie balustrad bez zastąpienia ich innym zabezpieczeniem
- ☐ używanie szelek po zadziałaniu amortyzatora
- ☐ zrzucanie materiałów i narzędzi

8. Sytuacje awaryjne

Pracownik niezwłocznie zawiadamia przełożonego o zauważonym wypadku albo zagrożeniu życia lub zdrowia i ostrzega współpracowników oraz inne osoby w rejonie zagrożenia (art. 211 pkt 6 Kodeksu pracy). Przy bezpośrednim zagrożeniu dla zdrowia lub życia pracownik ma prawo powstrzymać się od wykonywania pracy, a jeśli to nie usuwa zagrożenia, oddalić się z miejsca zagrożenia, zawiadamiając niezwłocznie przełożonego (art. 210 § 1 i 2 Kodeksu pracy).

Sytuacja	Co robi pracownik
Upadek i zawieszenie w szelkach	
Wpadnięcie do otworu	
Upadek przedmiotu na osobę poniżej	

Numer alarmowy		**Przełożony** *imię, nazwisko, telefon*	
Osoba udzielająca pierwszej pomocy *imię, nazwisko, telefon*		**Apteczka, gaśnica, wyłącznik zasilania** *gdzie są*	

9. Zmiany instrukcji

Data	Zakres zmiany i przyczyna	Kto zmienił	Podpis

10. Potwierdzenie zapoznania z instrukcją

Lp.	Imię i nazwisko	Stanowisko	Wersja instrukcji	Data	Podpis
1.					
2.					
3.					
4.					
5.					
6.					
7.					
8.					

Pracodawca wydaje szczegółowe instrukcje i wskazówki dotyczące BHP na stanowiskach pracy (art. 237^4 § 2 Kodeksu pracy), a pracownik potwierdza w postaci papierowej lub elektronicznej zapoznanie się z przepisami i zasadami BHP (art. 237^4 § 3). Instrukcje dotyczące obsługi maszyn i innych urządzeń technicznych pracodawca udostępnia pracownikom do stałego korzystania; powinny w sposób zrozumiały wskazywać czynności przed rozpoczęciem pracy, zasady i sposoby bezpiecznego wykonywania pracy, czynności po jej zakończeniu oraz zasady postępowania w sytuacjach awaryjnych (§ 41 ust. 1 pkt 2 i ust. 2 rozporządzenia w sprawie ogólnych przepisów BHP). Treść techniczną dostosuj do instrukcji producenta i oceny ryzyka zawodowego.