

<b>SCOALA GIMNAZIALA MIRESU MARE</b>	<b>Instructiuni proprii de sanatate si securitate a muncii pentru: Locul de munca – Toate Tema – Cadere / Alunecare Nr. IPSSM 5</b>
--	---



### **1. Domeniu de aplicare:**

- 1.1 instructiunile proprii de sanatate si securitate a muncii privind pericolele de cadere sau alunecare se aplica pentru toate locurile de munca din cadrul intreprinderii

### **2. Scopul instructiunilor**

- 2.1 reducerea riscului de accidentare a utilizatorilor si a altor persoane
- 2.2 instruirea si informarea angajatilor cu privire la pericolele de accidentare datorate caderilor sau alunecarilor

### **3. Reguli generale pentru evitarea pericolelor de cadere sau alunecare**

Art. 1 Cerințele de securitate pentru locul de muncă, pentru semnalizarea de securitate, pentru echipamentul individual de protecție pentru prevenirea alunecării și împiedicării include

Art.2 Asigurarea, în măsură cât mai mare posibilă, a iluminatului natural suficient la locurile de muncă, precum și dotarea acestora cu mijloace de iluminat artificial corespunzătoare protejării sănătății și securității muncitorilor;

Art.3 Măsurile pentru ca pardoselile la locurile de muncă să nu prezinte protuberanțe, găuri sau pante și să nu fie alunecoase;

Art.4 Prevederea semnalizării de securitate și/sau sănătate, acolo unde pericolele nu pot fi evitate sau reduse în măsură corespunzătoare prin măsuri preventive;

Art.5 Prevederea de echipament individual de protecție (încălțăminte de protecție), adecvat riscurilor și acolo unde aceste riscuri nu pot fi evitate prin

alte mijloace. Echipamentul trebuie să fie confortabil și bine întreținut și totodată să contribuie la generarea altor riscuri.

Art.6 La identificarea corectă a pericolelor și la implementarea unor măsuri de prevenire adecvate, un rol important îl are consultarea lucrătorilor.

#### 4. Prevenirea accidentelor

Art.7 Pentru prevenirea accidentelor de acest fel se va acționa în următorul sens:

- se vor identifica zonele cu probleme;
- se vor adopta soluții de remediere a situațiilor descrise anterior și practici de lucru care să țină sub control riscurile de alunecare-împiedicare;
- la final se va verifica eficiența măsurilor întreprinse;

Art.8 **Buna gospodărire** – mediul de muncă trebuie ținut în stare de curățenie și ordine, fără obstacole pe pardoseli și pe căile de acces. Îndepărtarea gunoiului, trebuie efectuate cu regularitate.

Art.9 **Curățenie și întreținere** – efectuate cu regularitate, curtenia și întreținerea vor minimiza riscurile. Gunoiul trebuie îndepărtat în mod regulat și trebuie menținută curățenia zonelor de lucru. Metodele și echipamentele de curățenie trebuie să fie adecvate suprafețelor ce urmează a fi curățate. În timpul curățeniei și întreținerii trebuie avut grijă să nu se creeze noi pericole de alunecare și împiedicare.

Art.10 **Iluminatul** – trebuie să se asigure niveluri corespunzătoare de iluminat, funcționarea și poziționarea corpurilor de iluminat astfel încât toate zonele de pardoseală să fie iluminate în mod uniform și să poată fi observate cu claritate pericolele potențiale, cum ar fi obstacolele și scurgerile de fluide. Nivelurile de iluminat trebuie să asigure condiții de siguranță pentru circulația în cadrul incintelor de lucru.

Art.11 **Pardoselile** – Pardoselile trebuie verificate cu regularitate pentru verificarea deteriorărilor și atunci când acest lucru este necesar, trebuie efectuate operațiuni de întreținere. Trebuie urmărite pericolele potențiale de alunecare și împiedicare, care include găuri, crăpături, precum și ștergătoare care nu sunt bine fixate pe pardoseală. Suprafața pardoselii trebuie să corespundă specificului activității desfășurate și să fie păstrată întotdeauna în stare de curățenie.

Art.12 **Scările** – Multe accidente se petrec pe scări. Prevederea de balustrade, îmbrăcămintea antiderapantă a treptelor, perfecta vizibilitate și marcajele antiderapante de pe marginile frontale ale treptelor, precum și iluminatul adecvat, sunt toate, măsuri care pot ajuta la prevenirea alunecărilor și împiedicărilor pe scări. Diferențele de nivel în cazul rampelor sunt dificil de observat, fiind necesar în acest caz ca acestea să fie bine semnalizate, prin utilizarea unor indicatoare de securitate corespunzătoare.

Art.13 **Scurgeri** – Scurgerile de fluide trebuie să fie imediat îndepărtate, prin folosirea unei metode corespunzătoare de curățare ( poate fi necesară chiar tratarea chimica). Acolo unde pardoseala este umedă , se vor folosi semnalizări de avertizare și se vor amenaja rute de circulație ocolitoare. Trebuie analizată cauza apariției scurgerilor, apoi se vor lua măsurile pentru minimizarea acestora (prin schimbarea metodelor de lucru sau locul de muncă).

Art.14 **Obstacole** – Obstacolele trebuie îndepărtate pentru a evita pericolul de împiedicare. Dacă împiedicarea obstacolului nu este posibilă, atunci se vor utiliza bariere adecvate și/sau inscripționări de avertizare.

Art.15 **Cabluri suspendate** – Echipamentele trebuie amplasate astfel încât cablurile să nu se încrucișeze cu drumurile pentru pietoni. Se vor utiliza măști de protecție pentru cabluri, pentru fixarea acestora pe suprafețe în condiții de siguranță.

Art.16 **Încălțăminte** – Angajații/ Lucrătorii trebuie să poarte încălțăminte corespunzătoare mediului în care lucrează. Se va ține seamă de tipul de activități, de suprafața pardoselii și de proprietățile antiderapante ale tălpii încălțăminteii.

Art.17 **Locurile de muncă în aer liber** - Locurile de muncă în aer liber trebuie să fie amenajate astfel încât riscurile de alunecare și împiedicare să fie minime, de exemplu prin adoptarea de măsuri anti-derapaj în condiții de îngheț și prin folosirea de încălțăminte adecvată.

**Art. 18** .Masuri de evitare a riscurilor de cadere de la acelasi nivel prin :  
dezechilibrare , alunecare , împiedicare

- Incercati sa circulati doar prin locuri uscate,Nealunecoase si drepte, evitati zonele umede sau acoperite cu gheata sau zapada;
- La coborarea si urcarea treptelor (scarilor) nu va grabiti si pasiti doar cate o treapta (din treapta in treapta);
- Scarile trebuiesc prevazute cu balustrade (mana curenta) si marcaje antiderapante pe marginile frontale ale treptelor in vederea prevenirii alunecarii si caderii;
- Obstacolele: trebuie sa fie indepartate, pentru a evita pericolul de împiedicare. Daca indepartarea obstacolului nu este posibila, atunci trebuie sa fie utilizate bariere adecvate si/sau inscripționari de avertizare;
- Pe strada respectati regulile de circulatie, evitati sa mergeti pe carosabil , folositi trotuarele, unde nu este trotuar sau acestea sunt ocupate mergeti doar pe partea stanga a carosabilului;
- Nu stationati in dreptul cailor de acces ( usi, porti, etc.) si a cailor de circulatie ;
- Nu alergati, nu va grabiti, fiti atenti la mediul inconjurator;

- Cand va deplasati, uitati-va pe unde mergeti;
- Fiti atenti la pericolele de alunecare si impiedicare din zona in care lucrati si pe oriunde va deplasati;
- Nu va antrenati in activitati care va distrag atentia;
- Nu cititi, scrieti sau munciti in timp ce mergeti;
- Folositi balustradele atunci cand urcati sau coborati scarile;
- Nu va grabiti si nu sariti treptele;
- Asigurati-va ca este libera calea si ca vederea nu va este obstructionata inainte de a ridica ceva;
- Nu carati ceva care va blocheaza privirea;
- Carati lucrurile mici aproape de corp;
- Cand mergeti la un alt etaj/nivel, luati liftul daca duceti ceva cu ambele maini;
- Sesizati (in vederea remedierii ) imediat o balustrada lipsa sau rupta, o podea stricata sau alunecoasa, o mocheta desprinsa sau deteriorata;
- Sesizati problemele legate de podea, cum ar fi lipsa unor bucati de gresie, etc;
- Pasiti cu atentie si incet atunci cand treceti de la un tip de podea la altul;
- Ajustati-va mersul (pasii, felul in care pasiti);
- Acordati un plus de atentie atunci cand intrati cu incaltamintea uda;
- Incetiniti si faceti pasi mici, cu atentie, daca suprafata nu este dreapta, este alunecoasa, inclinata sau acoperita de obiecte aruncate in dezordine;
- Purtati incaltaminte stabila, cu talpi antiderapante;
- Nu va urcati intr-un mijloc de transport care este deja in miscare. Aveti rabdare, fiti calmi si atenti;
- Respectati caile de acces in unitatea care lucrati si respectati pana la locul [dvs. de](#) munca caile de circulatie, marcajele si semnalizarile de siguranta si de avertizare existente;
- Nu calcati si/sau atingeti cabluri care sunt suspendate sau desfasurate pe pardoseala;
- Nu efectuati miscari sau actiuni inutile scopului in care va deplasati;
- Ocoliti obstacolele din traseul [dvs. si](#) nu le sariti;
- Evitati in drumul [dvs. sa](#) calcati pe gurile de canal ( chiar acoperite) si luciu de ape;
- In caz ca se intampla sa cadeti, puteti reduce posibilitatea unei raniri grave daca: va rostogoliti in cadere, nu va intindeti, ghemuiti-va si rostogoliti-va, indoiti coatele si genunchii si folositi-va picioarele si bratele pentru a atenua caderea;

- Mergeti imediat la medic dupa ce ati cazut pentru a trata afectiunile dobandite;
- Mediul de munca va fi mentinut in stare de curatenie si ordine, fara obstacole pe pardoseli si pe caile de acces;
- Echipamentele de munca trebuie amplasate astfel incat cablurile sa nu se intersecteze cu caile de acces pentru lucratori. In cazul intersectarii acestea vor fi protejate cu canale de cabluri si protectii special;
- Diferentele de nivel si rampele de pe caile de circulatie vor fi vizibil semnalizate prin utilizarea unor indicatoare de securitate corespunzatoare;
- Pardoselile (interioare si exterioare) trebuie sa fie verificate cu regularitate pentru depistarea deteriorarilor si, atunci cand acest lucru este necesar, trebuie efectuate operatiuni de intretinere;
- Trebuie urmarite pericolele potentiale de alunecare si impiedicare, care includ gauri, crapaturi, denivelari, precum si covoare si stergatoare care nu sunt bine fixate pe pardoseala;
- Suprafata pardoselii; trebuie sa corespunda specificului activitatii de la fiecare amplasament, spre exemplu - sa fie rezistenta la ulei si la produsele chimice utilizate in procesele de productie; Prevederea unui strat superficial de protectie sau tratarea chimica a pardoselilor existente;
- Imbunatatiti proprietatile antiderapante ale acestora. Aceste pardoseli trebuie sa fie pastrate intotdeauna in stare de curatenie;
- Canalele tehnologice, de evacuare a fluidelor tehnologice sau a apei reziduale, vor fi prevazute cu gratare solide a caror integritate vor fi verificate periodic;
- Gurile de canal, al caror capac este spart sau lipseste, vor fi semnalizate corespunzator pentru a se evita caderea salariatilor;
- Obstacolele trebuie sa fie indepartate, pentru a evita pericolul de impiedicare. Daca indepartarea obstacolului nu este posibila, atunci trebuie sa fie utilizate bariere adecvate si/sau inscriptionari de avertizare;
- Scurgerile de fluide trebuie sa fie imediat indepartate, prin folosirea unei metode corespunzatoare de curatare (poate fi necesara chiar tratarea chimica). Acolo unde pardoseala este umeda, se vor folosi semnalizari de avertizare si se vor amenaja rute de circulatie ocolitoare;
- Daca trebuie sa va deplasati pe o suprafata alunecoasa sau uda, purtati incaltaminte cu talpa antiderapanta, faceti pasi mici, cu atentie, tineti labele picioarelor usor orientate in afara pentru a va pastra centrul de echilibru sub dumneavoastra, fiti atenti la suprafata pe care pasiti, folositi balustradele sau alte obiecte stabile de care va puteti sustine
- Curatenia si intretinerea in zona locului de munca se va efectua cu

regularitate, utilizand metode si echipamente de curatenie adecvate suprafetelor ce urmeaza a fi curatate;

- Nivelurile de iluminat; trebuie sa asigure conditii de siguranta pentru circulatia in cadrul incintelor de lucru;
- Prevederea semnalizarii de securitate si/sau sanatare, acolo unde pericolele nu pot fi evitate sau reduse in masura corespunzatoare prin masuri preventive;
- Prevederea de echipament individual de protectie (de exemplu, incaltaminte de protectie), adecvat riscurilor si acolo unde aceste riscuri nu pot fi evitate prin alte mijloace. . Echipamentul trebuie sa fie confortabil si bine intretinut, si totodata sa nu contribuie la generarea altor riscuri.

## **5. Reguli in caz de accident / Acordarea primului ajutor**

5.1 In caz de accident , ganditi-va nu numai la salvarea persoanei accidentate si la acordarea primului ajutor (oprirea sangerarilor, imobilizarea membrelor ranite, predarea in pungi sterile de plastic a membrelor sectionate), ci si la

securizarea locului accidentului

5.2 Pentru acordarea primului ajutor se va solicita interventia echipei de prim ajutor Numar general urgente: 112

5.3 Contactati medicul de medicina muncii in cazul incapacitatii temporare de munca.

5.4 Comunicati de indata orice accident sefului locului de munca sau altor superiori.

## **6. Urmari posibile ale nerespectarii prezentelor instructiuni**

6.1 Raniri usoare pana la foarte grave cauzate de caderi sau alunecari!

6.2 Consecinte legate de aplicarea prevederilor legii sanatatii si securitatii muncii

**Cond. Serv. Ex. de Prev. si Prot  
ing.Petrutiu Radu**

**Aprobat,  
Director  
Merciu Dorel**