

DESATERO PRO MANIPULACI S BŘEMENY PŘI PRÁCI VSTOJE



1.

PŘED MANIPULACÍ S BŘEMENEM SI VŽDY ROZMYSLETE NEJVHODNĚJŠÍ ZPŮSOB ZVEDÁNÍ A PŘENÁŠENÍ BŘEMENE.

2.

PŘED ZAHÁJENÍM PRÁCE SPOJENÉ S RUČNÍ MANIPULACÍ S BŘEMENEM SE SEZNAMTE S HMOTNOSTÍ A VLASTNOSTMI BŘEMENE A S RIZIKY SPOJENÝMI S NESPRÁVNOU MANIPULACÍ.

3.

BŘEMENO, KTERÉ JE ULOŽENO NA PODLAZE NEBO NA NÍZKÉ PODLOŽCE ZVEDEJTE VŽDY Z PODŘEPU, NIKDY Z PŘEDKLONU.

4.

OPTIMÁLNÍ DRÁHA PŘI ZDVIHÁNÍ A UKLÁDÁNÍ BŘEMENE JE PŘI STOJI V ROZMEZÍ VÝŠKY RAMEN A ZÁPĚSTÍ — VYHÝBEJTE SE MANIPULACI POD TOUTO ÚROVNÍ NEBO NAD RAMENY.

5.

ZAJISTĚTE SI DOSTATEK PROSTORU PRO MANIPULACI — PŘEDEJDETE SKLOUZNUTÍ, PÁDU NEBO NÁRAZU OSOB ČI BŘEMEN.

6.

PŘI UKLÁDÁNÍ ČI ODEBÍRÁNÍ PŘEDMĚTŮ Z POLIC SI PŘEDEM ZAJISTĚTE BEZPEČNÝ PŘÍSTUP K MÍSTU MANIPULACE A ODSTRÁŇTE PŘÍPADNÉ PŘEKÁŽKY.

7.

VÝŠKU PRACOVNÍ ROVINY PŘIZPŮSOBTE HMOTNOSTI BŘEMENE — TĚŽŠÍ BŘEMENA MANIPULUJTE NA NIŽŠÍ PRACOVNÍ ROVINĚ.

8.

PŘENÁŠENÍ BŘEMEN POUZE JEDNOU PAŽÍ VEDE K NEROVNOMĚRNÉMU ZATĚŽOVÁNÍ PÁTEŘE A PŘI ČASTÉM OPAKOVÁNÍ MŮŽE ZPŮSOBIT VZNIK SKOLIÓZY.

9.

NEPŘÍLIŠ TĚŽKÁ BŘEMENA PŘENÁŠENÁ NA DELŠÍ VZDÁLENOST JE VHODNÉ PŘENÁŠET NA RAMENI.

10.

ZAMĚŠTNAVATEL JE POVINEN VYBAVIT PRACOVNÍŠTĚ, KDE SE ZVEDAJÍ A PŘENÁŠEJÍ TĚŽKÁ BŘEMENA, VHODNÝM TYPEM MECHANIZAČNÍHO ZAŘÍZENÍ.