

APROBAT
Inspector Șef

Mihai GĂȘPĂREL

GARDA FORESTIERĂ SUCEAVA

INSTRUCȚIUNI PROPRII DE SECURITATE SI SANATATE A MUNCII 2023

PREAMBUL

Normele metodologice de aplicare a prevederilor Legii 319 din 2006 aprobate prin HG. 1425 din 2006 prevăd prevederi de protecție și de medicina a muncii, general valabile pentru orice activitate.

Instrucțiunile proprii de securitate și sănătate în muncă cuprind prevederi de protecție a muncii specifice unor anumite activități sau grupe de activități, detaliind prin acestea prevederilor legislației naționale în domeniu privind securitate și sănătatea în muncă.

Structura fiecărei instrucțiuni de S.S.M. are la bază abordarea sistemică a aspectelor de protecție a muncii, practică în actele normative menționate

Conform acestor abordări, procesul de muncă este tratat ca un sistem complex structurat, compus din următoarele elemente care interacționează:

EXECUTANTUL: omul implicat nemijlocit în executare unei sarcini de muncă

SARCINA DE MUNCĂ: totalitatea acțiunilor ce trebuie efectuate prin intermediul mijloacelor de producție și în anumite condiții de mediu, pentru realizarea scopului procesului de muncă.

MIJLOACELE DE PRODUCȚIE: totalitatea mijloacelor de muncă (instalații, utilaje, mașini, aparate, dispozitive, unelte etc.) și a obiectelor muncii (materii prime, materiale etc.) care se utilizează în procesul muncii.

MEDIUL DE MUNCĂ: ansamblul condițiilor fizice, chimice și psihologice în care unul sau mai mulți executanți își realizează sarcina de muncă.

Prevederile sistemului național de reglementări în domeniul sănătății și securității muncii constituie, alături de celelalte reglementări juridice referitoare la sănătatea și securitatea în muncă, bază pentru:

- activitatea de concepție a echipamentelor tehnice și tehnologiilor;
- autorizarea funcționării unităților;
- instruirea salariaților cu privire la protecția muncii;
- cercetarea accidentelor de muncă și stabilirea cauzelor și a responsabilităților;
- controlul realizării măsurilor de protecție a muncii;
- fundamentarea programului de protecție a muncii.
- Elaborarea de instrucțiuni proprii de S.S.M.

SCOPUL prezentelor instrucțiuni proprii este eliminarea sau diminuarea factorilor de risc specifici proprii celor patru componente ale sistemului de muncă (executant – sarcină de muncă – mijloc de producție – mediu de muncă).

PREZENTELE INSTRUCȚIUNI CONȚIN NORME DE SECURITATE ȘI SĂNĂTATE ÎN MUNCĂ PENTRU SALARIAȚII INSTITUȚIEI CARE DESFĂȘOARĂ ACTIVITAȚI DE TEREN, DE BIROU SAU MIXTE, CARE CONDUC AUTOTURISMUL INSTITUȚIEI, ETC. ȘI CARE SUNT ÎN CONCORDANȚĂ CU LEGISLAȚIA ÎN VIGOARE.

CAPITOLUL I

PREVEDERI GENERALE

1. Încadrarea și repartizarea lucrătorilor la locurile de muncă trebuie realizată în funcție de pregătire, starea de sănătate, aptitudinile fizice și psihice ale solicitanților, corespunzător particularităților și condițiilor proceselor de muncă, cu respectarea prevederilor Legii 319/2006.

2. Lucrătorii trebuie să fie informați asupra riscurilor profesionale specifice fiecărui tip de activitate precum și asupra măsurilor de prevenire stabilite prin instrucțiunile proprii.

3. Lucrătorii vor fi instruiți cu privire la utilizarea echipamentelor tehnice, inclusiv asupra utilizării uneltelor cu muchii tăietoare în timpul transportului

4. (1) La executarea de lucrări în pădure, lucrătorii vor fi informați și avertizați asupra pericolelor potențiale existente în cadrul perimetrului de lucru cum sunt: stâncării, râpe, locuri cu pericol de alunecare, animale sălbatice, avalanșe precum și a mijloacelor de semnalizare de securitate utilizate.

(2) Toate persoanele care lucrează în contact cu substanțe toxice vor fi examinate medical periodic, în conformitate cu reglementările Ministerului Sănătății.

5. În funcție de posibilități, adăpostirea lucrătorilor se realizează în locuri ferite de pericolul viiturilor și descărcărilor electrice.

6. (1) Pentru toate activitățile cu potențial accidentogen și/sau care presupun desfășurarea de lucrări în condiții de izolare se vor asigura truse medicale de prim ajutor și instruirea corespunzătoare a lucrătorilor pentru utilizarea lor și pentru evacuarea accidentaților.

(2) Garda Forestieră are obligația de a stabili, împreună cu personalul medical de specialitate, conținutul truselor de prim ajutor în funcție de riscurile specifice activităților.

7. (1) Activitatea de instruire se va realiza potrivit prevederilor Legii 319/2006

(2) Persoanele responsabile cu activitatea de instruire trebuie să asigure comunicarea conținutului prevederilor normelor și instrucțiunilor în funcție de nivelul de înțelegere al lucrătorilor.

(3) În cadrul instructajelor, lucrătorii vor fi avertizați asupra pericolelor existente în timpul deplasării de la domiciliu la locul de muncă și invers

8. Lucrătorii vor fi informați asupra activităților care nu pot fi executate în condiții meteorologice nefavorabile, precum și asupra modului de adăpostire în cazul apariției averselor însoțite de descărcări electrice.

9. Se interzice efectuarea de activități și lucrări în pădure pe timp de ploaie, furtună, polei sau în condiții de vizibilitate redusă.

10. În cazul apariției averselor însoțite de descărcări electrice, se interzice:

a) continuarea lucrului;

b) staționarea în locuri situate la înălțime (vârf de munte, coama de deal) sau sub arbori izolați;

c) staționarea în zona rețelelor de transport al energiei electrice precum și în apropierea gardurilor, construcțiilor sau obiectelor metalice.

11.(1) Nu se vor efectua lucrările specifice cu mașini, instalații, utilaje; Aceste activități trebuie efectuate numai de persoane calificate, care cunosc modul de funcționare a acestora și care au fost instruite pe linie de protecție a muncii.

(2) Conducătorii mijloacelor de transport sunt obligați să respecte toate reglementările privind circulația rutieră pe drumurile publice;

12. Personalul tehnico-ingenieresc din cadrul Gărzii Forestiere Suceava și a subunităților, cu ocazia deplasărilor în teren, are următoarele obligații:

a) să verifice locurile de muncă înainte de a începe lucrul și să semnalizeze persoanei competente toate defecțiunile constatate;

b) atunci când defecțiunile constatate relevă un pericol de accidentare, să interzică accesul la locul de muncă;

c) să interzică înlăturarea, modificarea sau mutarea oricărui tip de dispozitiv de securitate, apărătoare sau orice alt echipament destinat să asigure protecția salariaților;

d) să interzică oricărei persoane să urce sau să coboare din mijloacele auto, remorci, căruțe, atunci când acestea se află în mișcare;

e) nu se va alerga pe câmp deschis spre cel mai apropiat adăpost, după ce a început furtuna.

13.(1) Se interzice deplasarea echipei de lucru în șir indian, pe linia de cea mai mare pantă, în terenuri accidentate.

(2) Se interzice circulația sub liniile de funiculare și pe o zonă de 10 m în vecinătatea acestora;

14. Lucrătorii trebuie să fie informați cu privire la riscurile profesionale specifice fiecărui tip de activitate, precum și asupra măsurilor de prevenire stabilite prin instrucțiunile proprii.

CAPITOLUL II

DOTAREA CU ECHIPAMENT INDIVIDUAL DE PROTECȚIE (E.I.P.)

1. Acordarea, utilizarea și întreținerea echipamentului individual de protecție se va face conform prevederilor art. nr. 3 din Legea 319/2006 precum și art. 3 și art. 5 din HG 1048/2006.

2. (1) Stabilirea echipamentului individual de protecție și alegerea sortimentelor adecvate se realizează în funcție de riscurile proprii fiecărui tip de activitate, pe baza cumulului de factori de risc la care este expus lucrătorul în timpul îndeplinirii sarcinilor de serviciu.

(2) Propunerile pentru acordarea echipamentului individual de protecție în funcție de analiza factorilor de risc se aprobă de inspectorul șef al gărzii forestiere;

3. Conducătorii compartimentelor nu vor permite desfășurarea nici unei activități înainte de a verifica dotarea cu echipament individual de protecție și însușirea cunoștințelor referitoare la utilizarea corectă a acestuia.

4. Lucrătorii au obligația de a purta echipamentul individual de protecție stabilit pentru fiecare lucrare sau tip de activitate și de a comunica conducătorului compartimentului orice deteriorare a echipamentului de protecție care îi poate pune în pericol sănătatea sau securitatea.

5. Se interzice acordarea și utilizarea echipamentelor individuale de protecție care nu sunt realizate și certificate în conformitate cu standardele și normativele în vigoare.

6. La executarea de lucrări în pădure, lucrătorii vor fi informați și avertizați asupra pericolelor potențiale existente în cadrul perimetrului de lucru, cum ar fi stâncării, râpe, locuri cu pericol de alunecare, animale sălbatice, avalanșe, precum și mijloacele de semnalizare de securitate utilizate. (2) Toate persoanele care lucrează în contact cu substanțe toxice vor fi examinate medical periodic, conform reglementărilor Ministerului Sănătății.

7. Lucrătorii vor fi instruiți cu privire la utilizarea echipamentelor tehnice, inclusiv asupra utilizării uneltelor cu muchii tăietoare în timpul transportului.

CAPITOLUL III

UTILIZAREA ECHIPAMENTELOR TEHNICE (E. T.)

1. Echipamentele tehnice trebuie sa fie certificate din punctul de vedere al calității de securitate.

2. Pentru fiecare tip de echipament tehnic se vor afișa instrucțiuni de funcționare și de lucru precum și instrucțiuni proprii de securitate a muncii.

3. (1) Conducătorul locului de muncă și lucrătorii au obligația de a verifica, înainte de începerea activității, existența și starea tehnica a protectorilor și a dispozitivelor de protecție.

(2) Se interzice lucrul cu echipamentele tehnice care nu au montați toți protectorii sau ale căror dispozitive de protecție sunt scoase din funcțiune.

4. (1) Când se constata o defecțiune, lucrătorii au obligația de a opri echipamentul tehnic și de a înștiința conducătorul locului de munca.

CAPITOLUL IV

PREVEDERI SPECIFICE PENTRU VERIFICARILE ACTELOR DE PUNERE ÎN VALOARE, CONTROLUL EXPLOATĂRII, A MARCĂRILOR DE ARBORI TĂIAȚI ÎN DELICT ȘI CONTROLUL CIRCULAȚIEI MATERIALELOR LEMNOASE

A. VERIFICAREA ACTELOR DE PUNERE ÎN VALOARE

1. La verificarea actelor de punerea în valoare a masei lemnoase se vor verifica dacă au fost inventariați distinct și marcați, prin semne convenționale, atât pe teren, cât și în schita parchetului:

a) arborii periculoși - putregăioși, iescari, aninați, dezrădăcinați, fără coroană;
b) toate locurile periculoase din parchet - râpe, stâncării și bolovani de pe pante accentuate.

2. La verificarea punerii în valoare a doborâtorilor de vânt sau zăpada, se interzice efectuarea măsurătorilor stând pe arbori, buturugi sau pe orice alte materiale.

3. Observațiile și măsurătorile se vor efectua numai după asigurarea unei poziții stabile a lucrătorului și a aparatului.

B. CONTROLUL EXPLOATĂRII, CONTROLUL DEPOZITELOR ȘI CONTROLUL CIRCULAȚIEI MATERIALULUI LEMNOS

Se vor respecta următoarele măsuri:

Caracterul specific al activităților este determinat de lucrul în aer liber, deplasările în teren accidentat, precum și posibila prezență a animalelor periculoase, a utilajelor pentru încărcat - manipulat, tăiat și transport material lemnos, precum și materialul lemnos depozitat, care generează riscuri pentru sănătatea și securitatea în muncă a lucrătorilor .

Consecințe posibile pentru sănătate sunt: plăgi, traumatisme, fracturi, leziuni, arsuri, având ca urmare incapacitate temporară de muncă, invaliditate sau deces, produse prin lovire de către mijloacele de transport, cădere de la același nivel sau de la înălțime, dezechilibrare, alunecare, lovire sau proiectare de corpuri, strivire, contact cu organe de mașini în mișcare, contact cu organe tăietoare s.a.

Deplasările în teren se vor efectua cu respectarea prevederilor instrucțiunilor proprii privind măsuri de securitate a muncii la deplasarea în teren a personalului.

În timpul patruleșilor, salariații trebuie să respecte următoarele reguli:

- i) să fie atenți la circulația rutieră;
- ii) să cunoască și să respecte semnificația indicatoarelor de circulație;
- iii) să nu staționeze pe partea carosabilă a drumului;

iv) atunci când se deplasează pe jos, să circule pe partea stângă, cât mai aproape de marginea drumului.

Se interzice aplecarea peste balustrada podurilor sau podețelor.

Este interzisă circulația pe marginea podurilor sau podețelor neprevăzute cu balustradă, sau cu balustradă deteriorată.

Pe porțiunile de drum neprotejate cu parapeti, unde există pericol de cădere în gol, se va păstra o distanță suficientă față de marginea taluzului.

La traversarea drumului trebuie să se asigure față de circulația rutieră din ambele sensuri și să traverseze numai atunci când nu există nici un pericol.

Se interzice traversarea cursurilor de apă pe amenajări improvizate sau prin locuri nesigure, unde există pericol de înec.

Deplasarea pe porțiunile acoperite cu gheață sau polei, pe terenuri în pantă acoperite cu vegetație și alunecoase, se va face cu atenție sporită, utilizând echipamentul de protecție adecvat.

Se interzice deplasarea pe porțiunile de traseu acoperite cu polei, gheață sau zăpadă, acolo unde există pericolul alunecării și căderii în gol sau acolo unde există pericolul declanșării avalanșelor.

În condiții meteo nefavorabile sau calamități naturale, se va întrerupe activitatea și personalul se va retrage în zone adăpostite sau în adăposturi.

În cazul iminenței pericolului de descărcări electrice, participanții la procesul de muncă nu vor purta în mâini obiecte metalice; nu vor staționa pe culmi, sub sau în apropierea arborilor izolați; în apropierea obiectelor sau construcțiilor metalice și a rețelelor electrice.

În timpul controlului în parchetele de exploatare, personalul este obligat să poarte cască de protecție sau alt echipament de protecție specific riscurilor din parchet.

În cazul în care este posibil personalul care efectuează controlul exploatarei parchetului va fi însoțit de către conducătorul formației de lucru.

Pe toată durata controlului se dispune sistarea temporară a lucrului în postățile controlate.

Accesul în parchet se va face numai pe potecile și căile de acces stabilite.

Vor fi luate toate măsurile de prevenire a alunecării, împiedicării sau căderii în gol.

Personalului care efectuează controlul exploatarei masei lemnoase i se interzice:

- intrarea în aria de lucru a utilajelor, atelajelor sau a mijloacelor de transport;
- urcarea pe utilaje sau pe mijloacele de transport, deasupra încărcăturii;
- deplasarea pe utilajele de scos - apropiat sau manipulat material lemnos;
- intrarea în postățile în care se lucrează, înainte de oprirea lucrului;
- trecerea pe la baza versanților pe care se execută operații de corhănire sau doborât / fasonat material lemnos;
- urcarea pe stive sau pe materialul lemnos aflat pe sol;
- efectuarea de operații de exploatare și acțiuni sau activități care să pună în pericol propria persoană sau pe ceilalți participanți la procesul de muncă;
- intrarea în locurile periculoase;

-efectuarea controlului exploatării pe vânt puternic, furtună, precipitații abundente, viscol și alte condiții meteo extreme.

Se interzice deplasarea echipei de lucru în șir indian pe linia de cea mai mare pantă, în terenuri accidentate.

Observațiile și măsurătorile se vor efectua numai după asigurarea unei poziționări cât mai stabile, atât a lucrătorului cât și a aparaturii.

Personalului care efectuează verificări de evaluare a masei lemnoase i se interzic următoarele:

- a) intrarea în raza de acțiune a utilajelor, atelajelor sau a mijloacelor de transport;
- a) urcarea pe utilaje, pe încărcătura mijloacelor de transport, transportul cu utilajele de scos, apropiat sau manipulat material lemnos sau utilaje de altă natură;
- b) intrarea în postatele în care se lucrează la exploatarea masei lemnoase, înainte de anunțarea conducătorului lucrărilor, oprirea lucrului, asigurarea contra desprinderii sau rostogolirii accidentale a materialului lemnos aflat în poziții instabile și înlăturarea altor pericole;
- c) trecerea pe la baza versanților pe care se execută operații de exploatare material lemnos, sau alte lucrări;
- d) urcarea pe stive sau pe materialul lemnos aflat pe sol, pe arbori, parapeteți, stânci, etc.;
- e) efectuarea de lucrări sau activități care să pună în pericol propria persoană sau pe ceilalți participanți la procesul de muncă;
- f) intrarea în locurile periculoase;
- g) desfășurarea de activități în exterior pe vânt puternic, furtună, precipitații abundente, viscol și alte intemperii.

Înainte de măsurarea stivelor de material lemnos se va verifica și asigura stabilitatea acestora. Este interzisă urcarea pe stivă.

Cubarea materialului lemnos fasonat, piesa cu piesa, se va face după ce acestea au fost extrase din stiva, au fost așezate în poziție stabilă pe sol și s-a verificat stabilitatea acestora.

Desfacerea stivelor și manipularea materialului lemnos se va face cu respectarea instrucțiunilor proprii specifice, pentru activitatea din depozite și exploatare forestiere.

Este interzisă cubarea materialului lemnos suspendat în cablurile troliului sau ridicat în graifărul încărcătorului frontal.

Deplasarea pe porțiunile cu gheață sau polei, pe teren în pantă, acoperit cu vegetație, alunecos, cu pericol de împiedicare, etc., se va face cu atenție sporită, utilizând dacă este cazul echipament adecvat, astfel încât să se prevină alunecarea sau căderea.

Se interzice deplasarea pe porțiunile de traseu acoperit cu polei, gheață sau zăpadă acolo unde există pericolul alunecării și căderii în gol.

La urcarea și coborârea pe/de pe platformele autovehiculelor se vor utiliza scărițe și se vor lua măsuri de îndepărtare a gheții și zăpezii astfel încât să se prevină alunecarea.

Se interzice urcarea în autovehiculele aflate în mișcare.

În situația declanșării unor intemperii, se va întrerupe activitatea și personalul se va retrage în zone adăpostite sau adăposturi.

În cazul descărcărilor electrice, nu vor fi ținute în mâini scule sau obiecte metalice, nu se va staționa pe culmi, sub sau în apropierea arborilor izolați, în apropierea obiectelor sau construcțiilor metalice și a rețelelor electrice.

Nu se vor executa activități în zonele cu pericol de avalanșe.

În vederea prevenirii mușcăturilor de reptile veninoase:

- a) lucrătorii vor circula cu deosebită atenție în zonele în care acestea sunt semnalate și se vor asigura că locul unde calcă, se așează sau pun mâna este perfect vizibil și lipsit de pericol;
- b) pentru deplasare vor fi folosite drumurile și potecile amenajate; este cunoscut că viperele stau frecvent nemișcate și pot fi dificil de observat;
- c) nu vor fi ridicate, cu mana, pietre, bolovani, crengi sau alte obiecte sub care acestea se pot adăposti;
- d) lucrătorii nu se vor așeza în apropierea tufișurilor, grămezilor de crăci, trunchiurilor căzute pe sol, aglomerărilor de pietre s.a.

Dacă au observat o reptilă, lucrătorii își vor păstra calmul, vor ocoli cu grijă locul, nu vor încerca să o atingă sau să o captureze

Se vor purta încălțăminte și îmbrăcăminte adecvată.

Dacă o persoană a fost mușcată, după acordarea primului ajutor, victima va fi transportată de urgență la spital.

În vederea prevenirii înțepăturilor de viespi, albine sau alte insecte:

- e) nu se vor folosi parfumuri puternice și haine intens colorate, deoarece atrag viespile și albinele;
- f) în pauza de masă nu se vor lăsa alimente și sucuri descoperite, deoarece atrag insectele;
- g) alimentele vor fi consumate cu atenție, pentru a se evita înghițirea accidentală a insectelor;
- h) se vor purta încălțăminte și îmbrăcăminte adecvată;
- i) se vor evita locurile unde pot fi prezente cuiburi de albine, viespi sau bondari (scorburi, streșini, găuri în sol, etc.);
- j) dacă au fost depistate cuiburi de viespi, lucrătorii trebuie să se îndepărteze imediat din raza lor, fără agitație și păstrându-și calmul;
- k) dacă o persoană a fost înțepată, după acordarea primului ajutor, victima va fi transportată de urgență la spital

CAPITOLUL VI

CIRCULATIA RUTIERA

1. Se vor respecta prevederile Codului Rutier in vigoare, precum si a altor acte normative care reglementeaza circulatia autovehiculelor pe drumurile publice
2. Pentru remedierile eventualelor defectiuni ale autovehiculului in timpul functionarii precum si spalarii acestuia se vor respecta urmatoarele:
 - Normele specifice de securitate a muncii pentru întretinere si reparatii autovehicule cuprind prevederi de securitate a muncii pentru prevenirea accidentelor de muncă în activitatea de întretinere si reparare a autovehiculelor.
 - Scopul prezentelor norme este eliminarea sau diminuarea riscurilor de accidentare existente în cadrul acestor activități, proprii celor patru componente ale sistemului de muncă (executant-sarcină de muncă-mijloace de productie-mediul de muncă).
 - Normele se aplică persoanelor juridice, precum si persoanelor fizice care utilizează în activitatea de întretinere si reparare a mijloacelor auto, salariati si alte persoane prevăzute de lege.
 - Prevederile prezentelor norme se aplică cumulativ cu prevederile Normelor generale de protectie a muncii.
 - Pentru activitățile nespecifice sau auxiliare activității de întretinere si reparare a autovehiculelor desfășurate în unități se vor aplica prevederile normelor specifice.
 - Desfășurarea activităților de întretinere si reparatii auto în conditii care determină si alte pericole, decât cele specifice acestor activități, se vor face pe baza unor instructiuni aprobate de conducerea unității.
 - Prezentele norme se vor revizui periodic si vor fi modificate, ori de câte ori este necesar, ca urmare a schimbărilor de natură legislativă, tehnică etc. survenite la nivel national, al unităților sau proceselor de muncă.

Spălarea

Autovehiculele ce urmează a fi spălate se manevrează cu atentie pe rampa metalică sau de beton si se asigură contra pornirii necomandate, cuplându-se într-una din viteze, actionându-se frâna de ajutor si asezându-se cale de blocare la roțile din spate în ambele sensuri (fata si spatele rotilor).

Urcarea sau coborârea autovehiculelor pe/si de pe rampă se va face numai după ce lucrătorii din jur au fost avertizati referitor la operatia ce se execută.

ANEXA 1

CERINȚE MINIME de securitate și sănătate pentru locurile de munca

1. Observatie preliminară

Obligațiile menționate în prezenta anexa se aplica ori de câte ori caracteristicile locului de munca, activitatea, împrejurările sau un risc impun acest lucru.

2. Cai și iesiri de urgenta

2.1. Căile și ieșirile de urgenta trebuie sa rămână în permanenta libere și sa conducă în mod cat mai direct posibil în aer liber sau în spații sigure.

2.2. În caz de pericol, trebuie sa fie posibila evacuarea rapida și în condiții cat mai sigure a lucrătorilor de la toate posturile de lucru.

2.3. Numărul, amplasarea și dimensiunile căilor și iesirilor de urgenta depind de utilizare, de echipament și de dimensiunile locurilor de munca, precum și de numărul maxim de persoane care pot fi prezente.

2.4. Ușile de ieșire în caz de urgenta trebuie sa se deschidă spre exterior.

Ușile de ieșire de urgenta nu trebuie sa fie incuiate sau fixate astfel încât sa nu poată fi deschise imediat și cu usurinta de către orice persoana care ar avea nevoie sa le utilizeze în caz de urgenta. Ușile glisante sau turnante nu sunt permise în cazul în care acestea au destinația de iesiri de urgenta.

2.5. Căile și ieșirile de urgenta speciale trebuie semnalizate

Aceasta semnalizare trebuie sa fie suficient de rezistenta și sa fie plasata în locurile corespunzătoare.

2.6. Ușile de ieșire de urgenta nu trebuie sa fie incuiate.

Căile și ieșirile de urgenta, precum și căile de circulație și ușile de acces spre acestea trebuie sa fie eliberate de orice obstacole, astfel încât sa poată fi utilizate în orice moment fără dificultate.

3. Detectarea și prevenirea incendiilor

3.1. În funcție de dimensiunile și destinația clădirilor, de echipamentele pe care acestea le conțin, de proprietățile fizice și chimice ale substanțelor prezente și de numărul maxim potențial de persoane prezente, locurile de munca trebuie prevăzute cu dispozitive corespunzătoare pentru stingerea incendiilor și, dacă este cazul, cu detectoare de incendii și sisteme de alarma.

3.2. Dispozitivele neautomatizate de stingere a incendiilor trebuie sa fie ușor accesibile și simplu de manevrat.

4. Ventilatia locurilor de munca în spații închise

4.1. La locurile de munca în spații închise trebuie luate măsuri pentru a asigura suficient aer proaspăt, avându-se în vedere metodele de lucru utilizate și cerințele fizice impuse lucrătorilor.

4.2. Dacă se utilizează instalații de ventilare mecanică sau de aer condiționat, acestea trebuie să funcționeze astfel încât să nu creeze disconfort prin expunerea lucrătorilor la curenți de aer.

Orice depunere sau impuritate ce poate crea un risc imediat pentru sănătatea lucrătorilor prin poluarea atmosferei trebuie eliminată fără întârziere.

5. Temperatura în încăperi

5.1. În timpul programului de lucru, temperatura din încăperile ce cuprind posturi de lucru trebuie să fie adecvată organismului uman, ținându-se seama de metodele de lucru utilizate și de cerințele fizice impuse lucrătorilor.

5.2. Ferestrele, luminatoarele și glasvandurile trebuie să permită evitarea luminii solare excesive la locurile de munca, în funcție de natura muncii și de locul de munca.

6. Iluminatul natural și artificial

6.1. În măsura în care este posibil, locurile de munca trebuie să aibă iluminat natural suficient și să fie prevăzut un iluminat artificial adecvat pentru sănătatea și securitatea lucrătorilor.

6.2. Instalațiile de iluminat din încăperile cu posturi de lucru și de pe căile de acces și de circulație trebuie amplasate în așa fel încât să nu existe riscul de accidentare a lucrătorilor ca rezultat al tipului de iluminat montat.

7. Pardoseli, pereți, plafoane și acoperisuri ale încăperilor

7.1. Pardoselile locurilor de munca trebuie să fie lipsite de proeminente, de găuri sau de planuri înclinate periculoase și trebuie să fie fixe, stabile și nealunecoase.

7.2. Suprafețele pardoselilor, pereților și plafoanelor din încăperi trebuie să fie curățate și renovate pentru a se obține condiții de igienă corespunzătoare.

8. Ferestre și luminatoare

8.1. Lucrătorii trebuie să aibă posibilitatea să deschidă, să închidă, să regleze sau să fixeze ferestrele, luminatoarele și ventilatoarele în condiții de securitate. Când sunt deschise, acestea trebuie poziționate și fixate astfel încât să nu constituie un pericol pentru lucrători.

8.2. Ferestrele și luminatoarele trebuie să fie concepute în raport cu echipamentul sau trebuie prevăzute cu dispozitive care să permită curățarea

lor fără riscuri pentru lucrătorii care executa aceasta munca sau pentru lucrătorii prezenți în clădire sau în jurul acesteia.

8. Uși

8.1. Trebuie să fie posibilă deschiderea lor din interior în orice moment, fără ajutor special.

8.2. Trebuie să fie posibilă deschiderea ușilor atunci când locurile de munca sunt ocupate.

8.3. Ușile și porțile mecanice trebuie să funcționeze fără să prezinte un risc de accidentare pentru lucrători.

Acestea trebuie să fie prevăzute cu dispozitive de oprire de urgență accesibile și ușor de identificat și, dacă nu se deschid automat în cazul întreruperii alimentării cu energie electrică, să poată fi deschise manual.

9. Căile de circulație - zone periculoase

9.1. Căile de circulație, inclusiv treptele, scarile fixe, trebuie să fie amplasate și dimensionate astfel încât să asigure un acces ușor, sigur și adecvat pentru pietoni fără a pune în pericol lucrătorii aflați în vecinătatea acestor cai de circulație.

9.2. Încăperile de lucru trebuie să aibă o suprafață, o înălțime și un volum de aer suficiente, care să permită lucrătorilor să își îndeplinească sarcinile de muncă fără riscuri pentru securitatea, sănătatea sau confortul acestora.

9.3. Dimensiunile zonei neocupate a postului de lucru trebuie să fie calculate astfel încât să permită lucrătorilor să aibă suficientă libertate de mișcare pentru a-și îndeplini sarcinile de muncă.

Dacă acest lucru nu este posibil din motive specifice postului de lucru, lucrătorul trebuie să aibă suficientă libertate de mișcare în apropierea postului sau de lucru.

10. Locurile de muncă

10.1. Dimensiunea locului de muncă se realizează în funcție de particularitățile anatomice, fiziologice, psihologice ale organismului uman, precum și de dimensiunile și caracteristicile echipamentului de muncă, ale mobilierului de lucru, de mișcările și deplasările lucrătorului în timpul activității, de distanțele de securitate, de dispozitivele ajutoare pentru manipularea maselor, ca și de necesitatea asigurării confortului psihofizic.

10.2. Eliminarea pozițiilor forțate, nenaturale, ale corpului lucrătorului și asigurarea posibilităților de modificare a poziției în timpul lucrului se realizează prin amenajarea locului de muncă, prin optimizarea fluxului tehnologic și prin utilizarea echipamentelor de muncă care respectă prevederile reglementărilor în vigoare.

10.3. Locurile de muncă la care se lucrează în poziție așezată se dotează cu scaune concepute corespunzător caracteristicilor antropometrice

și functionale ale organismului uman, precum și activității care se desfășoară, corelandu-se înălțimea scaunului cu cea a planului de lucru.

10.4. La locurile de munca unde se lucrează în poziție ortostatică trebuie asigurate, de regula, mijloace pentru așezarea lucrătorului cel puțin pentru perioade scurte de timp (de exemplu, scaune, bănci).

10.5. Echipamentele de munca, mesele și bancurile de lucru trebuie să asigure spațiu suficient pentru sprijinirea comodă și stabilă a membrilor inferioare în timpul activității, cu posibilitatea miscării acestora.

10.6. Înălțimea planului de lucru pentru poziția așezat sau ortostatică se stabilește în funcție de distanța optimă de vedere, de precizia lucrării, de caracteristicile antropometrice ale lucrătorului și de mărimea efortului membrilor superioare.

10.7. Pentru evitarea mișcărilor de răsucire și aplecare ale corpului, precum și a mișcărilor foarte ample ale brațelor, trebuie luate măsuri de organizare corespunzătoare a fluxului tehnologic, de manipulare corectă a materiilor prime și a produselor la echipamentele de munca la care lucrătorul intervine direct.

ANEXA 2

CERINȚE MINIME de securitate și sănătate pentru locurile de munca aflate deja în folosință,

1. Observație preliminară

Obligațiile menționate în prezenta anexa se aplică ori de câte ori caracteristicile locului de muncă, activitatea, împrejurările sau un risc impun acest lucru.

2. Căi și ieșiri de urgență

2.1. Căile și ieșirile de urgență trebuie să rămână în permanență libere și să conducă în mod cât mai direct posibil în aer liber sau în spații sigure.

2.2. În caz de pericol, trebuie să fie posibilă evacuarea rapidă și în condiții cât mai sigure a lucrătorilor de la toate posturile de lucru.

2.3. Ușile de ieșire în caz de urgență trebuie să se deschidă spre exterior.

2.4. Ușile de ieșire de urgență nu trebuie să fie încuiate sau fixate astfel încât să nu poată fi deschise imediat și cu ușurință de către orice lucrător care ar avea nevoie să le utilizeze în caz de urgență.

2.5. Ușile de ieșire de urgență nu trebuie să fie încuiate.

Căile și ieșirile de urgență, precum și căile de circulație și ușile de acces spre acestea trebuie să fie eliberate de orice obstacole, astfel încât să poată fi utilizate în orice moment fără dificultate.

3. Detectarea și prevenirea incendiilor

3.1. În funcție de dimensiunile și destinația clădirilor, de echipamentele pe care acestea le conțin, de proprietățile fizice și chimice ale substanțelor prezente și de numărul maxim potențial de persoane prezente, locurile de muncă trebuie prevăzute cu dispozitive corespunzătoare pentru stingerea incendiilor și, dacă este necesar, cu detectoare de incendii și sisteme de alarmă.

3.2. Dispozitivele neautomatizate de stingere a incendiilor trebuie să fie ușor accesibile și ușor de manevrat.

4. Ventilația locurilor de muncă în spații închise

Trebuie luate măsuri pentru a asigura suficient aer proaspăt la locurile de muncă în spații închise, avându-se în vedere metodele de lucru utilizate și cerințele fizice impuse lucrătorilor.

5. Temperatura în încăperi

5.1. În timpul programului de lucru, temperatura din încăperile ce conțin posturi de lucru trebuie să fie adecvată organismului uman, ținându-se seama de metodele de lucru utilizate și de cerințele fizice impuse lucrătorilor.

6. Iluminatul natural și artificial

6.1. În măsura în care este posibil, locurile de munca trebuie să aibă iluminat natural suficient și să fie prevăzut un iluminat artificial adecvat pentru sănătatea și securitatea lucrătorilor.

Instrucțiuni privind securitatea și sănătatea la locul de muncă pentru Garda Forestieră Suceava:

1. Verificați toate echipamentele electronice și asigurați-vă că funcționează corect. Dacă observați orice defect, raportați-l imediat către responsabilul SSM.

2. Urmați toate procedurile de siguranță și respectați instrucțiunile de lucru.

3. Asigurați-vă că locul de muncă este curat și ordonat, astfel încât să evitați accidentele.

4. Respectați regulile de igienă la locul de muncă, cum ar fi spălarea mâinilor înainte și după manipularea alimentelor.

5. Practicați o postură corectă și evitați o poziție sedentară prelungită.

6. Asigurați-vă că biroul dumneavoastră este confortabil și corespunde normelor de ergonomie.

7. Asigurați-vă că aveți o bună iluminare la locul de muncă și că nu există riscul de a fi expuși la radiații.

Acestea sunt doar câteva instrucțiuni de bază pentru a asigura siguranța și sănătatea la locul de muncă. Este important să fiți conștienți de toate riscurile și să respectați toate regulile de siguranță și sănătate.

În ceea ce privește reglementările de sănătate și securitate ocupatională, acestea includ măsuri pentru a preveni accidentele și bolile ocupationale, precum și reguli pentru igiena locului de muncă și formarea angajaților.

De asemenea, există și reguli specifice, cum ar fi:

- Nu îndepărtați dispozitivele de siguranță.
- Nu urcați sau coborâți de pe vehicule în mișcare.
- Personalul tehnic și de inginerie are obligația de a verifica locurile de muncă, de a interzice accesul în zonele nesigure și de a respecta regulile de siguranță.

Este important să respectați toate reglementările de sănătate și securitate ocupatională pentru a evita accidentele și bolile ocupationale.

De asemenea, trebuie să fim conștienți de mediul din jurul nostru și să raportăm orice incident sau accident imediat.

În plus, trebuie să acordăm o atenție deosebită ergonomiei la locul de muncă. Aceasta înseamnă că trebuie să ne asigurăm că biroul și scaunul sunt reglate corect pentru postura noastră, să luăm pauze regulate pentru a ne odihni ochii și mușchii și să utilizăm echipament de protecție adecvat.

Este important să fim conștienți de riscurile la locul de muncă și să primim instruire adecvată în ceea ce privește procedurile de siguranță. Dacă suntem conștienți de riscuri, putem lua măsuri pentru a minimiza sau elimina aceste riscuri înainte de a se întâmpla un accident sau o boală profesională.

Capitolul 1: Deplasarea către și de la locul de muncă

1.1. Respectați regulile rutiere și legile de circulație în timpul deplasării către și de la locul de muncă.

1.2. Folosiți întotdeauna centura de siguranță în vehicul și asigurați-vă că pasagerii fac același lucru.

1.3. Verificați periodic starea tehnică a vehiculului înainte de a pleca și raportați orice defecțiuni departamentului tehnic.

1.4. Respectați limitele de viteză și adaptați viteza la condițiile de drum și vizibilitate.

1.5. Evitați utilizarea telefoanelor mobile sau a altor dispozitive distractive în timpul conducerii.

1.6. Păstrați o distanță sigură între vehiculul dvs. și alte vehicule din trafic.

1.7. Fiți atenți la condițiile meteo și ajustați conducerea în consecință.

1.8. Asigurați-vă că aveți în permanență documentele necesare vehiculului și că sunt valabile.

Capitolul 2: Deplasarea la activități de teren

2.1. Efectuați o evaluare a riscurilor înainte de a pleca în activități de teren și asigurați-vă că aveți echipamentul și resursele necesare.

2.2. Informați colegii sau persoanele responsabile despre itinerarul dvs. planificat și orele estimate de întoarcere.

2.3. Asigurați-vă că aveți suficientă apă, alimente și echipament de prim-ajutor în timpul deplasării la activitățile de teren.

2.4. Respectați regulile de circulație și de siguranță în timpul deplasării cu vehiculele oficiale sau personale.

2.5. Acordați atenție semnelor de avertizare și respectați restricțiile sau interdicțiile impuse de autorități.

2.6. Păstrați comunicarea cu colegii și informați periodic despre starea și locația dvs. în timpul deplasării.

2.7. Fiți pregătiți pentru situații de urgență și cunoașteți procedurile de evacuare și prim-ajutor aplicabile în zonele de teren.

Capitolul 3: Ergonomia conducerii autoturismului

3.1. Reglați în mod corespunzător scaunul și oglinzile retrovizoare înainte de a porni vehiculul.

3.2. Mențineți o postură corectă în timpul condusului, având spatele drept și mâinile plasate pe volan într-o poziție confortabilă.

3.3. Efectuați pauze regulate și exerciții de întindere pentru a preveni o poziție statică prelungită.

3.4. Evitați obiectele care ar putea interfera cu manevrarea vehiculului, cum ar fi încărcături nesecurizate în portbagaj.

3.5. Utilizați suporturi ergonomice, cum ar fi perne de sprijin lombar, pentru a vă menține confortul și a preveni apariția disconfortului sau durerilor.

3.6. Evitați utilizarea excesivă a sistemelor de climatizare sau încălzire, care pot cauza disconfort și deshidratare.

3.7. Acordați atenție semnelor de oboseală și luați măsuri preventive, cum ar fi opriri regulate și odihnă suficientă înainte de a conduce.

Capitolul 4: Activitatea de birou - riscuri, prevenire

4.1. Identificarea riscurilor în activitatea de birou:

- Postură incorectă și poziție statică prelungită.
- Utilizarea necorespunzătoare a echipamentelor și mobilierului de birou.
- Tensiune oculară și disconfort asociat utilizării prelungite a ecranelor de calculator.

- Risc de accidente, cum ar fi alunecări și căderi.

4.2. Prevenirea riscurilor în activitatea de birou:

- Adoptați o postură corectă, având spatele drept, picioarele așezate pe podea și antebrațele sprijinite pe masă.
- Faceți pauze regulate pentru a vă mișca și a vă întinde.
- Utilizați echipament ergonomic, cum ar fi scaune reglabile în înălțime și cu spătar ajustabil, suport de birou pentru documente etc.
- Organizați și mențineți biroul curat și ordonat, evitând supraaglomerarea și obiectele care pot cauza accidente.
- Asigurați-vă că iluminarea este adecvată și evitați reflexiile excesive pe ecranele de calculator.
- Folosiți ochelari de protecție, dacă este necesar, pentru a reduce tensiunea oculară.
- Asigurați-vă că biroul, scaunul și echipamentul sunt reglați corect pentru a se potrivi nevoilor și dimensiunilor dvs.
- Folosiți tastatură și mouse într-o poziție confortabilă, evitând încrucișarea încheieturilor și mișcări repetate excesive.
- Ajustați înălțimea monitorului pentru a vă asigura că partea de sus a acestuia este la nivelul ochilor.
- Utilizați suporturi pentru încheieturi și sprijin lombar pentru a reduce tensiunea și oboseala musculară.
- Faceți exerciții de întindere și relaxare pentru a menține flexibilitatea și a reduce tensiunea în mușchi.

5. Prevenirea accidentelor și siguranța în activitatea de birou:

- Evitați alunecările și căderile prin utilizarea covoarelor antiderapante, curățarea periodică a suprafețelor și evitarea suprafețelor umede sau alunecoase.
- Păstrați firele electrice și cablurile organizate și în siguranță pentru a preveni încurcarea și potențialele accidente.
- Fiți atenți la pericolele de incendiu și asigurați-vă că sunteți familiarizat cu procedurile de evacuare și cu amplasarea extingtorului.

Întocmit

Lucrător desemnat SSM
Ing. Vorobeț Octavian

