

Iun. 2022

APROB

TEMATICA INSTRURII PERIODICE

Pentru personalul care a participat la instruirea în domeniul securității muncii în cadrul
C.J.R.A.E. BRAȘOV.

I. ACTIVITATEA (MESERIA): Întregul personal (consilier, director, logoped, secretar, administrator, lucrător administrativ, contabil, bibliotecar).

II. MATERIALUL PRELUCRAT: TEMA Nr. 2/2022

- IP/SSM-200, art. 4-15 Reguli generale privind deplasarea la/de la serviciu;
- IG/SSM-85I Noțiuni generale de igienă;
- IP/SSM-195 pentru temperaturi extreme;
- Efectele stresului asupra sănătății lucrătorilor;
- Măsuri pentru perioada de caniculă;
- Tema 4 șoferi – Vigilența la volan;
- Tema 5 șoferi – Consecințele consumului de alcool și droguri asupra conducerii;
- Tema 6 șoferi – Factori de risc în prod. evenim. rutiere generați de starea drumului;

2. Muncitor:

- IP/SSM-746, ptr. unelte și scule portabile ;
- IP/SSM-747, ptr. unelte și scule portabile;

3. Lucrător administrativ (personal curățenie):

- IPSSM-269 ptr. curățenie;

III. PRIMUL AJUTOR:

- Primul ajutor în înec, leșin, insolație;

CONDUCĂTORUL
LOCULUI DE MUNCĂ

SEPP



**TABEL NOMINAL
CU PERSONALUL CARE A PARTICIPAT LA INSTRUIREA PERIODICĂ**

Nr. crt.	NUMELE ȘI PRENUMELE	SEMNĂTURA
1.		
2.		
3.		
4.		
5.		
6.		
7.		
8.		
9.		
10.		
11.		
12.		
13.		
14.		
15.		
16.		
17.		
18.		
19.		
20.		
21.		
22.		
23.		
24.		
25.		
26.		
27.		
28.		
29.		
30.		
31.		
32.		
33.		
34.		
35.		
36.		
37.		
38.		
39.		
40.		
41.		
42.		
43.		
44.		
45.		
46.		
47.		

48	
49	
50	
51	
52	
53	
54	
55	
56	
57	
58	
59	
60	
61	
62	
63	
64	
65	
66	
67	
68	
69	
70	
71	
72	
73	
74	
75	
76	
77	
78	
79	
80	
81	
82	
83	
84	
85	
86	
87	
88	
89	
90	
91	
92	
93	
94	
95	

CONDUCĂTORUL
LOCULUI DE MUNCĂ

INSTRUCȚIUNI PROPRII PENTRU DEPLASAREA LUCRĂTORILOR LA /DE LA SERVICIU

IP/SSM-200

Art.1(1) Prevederile acestor instrucțiuni privind deplasarea lucrătorilor la și de la locul de muncă cuprind măsuri de prevenire a accidentelor de muncă specifice acestor activități.

(2) Prezentele instrucțiuni proprii au fost elaborate cu respectarea prevederilor Legii 319/2006, art. 13 lit. e, și se aplică cumulativ cu prevederile H.G. 1425/2006 – Norme metodologice de aplicare a prevederilor Legii nr. 319/2006 privind securitatea și sănătatea în muncă, , Reglementul privind circulația pe drumurile publice – actualizat (Ordonanța de urgență nr. 195 / 2000 privind circulația pe drumurile publice) și a precum și cu prevederile celorlalte instrucțiuni proprii de securitate a muncii specifice activităților desfășurate.

Prezentele instrucțiuni se vor revizui periodic și vor fi modificate, ori de câte ori este necesar, ca urmare a schimbărilor de natură legislativă, tehnică sau la nivelul proceselor de muncă.

Art.2. Scopul acestor instrucțiuni este conștientizarea lucrătorilor asupra răspunderilor ce le revin pentru prevenirea și eliminarea situațiilor generatoare de accidente ce pot surveni pe timpul deplasării la și de la locul de muncă, indiferent de modul de deplasare (cu mijloace de transport în comun, cu autovehicule de serviciu sau personale, pe jos).

Art. 3. În sensul prezentului regulament, termenii și expresiile de mai jos au următoarea semnificație:

1. **loc de munca** - locul destinat sa cuprindă posturi de lucru, situat în clădirile întreprinderii și/sau unității, inclusiv orice alt loc din aria întreprinderii și/sau a unității la care lucrătorul are acces în cadrul desfășurării activității
2. **autovehicul** – vehiculul echipat cu motor în scopul deplasării pe drum. Troleibuzele și tractoarele rutiere sunt considerate autovehicule. Mopedele, vehiculele care se deplasează pe sine, denumite tramvaie, tractoarele folosite în exploatarea agricole și forestiere, precum și vehiculele pentru efectuarea de servicii sau lucrări, care se deplasează numai ocazional pe drumul public, nu sunt considerate autovehicule;
3. **motocicleta** – autovehiculul cu două roți, cu sau fără ataș, echipat cu un motor care are o capacitate cilindrică mai mare de 50 cm³ și/sau a cărui viteză maximă, prin construcție, depășește 45 km/h;
4. **moped** – vehiculul, cu două, trei sau patru roți, a cărui viteză maximă prin construcție nu depășește 45 km/h și care este echipat cu un motor cu ardere internă, cu aprindere prin scânteie, cu o capacitate cilindrică ce nu depășește 50 cm³ sau cu un alt motor cu ardere internă ori, după caz, electric, a cărui putere nominală este de cel mult 4 kw
5. **bicicleta** – vehiculul prevăzut cu două roți, propulsat exclusiv prin forța musculară, cu ajutorul pedalelor sau manivelor
6. **pieton** - persoană care umblă pe jos pe o arteră (cu trotuare) străbătută de vehicule.
7. **urgență** - situația de criză sau de pericol potențial major care necesită deplasarea imediată pentru prevenirea producerii unor evenimente cu consecințe negative, pentru salvarea de vieți omenești sau a integrității unor bunuri ori pentru limitarea afectării mediului înconjurător
8. **accident care produce incapacitate temporară de munca (ITM)** - accident care produce incapacitate temporară de munca de cel puțin 3 zile calendaristice consecutive, confirmată prin certificat medical;
9. **accident care produce invaliditate (INV)** - accident care produce invaliditate confirmată prin decizie de încadrare într-un grad de invaliditate, emisă de organele medicale în drept;
10. **accident mortal (D)** - accident în urma căruia se produce decesul accidentatului, confirmat imediat sau după un interval de timp, în baza unui act medico-legal;

- 11. accident colectiv** - accidentul în care au fost accidentate cel puțin 3 persoane, în același timp și din aceleași cauze, în cadrul aceluiasi eveniment;
- 12. accident de munca de circulație** - accident survenit în timpul circulației pe drumurile publice sau generat de traficul rutier, dacă persoana vătămată se afla în îndeplinirea îndatoririlor de serviciu
- 13. accident de munca de traseu:**
- a) accident survenit în timpul și pe traseul normal al deplasării de la locul de munca la domiciliu și invers și care a antrenat vătămarea sau decesul
 - b) accident survenit pe perioada pauzei reglementare de masa în locuri organizate de angajator, pe traseul normal al deplasării de la locul de munca la locul unde ia masa și invers, și care a antrenat vătămarea sau decesul;
 - c) accident survenit pe traseul normal al deplasării de la locul de munca la locul unde isi încasează salariul și invers și care a antrenat vătămarea sau decesul
- 14. accident în afară muncii** - accident care nu îndeplinește condițiile prevăzute la art. 5 lit. g) și la art. 30 din Legeanr.319/2006
- 15. cortegiu** - grup de persoane care se deplasează pe drumul public însoțind o ceremonie;
- 16. grup organizat** - două sau mai multe persoane care au un conducător și se deplasează sau staționează pe drumurile publice în baza unei autorizații eliberate de administratorul drumului public cu avizul poliției rutiere;

Art.4. Prezentele instrucțiuni se aplică tuturor categoriilor de lucrători din cadrul societății precum și persoanelor fizice sau juridice care desfășoară activități temporare în incinta societății noastre.

Reguli generale

Pe timpul de plasării în interes de serviciu, tuturor categoriilor de lucrători, indiferent de modul de deplasare le este interzis să se abată de la traseul stabilit.

Persoanele care fac deplasarea la / de la serviciu cu mijloace de transport proprietate personală, transport în comun, biciclete, moped, etc. vor respecta reglementările în vigoare privind circulația pe drumurile publice – COD RUTIER

Se interzice pasagerilor mijloacelor de transport public de persoane:

- a) să urce, să coboare, să țină deschise ușile ori să le deschidă în timpul mersului vehiculului;
- b) să călătorească pe scări sau pe părțile exterioare ale caroseriei vehiculului;
- c) să arunce din vehicul orice fel de obiecte, materiale sau substanțe

Art.5. Vehiculele se conduc pe partea dreapta a drumului public, în direcția de mers, cu excepția celor trase sau împinse cu mâna, care circula pe partea stânga.

Art.6. (1) Se interzic participanților la trafic aruncarea, lăsarea și abandonarea de obiecte, materiale sau substanțe, precum și crearea de obstacole pe drumul public.

(2) Persoana care nu a putut evita crearea unui obstacol pe drumul public este obligată să îl înlăture și, dacă nu este posibil, să îi semnalizeze prezența și să anunțe imediat administratorul drumului public și cea mai apropiată unitate de poliție ori primul polițist întâlnit.

(3) Obligația de anunțare a poliției revine și participanților la trafic care au sesizat existența pe drum a unui obstacol sau a oricărei alte situații periculoase pentru fluenta și siguranța circulației.

Art.7. (1) Conducătorii și pasagerii autovehiculelor, care ocupa locuri prevăzute prin construcție cu centuri de siguranță, sunt obligați să le poarte în timpul circulației pe drumurile publice, atât în localități, cât și în afara acestora.

(2) Copiii cu vârsta sub 12 ani sau cu înălțimea sub 150 cm trebuie să poarte centuri de siguranță adaptate greutatei și dimensiunilor lor, iar cei cu vârsta sub 3 ani se transporta numai în dispozitive de reținere omologate.

(3) Se exceptează de la obligația de a purta centura de siguranță, în interiorul localităților:

- a) conducătorii autovehiculelor prevăzute la art. 32 alin. (1) lit. a) și b) din ordonanța de urgență;
- b) conducătorii de autoturisme pe timpul executării manevrei de mers înapoi;
- c) femeile în stare vizibilă de graviditate;
- d) conducătorii de autoturisme care execută servicii de transport public de persoane, în regim de taxi;
- e) instructorii auto în timpul orelor de pregătire a cursanților.

(4) În cazul în care în autovehicul există atât locuri dotate cu centuri de siguranță, cât și locuri fără astfel de dispozitive, se ocupă de preferință locurile dotate cu centuri de siguranță.

Art.8. (1) Conducătorii și pasagerii motocicletelor și ciclomotoarelor sunt obligați să poarte în timpul circulației pe drumurile publice căști de protecție omologate.

(2) Se interzice transportul pe autovehiculele prevăzute la alin. (1) a mai multe persoane decât locurile stabilite prin construcție și al obiectelor voluminoase.

(3) Copiii în vârstă de până la 7 ani, dacă sunt ținuti în brațe, precum și cei de până la 14 ani se transportă numai în atașul motocicletelor.

Art.9. Conducătorilor de autovehicule, ciclomotoare și tramvaie le este interzisă folosirea telefoanelor mobile atunci când aceștia se află în timpul mersului, cu excepția celor prevăzute cu dispozitive de tip "mâini libere".

Art.10. Participanții la trafic sunt obligați să respecte regulile de circulație și semnificația mijloacelor de semnalizare rutieră, precum și celelalte dispoziții din prezenta instrucțiune precum și a altor acte normative în vigoare care reglementează circulația pe drumurile publice.

Reguli privind deplasarea

Semnalele luminoase pentru pietoni

Art.11. Semnalele luminoase pentru pietoni sunt de culoare verde și roșie. Acestea funcționează corelat cu semnalele pentru dirijarea circulației vehiculelor.

Semnalul de culoare verde poate avea în câmpul său imaginea unui pieton în mers, iar cel roșu, imaginea unui pieton oprit.

Semnalele luminoase pentru pietoni pot fi însoțite de semnale acustice pentru a asigura traversarea drumului de către nevăzători.

Pe sectoarele de drum unde valorile de trafic permit, sunt amplasate în zona marcajului trecerii pentru pietoni semafoare sau panouri speciale cu comanda manuală a cererii de verde, care se poate face direct de către pietoni.

Art.12. (1) Semnalul de culoare verde permite trecerea.

(2) Când semnalul de culoare verde începe să funcționeze intermitent înseamnă că timpul afectat traversării drumului este în curs de epuizare și urmează semnalul roșu. În acest caz pietonul surprins în traversarea drumului trebuie să grăbească trecerea, iar dacă drumul este prevăzut cu un refugiu sau spațiu interzis circulației vehiculelor, să aștepte pe acesta apariția semnalului de culoare verde.

(3) Semnalul de culoare verde intermitent și semnalul de culoare roșie interzic pietonilor să se angajeze în traversare pe partea carosabilă.

Circulația pietonilor

Art.13. Pe timp de noapte, pietonul sau persoana asimilată acestuia care circulă pe partea carosabilă a drumului, care nu este prevăzut cu trotuar sau acostamente, trebuie să aibă aplicate pe îmbrăcămintă accesorii fluorescent-reflectorizante sau să poarte o sursă de lumină, vizibilă din ambele sensuri.

Art.14. Se interzice pietonilor și persoanelor asimilate acestora:

a) să se angajeze în traversarea drumului public atunci când se apropie un autovehicul cu regim de circulație prioritară care are în funcțiune semnalele speciale de avertizare luminoase și sonore;

b) să traverseze partea carosabilă prin fața sau prin spatele vehiculului oprit în stațiile mijloacelor de transport public de persoane, cu excepția cazurilor în care există treceri pentru pietoni, semnalizate corespunzător;

c) să prelungească timpul de traversare a drumului public, să se oprească ori să se întoarcă pe trecerile pentru pietoni care nu sunt prevăzute cu semafoare;

d) să traverseze drumul public prin alte locuri decât cele permise;

e) să ocupe partea carosabilă în scopul împiedicării circulației;

f) să traverseze calea ferată atunci când barierele sau semibarierele sunt coborâte ori când semnalul luminos sau acustic interzice trecerea;

g) să circule pe pistele pentru biciclete, amenajate și semnalizate corespunzător.

h) Se interzice oricărei persoane să efectueze acte de comerț pe partea carosabilă, pe acostament, pe trotuar, în parcuri ori în stațiile mijloacelor de transport public de persoane.

Art.15. (1) Persoanele care se deplasează pe drumul public formând un grup organizat, o coloană militară sau un cortegiu trebuie să circule în formație de cel mult trei șiruri, pe partea dreaptă a carosabilului, în sensul lor de mers, ocupând cel mult o bandă de circulație.

(2) De la lăsarea serii și până în zorii zilei, precum și ziua, în condiții de vizibilitate redusă, persoanele care se află în fața și în spatele șirului dinspre axa drumului trebuie să aibă o sursă de lumină de culoare albă, respectiv roșie, care să fie vizibilă pentru ceilalți participanți la trafic. Persoanele care formează șirul dinspre axa drumului trebuie să aibă aplicate pe îmbrăcăminte elemente fluorescent-reflectorizante.

(3) Conducătorii de grupuri organizate, de coloane militare sau de cortegii sunt obligați să supravegheze permanent deplasarea acestora pe drumurile publice, pentru a nu stânjeni circulația vehiculelor.

Circulația bicicletelor, mopederelor

Art.16 În circulația pe drumurile publice *bicicleta* trebuie să fie:

- prevăzută cu dispozitiv de frânare eficace;
- prevăzută cu un sistem adecvat, funcțional, de direcție;
- dotată cu sistem de avertizare sonoră; se interzic echiparea și folosirea sistemelor de avertizare sonoră specifice autovehiculelor;
- echipată în față cu lumină de culoare albă sau galbenă, iar în spate cu lumină de culoare roșie și cu cel puțin un dispozitiv fluorescent-reflectorizant, vizibil, de aceeași culoare;
- echipată cu elemente sau dispozitive care, în mișcare, formează un cerc continuu, fluorescent-reflectorizante de culoare portocalie fixate pe spițele roților.

Art.17. Remorca atașată unei biciclete trebuie să fie echipată, în partea din spate, cu un dispozitiv fluorescent-reflectorizant de culoare roșie, iar dacă lumina din spate a bicicletei este obturată de remorcă, aceasta trebuie să fie echipată și cu o lumină de culoare roșie.

Art.18. În circulația pe drumurile publice *mopedul* trebuie să fie echipat cu:

- instalație de frânare eficace;
- sistem de avertizare sonoră;
- instalație de evacuare a gazelor de ardere care să respecte normele de poluare fonică și de protecție a mediului;
- lumină de culoare albă în față, respectiv lumină și dispozitiv fluorescent-reflectorizant de culoare roșie în spate;
- lumini de culoare galbenă pentru semnalizarea schimbării direcției de mers, în față și în spate;
- plăcuța cu numărul de înregistrare, amplasată la partea din spate a mopedului fără a obtura vizibilitatea sistemului de iluminare și semnalizare.

- Se interzice montarea la moped a luminilor de altă culoare sau intensitate, a altor lumini, dispozitive ori accesorii de avertizare decât cele omologate.
- Se interzice circulația pe drumurile publice a vehiculelor care nu au montate plăcuțele cu numărul de înmatriculare sau, după caz, de înregistrare, în locurile stabilite.

Art.19. (1) Bicicletele și mopedele, atunci când circulă pe drumul public, trebuie conduse numai pe un singur rând.

(2) Persoanele care nu posedă permis de conducere pot conduce mopede pe drumurile publice numai dacă fac dovada că au absolvit un curs de legislație rutieră în cadrul unei unități autorizate de pregătire a conducătorilor de autovehicule.

(3) Dacă pe direcția de deplasare există o pistă pentru biciclete, semnalizată ca atare, conducătorii vehiculelor prevăzute la alin. (1) sunt obligați să circule numai pe această pistă. Se interzice circulația altor participanți la trafic pe pista pentru biciclete.

(4) Se recomandă ca, în circulația pe drumurile publice, biciclistul să poarte casca de protecție omologată.

(5) Copiii care nu au împlinit vârsta de 14 ani pot conduce biciclete numai pe drumurile cu circulație redusă.

(6) Persoana care conduce ciclomotoare pe drumurile publice trebuie să aibă vârsta de cel puțin 16 ani

Art.20. (1) Se interzice conducătorilor de biciclete sau mopede:

- a) să circule pe sectoarele de drum semnalizate cu indicatorul având semnificația „Accesul interzis bicicletelor”;
- b) să învețe să conducă biciclete sau mopede pe drumurile intens circulate;
- c) să circule pe trotuare, cu excepția cazului când pe acestea sunt amenajate piste speciale destinate lor;
- d) să circule fără a ține cel puțin o mână pe ghidon și ambele picioare pe pedale;
- e) să circule în paralel, cu excepția situațiilor când participă la competiții sportive organizate;
- f) să circule în timp ce se află sub influența alcoolului, a produselor ori substanțelor stupefiante sau a medicamentelor cu efecte similare acestora;
- g) să se țină de un vehicul aflat în mers ori să fie remorcat de un alt vehicul sau împins ori tras de o persoană aflată într-un vehicul;
- h) să transporte o altă persoană, cu excepția copilului până la 7 ani, numai dacă vehiculul are montat în față un suport special, precum și a situației când vehiculul este construit și/sau echipat special pentru transportul altor persoane;
- i) să circule pe partea carosabilă în aceeași direcție de mers, dacă există o cale laterală, o potecă sau un acostament practicabil, ce pot fi folosite;
- j) să transporte sau să tragă orice fel de obiecte care, prin volumul ori greutatea lor, stânjesc sau periclitează conducerea vehiculului ori circulația celorlalți participanți la trafic;
- k) să circule pe aleile din parcuri sau grădini publice, cu excepția cazurilor când nu stânjesc circulația pietonilor;
- l) să circule pe timp de noapte sau când vizibilitatea este redusă, fără să îndeplinească condițiile prevăzute la art. 14 și 16;
- m) să circule atunci când partea carosabilă este acoperită cu polei, gheață sau zăpadă.
- n) să circule cu defecțiuni tehnice la sistemele de frânare sau cu un vehicul care nu este prevăzut cu avertizor sonor;
- o) să traverseze drumurile publice, pe trecerile destinate pietonilor, în timp ce se deplasează pe bicicletă sau moped;

p) să circule pe alte benzi decât cea de lângă bordură sau acostament, cu excepția cazurilor în care, înainte de intersecție, trebuie să se încadreze regulamentar pentru efectuarea virajului la stânga;

r) să circule fără a purta îmbrăcăminte cu elemente fluorescent – reflectorizante, de la lăsarea serii până în zorii zilei sau atunci când vizibilitatea este redusă;

s) să conducă vehiculul fără a menține contactul roților cu solul.

(2) Pe timpul circulației pe drumurile publice, conducătorii de biciclete sunt obligați să aibă asupra lor actul de identitate. iar, conducătorii de mopede sunt obligați să aibă, în plus, certificatul de absolvire a cursurilor de legislație rutieră și certificatul de înregistrare a vehiculului

Circulația autovehiculelor

Art.21. Conducătorii autovehiculelor se vor conforma prevederilor Regulamentului privind circulația pe drumurile publice și instrucțiunilor proprii de securitate și sănătate în muncă privind transportul intern IPSSM-006.



NOȚIUNI GENERALE DE IGIENĂ

IG/SSM-85I

Igiena locului de muncă. Conducătorii locurilor de muncă vor urmări menținerea curățeniei pardoselilor (murdărirea cu uleiuri, deșeuri etc. pot provoca accidentarea muncitorilor prin alunecare, împiedicare etc.), curățarea de praf a pereților, a utilajelor, a bancurilor de lucru, spalarea geamurilor.

Deșeurile, gunoiul, cârpele și bumbacul cu care s-au sters utilajele se vor culege și îndepărta de la locurile de muncă, atât de la cele aflate în incinte, cât și în aer liber. Acestea din urmă vor fi curățate în timpul iernii, de zăpadă și gheață, și se vor presara cu nisip contra alunecării.

Deșeurile toxice se vor îndepărta cu grijă, iar la terminarea programului, resturile de uleiuri, vopsele, lubrifianți etc. se vor culege în recipiente adecvate. Nu se vor lăsa la locurile de lucru cutii, capace etc. cu asemenea substanțe.

De asemenea, se va atrage atenția asupra stingerii chibriturilor și țigărilor, mergând până la interzicerea totală a fumatului în anumite locuri de muncă (atelieri de vopsitorie, garaje, depozite de materiale, la folosirea lubrifianților, prenadezului etc.).

Igiena individuală constă în:

Igiena îmbrăcăminteii și încălțămintei. Îmbrăcămintea trebuie să vină în ajutorul funcției de termoreglare a organismului, adică să mențină temperatura normală a corpului de 36,5- 37°C. Pentru aceasta, muncitorii vor fi îndrumați, după felul activității la locul de muncă, anotimp, sex etc., ce obiecte de îmbrăcăminte să nu folosească în timpul efectuării unor anumite procese tehnologice, deoarece ar putea împiedica mișcările provocând accidente. În locurile de muncă în care există pericol de incendiu, foc deschis, nu se vor purta haine din fibre sintetice.

De asemenea, se vor face recomandări pentru curățarea, pentru schimbarea îmbrăcăminteii de lucru la terminarea programului, mai ales în cazul anumitor procese tehnologice (lucrări de vopsitorie, repararea sau întreținerea instalațiilor sanitare etc.).

Încălțămintea trebuie să corespundă configurației anatomice a piciorului, să asigure aerisirea lui, să fie adecvată proceselor tehnologice și locului de muncă, să fie zilnic curățată.

Igiena corporală are o mare importanță în menținerea sănătății organismului, prin păstrarea integrității funcționale a *pielii*. Printre rolurile acesteia se numără acela de apărare a organismului împotriva pătrunderii microbilor, ca și împotriva razelor ultraviolete. De asemenea, prin activitatea glandelor sudoripare, contribuie la eliminarea diverselor toxine din corp, la menținerea căldurii și la termoreglarea organismului. Pentru a putea îndeplini aceste funcții, în primul rând, pielea trebuie să fie menținută curată.

În timpul zilei, după folosirea grupurilor sanitare, la părăsirea lucrului și înainte de luarea mesei, lucrătorii trebuie îndrumați să se spele pe mâini cu apă și săpun, explicându-li-se problemele și situațiile neplăcute care se creează din cauza lipsei de igienă corporală.

De asemenea, lucrătorilor trebuie să li se arate necesitatea băilor generale: dușuri cu apă rece (15.. 20°C) la circa 3 ore după masă, cu apă caldă (20.. 38°C), bai cu abur etc. Se vor scoate în evidență efectele nesănătoase pe care le poate avea spălarea cu benzina a mâinilor pentru curățarea de uleiuri, vopsele etc., deoarece benzina are un efect nociv asupra pielii (degresează pielea, produce eczeme etc.).

ÎNTOCMIT

S.E.P.P.

**APROBAT
ADMINISTRATOR**

INSTRUCȚIUNI PROPRII

DE

SECURITATE A MUNCII

PENTRU

**PENTRU PERIOADELE IN CARE SE
INREGISTREAZA TEMPERATURI
EXTREME**

= IP/SSM-195=

ÎNTOCMIT

S.E.P.P.



1 SCOP

Prezenta instrucțiune descrie măsurile stabilite de societate pentru asigurarea protecției persoanelor încadrate în locuri de muncă cu microclimat cald (peste 30°C) sau microclimat rece (sub 5°C) și pentru perioadele în care, din cauza condițiilor meteorologice nefavorabile, se înregistrează temperaturi extreme.

2 DOMENIU DE APLICARE

Această instrucțiune se aplică pentru protecția persoanelor încadrate, cu contract individual de muncă sau în alte condiții prevăzute de lege la societate.

3 DOCUMENTE DE REFERINȚĂ

- OUG nr.99 din 29 iunie 2000 privind măsurile ce pot fi aplicate în perioadele cu temperaturi extreme pentru persoanele încadrate în muncă.
- Hotărâre nr. 580 din 6 iulie 2000 pentru aprobarea Normelor Metodologice de aplicare a prevederilor Ordonanței de urgență a Guvernului nr.99/2000.

4 DEFINIȚII

Microclimat cald - temperaturi de peste 30 °C la locul de muncă;

Microclimat rece - temperaturi sub 5 °C la locul de muncă;

Temperaturi extreme - temperaturile exterioare ale aerului care:

- depășesc +37°C sau, corelate cu condiții de umiditate mare, pot fi echivalente cu acest nivel;
- scad sub -20°C sau corelate cu condiții de vânt intens, pot fi echivalente cu acest nivel (temperaturile prevăzute mai sus sunt temperaturi monitorizate și certificate de Institutul National de Meteorologie și Hidrologie și transmise de centrele regionale ale acestora)

SEMNIFICAȚII

- temperatura exterioară a aerului reprezintă gradul de încălzire a aerului atmosferic;
- umiditatea este umiditatea relativă și reprezintă proporția de vapori de apă existenți în aer față de cantitatea maximă posibilă, exprimată în procente;
- vântul intens este vântul a cărui viteză depășește 10 metri pe secundă;
- temperatura echivalată ridicată este temperatura exterioară a aerului, corelată cu umiditatea relativă și exprimată printr-o mărime derivată, respectiv indicele temperatura-umiditate;
- temperaturi ridicate extreme sunt considerate temperaturile de peste 37°C sau când indicele temperatura-umiditate depășește pragul valoric de 80;
- temperatura echivalată scăzută este temperatura exterioară a aerului corelată cu viteza vântului și exprimată printr-o mărime derivată, respectiv indicele de răcire;
- temperaturi scăzute extreme sunt considerate temperaturile sub minus 20°C sau când indicele de răcire scade sub pragul valoric de minus 32.

5 RESPONSABILITĂȚI

5.1 Angajatorul

- stabilește împreună cu reprezentanții lucrătorilor măsurile pentru asigurarea condițiilor de microclimat la locurile de muncă, ameliorarea condițiilor de muncă și pentru menținerea stării de sănătate a lucrătorilor

6 DESCRIEREA INSTRUCȚIUNII

A. Locuri de muncă cu microclimat cald și locuri de muncă cu temperaturi scăzute

Se vor lua următoarele măsuri:

Personalul va beneficia de pauze de 10-20 min. pentru refacerea capacității de termoreglare, în funcție de intensitatea efortului fizic și de valorile parametrilor de microclimat. Pauzele vor fi asigurate în locuri adăpostite sau în clădiri apropiate punctului de lucru de către șeful de echipă.

La locurile de muncă unde temperatura aerului depășește constant 30°C se va asigura apă carbogazoasă salină în cantitate de 2-4 litri/persoană, distribuită la temperatura de 16-18°C.

La locurile de munca cu **temperaturi scazute** (sub 5°C) se va asigura ceai fierbinte in cantitate de 0,5 - 1 litru/persoana.

B. Locuri de munca cu temperaturi extreme

In conformitate OUG nr.99 din 29 iunie 2000 și HG nr. 580 din 6 iulie 2000 se vor lua urmatoarele masuri:

B.1 In perioadele cu **temperaturi ridicate** extreme, vor fi asigurate urmatoarele masuri minimale:

Pentru ameliorarea conditiilor de munca:

- reducerea intensitatii si ritmului activitatilor fizice;
- alternarea efortului dinamic cu cel static;
- alternarea perioadelor de lucru cu perioadele de repaus in locuri umbrite, cu curenti de aer.

Pentru mentinerea starii de sanatate a angajatilor:

- asigurarea apei minerale, câte 2-4 litri/persoana/schimb
- asigurarea echipamentului individual de protective adecvat anotimpului;

B.2 In perioadele cu **temperaturi scazute extreme**, vor fi asigurate urmatoarele masuri minimale pentru mentinerea starii de sanatate a lucratorilor care lucreaza in aer liber:

- distribuirea de ceai fierbinte in cantitate de 0,5-1 litru/persoana;
- acordarea de pauze pentru refacerea capacitatii de termoreglare, in locuri adăpostite sau în interior;

În cazul in care nu pot fi asigurate masurile de la punctele **B.1** si **B.2** si temperaturile extreme se mentin pe o perioada de cel putin două zile consecutiv se va reduce durata zilei de lucru la 6 ore:

MĂSURI DE PRIM AJUTOR

Pentru prevenirea unor îmbolnăviri determinate de munca în condiții de temperaturi extreme se vor lua următoarele măsuri:

- a) asigurarea de către angajator a examenului medical la angajare și a controlului medical periodic, urmărind depistarea precoce a contraindicațiilor pentru munca la temperaturi crescute sau scăzute;
- b) asigurarea primului ajutor și a transportului la cea mai apropiată unitate sanitară a persoanelor afectate;
- c) trecerea, după posibilități, în alte locuri de muncă sau reducerea programului de muncă pentru persoanele cu afecțiuni, care au contraindicații privind munca la temperaturi extreme.

TEMA nr. 4

SITUAȚII DE PERICOL CAUZATE DE NEATENȚIA PARTICIPANȚILOR LA TRAFIC

- șoferii privesc într-o altă direcție și nu vă văd;
- pietonii și bicicliștii gândesc deseori că șoferii îi vor lăsa să treacă;
- șoferi sau pietoni care poartă o discuție în timpul deplasării;
- lucrători angajați în construirea sau repararea drumurilor;
- comisionarii și vânzătorii ambulanți;
- șoferi înlocuind o roată sau efectuând o reparație la propriul vehicul;
- pasageri coborând din vehicule staționate sau din mijloacele de transport în comun;
- locuri unde există o situație de urgență, accident, incendiu etc.;
- locurile de acces în spitale;
- oameni care circulă în apropierea centrelor comerciale și a piețelor;
- copii jucându-se în apropierea carosabilului;
- turiști în intersecții sau în apropierea locurilor de interes turistic.

VIGILENȚA LA VOLAN

Diminuarea vigilenței conduce la nereceptarea unor informații, evaluarea greșită sau cu întârziere a situațiilor în trafic, deci ezitări, decizii greșite sau întârziate ceea ce poate conduce în final la implicarea într-un accident de circulație.

Forme de manifestare a lipsei de vigilență:

- discuții cu însoțitorii de drum;
- obturarea vizibilității;
- folosirea telefonului mobil;
- atenția concentrată asupra peisajului.

Factori care diminuează vigilența:

- oboseala;
- consumul de alcool, medicamente sau droguri;
- starea psihică;
- traficul aglomerat;
- ambianța nocturnă.

Șoferul trebuie să aibă permanent în vedere că observarea și concentrarea în trafic presupun:

- poziția corectă la volan;
- asigurarea unei vizibilități maxime;
- corelarea vitezei cu vizibilitatea.

OBOSEALA LA VOLAN

Conducerea autovehiculelor în stare de oboseală constituie una din principalele cauze generatoare de evenimente rutiere grave.

De aceea șoferii trebuie să cunoască:

- semnele oboselii;
- semnele care preced somnul;
- riscurile scăderii vigilenței și a atenției;
- riscurile adormirii la volan.

Se reamintește obligativitatea șoferilor de a respecta programul de lucru și de odihnă reglementat de acordul internațional AETR care se aplică în România ale cărui principale puncte le recapitulăm :

- perioada de conducere zilnică nu trebuie să depășească 9 ore;
- după 4 și ½ ore de conducere trebuie să se facă o pauză de cel puțin 45 minute; perioada de 45 de minute de pauză poate fi și fracționată în pauze de minim 15 minute;
- după maximum 6 perioade de conducere zilnică șoferul trebuie să ia un repaus săptămânal.

TEMA nr. 5

CONSECINȚELE CONSUMULUI DE ALCOOL ASUPRA CONDUCERII AUTOVEHICULULUI

Se reamintește că alcoolul este absorbit în organism foarte rapid dar eliminarea lui necesită o perioadă de timp mult mai mare.

Consumul de alcool diminuează capacitatea fizică și psihică a șoferului, respectiv:

- scade percepția;
- este afectată gândirea și memoria;
- scad reflexele.

Alcoolul modifică atitudinea șoferului față de ceilalți participanți la trafic:

- crește agresivitatea;
- induce o stare emoțională sau euforică ce reduce prudența.

Principalele efecte, generatoare de accidente, ale consumului de alcool:

- nivelul de concentrare și atenție scade foarte mult;
- câmpul vizual se reduce;
- timpul de reacție se mărește;
- distanțele și vitezele se evaluează greșit;
- pericolele și riscurile sunt subestimate.

Principalele consecințe ale consumului de alcool:

- 0,03% debutează riscul producerii unui accident;
- 0,05% riscul producerii unui accident se dublează;
- 0,08% riscul producerii unui accident este multiplicat de 10 ori;
- 0,12% riscul producerii unui accident este multiplicat de 35 de ori.

INFLUENȚA CONSUMULUI DE MEDICAMENTE SAU DROGURI ASUPRA CONDUCERII AUTOVEHICULULUI

Medicamentele care influențează negativ starea fizică și psihică a șoferilor sunt:

- tranchilizante;
- somnifere;
- antialergice;
- sedative și hipnotice.

Efectele care apar la consumul medicamentelor menționate:

- reducerea nivelului de concentrare și al atenției;
- tulburări vizuale și auditive;
- confuzii, halucinații;
- stări de somnolență;
- stări de euforie;
- diminuarea reflexelor.

Efecte ale consumului de droguri:

- stare de excitație euforică;
- halucinații, pierderi de memorie;
- apatie;
- agitație, exaltare;
- delir, agresivitate;
- tulburări psihice violente.

TEMA nr. 6

FACTORI DE RISC ÎN PRODUCEREA EVENIMENTELOR RUTIERE GENERAȚI DE STAREA DRUMULUI

Având în vedere că nu este întotdeauna evident că drumul nu este corespunzător șoferul trebuie să deceleze indiciile în acest sens, respectiv :

- suprafață uleioasă, în mod deosebit dacă uleiul este împrăștiat;
- suprafață vopsită, de ex. suprafața vopsită a benzilor de circulație;
- suprafață metalică – trecerile la nivel cu calea ferată, șinele de tramvai;
- suprafață din lemn – locuri unde se execută lucrări
- suprafață argiloasă sau noroioasă;
- gheață neagră – strat subțire de gheață transparentă ce are aparența unui drum umed;
- locurile umbrite sunt alunecoase mai mult timp, în special seara și dimineața;
- pe timp ploios podurile pot fi înghețate chiar dacă drumurile nu sunt;
- metalul și betonul au tendința de a îngheța mult mai rapid

Informații privind suprafața drumului

O înclinare transversală a drumului are efecte importante asupra comportamentului vehiculului în curbe și împiedică deraparea acestuia. Dacă înclinarea unui drum nu este corect proiectată la construcție vehiculul poate derapa, în special dacă suprafața drumului este alunecoasă.

Șoferul trebuie să recunoască curbele fără înclinare sau cu o înclinare negativă și să acționeze în consecință. Într-o curbă cu o supraînălțare pronunțată, în centrul drumului se produce o înclinare negativă pentru vehicul care se înclină spre stânga. Dacă o curbă este pronunțată vehiculul are tendința de a se apleca în față ("să vină în nas") fapt care conduce la blocarea roților din față și pierderea controlului acestuia.

Partea din îmbrăcămintea asfaltică situată în apropierea acostamentului este adesea surpată sau înclinată. Pe aceste porțiuni vehiculul este supus unei mișcări de ruliu. Mișcarea de ruliu antrenează vehiculul spre părțile laterale ale drumului și are drept consecință izbirea bordurilor sau a obiectele aflate în imediata vecinătate a drumului.

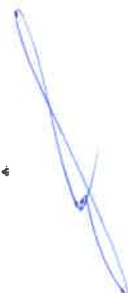
Factorii de risc la deplasarea cu autovehiculul în diverse anotimpuri

a) Pe timp de primăvară și toamnă

- condițiile climaterice specifice;
- ceață;
- starea drumurilor;
- creșterea traficului.

b) Pe timp de vară

- traficul intens;
- temperaturile ridicate;
- prezența utilajelor agricole pe drum.



CENTRUL JUDEȚEAN DE RESURSE ȘI ASISTENȚĂ
EDUCAȚIONALĂ BRAȘOV

Iun. 2022
APROB

TEMATICA INSTRUCTAJULUI PERIODIC

Pentru personalul care a participat la instructajul în domeniul situațiilor de urgență
în cadrul CENTRUL JUDEȚEAN DE RESURSE ȘI ASISTENȚĂ EDUCAȚIONALĂ
BRAȘOV

- I. ACTIVITATEA (MESERIA): Întregul personal.
- II. DURATA = 2 ore
- III. MATERIALUL PRELUCRAT: *TEMA nr.02/2022*

Conținutul temei:

- TCO-IS-006 Instrucțiuni de Ap.Î.I. pentru instalații tehnologice;
- TCO-IS-486 Instrucțiuni pentru colectarea și arderea deșeurilor;
- TCO-IS-482 Instrucțiuni pentru deșeuri, reziduuri și materiale combustibile;
- TCO-PC-3 Instrucțiuni privind dezastrea Cap 4,5 Inundații, alunecări de teren;

CONDUCĂTORUL
LOCULUI DE MUNCĂ

CONSULTANT
S.U.



