

ПАМЯТКА ДЛЯ РАБОТНИКА



Как защитить свое здоровье в жаркую погоду



Пейте воду, чай, напитки температурой 12–15 °С. Чтобы возместить потерю солей и микроэлементов, пейте минеральную или подсоленную воду, а также кисломолочные напитки

Делайте перерывы в работе каждый час на 10–12 минут. При температуре 35–37 °С работайте на открытом воздухе не больше 15 минут – это экстремальные условия



Используйте спецодежду из плотной ткани для защиты от высокого теплового излучения

Ешьте овощи и фрукты, вымытые питьевой водой



Протирайте за ушами влажными салфетками

Наносите ментоловое масло на виски, чтобы охладиться



Сбрызгивайте лицо прохладной водой

Откажитесь от жареного, копченого, энергетических напитков



Что делать при микротравме

Выполните четыре действия, если получили микротравму — ссадину, порез, ушиб или другое поверхностное повреждение.

- 1** Сообщите о микротравме своему руководителю.
- 2** Обратитесь за первой помощью в медпункт или к руководителю.
- 3** Объясните руководителю или специалисту по охране труда причины и обстоятельства, при которых получили микротравму.
- 4** Вернитесь к работе или отправляйтесь домой, если получили освобождение.

Какую информацию включить в инструкции по охране труда

Раздел «Общие требования охраны труда»

- ☑ Указания о необходимости соблюдения правил внутреннего трудового распорядка.
- ☑ Требования по выполнению режима рабочего времени и времени отдыха при выполнении соответствующих работ.
- ☑ Перечень вредных и опасных производственных факторов, которые могут воздействовать на работника в процессе работы, а также перечень профрисков и опасностей.
- ☑ Перечень специальной одежды, специальной обуви и других СИЗ, выдаваемых работникам, или ссылку на локальный нормативный акт, где прописали нормы выдачи.
- ☑ Порядок уведомления о случаях травмирования работника и неисправности оборудования, приспособлений и инструмента или ссылку на локальный нормативный акт.
- ☑ Правила личной гигиены и эпидемиологические нормы, которые должен знать и соблюдать работник при выполнении работы.

Раздел «Требования охраны труда перед началом работы»

- ☑ Порядок подготовки рабочего места.
- ☑ Порядок проверки исходных материалов (сырье, заготовки, полуфабрикаты, при их наличии).
- ☑ Порядок осмотра работником СИЗ и подготовки их к работе.
- ☑ Порядок проверки исправности оборудования, приспособлений и инструмента, ограждений, сигнализации, блокировочных и других устройств, защитного заземления, вентиляции, местного освещения, наличия предупреждающих и предписывающих плакатов (знаков).

Раздел «Требования охраны труда во время работы»

- ✓ Способы и приемы безопасного выполнения работ, использования оборудования, транспортных средств, грузоподъемных механизмов, приспособлений и инструментов.
- ✓ Требования безопасного обращения с исходными материалами (сырье, заготовки, полуфабрикаты, при их наличии).
- ✓ Указания по безопасному содержанию рабочего места.
- ✓ Действия, направленные на предотвращение аварийных ситуаций.
- ✓ Требования по правильному применению СИЗ.

Раздел «Требования охраны труда в аварийных ситуациях»

- ✓ Перечень основных возможных аварий/аварийных ситуаций и их причины.
- ✓ Процесс извещения руководителя работ о ситуации, которая угрожает жизни и здоровью людей, и о каждом произошедшем несчастном случае.
- ✓ Действия работников при аварии и аварийной ситуации.
- ✓ Действия по оказанию первой помощи пострадавшим при травме, отравлении и других повреждениях здоровья исходя из результатов оценки профрисков.

Раздел «Требования охраны труда по окончании работ»

- ✓ Действия при приеме и передаче смены в случае непрерывного технологического процесса и работы оборудования.
- ✓ Последовательность отключения, остановки, разборки, очистки и смазки оборудования, приспособлений, машин, механизмов и аппаратуры.
- ✓ Действия при уборке отходов, полученных в ходе производственной деятельности.
- ✓ Требования соблюдения личной гигиены.
- ✓ Процесс извещения руководителя работ о недостатках, влияющих на безопасность труда, обнаруженных во время работы.

Кому, когда и какой инструктаж проводить

Вид инструктажа	Кого и когда инструктировать	Кого можно освободить
Вводный	Вновь принятых работников и иных лиц, если они участвуют в производственной деятельности организации	Никого — вводные инструктажи обязательны для всех, в том числе для практикантов, сотрудников подрядных/субподрядных организаций и командированных из других компаний
Первичный и повторный	Всех работников организации, а также лиц, которые проходят производственную практику. Первичный инструктаж проводят работнику до начала самостоятельной работы, если он не освобожден приказом. Повторно: не реже 1 раза в 6 месяцев, если иное не установили в отраслевых НПА. При переводе на новое рабочее место, если необходимы дополнительные знания по безопасности труда	Работников, чья деятельность связана только с опасностью от офисной оргтехники и бытовой техники, которую не используют в технологическом процессе. При условии, что на их рабочем месте установили оптимальные или допустимые условия труда по результатам СОУТ. Если работника освободили от первичного инструктажа, повторный не проводят
Внеплановый	Инструктируйте работников, когда: <ul style="list-style-type: none"> — изменили технологический процесс, оборудование, сырье или материалы; — изменились должностные обязанности, которые связаны с производственной деятельностью и влияют на безопасность труда; — изменились НПА и локальные акты по ОТ; — выявили дополнительные производственные факторы и источники опасности; — есть требование от ГИТ при нарушениях требований ОТ; — произошли аварии и несчастные случаи; — был перерыв в работе больше 60 календарных дней 	Если при изменениях в НПА и локальных актах по ОТ проводят внеплановое обучение, внеплановый инструктаж можно не проводить
Целевой	Инструктируют работников перед работами: <ul style="list-style-type: none"> — которые выполняют только под непрерывным контролем работодателя; — повышенной опасности; — на которые оформляют наряд-допуск, разрешение или другие распорядительные документы; — на объектах повышенной опасности, на проезжей части (автомобильные дороги, ж/д пути); — которые не относятся к основному технологическому процессу и не предусмотрены должностными инструкциями; — по ликвидации последствий ЧС 	Разрешают не проводить, если при работах повышенной опасности соблюдают условия: <ul style="list-style-type: none"> — работы являются неотъемлемой частью технологического процесса; — обеспечили постоянство места, условий, характера работ и применяемых средств коллективной защиты; — работают квалифицированные исполнители в постоянном составе; — есть решение работодателя об отмене целевого инструктажа

Права и обязанности подрядчика

ОБЯЗАН

- ❗ Совместно с Заказчиком разработать перечень вредных и опасных производственных факторов, перечень идентифицированных опасностей с оценкой уровней профрисков, а также план мероприятий по эвакуации и спасению работников при авариях и спасательных работах
- ❗ Назначить ответственных за безопасную организацию работ в соответствии с нормами и правилами по охране труда
- ❗ Привлекать к работам квалифицированных, обученных и обеспеченных СИЗ работников
- ❗ Утвердить наряд-допуск и согласовать его с представителями Заказчика
- ❗ Выполнять организационные, технические и санитарно-бытовые мероприятия, которые указали в договоре подряда и акте-допуске
- ❗ Проводить первичный, повторный, внеплановый и целевой инструктажи для работников Подрядчика
- ❗ Устранять нарушения по указаниям Заказчика, если такие указания не противоречат условиям договора и не представляют собой вмешательство в оперативно-хозяйственную деятельность подрядчика
- ❗ Нести ответственность за нарушение требований охраны труда, в том числе приведших к несчастным случаям на производстве
- ❗ Установить требования по охране труда для привлекаемых субподрядных организаций

ВПРАВЕ

- ✔ Применять в целях контроля за безопасным производством работ средства дистанционного контроля, в том числе к приборам, устройствам, оборудованию, видео-, аудио- или иной фиксации процессов производства работ
- ✔ Получать информацию об условиях и охране труда на территории Заказчика, о существующих профессиональных рисках и их уровнях, а также о мерах по защите от воздействия вредных и опасных производственных факторов
- ✔ Привлекать к работам субподрядные организации, если в договоре нет обязательства выполнить работы лично
- ✔ Запрашивать у Заказчика график совместных и совмещенных работ

НЕ ВПРАВЕ

- ✘ Использовать в ходе работ материалы и оборудование, предоставленные Заказчиком, или выполнять его указания, если это может привести к нарушению обязательных для сторон требований к охране окружающей среды и безопасности строительных работ
- ✘ Отказывать Заказчику в проведении контроля и мониторинга за соблюдением требований охраны труда

Права и обязанности заказчика

ОБЯЗАН

- ❗ Разработать правила организации подрядных работ и ознакомить с ними Подрядчика, внести раздел об охране труда в договор на подрядные работы
- ❗ Назначить лиц, отвечающих за безопасную организацию подрядных работ со стороны Заказчика
- ❗ Совместно с Подрядчиком разработать перечень вредных и опасных производственных факторов, перечень идентифицированных опасностей с оценкой уровней профрисков, а также план мероприятий по эвакуации и спасению работников при авариях и спасательных работах
- ❗ Утвердить акт-допуск подрядных организаций к производству работ, график совместных/совмещаемых работ
- ❗ Провести вводный инструктаж работникам Подрядчика с обязательным информированием об условиях и охране труда на их рабочих местах, о существующих профессиональных рисках и их уровнях, а также о мерах по защите от воздействия вредных и опасных производственных факторов, имеющих на рабочих местах
- ❗ Организовать непрерывную связь и координацию с подрядными организациями на территории предприятия до начала, во время и после окончания работ

ВПРАВЕ

- ✔ Контролировать ход и качество выполняемых работ, соблюдение сроков их выполнения, качество предоставленных Подрядчиком материалов
- ✔ Запрашивать у Подрядчика перечень документов, предоставляемых перед допуском к работе, предусмотренный Правилами организации подрядных работ
- ✔ Вносить в договор подряда обязательство Подрядчика выполнить работы лично
- ✔ Расторгнуть договор подряда в случае неоднократных и грубых нарушений требований охраны труда со стороны Подрядчика

НЕ ВПРАВЕ

- ✘ Вмешиваться в оперативно-хозяйственную деятельность Подрядчика

Основные знаки безопасности, которые размещают на территории организации






ЗАПРЕЩАЮТ ОПАСНОЕ ПОВЕДЕНИЕ ИЛИ ДЕЙСТВИЕ (красный, круглый)

Изображение	Что обозначает	Где разместить
	Запрещается курить	В местах, где курение может стать причиной пожара. Например, на дверях и стенах помещений, участках, где имеются горючие и легковоспламеняющиеся вещества
	Запрещается пользоваться открытым огнем и курить	На входных дверях, стенах помещений, участках, рабочих местах, емкостях, производственной таре
	Проход запрещен	У входа в опасные зоны, помещения, участки
	Запрещается тушить водой	В местах, где нельзя применять воду для тушения пожара. Например, рядом с электрооборудованием или на складах
	Запрещается использовать в качестве питьевой воды	В местах, где есть технический водопровод и емкости с технической водой, непригодной для питья и бытовых нужд
	Доступ посторонним запрещен	На дверях помещений, у входа на объекты и участки, куда нельзя заходить посторонним
	Запрещается движение средств напольного транспорта	В местах, где нельзя использовать напольный транспорт
	Запрещается прикасаться. Корпус под напряжением	На поверхности корпусов и щитов, где есть опасность воздействия электрического тока

Изображение	Что обозначает	Где разместить
	Запрещается загромождать проходы и/или складировать	На путях эвакуации, у выходов, в местах, где находятся средства пожаротушения, аптечки
	Запрещается иметь при (на) себе металлические предметы (часы и т. п.)	На рабочих местах, оборудовании, приборах, где металлические предметы могут мешать работе и стать причиной травмы
	Запрещается принимать пищу	На участках работ с вредными для здоровья веществами, а также в тех местах, где нельзя принимать пищу
	Запрещается пользоваться лифтом для подъема (спуска) людей	На дверях грузовых лифтов и других подъемных механизмах
	Запрещение (прочие опасности или опасные действия)	В местах, где нужно обозначить опасности, для которых нет специальных символов. Используйте с поясняющей надписью или с дополнительным знаком безопасности

ПРЕДУПРЕЖДАЮТ О ВОЗМОЖНОЙ ОПАСНОСТИ (желтый, треугольный)

Изображение	Что обозначает	Где разместить
	Пожароопасно. Легковоспламеняющиеся вещества	В помещениях с легковоспламеняющимися веществами
	Опасно. Возможно падение груза	Вблизи опасных зон с подъемно-транспортным оборудованием
	Внимание. Автопогрузчик	В местах, где проводят погрузочно-разгрузочные работы с помощью напольной техники
	Опасность поражения электрическим током	На опорах линий электропередачи, электрооборудовании и приборах, на дверцах силовых щитков
	Осторожно. Мало заметное препятствие	В местах, где есть мало заметные препятствия



Изображение	Что обозначает	Где разместить
	Осторожно. Возможность падения с высоты	В местах, где возможно упасть с высоты
	Газовый баллон	На складах и участках, где хранят сжатый или сжиженный газ
	Осторожно. Возможно травмирование рук	На оборудовании, где возможно получить травму рук
	Осторожно. Скользко	На участках, где есть скользкие места
	Внимание. Опасность (прочие опасности)	В местах, где нужно обозначить опасности, для которых нет специального знака. Применяйте вместе с поясняющей надписью

УКАЗЫВАЮТ НА ДЕЙСТВИЯ, ЧТОБЫ ИЗБЕЖАТЬ ОПАСНОЙ СИТУАЦИИ (синий, круглый)

Изображение	Что обозначает	Где разместить
	Работать в средствах индивидуальной защиты	На рабочих местах, где следует применять средства индивидуальной защиты
	Проход здесь	В местах, где разрешают проход
	Отключить штепсельную вилку	На рабочих местах, где нужно отключить от электросети оборудование при наладке, остановке и в других случаях
	Общий предписывающий знак (прочие предписания)	В местах, где нужно обозначить обязательные действия, для которых нет стандартного знака. Применяйте вместе с поясняющей надписью

УКАЗЫВАЮТ НА МЕСТА ПРИЕМА ПИЩИ, КУРЕНИЯ

(синий, квадратный)

Изображение	Что обозначает	Где разместить
	Пункт (место) приема пищи	На дверях комнат приема пищи, буфетах, столовых и в других местах, где следует принимать пищу
	Питьевая вода	На дверях бытовых помещений и около кранов с водой, пригодной для питья и бытовых нужд
	Место курения	В местах, где разрешают курить







УКАЗЫВАЮТ, ГДЕ НАХОДЯТСЯ СРЕДСТВА ПРОТИВОПОЖАРНОЙ ЗАЩИТЫ

(красный, квадратный)

Изображение	Что обозначает	Где разместить
	Направляющая стрелка	По направлению движения к средствам противопожарной защиты. Применяйте только с другими знаками пожарной безопасности
	Пожарный кран	Около комплекта пожарного крана с пожарным рукавом и стволом
	Пожарная лестница	Рядом с пожарной лестницей
	Огнетушитель	В местах, где размещают огнетушители
	Пожарный гидрант	В местах, где находятся подземные пожарные гидранты. На знаке укажите расстояние от знака до гидранта в метрах
	Кнопка включения установок (систем) пожарной автоматики	В местах ручного пуска установок пожарной сигнализации, пожаротушения и систем противодымной защиты.
	Место размещения нескольких средств противопожарной защиты	В местах, где одновременно находятся несколько средств противопожарной защиты





ОБОЗНАЧАЮТ НАПРАВЛЕНИЕ ДВИЖЕНИЯ ПРИ ЭВАКУАЦИИ

(зеленый, квадратный или прямоугольный)

Изображение	Что обозначает	Где разместить
	Выход здесь	Над дверями эвакуационных выходов с учетом того, с какой стороны их открывают. Используйте вместе с направляющей стрелкой
	Направляющая стрелка	По направлению движения эвакуации. Применяйте только вместе с другими эвакуационными знаками
	Пункт (место) сбора	На дверях, стенах помещений и в других местах пунктов сбора людей в случае пожара, аварии или другой чрезвычайной ситуации
	Указатель выхода	Над дверями эвакуационного выхода или в составе комбинированных знаков безопасности
	Указатель аварийного выхода	Над дверями аварийного выхода
	Для открывания сдвинуть	Над сдвижными дверями

ИНФОРМИРУЮТ О СРЕДСТВАХ СПАСЕНИЯ И ПЕРВОЙ ПОМОЩИ

(зеленый, квадратный)

Изображение	Что обозначает	Где разместить
	Аптечка первой медицинской помощи	В местах, где разместили аптечки первой медицинской помощи
	Медицинский кабинет	На дверях медицинских кабинетов
	Телефон связи с медицинским пунктом (скорой медицинской помощью)	В местах установки телефонов
	Пункт обработки глаз	На дверях и стенах помещений, где расположен пункт обработки глаз

ГРУППОВЫЕ И КОМБИНИРОВАННЫЕ ЗНАКИ

(используют для обозначения комплексных требований безопасности)



**ВНИМАНИЕ:
ОПАСНЫЕ ВЕЩЕСТВА**



На территории
обязательно
ношение защитной
одежды



Посторонним
вход запрещен



ПРИ ПОЖАРЕ

**ЛИФТОМ
НЕ ПОЛЬЗОВАТЬСЯ**



**ВЫХОДИТЬ
ПО ЛЕСТНИЦЕ**



Газовый
баллон



Запрещается
курить



Подъем людей
временно
запрещен



**ВНИМАНИЕ:
ДОРОЖНЫЕ
РАБОТЫ**



**ПРОХОД И ПРОЕЗД
ЗАПРЕЩЕН**