

# INSTRUKCJA BHP

## PRZY RĘCZNYCH PRACACH TRANSPORTOWYCH.

1. Główne zasady zapobiegania ryzyku zawodowemu przy ręcznych pracach transportowych określone są w Rozporządzeniu Ministra Pracy i Polityki Społecznej z dnia 14 marca 2000 w sprawie bezpieczeństwa i higieny pracy przy ręcznych pracach transportowych (Dz. U. 2000 nr 26 poz. 313) ze zm. (Dz. U. 2000 nr 82 poz. 930).

### NAJWYŻSZE DOPUSZCZALNE NORMY PRZY RĘCZNYCH PRACACH TRANSPORTOWYCH.

	Sposób przemieszczania przedmiotów.	Najwyższa norma na osobę.	Uwagi.
A. A. I.	Przemieszczanie przez jednego pracownika Ręczne przenoszenie przedmiotów: praca wykonywana stale praca wykonywana dorywczo	30 kg 50 kg	
A. I. 1.	Siła użyta do zapoczątkowania ruchu nie może przekraczać:	300 N 250 N	przy pchaniu przy ciągnięciu
A.I.2.	Siła użyta do ręcznego poruszania elementów urządzeń, jak dźwiganie, korby, nie może przekraczać:	250 N 120 N	w przypadku obsługi oburęcznej w przypadku obsługi jednoręcznej
A. II.	Ręczne przetaczanie przedmiotów po terenie poziomym	300 kg	w przypadku przedmiotów okrągłych i sił użytych jak w pkt. A.I.1. i A. I. 2.
A. III.	Ręczne wtaczanie przedmiotów na pochylnie	50 kg	
B. B.I.	Przemieszczanie zespołowe Ręczne przemieszczanie przedmiotów: praca wykonywana stale praca wykonywana dorywczo	25 kg 42 kg	długość ponad 4 m i masa ponad 30 kg długość ponad 4 m i masa ponad 30 kg
C. C. I.	Przemieszczanie ładunków za pomocą poruszanych ręcznie taczek i wózków Na taczkach po nawierzchni: utwardzonej nieutwardzonej	100 kg 75 kg	łącznie z masą taczki przy stromości drogi do 8% na odl. do 20o m
C. II.	Na wózkach bez szyn: -po terenie poziomym, po powierzchni twardej -po terenie nierównym	450 kg 350 kg	łącznie z masą wózka stromość pow. 5%, łącznie z masą wózka
C. III.	Na wózkach na szynach: po terenie poziomym po terenie nierównym	600 kg 450 kg	łącznie z masą wózka łącznie z masą wózka, stromość większa niż 2%

2. Przez „ręczne prace transportowe” - rozumie się każdy rodzaj transportowania lub podtrzymywania przedmiotów, ładunków lub materiałów przez jednego lub więcej pracowników, w tym przemieszczanie ich poprzez: unoszenie, podnoszenie, układanie, pchanie, ciągnięcie, przenoszenie, przesuwanie, przetaczanie lub przewożenie.
3. Pracownicy dopuszczeni do ręcznych prac transportowych powinni być należycie przeszkoleni w dziedzinie bhp, wyposażeni w niezbędny sprzęt pomocniczy ułatwiający pracę oraz środki ochrony indywidualnej.
4. Przy ręcznym przemieszczaniu przedmiotów - tam gdzie jest to możliwe - należy zapewnić sprzęt pomocniczy odpowiednio dobrany do ich wielkości, masy i rodzaju, zapewniający bezpieczne i wygodne wykonywanie pracy.
5. Przedmioty o długości powyżej 4m i masie powyżej 30 kg powinny być przenoszone zespołowo przez minimum dwie osoby, aby na jednego pracownika przypadł ciężar podawany w tabeli B. I.
6. Przedmioty nieporęczne, niestabilne, ze zmienionym środkiem ciężkości, z zagrożeniem wypadkowym powinny mieć opracowane szczegółowe instrukcje.

## **ORGANIZACJA RĘCZNYCH PRAC TRANSPORTOWYCH Z UWZGLĘDNIENIEM ERGONOMII.**

1. Przemieszczane przedmioty należy przenosić jak najbliżej ciała.
2. Sposoby ręcznego przemieszczania przedmiotów powinny eliminować ryzyko urazów, a w szczególności urazów kręgosłupa. Sposoby te powinny w szczególności wykluczać przemieszczanie przedmiotów, jeżeli:
  - a) czynności te mogą być wykonywane tylko za pomocą skrętu tułowia,
  - b) istnieje możliwość wystąpienia nagłych ruchów przemieszczanego przedmiotu,
  - c) ciało pracownika znajduje się w niestabilnej pozycji,
  - d) pochylenie tułowia pracownika przekracza 45°.
3. Przedmiot przemieszczany ręcznie nie powinien ograniczać pola widzenia pracownika.
4. Przy pracach związanych z ręcznym przemieszczaniem przedmiotów należy zapewnić wystarczającą przestrzeń, zwłaszcza w płaszczyźnie poziomej, umożliwiającą zachowanie prawidłowej pozycji ciała pracownika podczas pracy.

## **INNE PRACE ZABRONIONE**

Nie dopuszczalne jest:

- ręczne przemieszczanie przedmiotów przez pomieszczenia, schody, korytarze albo drzwi zbyt wąskie w stosunku do rozmiarów tych przedmiotów, jeżeli stwarza to zagrożenia wypadkowe,
- przenoszenie i przetaczanie przedmiotów po pochylniach, nie związanych w sposób stały z konstrukcją budynku o kącie nachylenia ponad 15° oraz przenoszenie po schodach o kącie nachylenia ponad 60°,

- przebywanie pracownika między legarami podczas przetaczania przedmiotów po pochyło ustawionych legarach,
- ręczne przenoszenie przez jednego pracownika przedmiotów o masie przekraczającej 30 kg na wysokości powyżej 4m lub na odległość przekraczającą 25 m,
- zespołowe przemieszczanie przedmiotów o masie przekraczającej 500 kg,
- przenoszenie przez jednego pracownika materiałów ciekłych, gorących, żrących albo o właściwościach szkodliwych dla zdrowia, których masa przekracza 25 kg wraz z naczyniem i uchwytem,
- przenoszenie balonów z kwasami na plecach lub przed sobą,
- ręczne przemieszczanie ładunków na wózkach szynowych na pochyleniach torów większych niż 8% oraz na odległość większą niż 200 m,
- przemieszczanie ładunków na wózkach szynowych na pochyleniach torów większych niż 4% oraz na odległość przekraczającą 400 m,
- przemieszczanie ładunku na taczce o pochyleniach większych niż 8% oraz na odległość przekraczającą 200 m.

