



INSTRUKCJA NR I - 504-003



STRONA:
1/7

TYTUŁ:

PRACE NA WYSOKOŚCI

WYMAGANIA OGÓLNE I SZCZEGÓŁOWE

EDYCJA:
2

Opracował	NAZWISKO	Paweł Białek St. specjalista ds. BHP	DATA	18.03.2025 r.	PODPIS		Numer egzemplarza 1
Zatwierdził		ADRIAN SIKORSKI Dyrektor		19.03.2025 r.			

UWAGA: Niniejszy dokument stanowi własność Zachodniopomorskiego Centrum Onkologii w Szczecinie. Wszelkie prawa autorskie zastrzeżone! Zabrania się dokonywania zmian treści, a także kopiowania i rozpowszechniania dokumentu bez zgody wydawcy!

Tabela zmian w dokumencie ZSZ

[illegible]

	ZACHODNIOPOMORSKIE CENTRUM ONKOLOGII	
	INSTRUKCJA NR I - 504-003	STRONA: 2/7
TYTUŁ:	PRACE NA WYSOKOŚCI WYMAGANIA OGÓLNE I SZCZEGÓŁOWE	EDYCJA: 2

1. Cel

Celem instrukcji jest określenie jednolitych zasad dotyczących wykonywania na terenie ZCO prac na wysokości.

2. Zakres

Instrukcja obowiązuje wszystkich pracowników szpitala wykonujących prace na wysokości oraz kierujących, zlecających i nadzorujących ww. prace.

3. Terminologia

- 3.1. Prace na wysokości - prace wykonywane na powierzchni znajdującej się na wysokości co najmniej 1,0 m nad poziomem podłogi lub ziemi. Do prac na wysokości nie zalicza się prac na powierzchni, niezależnie od wysokości, na jakiej się znajduje, jeżeli powierzchnia ta:
 - a) osłonięta jest ze wszystkich stron do wysokości co najmniej 1,5 m pełnymi ścianami lub ścianami z oknami oszklonymi;
 - b) wyposażona jest w inne stałe konstrukcje lub urządzenia chroniące pracownika przed upadkiem z wysokości.
- 3.2. Sprzęt chroniący przed upadkiem z wysokości - techniczne wyposażenie pracownika służące do ochrony pracy na wysokości, w tym środki ochrony indywidualnej - przeznaczone do:
 - a) niedopuszczenia do zaistnienia upadku,
 - b) bezpiecznego zatrzymania upadku z wysokości,
 - c) złagodzenia skutków upadku,
 - d) ratowania ludzi.
- 3.3. Stałe środki techniczne zabezpieczające przed upadkiem z wysokości rusztowania i bariery oraz przewidziane konstrukcyjne stałe wyposażenie urządzeń przeznaczone do zabezpieczenia pracownika przed upadkiem poprzez współpracę ze sprzętem ochronnym (stałe punkty mocowania lin asekuracyjnych, szyn z zaciskami samoblokującymi itp.) jak również wyposażenie konstrukcji wsporczych zapewniające poprawę warunków przemieszczania się.
- 3.4. Środki ochrony indywidualnej - każde wyposażenie indywidualne stosowane przez pracowników w celu ochrony przed zagrożeniami.
- 3.5. Strefa niebezpieczna - jest to przestrzeń wokół urządzenia lub stanowiska pracy, w której wszyscy przebywający narażeni są na ryzyko urazu, utraty zdrowia lub życia.
- 3.6. Asekurujący - wyznaczony pracownik, stale monitorujący lub wspomagający pracowników przy pracach na wysokości.
- 3.7. Drabina - konstrukcja ułatwiająca wchodzenie na niewielkie wysokości, zazwyczaj do 1 do 4 metrów, składająca się z pionowych belek połączonych poziomymi szczeblami.
- 3.8. Poręcz ochronne - stałe lub tymczasowe balustrady składające się z poręczy ochronnych umieszczonych na wysokości co najmniej 1,1 m i krawężników o wysokości co najmniej 0,15 m. Pomiędzy poręczą i krawężnikiem powinna być umieszczona w połowie wysokości poprzeczka lub przestrzeń ta powinna być wypełniona w sposób uniemożliwiający wypadnięcie osób.


	ZACHODNIOPOMORSKIE CENTRUM ONKOLOGII	
	INSTRUKCJA Nr I - 504-003	STRONA: 3/7
TYTUŁ:	PRACE NA WYSOKOŚCI WYMAGANIA OGÓLNE I SZCZEGÓŁOWE	EDYCJA: 2

4. Przebieg realizacji- wymagania

- 4.1. Zabrania się wykonywania prac na wysokości jeżeli warunki atmosferyczne są niesprzyjające: np. silny wiatr powyżej 10 m/s, burza, padający śnieg, oblodzenie, intensywny deszcz.
- 4.2. Jeżeli pracownik jest zmuszony do pracy w taki sposób, że musi wychylać się poza obręb poręczy, lub ze względów technicznych nie jest możliwe zainstalowanie poręczy ochronnych, powinien bezwzględnie użyć szelek bezpieczeństwa lub urządzenia samohamownego przypinając się do stałego elementu konstrukcji.
- 4.3. Na rusztowanie można wchodzić wyłącznie od wewnętrznej strony rusztowania.
- 4.4. Przypinanie się pracowników do niezakotwionego rusztowania przejezdnego jest dopuszczalne jedynie w sytuacji, gdy rusztowanie posiada podpory stabilizujące o odpowiednim rozstawie uniemożliwiającym przewrócenie się w wyniku utraty stateczności spowodowanej wypadnięciem pracownika przypiętego do konstrukcji rusztowania przejezdnego.
- 4.5. Jeżeli przy wykonywaniu robót używane są narzędzia elektryczne, elektryczne oświetlenie, lub spawarki elektryczne, rusztowanie należy uziemić – z wyłączeniem urządzeń akumulatorowych.
- 4.6. Wchodzenie na przejezdne rusztowania i praca na nich może odbywać się wyłącznie po zablokowaniu kół.
- 4.7. Przed przystąpieniem do wykonywania prac na wysokości, należy wygrodzić strefę niebezpieczną zgodnie obowiązującymi przepisami (1/10 wysokości, na której prace mają być prowadzone, jednak nie mniej niż 6 m.).
- 4.8. Do wygrodzenia strefy niebezpiecznej stosować w miarę możliwości elementy stałe, lub taśmę w barwach bezpieczeństwa (żółto-czarną lub biało-czerwoną).
- 4.9. W obrębie prowadzenia prac na wysokości umieścić tablice ostrzegawcze i informacyjne np. „Uwaga. Prace na wysokości”, „Zakaz wejścia”, „Zakaz przejścia”, „Przejście drugą stroną” itp.
- 4.10. Ponadto wykonawca prac na wysokości obowiązany jest:
 - a) upewnić się o właściwym stanie technicznym rusztowania przejezdnego, sprawdzić czy rusztowanie jest kompletne i stabilne,
 - b) prace na wysokości wykonywać zgodnie z ustaleniami instruktażu stanowiskowego, jeżeli zostało wystawione polecenie pisemne – zgodnie z poleceniem,
 - c) stosować stałe środki techniczne chroniące przed upadkiem z wysokości (np. obaierowania) oraz środki ochrony indywidualnej
 - d) wstrzymywać realizację prac, jeżeli zauważone zostaną nieprawidłowości stwarzające niebezpieczeństwo dla osób wykonujących prace na wysokości lub dla osób przebywających w otoczeniu.

5. Prace z rusztowaniami przejezdnymi.

- 5.1. Rusztowanie przejezdne należy użytkować zgodnie z instrukcją obsługi opracowaną przez producenta.
- 5.2. Rusztowanie przejezdne należy ustawić na stabilnym podłożu i odpowiednio zabezpieczyć przed nieprzewidzianą zmianą stabilności (kotwy, zastrzały).
- 5.3. Na rusztowaniu przejezdnym nie może przebywać jednocześnie więcej osób, niż przewiduje instrukcja producenta oraz nie wolno przekraczać maksymalnego udźwigu rusztowania.

	ZACHODNIOPOMORSKIE CENTRUM ONKOLOGII	
	INSTRUKCJA NR I - 504-003	STRONA: 4/7
TYTUŁ:	PRACE NA WYSOKOŚCI WYMAGANIA OGÓLNE I SZCZEGÓŁOWE	EDYCJA: 2

- 5.4. Wykonywanie gwałtownych ruchów, przechylanie się przez poręcze, gromadzenie wyrobów, materiałów i narzędzi po jednej stronie rusztowania przejezdnego oraz opieranie się o ścianę obiektu budowlanego przez osoby znajdujące się na rusztowaniu jest zabronione.
- 5.5. Łączenie ze sobą dwóch sąsiednich rusztowań przejezdnych oraz przechodzenie z jednego na drugi jest zabronione.
- 5.6. W trakcie pracy na rusztowaniu przejezdnym wymagającej wychylania się pracowników poza obarierowanie, pracownicy mają obowiązek stosowania sprzętu chroniącego przed upadkiem z wysokości. Sprzęt musi być odpowiednio dobrany do wysokości na jakiej realizowane są prace.
- 5.7. Długość linki bezpieczeństwa, łączącej szelki bezpieczeństwa z aparatem samohamującym, nie powinna przekraczać 0,5 m.

6. Prace z drabinami.


- 6.1. Drabiny muszą być ewidencjonowane i poddawane okresowym przeglądom zgodnie z instrukcją dostarczoną przez producenta.
- 6.2. Drabiny rozstawne mogą być wykorzystywane do prac, jedynie gdy posiadają sprawną blokadę przed złożeniem oraz są w dobrym stanie technicznym, bez jakichkolwiek uszkodzeń.
- 6.3. Drabiny rozstawne powinny być całkowicie otwarte i zabezpieczone przed rozsunięciem.
- 6.4. Nie zezwala się na pracę z elektronarzędziami z drabin przystawnych.
- 6.5. Podczas prac na drabinach wymagających wychylania się pracownika poza obrys drabiny, prowadzonych na wysokości, należy stosować szelki bezpieczeństwa wraz z linką bezpieczeństwa, lub urządzenie samohamowne przymocowane do stałego punktu konstrukcyjnego znajdującego się nad głową pracownika.
- 6.6. W przypadku, gdy nie ma możliwości podpięcia się do stałego punktu konstrukcji, należy zastosować inne rozwiązania np. drabiny podestowe, rusztowania przejezdne (z pełnym obarierowaniem), itp.
- 6.7. Drabiny należy ustawiać na stabilnym, nieruchomym podłożu w taki sposób, aby szczeble pozostawały w pozycji poziomej.
- 6.8. Drabiny należy właściwie mocować i zabezpieczać przed przemieszczeniem, poślizgnięciem lub przewróceniem za pomocą urządzeń przeciwpoślizgowych przy górnych i dolnych końcach podłużnic albo poprzez inne rozwiązania o równoważnej skuteczności.
- 6.9. Podczas pracy z wykorzystaniem drabin, do przenoszenia narzędzi lub drobnych przedmiotów należy stosować torby lub pasy narzędziowe.
- 6.10. Łączny ciężar użytkownika drabiny oraz ładunku nie może przekraczać nośności drabiny.
- 6.11. Na drabinie jednocześnie może znajdować się tylko jedna osoba. Jeśli praca musi być wykonywana przez więcej niż jedną osobę, należy użyć drugiej drabiny lub rusztowania. Jeśli wymagana jest asekuracja, musi być ona zapewniona. O potrzebie zapewnienia asekuracji w konkretnym przypadku decyduje kierujący/nadzorujący lub wykonujący te prace.

	ZACHODNIOPOMORSKIE CENTRUM ONKOLOGII	
	INSTRUKCJA Nr I - 504-003	STRONA: 5/7
Tytuł:	PRACE NA WYSOKOŚCI WYMAGANIA OGÓLNE I SZCZEGÓŁOWE	EDYCJA: 2

- 6.12. Podczas pracy tułów pracownika powinien znajdować się pomiędzy podłużnicami, a obydwie stopy na tym samym szczeblu. Wychylanie się pracownika poza obrys podłużnic drabiny jest zabronione.
- 6.13. Podczas pracy na drabinie pracownik powinien być zwrócony przodem do drabiny.
- 6.14. Górna krawędź drabiny (lub drabiny z nadstawką) powinna wystawać minimum 75 cm ponad krawędź poziomu wyjściowego.
- 6.15. Kąt nachylenia drabiny przystawnej powinien wynosić od 65° do 75°.
- 6.16. Stan drabiny użytkownik kontroluje każdorazowo przed rozpoczęciem pracy. Celem kontroli poprzedzającej użycie drabiny jest zidentyfikowanie widocznych uszkodzeń mechanicznych, defektów, itp.
- 6.17. Zabrania się:
- a) stosowania drabiny podczas niekorzystnych warunków pogodowych,
 - b) wykorzystania drabin jako drogi stałego transportu i komunikacji,
 - c) używania drabin rozstawnych jako przystawnych,
 - d) wykorzystywania drabin do innego celu, niż ten w jakim zostały skonstruowane,
 - e) ustawiania drabin na niestabilnym, ruchomym, śliskim podłożu,
 - f) stawiania drabiny przed zamkniętymi drzwiami, jeśli nie są one zamknięte na klucz od strony ustawianej drabiny,
 - g) wchodzenia i schodzenia z drabiny w pozycji plecami do niej,
 - h) wchodzenia na drabinę z zajętymi rękami,
 - i) przerabiania drabin we własnym zakresie.

7. Prace na dachach.

- 7.1. Przed rozpoczęciem robót dachowych na dachu płaskim, prowadzonych w odległości mniejszej niż 2,5 metra od krawędzi dachu (nie dotyczy krótkotrwałych czynności przy centralach wentylacyjnych, wykonywanych od wewnętrznej strony dachu), należy opracować Instrukcję Bezpiecznego Wykonywania Robót (IBWR), uwzględniając wyniki Oceny Ryzyka dla Zadania. Przed rozpoczęciem robót na dachu spadzistym należy każdorazowo opracować IBWR.
- 7.2. Wszystkie roboty na dachach prowadzone w odległości mniejszej niż 2,5 metra od krawędzi dachu, muszą być wykonywane na polecenie pisemne oraz pod bezpośrednim nadzorem kierującego pracami.
- 7.3. Wszystkie roboty dachowe, należy starannie planować w celu zminimalizowania ryzyka dla pracowników.
- 7.4. Osoby kierujące pracami na dachu muszą:
- a) zapewnić bezpieczne wejście/zejście do/z miejsca pracy na dachu.
 - b) dopilnować, aby prace były wykonywane wyłącznie w warunkach atmosferycznych niezagrożających zdrowiu i życiu pracowników.
- 7.5. Wejścia do budynków wykorzystywane do ruchu pieszego, w czasie prowadzenia na obiekcie prac na dachu w odległości mniejszej niż 2,5 m od krawędzi dachu, mogących powodować spadanie przedmiotów z wysokości, należy zabezpieczać daszkami ochronnymi. W przypadku krótkotrwałych ww. prac, zamiast stosowania daszków ochronnych, dopuszcza się możliwość wyłączenia z ruchu poszczególnych wejść do budynku, poprzez odpowiednie wygrodzenie i oznakowanie strefy niebezpiecznej. W takiej sytuacji, należy unieruchomić drzwi wejściowe w pozycji zamkniętej w sposób uniemożliwiający ich przypadkowe otwarcie od wewnątrz.

	ZACHODNIOPOMORSKIE CENTRUM ONKOLOGII	
	INSTRUKCJA NR I - 504-003	STRONA: 6/7
TYTUŁ:	PRACE NA WYSOKOŚCI WYMAGANIA OGÓLNE I SZCZEGÓŁOWE	EDYCJA: 2

- 7.6. Wszystkie otwory w dachach, których nie można zabezpieczyć poprzez zamknięcie wjazdu należy zakryć trwałymi, stabilnymi pokrywami zabezpieczonymi przed przesunięciem lub zabezpieczyć poręczami ochronnymi.
- 7.7. Transport pionowy materiałów dekarских na dach można realizować za pomocą wysięgnika pod warunkiem, że będzie on zamocowany w sposób gwarantujący stabilność, a zbuduje będzie miało konstrukcję zapobiegającą spadnięciu liny.
- 7.8. W sytuacji użytkowania wysięgnika należy wykonać bezpieczny punkt odbioru materiałów na dachu, obarierowany w sposób zabezpieczający przed upadkiem z wysokości.
- 7.9. Dla likwidacji lub ograniczenia zagrożenia spadającymi z dachu przedmiotami należy:
- w transporcie z dachu na poziom gruntu stosować zamknięte zsypy na odpady, gdy powyższe nie jest możliwe, stosować inne bezpieczne rozwiązania,
 - nie dopuszczać do gromadzenia materiału na dachu, gdyż może to spowodować jego niekontrolowane spadanie,
 - wyznaczać, wygradzać lub ograniczać w inny sposób dostęp do miejsc poniżej prowadzenia robót na dachu lub w jego otoczeniu, zachowując minimalne wielkości stref niebezpiecznych, dla wysokości z której mogą spadać przedmioty,
 - tam, gdzie to możliwe, wnoszenie oraz znoszenie dużych i ciężkich przedmiotów na dach zastępować transportem pionowym zmechanizowanym,
 - zapewniać prawidłowe składowanie i przechowywanie niezbędnych materiałów i przedmiotów na dachu oraz zabezpieczyć przed niekontrolowaną zmianą położenia.
- 7.10. Planując prace na starych dachach należy zlokalizować te jego części, które charakteryzują się małą wytrzymałością oraz przeanalizować to pod kątem określenia niezbędnych środków bezpieczeństwa.

8. Wymagania po zakończeniu prac na wysokości.

- 8.1. Po zakończeniu pracy na wysokości należy:
- uporządkować miejsce pracy (usunąć zastosowane materiały i środki zabezpieczające, usunąć sprzęt, narzędzia, odpady itp.),
 - w przypadku prowadzenia prac z użyciem otwartego ognia, stosować zasady obowiązujące po zakończeniu prac pożarowo niebezpiecznych (I-504-002).
- 8.2. Wykonawca prac oraz kierujący/nadzorujący, potwierdzają na piśmie fakt zakończenia robót wykonywanych na polecenie pisemne.

9. Postępowanie w sytuacji awaryjnej.

- 9.1. Przed podjęciem prac, podczas instruktażu, należy określić i zakomunikować metody ewakuacji oraz zabezpieczyć środki konieczne do tego celu.
- 9.2. Należy postępować zgodnie z przyjętym scenariuszem awaryjnym opisanym w IBWR.
- 9.3. Wykonawca pracujący na wysokości, w sytuacji awaryjnej powinien jak najszybciej ewakuować się do poziomu podłoża.
- 9.4. W sytuacji zagrożenia pożarowego postępować zgodnie z Instrukcją Bezpieczeństwa Pożarowego opracowaną dla danego obiektu.

	ZACHODNIOPOMORSKIE CENTRUM ONKOLOGII	
	INSTRUKCJA NR I - 504-003	STRONA: 7/7
Tytuł:	PRACE NA WYSOKOŚCI WYMAGANIA OGÓLNE I SZCZEGÓŁOWE	EDYCJA: 2

10. Wymagania dotyczące środków ochrony indywidualnej

10.1. Środki ochrony indywidualnej muszą:

- posiadać widoczny znak CE oraz klasę ochrony,
- być stosowane w terminie ważności/trwałości przewidzianym przez producenta,
- posiadać dokumenty potwierdzające dokonywane przeglądy przewidziane przez producenta,
- być kompletne i w dobrym stanie technicznym nie wskazującym na ich zużycie,
- być w należytej czystości,
- w przypadku braku możliwości identyfikacji ŚOI należy wycofać je z eksploatacji,
- kontrolę ŚOI należy wykonywać zgodnie z zaleceniami producenta.

11. Odpowiedzialność

11.1. Kierujący/nadzorujący prace na wysokości odpowiada za:

- 11.1.1. Dopuszczenie do pracy na wysokości tylko pracowników posiadających aktualne badania lekarskie uprawniające do pracy na wysokości oraz odpowiednie kwalifikacje.
- 11.1.2. Wyposażenie pracowników w wymagany sprzęt ochrony indywidualnej i wymagane stałe środki techniczne zabezpieczające przed upadkiem z wysokości.
- 11.1.3. Udzielenie instruktażu stanowiskowego przed rozpoczęciem prac na wysokości.
- 11.1.4. Właściwą organizację prac oraz prawidłowy dobór środków ochrony indywidualnej do pracy na wysokości.
- 11.1.5. Kontrolę i egzekwowanie przestrzegania warunków bezpieczeństwa określonych w niniejszej instrukcji prowadzenia prac na wysokości.
- 11.1.6. Wstrzymanie prac w przypadku zauważenia zagrożenia życia lub zdrowia.

11.2. Wykonawca prac na wysokości obowiązany jest:

- 11.2.1. Sprawdzić przed przystąpieniem do prac, czy zostały wykonane wszystkie zabezpieczenia przewidziane dla danego rodzaju pracy.
- 11.2.2. Wykonywać prace zgodnie z niniejszą instrukcją oraz otrzymanym instruktażem stanowiskowym.
- 11.2.3. Podporządkować się poleceniom kierującego/nadzorującego.
- 11.2.4. Powstrzymać się od wykonywania prac w przypadku zauważenia zagrożenia życia lub zdrowia własnego, współpracowników lub osób postronnych.
- 11.2.5. Niezwłocznie powiadomić kierującego/nadzorującego o zauważonych zagrożeniach.
- 11.2.6. Wszelkie powstałe wątpliwości dot. bezpiecznego wykonania prac niezwłocznie konsultować z kierującym/ nadzorującym prace.

12. Formularze:

Brak

13. Załączniki:

Brak

14. Dokumenty związane:

- Instrukcje Bezpieczeństwa Pożarowego budynków ZCO.
- I-504-001 Prace związane ze znaczącymi zagrożeniami – szczególnie niebezpieczne.
- I 504-002 Prowadzenie prac pożarowo niebezpiecznych.
- I 504-006 Bhp przy obsłudze elektronarzędzi.

