INSTRUKCJA BHP: RĘCZNE PRACE TRANSPORTOWE

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 *stanowisko i rodzaj prac: np. rozładunek bloczków, worków, stali, płyt; miejsce i trasa przenoszenia*		**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

☐ urazy kręgosłupa przy podnoszeniu zbyt ciężkich przedmiotów

☐ upadek ładunku na stopy, przygniecenie dłoni

☐ potknięcie i upadek na nierównym terenie, schodach, pochylniach

☐ skaleczenia o ostre krawędzie i druty

☐ przeciążenie przy długotrwałej pracy fizycznej

☐ kontakt z cementem i materiałami żrącymi

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

☐ rękawice ochronne

☐ obuwie ochronne z podnoskiem

☐ hełm ochronny

☐ ochraniacze ramion przy przenoszeniu na ramionach (§ 18 ust. 3)

4. Czynności przed rozpoczęciem pracy

- ☐ sprawdź masę i środek ciężkości przedmiotu; masę podaje pracodawca (§ 5 ust. 1 pkt 2 rozp., Dz.U. 2018 poz. 1139)
- ☐ sprawdź trasę: równa, stabilna, nieśliska, bez przeszkód (§ 9)
- ☐ użyj sprzętu pomocniczego, jeśli jest dostępny: wózek, taczka, chwytak (§ 6 ust. 2)
- ☐ ustal z przełożonym, czy ładunek wymaga przenoszenia zespołowego (§ 17)

5. Zasady bezpiecznej pracy

- ☐ nie przekraczaj mas z § 13: mężczyzna 30 kg przy pracy stałej, 50 kg dorywczo; kobieta 12 i 20 kg
- ☐ powyżej obręczy barkowej: mężczyzna 21 i 35 kg, kobieta 8 i 14 kg (§ 13 ust. 2)
- ☐ na odległość ponad 25 m: mężczyzna do 30 kg, kobieta do 12 kg (§ 13 ust. 3)
- ☐ przedmioty dłuższe niż 4 m i cięższe niż 30 kg (kobiety 20 kg) przenoś zespołowo; na osobę do 25 kg (kobiety 10 kg) przy pracy stałej (§ 17 ust. 1)
- ☐ w zespole: odstęp co najmniej 0,75 m, podnoszenie i opuszczanie na komendę, wszyscy po jednej stronie (§ 18)
- ☐ taczka z ładunkiem: do 100 kg (kobiety 40 kg) na płaskim i twardym terenie do 5% nachylenia; na nierównym 60% tej masy (§ 24 ust. 1)
- ☐ podnoś z ugiętymi nogami i prostymi plecami, ładunek blisko ciała

6. Czynności po zakończeniu pracy

- ☐ odłóż przedmioty stabilnie na wyznaczonym składowisku
- ☐ odstaw taczki i wózki poza drogami komunikacyjnymi
- ☐ zgłoś uszkodzony sprzęt pomocniczy
- ☐ zgłoś przełożonemu ból pleców lub uraz

7. Zakazy

- ☐ przenoszenie i przetaczanie po pochylniach tymczasowych o nachyleniu ponad 15° i po schodach ponad 60° (§ 12 ust. 1)
- ☐ przebywanie między legarami przy przetaczaniu przedmiotów (§ 12 ust. 3)
- ☐ zespołowe przenoszenie na odległość ponad 25 m albo ładunków ponad 500 kg (kobiety 200 kg) (§ 17 ust. 3)
- ☐ jazda taczką po terenie o nachyleniu ponad 8% i na odległość ponad 200 m (§ 24 ust. 2)
- ☐ przenoszenie przez jedną osobę gorących, żrących lub szkodliwych cieczy o masie z naczyniem ponad 25 kg (kobiety 10 kg) (§ 20 ust. 1)

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
Uraz kręgosłupa lub upadek	
Upuszczenie ładunku, przygniecenie	
Kontakt cementu lub chemii ze skórą i oczami	

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. Limity mas, przenoszenie zespołowe i taczki: § 5, 6, 9, 12, 13, 17, 18, 20 i 24 rozporządzenia Ministra Pracy i Polityki Społecznej z 14 marca 2000 r. w sprawie BHP przy ręcznych pracach transportowych oraz innych pracach związanych z wysiłkiem fizycznym (t.j. Dz.U. 2018 poz. 1139).