

# INSTRUCȚIUNI DE SECURITATE ȘI SĂNĂTATE ÎN MUNCĂ SPECIFICE INSTRUIRII PERSONALULUI PRIMĂRIEI MUNICIPIULUI BUCUREȘTI, ÎN DOMENIUL SECURITĂȚII ȘI SĂNĂTĂȚII ÎN MUNCĂ

## CAPITOLUL I Reglementări generale

**Art.1.** Prezentele instrucțiuni au fost elaborate pentru completarea și aplicarea reglementărilor de securitate și sănătate în muncă, ținând seama de particularitățile activităților și ale locurilor de muncă din cadrul Primăriei Municipiului București și cuprind reguli ce trebuie respectate în scopul asigurării securității și sănătății lucrătorilor și al utilizării în siguranță a echipamentelor de muncă.

**Art.2.** Instruirea în domeniul securității și sănătății în muncă are ca scop însușirea cunoștințelor și formarea deprinderilor de securitate și sănătate în muncă.

**Art.3.** Instruirea lucrătorilor din cadrul Primăriei Municipiului București se efectuează în timpul programului de lucru iar această perioadă este considerată timp de muncă.

## CAPITOLUL II Instruirea lucrătorilor în domeniul securității și sănătății în muncă

### Secțiunea 1 Dispoziții generale

**Art.4.** Instruirea lucrătorilor în domeniul securității și sănătății în muncă se efectuează prin instructaje în timpul programului de lucru.

**Art.5.** Rezultatul instruirii lucrătorilor în domeniul securității și sănătății în muncă se consemnează în mod obligatoriu în fișa de instruire individuală, cu indicarea materialului predat, a duratei și datei instruirii iar fișa va fi semnată de lucrătorul instruit și de către persoanele care au efectuat și verificat instruirea.

**Art.6.** Fișa de instruire individuală va fi păstrată de către conducătorul locului de muncă.

**Art.7.** Pentru a se ocupa de activitățile de prevenire și protecție, lucrătorii desemnați și membrii comitetului de securitate și sănătate în muncă trebuie să îndeplinească cerințele minime de pregătire în domeniu, prin participarea la cursuri de securitate a muncii.

**Art.8.** Instruirea în domeniul securității și sănătății în muncă se va efectua astfel:

- a) instruirea introductiv - generală;
- b) instruirea la locul de muncă;
- c) instruirea periodică;

## **Secțiunea 2**

### **Instruirea introductiv - generală**

**Art.9.**Instruirea introductiv-generală are ca scop informarea lucrătorilor despre:

- a) activitățile specifice instituției;
- b) riscurile pentru securitate și sănătate în muncă;
- c) măsurile și activitățile de prevenire și protecție la nivelul instituției;

**Art.10.**Instruirea introductiv-generală se face de către lucrătorii din cadrul Serviciului organizare, sănătatea și securitatea muncii.

**Art.11.**Durata instruirii introductiv-generale pentru salariații Primăriei Municipiului București este de 8 ore.

**Art.12.**În cadrul instruirii introductiv-generale se vor expune, în principal, următoarele probleme:

- a) legislația de securitate și sănătate în muncă;
- b) consecințele posibile ale necunoașterii și nerespectării legislației de securitate și sănătate în muncă;
- c) riscurile de accidentare și îmbolnăvire profesională specifice unității;
- d) măsuri privind acordarea primului ajutor, stingerea incendiilor și evacuarea lucrătorilor.

**Art.13.**Pentru fiecare categorie de personal participant la instruirea introductiv generală se stabilește un nivel minim de cunoștințe necesare, iar la terminarea acesteia, persoanele instruite vor fi verificate pe baza de teste asupra cunoștințelor acumulate, rezultatul verificării va fi consemnat în fișa de instruire.

**Art.14.**Persoanele care nu și-au însușit nivelul minim de cunoștințe stabilit pentru instruirea introductiv - generală nu vor fi admise la locul de muncă.

## **Secțiunea 3**

### **Instruirea la locul de muncă**

**Art.15.**Instruirea la locul de muncă se va efectua a doua zi, după instruirea introductiv - generală, de către șeful locului de muncă respectiv și are o durată de 8 ore.

**Art.16.**Instruirea la locul de muncă urmărește să asigure participanților cunoștințe referitoare la:

- a) prezentarea riscurilor pentru securitate și sănătate în muncă specifice compartimentului respectiv;
- b) măsurile și activitățile de prevenire și protecție la nivelul fiecărui loc de muncă, post de lucru și /sau fiecărei funcții exercitate.

**Art.17.** Instruirea la locul de muncă va cuprinde:

- a) informații privind riscurile de accidentare și îmbolnăvire profesională specifice locului de muncă;
- b) prevederile instrucțiunilor proprii elaborate pentru locul de muncă și/sau postul de lucru;

- c) măsuri la nivelul locului de muncă și /sau postului de lucru privind acordarea primului ajutor, stingerea incendiilor și evacuarea lucrătorilor;
- d) prevederi ale reglementărilor de securitate și sănătate în muncă privind activități specifice ale locului de muncă și /sau postului de lucru.

#### **Secțiunea 4** **Instruirea periodică**

**Art.18.**Instruirea periodică se efectuează cu toate categoriile de lucrători pe o durată de 8 ore și are ca scop reîmprospătarea, completarea și actualizarea cunoștințelor dobândite prin instructajul introductiv general și prin instructajul specific locului de muncă.

**Art.19.**Intervalul de timp dintre două instruirii periodice este:

- a) o lună (30 de zile) pentru personalul cu funcții de execuție sau operative, care sprijină serviciile de urgență (structurile de răspuns) în cazul producerii situațiilor de urgență și pentru șoferi;
- b) 6 luni pentru personalul administrativ;
- c) 1 an pentru funcționarii de execuție și de conducere.

**Art.20.(1)** Instruirea periodică pentru personalul de execuție se face de către șeful compartimentului respectiv.

(2) Instruirea periodică pentru șefii de servicii /birouri se efectuează de către directorii direcțiilor din care fac parte.

(3) Instruirea periodică pentru directori și alte cadre de conducere se face de către șeful compartimentului de specialitate din cadrul Primăriei Municipiului București.

**Art.21.**Verificarea persoanelor instruite privind cunoștințele însușite se face prin sondaj de către conducătorul locului de muncă respectiv .

**Art.22.**Instruirea în domeniul securității și sănătății în muncă se certifică prin înscrisuri realizate, după caz, în fișa individuală de instruire în domeniul securității și sănătății în muncă.

**Art.23.**Fișele individuale de instruire se întocmesc pentru toate persoanele angajate.

**Art.24.**După efectuarea instruirii este obligatorie completarea fișelor individuale de instruire, înscrisul efectuându-se cu pastă sau cu cerneală.

**Art.25.**După completare, fișa individuală de instruire în domeniul securității și sănătății în muncă se semnează de persoana instruită și de către persoanele care au efectuat instructajul și de către un lucrător desemnat din cadrul serviciului de specialitate responsabil cu securitatea și sănătatea în muncă.

**Art.26.**Prin semnătură persoana instruită demonstrează participarea la instructaj, iar persoana care a verificat instructajul confirmă, pe baza examinării persoanei instruite, că aceasta și-a însușit cunoștințele necesare pentru buna desfășurare a activității din punct de vedere al securității și sănătății în muncă.

**Art.27.**Conducătorii locurilor de muncă răspund de păstrarea fișelor individuale de instructaj în domeniul securității și sănătății în muncă pentru personalul din subordine.

**Art.28.**Instruirea periodică se face suplimentar celei programate în următoarele cazuri:

- a) când un lucrător a lipsit peste 30 de zile lucrătoare;
- b) când au apărut modificări ale prevederilor de securitate și sănătate în muncă privind activități specifice ale locului de muncă și /sau postului de lucru sau ale instrucțiunilor proprii, inclusiv datorită evoluției riscurilor sau apariției de noi riscuri în cadrul Primăriei Municipiului București;
- c) la reluarea activității după un accident de muncă;
- d) la executarea unor lucrări speciale;
- e) la introducerea unui echipament de muncă sau a unor modificări ale echipamentului existent;
- f) la modificarea tehnologiilor existente sau procedurilor de lucru;
- g) la introducerea oricărei noi tehnologii sau a unor proceduri de lucru.

## **CAPITOLUL III**

### **Secțiunea 1**

#### **Riscurile de accidentare și îmbolnăvire profesională specifice Primăriei Municipiului București**

**Art.29.** Riscurile de accidentare și îmbolnăvire profesională pot fi cauzate de una sau mai multe din componentele sistemului de muncă și anume : executant, sarcina de munca, mijloacele de producție și mediul de muncă.

**Art.30.** Riscurile de accidentare și îmbolnăvire profesională specifice profilului activității societății noastre sunt următoarele:

#### **A. Executant:**

- a) executarea defectuoasă de operații comenzi, manevre, poziționări, fixări, reglaje);
- b) efectuarea de operații neprevăzute prin sarcina de muncă:
  - pornirea echipamentelor de muncă;
  - alimentarea sau oprirea alimentării cu energie (curent electric);
  - deplasări cu pericol de cădere de la același nivel prin alunecare, împiedicare sau dezechilibrare;
- c) omisiuni:
  - neutilizarea mijloacelor de protecție (aparaturile și dispozitivele de protecție ale echipamentelor de munca);

#### **B. Sarcina de muncă:**

- a) conținutul necorespunzător al sarcinii de muncă:
  - operații care depășesc capacitatea de pregătire a lucrătorului;
  - procedee greșite în soluționarea unei operații;
  - succesiunea greșită a unor operații.



b) solicitare fizică:  
- poziții de lucru vicioase datorate particularității procesului de muncă și anume poziția ortostatică, mobilierul folosit, organizarea neadecvată a locului de muncă;

c) solicitare psihică:  
- lucrul cu publicul;  
- ritm mare de muncă, decizii dificile în scurt timp, operații repetitive de ciclu scurt și mediu;

- contact direct cu organele de control;  
- solicitarea permanentă a atenției în timpul deplasării (șoferi);  
- lucrul cu banii;

### **C. Mijloace de producție:**

a) Factori de risc mecanic:  
- manipulări incorecte a unor obiecte, suprafețe sau contururi periculoase (înțepătoare și tăioase ale cuterelor, accesoriilor manipulate în procesul de muncă);  
- accidente de circulație în timpul deplasării la și de la locul de muncă precum și în timpul programului de lucru al șoferilor și lucrătorilor ce se deplasează în teren.

b) Factori de risc electric:  
- curentul electric prin: atingere directă și atingere indirectă, prin folosirea necorespunzătoare a instalațiilor și aparaturii electrice de orice fel;

c) Factori de risc termic:  
- temperatura ridicată a obiectelor sau suprafețelor

d) Riscuri electromagnetice asupra organelor interne determinate de radiațiile electromagnetice;

e) Riscuri chimice determinate de emisii de ozon (xerox), gaze naturale (centrala termică), alte substanțe chimice cu efect nociv;

f) Riscurile vizuale determinate de concentrarea optică simultan cu radiații electromagnetice, emisii (reflexii) de lumină, variații de frecvențe electrice;

## **Secțiunea 2 Obligațiile lucrătorilor**

**Art.31.** Lucrătorii vor desfășura activitatea în așa fel încât să nu expună la pericole de accidentare sau îmbolnăvire profesională persoana proprie sau alți angajați, în conformitate cu instruirea și pregătirea primită. În acest scop au următoarele obligații:

a) să-și însușească și să respecte prevederile legislației din domeniul securității și sănătății în muncă și măsurile de aplicare a acestora;

b) să nu procedeze la scoaterea din funcțiune, la modificarea, schimbarea sau înlăturarea arbitrară a dispozitivelor de securitate proprii, în special a echipamentelor tehnice, precum și utilizarea lor corectă;

c) să comunice imediat conducătorului locului de muncă orice defecțiune tehnică sau altă situație care constituie un pericol de accidentare sau îmbolnăvire profesională;

d) să aducă la cunoștința conducătorului locului de muncă în cel mai scurt timp posibil accidente de muncă suferite de persoana proprie sau de alți lucrători;

e) să oprească lucrul la apariția unui pericol iminent de producere a unui accident și să informeze de îndată conducătorul locului de muncă;

f) să poarte întregul echipament individual de protecție pe toată durata activității, corespunzător scopului pentru care a fost acordat și să se preocupe de conservarea calității de protecție;

g) să solicite un nou echipament individual de protecție când cel acordat și-a pierdut calitățile de protecție;

h) să cunoască caracteristicile și modul corect de utilizare ale echipamentului;

i) să coopereze cu angajatorul sau cu lucrătorii desemnați în domeniul securității și sănătății în muncă, atâta timp cât este necesar, pentru a da angajatorului posibilitatea să se asigure că toate condițiile de muncă sunt corespunzătoare și nu prezintă riscuri pentru securitate și sănătate la locul său de muncă;

j) să coopereze cu angajatorul sau cu lucrătorii desemnați în domeniul securității și sănătății în muncă, atâta timp cât este necesar, pentru realizarea oricărei sarcini sau cerințe impuse de autoritatea competentă pentru prevenirea accidentelor și bolilor profesionale;

k) să dea relațiile solicitate de către inspectorii de muncă

l) să refuze executarea sarcinii de muncă dacă nu are dotarea corespunzătoare;

m) să fie instruit încă de la angajare în legătură cu riscurile de la locul de muncă și modul de utilizare și întreținere a echipamentului individual de protecție acordat.

### **Secțiunea 3 Drepturile salariaților**

**Art.32.**Angajații nu pot fi implicați în costurile financiare ale măsurilor de prevenire referitoare la securitatea și sănătatea în muncă.

**Art.33.**Angajatul care, în caz de pericol iminent, părăsește locul de muncă, nu trebuie supus la nici un prejudiciu din partea angajatorului și trebuie să fie protejat împotriva oricăror consecințe defavorabile și injuste.

**Art.34.**În caz de pericol iminent angajatul poate lua, în lipsa șefului ierarhic superior, măsurile ce se impun pentru protejarea propriei persoane sau a altor angajați.

**Art.35.**Lucrătorii au dreptul să fie informați cu privire la riscurile de accidentare și îmbolnăvire profesională, la măsuri de prevenire și protecție corespunzătoare, măsuri de prim ajutor, măsuri în domeniul situațiilor de urgență precum și măsuri de evacuare a personalului.

**Art.36.**Lucrătorii au acces la evaluarea riscurilor de accidentare și îmbolnăvire profesională, la evidențele privind accidente de muncă și bolile profesionale, la dosarele de cercetare a accidentelor.

**Art.37.**Reprezentanții angajaților cu atribuții privind securitatea și sănătatea în muncă, vor beneficia de timpul necesar exercitării atribuțiilor specifice.

**Art.38.**Lucrătorii desemnați cu atribuții în domeniul securității și sănătății în muncă au dreptul la o instruire corespunzătoare, la formarea și perfecționarea lor în timpul programului de lucru și pe cheltuielile unității.

**Art.39.**Anual lucrătorii din cadrul Primăriei Municipiului București beneficiază de control medical gratuit în vederea prevenirii îmbolnăvirilor profesionale.

## **CAPITOLUL IV**

### **Măsuri de prevenire și protecție privind securitatea și sănătatea în muncă**

#### **Secțiunea 1**

#### **Măsuri privind lucrul cu echipamente electronice pentru prelucrarea automată a datelor.**

**Art.40.**Lucrătorii care desfășoară activități la echipamentele de calcul vor respecta următoarele reguli :

- a) punerea sub tensiune a unității centrale se face prin acționarea butonului corespunzător de pe panoul unității centrale;
- b) punerea sub tensiune a echipamentelor periferice, se face prin acționarea butoanelor corespunzătoare de pe panourile de comandă;
- c) se interzice lucrătorilor să utilizeze echipamentele de calcul pe care nu le cunosc și pentru care nu au instruirea necesară;
- d) se interzice personalului de deservire a echipamentelor de calcul să intervină la tablouri electrice, prize, ștehere, cordoane de alimentare, instalații de climatizare sau la orice instalații auxiliare;
- e) scoaterea de sub tensiune se va realiza în succesiunea inversă celei de punere sub tensiune;
- f) se interzice efectuarea oricărei intervenții în timpul funcționării echipamentului de calcul precum și continuarea lucrului când se constată o defecțiune a acestuia;
- g) oprirea echipamentului de calcul dacă se aud zgomote deosebite și anunțarea personalului din cadrul Direcției Sisteme Informatice;
- h) se interzice conectarea echipamentelor de calcul la prize defecte sau fără legătură la pământ;
- i) orice intervenție în timpul funcționării imprimantelor, permisă în documentația tehnică se va realiza cu luarea măsurilor de evitare a antrenării părților corpului de către imprimantă;



j) nu trageți niciodată de cordonul de alimentare pentru a scoate ștecherul din priză și feriți cordonul de alimentare de căldură, muchii ascuțite sau subansamble aflate în mișcare;

k) chemați o persoană autorizată și nu folosiți niciodată echipamentul dacă are cordonul conector deteriorat;

l) în cazul unui început de incendiu se va acționa cu stingătorul cu praf și dioxid de carbon;

m) activitatea zilnică în fața monitorului să alterneze cu alte activități iar dacă acest lucru nu este posibil se va lua pauză 10 minute la fiecare oră;

n) utilizatorul trebuie să aibă posibilități de modificare a poziției de lucru, în timpul activității;

o) se interzice consumul alimentelor pe masa suport a calculatorului sau deasupra tastaturii;

**Art.41.**În raport cu cerințele sarcinii de muncă, condițiile de mediu și caracteristicile psihofiziologice individuale, utilizatorii vor regla în principal:

a) luminanța ecranului, contrastul între caractere și fond, poziția ecranului (înălțime, orientare, înclinare);

b) înălțimea și înclinarea suportului pentru documente;

c) înălțimea mesei de lucru (dacă este reglabilă);

d) înălțimea suprafeței de ședere a scaunului, înclinarea și înălțimea spătarului scaunului.

## **Secțiunea 2**

### **Măsuri de protecție împotriva pericolului de electrocutare**

**Art.42.**Măsuri tehnice care pot fi folosite pentru protecția împotriva electrocutării prin atingere directă a firelor, instalațiilor și echipamentelor electrice:

a) acoperirea cu materiale electroizolante ale părților active ale instalațiilor și echipamentelor electrice;

b) închideri în carcase sau acoperiri cu învelișuri exterioare;

c) îngrădiri;

d) protecția prin amplasare în locuri inaccesibile prin asigurarea unor distanțe minime de securitate;

e) scoaterea de sub tensiune a instalației sau echipamentului electric la care urmează a se efectua lucrări și verificarea lipsei de tensiune;

f) utilizarea de dispozitive speciale pentru legări la pământ și în scurtcircuit;

g) folosirea mijloacelor de protecție electroizolante;

h) alimentarea la tensiune foarte joasă de protecție;

i) izolarea față de pământ a platformei de lucru;

j) nu constituie o izolare acoperirea cu vopsea, lac, email, straturi de oxid, material fibros (țesături, fileuri, benzi de țesătură sau lemn).



**Art.43.** Măsuri organizatorice care pot fi aplicate împotriva electrocutării prin atingere directă:

a) executarea intervențiilor la instalațiile electrice (depanări, reparări, racordări, verificări trebuie să se facă numai de personal calificat în meseria de electrician, autorizat și instruit pentru lucrul respectiv;

b) intervențiile sunt permise numai în baza uneia din următoarele forme de organizare: autorizații de lucru scrise, atribuțiilor de serviciu, dispozițiilor verbale, procese verbale, obligațiilor de serviciu, proprie răspundere;

c) verificarea instalațiilor trebuie să fie executată periodic și rezultatele trebuie să fie notate într-un raport detaliat. Datele și natura verificărilor, precum și numele și calificările persoanelor care le-au efectuat trebuie să fie consemnate într-un registru;

d) delimitarea materială a locului de muncă (îngrădire);

e) eșalonarea operațiilor de intervenție la instalațiile electrice.

**Art.44.** Măsuri pentru evitarea accidentelor prin electrocutare prin atingere indirectă:

a) folosirea tensiunilor foarte joase de securitate;

b) legarea la pământ;

c) legarea la nul de protecție;

d) izolarea suplimentară de protecție, aplicată utilajului;

e) izolarea amplasamentului;

f) separarea de protecție;

g) deconectarea automată în cazul apariției unei tensiuni periculoase;

h) folosirea mijloacelor de protecție electroizolante.

**Art.45.** Este interzis ca în exploatarea, întreținerea și repunerea în funcțiune a unei instalații sau a unui echipament electric, să se aducă modificări față de proiect.

**Art.46.** Este interzisă folosirea instalațiilor sau a echipamentelor electrice improvizate sau necorespunzătoare.

**Art.47.** Este interzisă executarea de lucrări la instalațiile electrice pe timp de ploaie, furtună, viscol.

**Art.48.** Este interzisă executarea de lucrări la instalațiile electrice fără întreruperea tensiunii, dacă locul respectiv nu este bine iluminat.

**Art.49.** Scările folosite vor fi amplasate astfel încât să le fie asigurată stabilitatea în timpul utilizării, astfel încât să nu se deplaseze și să fie evitată orice mișcare de balans.

### Secțiunea 3

#### **Instrucțiuni privind circulația lucrătorilor Primăriei Municipiului București care efectuează muncă de teren sau se află pe traseul normal de deplasare de la domiciliu spre serviciu și retur**

**Art.50.** Lucrătorii Primăriei Municipiului București sunt obligați să anunțe Biroul organizare, sănătatea și securitatea muncii, despre orice modificare intervenită pe traseul de deplasare spre serviciu sau de la serviciu spre domiciliu.

**Art.51.** Persoanele care se deplasează pe drumul public au următoarele obligații:

a) să nu se angajeze în traversarea drumului 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 nu 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 nu traverseze drumul public prin alte locuri decât cele permise;

e) să nu ocupe partea carosabilă în scopul împiedicării circulației;

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

g) să nu circule pe piste pentru biciclete amenajate și semnalizate corespunzător.

**Art.52.** Pentru a nu se expune agresiunilor fizice și de altă natură în timpul efectuării atribuțiilor de serviciu, lucrătorii Primăriei Municipiului București efectuează muncă de teren au următoarele obligații:

- rezolvarea problemelor apărute se va face prin folosirea unui limbaj și comportament decent care să conducă la rezolvarea în condiții amiabile și în același timp legale a acestora;

- evitarea încălcării proprietăților private fără acordul proprietarului. În situații bine determinate aceasta se va face numai în prezența organelor abilitate în acest sens (poliție, poliția sanitară veterinară, procuratură etc);

- rezolvarea problemelor apărute se va face numai în limita competențelor stabilite prin fișa postului.

**Art. 53.** Lucrătorii cu atribuții de conducător auto vor fi instruiți conform H.G. nr. 1391/2006 pentru aprobarea Regulamentului de aplicare a O.U.G. nr.195/2002 privind circulația pe drumurile publice.

#### Secțiunea 4

### Măsuri privind cerințele minime de securitate și sănătate pentru manipularea manuală a maselor care prezintă riscuri pentru lucrători , în special de afecțiuni dorsolombare

**Art.54.** Prin manipularea manuală a maselor se înțelege orice tip de transport sau susținere a unei mase de către unul ori mai mulți lucrători ,inclusiv ridicarea , împingerea, tragerea, purtarea sau deplasarea unei mase, care, datorită caracteristicilor acesteia sau condițiilor ergonomice necorespunzătoare, prezintă riscuri pentru lucrători, în special de afecțiuni dorsolombare.

**Art.55.** Manipularea manuală a maselor poate prezenta riscuri, în special de afecțiuni dorsolombare, dacă masa este :

- a) prea grea sau prea mare ;
- b) greu de mânuit și de prins ;
- c) instabilă sau cu un conținut ce riscă să se deplaseze ;
- d) poziționată astfel încât necesită susținerea sau manipularea ei la distanță față de trunchi sau cu flexia ori răsucirea trunchiului ;
- e) susceptibilă să producă leziuni lucrătorilor, din cauza marginilor și /sau consistenței sale, în special în cazul unei coliziuni.

**Art.56.** Efortul fizic poate prezenta riscuri, în special de afecțiuni dorsolombare, dacă:

- a) este prea intens;
- b) nu poate fi realizat decât printr-o mișcare de răsucire a trunchiului;
- c) poate să antreneze o deplasare bruscă a masei;
- d) este realizat atunci când corpul se află într-o poziție instabilă.

**Art.57.** Caracteristicile mediului de munca pot determina o creștere a riscurilor, în special de afecțiuni dorsolombare, dacă:

- a) nu există suficient spațiu liber, în special pe verticală, pentru realizarea activității;
- b) solul prezintă denivelări, prezentând pericole de împiedicare sau este alunecos pentru încălțăminte lucrătorului;
- c) locul de munca sau mediul de munca nu permite lucrătorului manipularea manuală a maselor la o înălțime sigură sau într-o poziție de lucru confortabilă;
- d) solul sau planul de lucru prezintă denivelări care implică manipularea masei la diferite niveluri;
- e) solul sau planul de sprijin al piciorului este instabil;
- f) temperatura, umiditatea sau circulația aerului este necorespunzătoare.

**Art.58. (1)** Activitatea poate prezenta riscuri, în special de afecțiuni dorsolombare, dacă implică una sau mai multe dintre următoarele cerințe :

- a) efort fizic prea frecvent sau prelungit, care solicită în special coloana vertebrală;
- b) perioada insuficientă de repaus fiziologic sau de recuperare;
- c) distanțe prea mari pentru ridicare, coborâre sau transport ;
- d) ritm de muncă impus printr-un proces care nu poate fi modificat de lucrător.

## **Secțiunea 5**

### **Măsuri de securitate privind depozitarea materialelor**

**Art.59.** Persoanele care manipulează și depozitează materiale au obligația de a respecta următoarele norme:

- a) depozitarea materialelor se va face astfel încât să excludă pericolul de accidentare, incendii și explozii;
- b) materialele se vor depozita pe sortimente în stive sau stelaje, asigurate împotriva rostogolirii sau mișcărilor necontrolate;
- c) la stivuirea materialelor în încăperi, greutatea stivelor nu va depăși, sarcina maximă admisă a planșeului și /sau a pardoselii;
- d) stivuirea ambalajelor cu forme geometrice diferite nu este permisă;
- e) în cazul depozitării materialelor ambalate în cutii, lăzi, butoaie sau alte ambalaje cu forme geometrice regulate, când suprapunerea se face direct pe ambalaje, pereții ambalajelor trebuie să reziste presiunii exercitate de materialele situate deasupra, să nu prezinte deformări sau deteriorări, iar înălțimea de stivuire va fi determinată de rezistența mecanică a ambalajelor, stabilită prin standarde sau norme interne de fabricație;
- f) scoaterea materialelor din stivă se va face astfel încât să se evite prăbușirea stivei;
- g) hârtia și documentele de arhivă se vor depozita în ordine, așezate în stive sau rafturi, asigurându-se posibilitățile de intervenție și evacuare în caz de incendiu.

## **CAPITOLUL V**

### **Secțiunea 1**

#### **Măsuri de prim ajutor**

**Art.60.** Primul ajutor reprezintă totalitatea acțiunilor întreprinse imediat după producerea unui accident (de muncă) până la momentul intervenției cadrelor medicale de specialitate.

**Art.61.** O persoană care nu este pregătită ca salvator nu trebuie să încerce să intervină cu orice preț, obligațiile sale sunt:

- a) să nu atingă victima;
- b) să cheme pe cel mai apropiat salvator;
- c) să anunțe accidentul și să solicite ajutor calificat;
- d) să organizeze protecția victimei;
- e) să prevină extinderea stării de accident.

**Art.62.** Salvatorul nu înlocuiește medicul dar, prin măsurile pe care le aplică, el trebuie să reușească să evite înrăutățirea stării accidentatului, apariția complicațiilor sau producerea morții victimei.

**Art.63.** Etapele care trebuie urmate în cazul unui accident de muncă sunt:

**1.Analiza situației**

- a) ce s-a întâmplat, care este natura accidentului?
- b) mai există vreun pericol?
- c) poate fi suprimat acel pericol fără alt risc?

**2.Protejarea victimei**

- a) identificarea surselor de riscuri reale, persistente sau presupuse și reperarea persoanelor care ar putea fi expuse la riscurile identificate;
- b) suprimarea / izolarea riscurilor, singuri sau cu ajutoare calificate;
- c) instituirea unei zone de siguranță în jurul victimei, îndepărtând persoanele neavizate.

**3.Examinarea victimei**

- a) cercetarea și recunoașterea semnelor care indică faptul că viața victimei este amenințată:
  - sângerează abundent?
  - răspunde la întrebări?
  - respiră?
  - are puls?
- b) definirea ordinii de prioritate a intervențiilor;
- c) triajul victimelor, pe baza ierarhizării leziunilor în funcție de gravitatea lor.

**4.Anunțarea accidentului, personal sau prin altcineva:**

- a) apelul de prim ajutor, conținând informații despre: ce s-a întâmplat; locul accidentului; accesibilitatea drumului; numărul și starea victimelor; tipurile de leziuni produse; cine face apelul;
- b) persoana care a făcut apelul trebuie să aștepte confirmarea corectă a mesajului transmis;
- c) în funcție de starea victimei salvatorul va lua măsurile de prim ajutor după cum urmează:

- **Dacă victima nu vorbește (este inconștientă) dar respiră și are puls:**
- așezarea în poziția de siguranță;
  - acoperirea victimei, anunțarea accidentului;
  - supravegherea circulației, a stării de conștiență și a respirației, până la sosirea ajutoarelor medicale.

➤ **Dacă victima nu răspunde, nu respiră, dar are puls:**

- degajarea (eliberarea) căilor respiratorii;
- manevra Heimlich;
- respirația „gură la gură” sau „gură la nas”.

Respirația "gură-la-gură".

Accidentatul stă întins pe spate, cu fața în sus. Se controlează căile respiratorii superioare pentru a avea siguranța că nu sunt blocate cu sânge, secreții, noroi sau alți corpi străini. În cazul înfundării lor, se recurge la desfundarea lor cu ajutorul degetelor.



Salvatorul se așează în genunchi, lângă capul victimei. Se trece mâna stângă pe sub ceafa accidentatului și se împinge în sus, astfel încât să se asigure o extensie a cefei.

Această manevră asigură eliberarea căilor respiratorii superioare acoperite de limbă, știut fiind că, la accidentații care și-au pierdut conștiența, limba cade în fundul gâtului. După aceste manevre de pregătire, salvatorul trage aer în piept și, aplicându-și gura pe gura deschisă a accidentatului, insuflă aerul din plămâni săi în cei ai victimei. În tot acest timp, nările accidentatului trebuiesc astupate cu ajutorul celeilalte mâini, pentru a împiedica refularea aerului. În timpul manevrei se va controla eficacitatea manevrei, urmărindu-se umflarea abdomenului cu aerul insuflat. După fiecare insuflare, în timp ce salvatorul inspiră, se vor lăsa libere gura și nasul accidentatului. În acest fel aerul introdus în plămâni victimei este eliberat datorită elasticității cutiei toracice. Ritmul de insuflare va fi de 10 -16 cicluri pe minut și va fi menținut până când victima începe să respire autonom. Dacă victima are gura încleștată, se poate recurge la respirația "gură-la-nas".

➤ **Dacă victima nu răspunde, nu respiră, nu are puls:**

1. Reanimare cardio-respiratorie (masaj cardiac extern asociat cu respirație „gură la gură” sau „gură la nas”). În cazul unui stop cardio-respirator este necesar să se execute concomitent și respirația artificială și masajul cardiac extern. În această situație este necesară prezența a doi salvatori care să execute concomitent manevrele. Alternarea mișcărilor va fi următoarea: la patru compresiuni de masaj cardiac - o insuflare de aer. În eventualitatea că nu există decât un singur salvator, acesta va efectua, în ritmul amintit mai sus, ambele manevre.

2. Masajul cardiac extern urmărește reanimarea bătăilor cardiace în cazul în care inima a încetat să mai bată. Metoda constă din aplicarea unor presiuni ritmice asupra inimii, prin intermediul cutiei toracice. Accidentatul este culcat pe spate, pe un plan tare, cu capul mai jos decât restul corpului. Salvatorul își așează palmele suprapuse pe locul corespunzător inimii în cutia toracică, adică în stânga extremității de jos a sternului (osul pieptului). Palmele salvatorului vor exercita presiuni ritmice, astfel încât toracele victimei să fie turtit cu 3 - 4 cm, într-un ritm de 60 apăsări pe minut. Compresiunile și decompresiunile ritmice îndeplinesc funcția de pompare a sângelui în vasele sanguine. În mod obișnuit, în scurtă vreme după aplicarea masajului, inima își reia activitatea spontan. Reluarea activității se poate observa după reparația pulsului și colorarea pielii și mucoaselor. Accidentatul își capătă conștiența, iar reflexele reapar.

➤ **Dacă victima sângerează abundent:**

- compresie manuală locală;
- pansament compresiv;
- compresie manuală la distanță (în zona subclaviculară sau inghinală).

Câteva comprese aplicate pe plagă, o bucată de vată și un bandaj ceva mai strâns sunt suficiente pentru a opri o sângerare medie.

De modul în care am făcut primul pansament depinde modul de vindecare al răni. Pentru tratarea locală a unei răni se vor întreprinde următoarele acțiuni:

1. spălarea mâinilor și asigurarea pe cât posibil a sterilizării instrumentelor; oprirea hemoragiei cu ajutorul mijloacelor cunoscute - garou, comprese sterile - în funcție de intensitatea și locul hemoragiei.

2. controlul răni; se va recurge la tăierea hainelor în zona răni pentru a se putea aprecia locul unde se află rana, întinderea și aspectul ei.

3. curățirea răni; în rană pot rămâne deseori corpuri străine (pământ, nisip, bucățele de stofă, cioburi) ce trebuie înlăturate cu ajutorul unei pense sterile. Cea mai buna curățire a plăgii se realizează turnând apa oxigenată, soluție 3%. În spuma ce se ridică, se antrenează majoritatea corpilor străini ce se găsesc în plagă.

4. spălarea și antiseptizarea răni și a zonei adiacente; o regula esențială este de a nu lucra dinspre zonele vecine, spre rană, pentru a nu aduce microbii de pe pielea infectată în plagă. Rana se spală cu o soluție de apă oxigenată 3% sau soluție de rivanol 1‰. Spălarea se va face folosind o bucată de tifon prinsă într-o pensă sterilă. După ce se spală rana, se trece la spălarea pielii din jur. Se face apoi o dezinfecție a pielii, prin badijonare cu tinctură de iod sau alcool.

Atenție: Niciodată nu se dă cu tinctură de iod pe rană.

#### ➤ Executarea pansamentului.

- Faza 1. Dacă avem la îndemână praf de sulfamidă sau saposan, se poate presăra pe plagă. În lipsa lui este de preferat să nu punem nimic pe rană, în nici un caz nu vom pune ulei sau alte grăsimi, deoarece acestea pot fi dăunătoare.

- Faza 2. Aplicarea peste rană a câtorva comprese sterile, în așa fel încât rana să fie acoperită. Dacă nu dispunem de comprese sterile putem folosi bucăți de cârpă curată.

- Faza 3. Peste compresele sterile punem un strat de vată.

- Faza 4. Bandajarea trebuie să respecte următoarele reguli: să fie făcută cu mișcări ușoare, fără a provoca dureri; să acopere în întregime și uniform rana și circa 15 cm adiacenți; să nu aibă excesiv de multe straturi de fașă; să nu fie prea strânsă pentru a nu stânjeni circulația sângelui în zona afectată; să nu incomodeze rănitul. Dacă plaga este mare, trebuie ca accidentatul să fie transportat pe targă până la locul acordării unui tratament medical de specialitate.

În hemoragia arterială, comprimarea se face într-un punct situat cât mai aproape de rană și mai sus, între rană și inimă. În hemoragiile venoase, comprimarea se face sub rană pentru a opri venirea sângelui de la periferie către inimă. Comprimarea vaselor se face mai bine în locurile în care ele sunt mai aproape de un plan osos și se poate face direct, cu degetul sau cu toata mâna, însă numai pentru o hemostază de scurtă durată.

Când se intenționează comprimarea pentru o perioadă mai îndelungată a vasului de sânge se folosește garoul.

Garoul este un tub sau bandă elastică de cauciuc. La nevoie, el poate fi improvizat dintr-o cameră de bicicletă, o fașă, o bucată de pânză, o curea sau orice altceva care poate fi răsucit și strâns pe braț sau pe picior. Garoul este aplicat până la oprirea hemoragiei. Menținerea aplicată a garoului nu poate depăși o oră. Ori de câte ori se aplică garoul trebuie notată ora și data aplicării pentru evitarea unor accidente grave din cauza neoxigenării teritoriilor de sub garou. Dacă este necesar, se slăbește ușor garoul, pe perioade scurte de timp.

➤ **Dacă victima prezintă arsuri:**

- spălarea abundentă cu apă.

➤ **Dacă victima vorbește dar nu poate efectua anumite mișcări:**

- oricare ar fi semnele, se acționează ca și cum victima ar avea o fractură, evitând deplasarea ei și respectând toate eventualele deformări la nivelul membrului superior, al membrului inferior, al coloanei vertebrale.

Fracturile sunt ruperi totale sau parțiale ale unui os, determinate de cauze accidentale. Frecvent se rup oasele lungi ale membrilor, fracturile apărând când osul este bolnav, sau la bătrâni, la care oasele sunt rarefiate. Semnele unei fracturi sunt:

- a) durerea locală care apare brusc, în momentul accidentului, este situată exact la locul fracturii, este puternică la apăsarea focarului de fractură și se diminuează după imobilizarea corectă;
- b) deformarea locală, care ține de deplasarea fragmentelor din focarul de fractură și poate apare în lungul osului sau laterală;
- c) impotența funcțională adică imposibilitatea folosirii membrului fracturat;
- d) echimoza (vânătăia) apare la interval de 1- 2 zile după accident.

Semnele de siguranță ale unei fracturi sunt:

- a) mobilitatea anormală la nivelul focarului de fractură, în funcție de axele osului respectiv;
- b) lipsa de transmitere a mișcării la distanță;

**Atenție:** Se recomandă a nu se insista prea mult la cercetarea semnelor de siguranță a unei fracturi deoarece la mobilizarea capetelor osoase se poate provoca rănirea unor artere sau a unor nervi din vecinătate.

Imobilizarea unei fracturi se face astfel:

- » Clavicula: se utilizează doi colaci de pânză răsuciți și legați la spate;
- » Braț: 1-2 atele aplicate pe braț și apoi legarea brațului de torace;
- » Antebraț: 1-2 atele aplicate pe antebrațul respectiv și suspendarea antebrațului cu ajutorul unei fașe legate de gât.

» Picior: de obicei imobilizarea cuprinde în întregime membrul respectiv. Pentru aceasta, în cazul în care avem două atele, acestea se așează față în față, pe părțile laterale ale piciorului, în cazul în care avem o atelă, o așezăm pe partea laterală a piciorului și folosim, ca a doua atelă, celalalt picior, legând strâns picioarele victimei. Pentru fixarea oricărui tip de atelă, trebuie avut grijă ca aceasta să nu apese pe răni sau să producă răni accidentatului. Pentru aceasta orice obiect folosit drept atelă va fi înfășurat în fașă sau cârpă.

Ca regulă generală, orice atelă trebuie să depășească deasupra și dedesubt ambele articulații ale osului fracturat, imobilizându-le.

Pentru victima accidentului suspectă de o leziune a coloanei vertebrale măsurile sunt următoarele:

- se urmărește menținerea permanentă a coloanei vertebrale în linie dreaptă, capul fiind ținut ceva mai jos decât picioarele, atât în timpul ridicării cât și al transportului;



- capul și gâtul accidentatului se mențin într-o poziție care să asigure permeabilitatea căilor respiratorii superioare;

- imobilizarea unui accidentat cu leziuni ale coloanei vertebrale se face pe un plan tare (scândura lată, ușă, etc.) pe care bolnavul este așezat cu fața în sus, între perne sau haine, pentru a evita deplasările laterale.

➤ **Dacă victima prezintă plăgi:**

- plăgi grave: așezarea victimei într-o poziție adecvată, îngrijirea segmentului amputat, compresie pentru oprirea sângerării etc;

- plăgi simple: curățarea și pansarea plăgii.

**5. Supravegherea victimei și așteptarea sosirii echipei de specialitate a autosanitarei.**

1. urmărirea semnelor vitale ale victimei;
2. asigurarea intervențiilor necesare, dacă survin modificări în starea victimei;
3. informarea medicului despre accident și despre starea victimei.

**6. Transportul accidentaților.**

1. nici un accidentat nu va fi transportat înainte de a fi adus în starea de a suporta în bune condiții transportul, adică înainte de a fi examinat și a se fi acordat, efectiv, primul ajutor;

2. transportul accidentaților se va face numai cu autosanitară. Transportul cu mijloace improvizate se va face numai în condiții excepționale sau pentru victime cu leziuni ușoare, care nu influențează funcțiile vitale ale organismului;

3. tehnica de intervenție pentru transport trebuie subordonată ideii de a nu agrava și a nu complica vătămările produse de accident;

4. faptul că transportul de la locul accidentului până la unitatea sanitară ar dura numai 10-15 minute, nu poate constitui o justificare pentru neaplicarea măsurilor de prim ajutor la locul accidentului.

**Art.64.** Serviciile la care se va apela în cazul unui accident de muncă, corelat cu gravitatea acestuia sunt:

**Sistemul național unic pentru apelul de urgență – tel. 112**

**Dispecerat medical de urgență – tel. 961**

## **Secțiunea 2**

### **Supravegherea medicală a lucrătorilor**

**Art.65.** Examenul medical la angajarea în muncă, controlul medical periodic și examenul medical la reluarea activității, reprezintă supravegherea activă a sănătății angajaților în relație cu cerințele locului de muncă și, în mod particular, cu factorii nocivi profesionali.

**Art.66.** Lucrătorii Primăriei Municipiului București au obligația să se prezinte la medicul de medicina muncii atunci când sunt programați conform planificării întocmite de Serviciul organizare, sănătatea și securitatea muncii.

## **Secțiunea 3**

### **Căi de evacuare, acces și intervenție**

**Art.67.** Traseele căilor de evacuare vor fi marcate cu indicatoare standardizate.

**Art.68.** Ușile de evacuare vor fi întreținute pentru ca deschiderea lor să fie sigură și ușoară.

**Art.69.** Ușile de evacuare trebuie prevăzute cu indicatoare și inscripții corespunzătoare.

**Art.70.** Căile de acces și intervenție vor fi în mod obligatoriu libere pentru a nu împiedica intervenția operativă.

**Art.71.** Sursele de energie de rezervă și indicatoarele luminoase pentru evacuarea în caz de urgență vor fi menținute în bună stare de funcționare și verificate periodic.

**Art.72.** Ușile care se folosesc pentru evacuare în caz de urgență se vor deschide întotdeauna spre afară.

**ÎNTOCMIT**  
**Cristian NICULAE**



## LEGISLAȚIA ÎN VIGOARE CARE SE APLICĂ ÎN DOMENIUL SECURITĂȚII ȘI SĂNĂTĂȚII ÎN MUNCĂ

- Legea nr. 319/2006 - privind securitatea și sănătatea în muncă;
- H.G.nr.1425/2006 - pentru aprobarea Normelor metodologice de aplicare a prevederilor Legii securității și sănătății în muncă nr. 319/2006;
- H.G. nr.355/2007 - privind supravegherea sănătății lucrătorilor
- H.G.nr.1028/2006 - privind cerințele minime de securitate și sănătate în muncă referitoare la utilizarea echipamentelor cu ecran de vizualizare;
- H.G.nr.1048/2006 - privind cerințele minime de securitate și sănătate pentru utilizarea de către lucrători a echipamentelor individuale de protecție la locul de muncă;
- H.G.nr.971/2006 - privind cerințele minime pentru semnalizarea de securitate și/sau de sănătate la locul de muncă;
- H.G.nr.1136/2006 - privind cerințele minime de securitate și sănătate referitoare la expunerea lucrătorilor la riscuri generate de câmpuri electromagnetice;
- H.G.nr.1091/2006 - privind cerințele minime de securitate și sănătate pentru locul de muncă;
- H.G.nr.1092/2006 - privind protecția lucrătorilor împotriva riscurilor legate de expunerea la agenți biologici în muncă;
- Legea nr.349/2002 - pentru prevenirea și combaterea efectelor consumului produselor din tutun.
- Legea nr.346/2002 - privind asigurarea pentru accidente de muncă și boli profesionale.
- H.G. nr. 1391/2006 – pentru aprobarea Regulamentului de aplicare a O.U.G. nr. 195/2002 privind circulația pe drumurile publice

## INSTRUCȚIUNI DE SĂNĂTATE ȘI SECURITATE ÎN MUNCĂ PENTRU ȘOFERI

• Înainte de plecarea în cursă, conducătorii auto au obligația de a verifica starea tehnică a autovehiculelor.

• În timpul efectuării cursei, conducătorii auto au următoarele obligații:

- să respecte viteza de circulație stabilită prin Regulamentul privind circulația pe drumurile publice și să adapteze la condițiile cerute de starea drumurilor pe care circulă.
- să respecte itinerarul și mersul programat al cursi stabilite
- să oprească autovehiculul în parcurs după minim 250 km și să verifice starea pneurilor, direcția, buloanele de fixare a jantelor, etc. De asemenea, să oprească autovehiculul în cazul apariției unor zgomote anormale și ori de câte ori consideră că este necesar să se efectueze controlul tehnic în parcurs.
- să verifice în mers eficacitatea sistemului de frânare, luând toate măsurile necesare pentru a nu provoca evenimente rutiere.
- să coboare pantele cu motorul în funcțiune și angrenat în trepte de viteze corespunzătoare.

• Pe timp de ceață, autovehiculele vor circula cu viteză redusă.

• Este interzisă staționarea autovehiculelor în apropierea focurilor deschise a materialelor, a lichidelor și gazelor inflamabile.

• În timpul mersului este interzisă urcarea sau coborârea de pe mijlocul de transport, precum și trecerea de pe acesta pe remorci și invers.

• Se interzice utilizarea mijloacelor de transport auto cu starea tehnică necorespunzătoare.

• Se interzice orice fel de reparație, curățire sau ungere în timpul funcționării mijloacelor de transport.

• Este interzisă încredințarea mijlocului de transport persoanelor străine, chiar dacă sunt autorizate pentru conducerea acestuia, fără avizul conducătorului formației de lucru.

• Se interzice remorcarea autovehiculelor sau a remorcilor cu cabluri sau lanțuri, folosindu-se numai bara de oțel rigidă.

• Se interzice remorcarea simultană a mai mult de două remorci auto.

• Parcarea autovehiculelor se face în locuri special destinate acestui scop.

• După terminarea programului conducătorul autovehiculului este obligat:

- să parcheze autovehiculul la locul stabilit
- să asigure autovehiculul
- să sesizeze eventualele defecțiuni ivite.

• La stațiile de alimentare cu combustibili, conducătorii autovehiculelor sunt obligați:

- să respecte distanța de cel puțin 3 m față de autovehiculele care se alimentează și cel puțin 1 m între autovehiculele care urmează la rând.
- să oprească funcționarea motorului în timpul alimentării.
- să nu plece de lângă autovehicul
- să nu fumeze sau să folosească focul deschis pe teritoriul stației
- să nu regleze motorul sau să remedieze orice defecțiune pe o rază de 50 m.

**Se interzice prezentarea la serviciu sub influența băuturilor alcoolice precum și consumul acestora în timpul serviciului.**

## INSTRUCȚIUNI DE SĂNĂTATE ȘI SECURITATE ÎN MUNCĂ PENTRU FOCHIȘTI

Pentru a nu atrage consecințe asupra sănătății și vieții, se impune respectarea instrucțiunilor de utilizare și de instalare precum și a condițiilor de inspecție și întreținere a centralei termice după cum urmează:

- a) lucrările de instalare, reglare, întreținere și reparare vor fi executate numai de către lucrători ai unui service autorizat;
- b) în cazul apariției mirosului de gaz se vor avea în vedere următoarele măsuri de securitate:
  - nu se vor acționa comutatoare electrice în zona periculoasă
  - nu se va fuma în zona periculoasă
  - se va închide robinetul pentru blocarea gazului
  - se va aerisi zona afectată
  - se va anunța furnizorul de gaz
- c) nu sunt permise intervenții la următoarele obiecte:
  - aparatul de încălzire
  - conductele de gaz, aer, apă, și alimentarea cu energie electrică
  - tubulatura de gaze arse
  - supapa de siguranță a centralei
  - componentele constructive care pot influența securitatea în funcționare a aparatului
- d) nu utilizați și nu depozitați materiale explozive sau ușor inflamabile în spațiul destinat instalării aparatului;
- e) se va avea în vedere ca în spațiul destinat instalării aparatului să nu existe praf;
- f) efectuarea inspecției tehnice anuale de către service-ul autorizat;
- g) nu folosiți spray-uri, diluanți, detergenți cu conținut de clor, vopsele, adezivi în preajma aparatelor; în anumite condiții aceste materiale pot provoca coroziunea inclusiv asupra instalației de evacuare a gazelor.

Punerea în funcțiune a arzătoarelor cu combustibil gazos se va face cu respectarea strictă a regulilor de aprindere, după cum urmează:

- a) verificarea arzătoarelor și controlul presiunilor în conductele de gaz;
- b) ventilarea focarelor și canalelor de evacuare a gazelor înainte de punerea în funcțiune, timp de 10 minute;
- c) aprinderea se va efectua respectând metoda „gaz pe flacăra”.

**Se interzice prezentarea la serviciu sub influența băuturilor alcoolice precum și consumul acestora în timpul serviciului.**

## INSTRUCȚIUNI DE SĂNĂTATE ȘI SECURITATE ÎN MUNCĂ PENTRU ELECTRICIAN, ELECTRONIST

Se interzice exploatarea instalațiilor, echipamentelor și aparatelor electrice în condițiile în care se generează supracurenți sau suprasolicitări datorită unor consumatori care depășesc puterea nominală a circuitelor.

Se interzice în principal:

- a) înlocuirea siguranțelor, releelor de protecție și a întrerupătoarelor automate cu altele necalibrate;
- b) racordarea unor consumatori care depășesc puterea nominală a circuitelor;
- c) încărcarea instalației electrice peste sarcina admisă;
- d) nerealizarea unor contacte electrice perfecte;
- e) nelegarea corespunzătoare a conductelor la aparate, echipamente, mașini, elemente metalice, etc.
- f) lăsarea neizolată a capetelor conductoarelor elastice, în cazul demontării parțiale a unei instalații;
- g) folosirea legăturilor provizorii prin introducerea conductoarelor electrice direct în priză;
- h) utilizarea prizelor neprevăzute cu dispozitiv de protecție diferențială și de limitare a puterii amplasate la distanță de minim 1 m de materiale combustibile;
- i) utilizarea receptorilor de energie electrică ( radiatoare, reșouri și altele) fără luarea măsurilor de izolare față de materialele și elementele combustibile din spațiul sau încăperea respectivă;
- j) utilizarea radiatoarelor și a reșourilor electrice neomologate sau în alte locuri decât cele stabilite prin instrucțiuni tehnice;
- k) folosirea în stare defectă sau cu improvizații a instalației electrice și/sau a receptorilor electrici;
- l) suspendarea corpurilor de iluminat direct de conductoarele de alimentare;
- m) agățarea de/sau introducerea în interiorul panourilor, nișelor, tablourilor, canalelor, sau a tunelelor electrice, a obiectelor de orice fel;
- n) adăpostirea de obiecte sau alte materiale în posturile de transformare și/sau încăperile tablourilor generale de distribuție electrică;
- o) efectuarea lucrărilor de întreținere, revizii și reparații de către personal necalificat și neautorizat.

Sursele de energie de rezervă și indicatoarele luminoase pentru evacuare în caz de urgență vor fi menținute în bună stare de funcționare și verificate periodic.

Aparatele electrice portative se folosesc numai cu ștecher și conductoare corespunzător izolate și în bună stare de funcționare, iar pe timpul cât sunt sub tensiune se va asigura supravegherea lor.

La terminarea programului de lucru instalația electrică va fi scoasă de sub tensiune, cu excepția iluminatului de siguranță.

Tablourile electrice generale de distribuție vor fi închise în permanență cu cheia, accesul la ele fiind permis numai personalului calificat precum și organelor de control și verificare. Încăperea și elementele tabloului vor fi în perfectă stare de curățenie și va fi afișată schema cu circuitele electrice.

La toate tipurile de tablouri electrice, legăturile trebuie realizate conform reglementărilor, iar în apropierea tablourilor se interzice păstrarea materialelor și a substanțelor combustibile, precum și blocarea accesului la acesta.

La constatarea existenței condițiilor de pericol grav se va întrerupe lucrul, se evacuează zona și se comunică situația de fapt persoanelor competente, zona fiind asigurată pentru prevenirea pătrunderii accidentale a altor persoane neautorizate.

Se interzice supraîncărcarea circuitelor prin racordarea mai multor consumatori decât cei prevăzuți pentru instalația respectivă.

Dacă lucrul temporar la înălțime nu poate fi efectuat în condiții de securitate și în condiții ergonomice adecvate, de pe o suprafață convenabilă, trebuie alese cele mai adecvate echipamente tehnice pentru a se asigura și menține condiții de lucru nepericuloase.

Trebuie acordată prioritate măsurilor de protecție colectivă față de măsurile de protecție individuală.

Dimensionarea echipamentului tehnic trebuie adaptată naturii lucrării de executat, dificultăților previzibile și să permită circulația fără pericol.

Cel mai potrivit mijloc de acces la locurile de muncă pentru lucrul temporar la înălțime trebuie ales în funcție de frecvența sa de utilizare, de înălțimea ce trebuie atinsă și de durata utilizării. Alegerea făcută trebuie să permită evacuarea în caz de pericol iminent.

Trecerea, într-un sens sau altul, între un mijloc de acces și platforme, planșee sau pasarele nu trebuie să genereze riscuri suplimentare de cădere.

Lucrul temporar la înălțime trebuie efectuat numai atunci când condițiile meteorologice nu periclitează securitatea și sănătatea angajaților.

**Se interzice prezentarea la serviciu sub influența băuturilor alcoolice precum și consumul acestora în timpul serviciului.**

APG 184/31.01.2008  
Anexa nr.5

## INSTRUCȚIUNI DE SĂNĂTATE ȘI SECURITATE ÎN MUNCĂ PENTRU TÂMLAR

Bancurile de lucru vor fi bine fixate, iar pardoselile de lângă ele nu trebuie să fie alunecoase.

Pe bancurile de lucru și pe mesele de lucru nu se vor lăsa decât piesele care se prelucurează și sculele necesare operației respective.

Prelucrarea pieselor ce depășește masa sau bancul de lucru se va face prin sprijinirea pe capre sau alte dispozitive mobile.

Dacă prelucrarea lemnului produce desprinderea de așchii mărunte, se vor folosi ochelari de protecție.

În locurile unde se face prelucrarea materialului lemnos fumatul este interzis; se vor desemna locuri speciale pentru fumat la o distanță care să nu permită aprinderea rumegușului sau a pulberilor rezultate în urma prelucrării lemnului.

Montarea tâmplăriei se va face de pe schele solide. Este interzis lucrul de pe schele improvizate.

Până la fixarea definitivă a tâmplăriei, ea trebuie sprijinită prin lameți, care să împiedice răsturnarea ei.

Atât în timpul transportului, cât și în magazie, lăzile cu geamuri vor fi așezate în poziție verticală.

Tăierea geamurilor trebuie să se facă în locuri amenajate în acest scop. Deșeurile și geamurile sparte trebuie adunate și îndepărtate de la locul de lucru.

Chituiră geamurilor se face cu scule adecvate, fiind interzisă întinderea chitului cu degetele.

În cursul punerii geamurilor la luminatoare și oberlihturi, locurile deasupra cărora se execută astfel de lucrări vor fi îngrădite sau păzite, interzicându-se accesul oamenilor.

Se interzice sprijinirea scărilor mobile pe geamurile vitrinelor sau de marginile cercevelor.

Se interzice lăsarea scărilor pe roți neasigurate, și lucrul nesupravegheat pe o scară simplă sau cu roți.

Dacă lucrul temporar la înălțime nu poate fi efectuat în condiții de securitate și în condiții ergonomice adecvate, de pe o suprafață convenabilă, trebuie alese cele mai adecvate echipamente tehnice pentru a se asigura și menține condiții de lucru nepericuloase.

Trebuie acordată prioritate măsurilor de protecție colectivă față de măsurile de protecție individuală. Dimensionarea echipamentului tehnic trebuie adaptată naturii lucrării de executat, dificultăților previzibile și să permită circulația fără pericol.

Cel mai potrivit mijloc de acces la locurile de muncă pentru lucrul temporar la înălțime trebuie ales în funcție de frecvența sa de utilizare, de înălțimea ce trebuie atinsă și de durata utilizării. Alegerea făcută trebuie să permită evacuarea în caz de pericol iminent.

Trecerea, într-un sens sau altul, între un mijloc de acces și platforme, planșee sau pasarele nu trebuie să genereze riscuri suplimentare de cădere.

Lucrul temporar la înălțime trebuie efectuat numai atunci când condițiile meteorologice nu periclitează securitatea și sănătatea angajaților.

**Se interzice prezentarea la serviciu sub influența băuturilor alcoolice precum și consumul acestora în timpul serviciului.**



## INSTRUCȚIUNI DE SĂNĂTATE ȘI SECURITATE ÎN MUNCĂ PENTRU POMPIERI

Pompierii previn și combat producerea și extinderea incendiilor, salvează persoane, bunuri și mărfuri în timpul și după stingerea incendiilor și accidentelor grave.

Pe timpul îndeplinirii atribuțiilor postului pompierul este obligat să respecte următoarele măsuri minime de sănătate și securitate în muncă:

- să poarte echipamentul individual de protecție și de lucru: mască contra gazelor, ochelari de protecție, cască tip pompier, mănuși de protecție, etc.
- participă necondiționat la instructajele de specialitate;
- nu folosește improvizații de orice natură pe timpul activităților de prevenire sau intervenție la incendiu;
- acționează doar în limitele prevăzute de Planurile de protecție împotriva incendiilor aprobate, pe căile de acces-evacuare și în condițiile de securitate prevăzute în acestea, individual sau în echipă;
- pe timpul manevrării mijloacelor tehnice specifice prevenirii și/sau intervenției la incendiu să respecte instrucțiunile de folosire specificate de producător sau a prestatorului de service;
- în situațiile în care constată starea de pericol grav, comunică despre aceasta în mod operativ luând măsuri de evitarea producerii de accidentări;
- respectă semnificația semnalizării de securitate și sănătate în muncă: interdicție, pericol/alarmă, avertizare, obligație, prim ajutor;
- nu-și depășește atribuțiile prevăzute în fișa postului sau alte acte normative în vigoare.

**Se interzice prezentarea la serviciu sub influența băuturilor alcoolice precum și consumul acestora în timpul serviciului.**

## INSTRUCȚIUNI DE SĂNĂTATE ȘI SECURITATE ÎN MUNCĂ PENTRU PAZNIC/PORTAR

Portarii, paznicii și asimilații acestora asigură paza imobilelor sau altor clădiri, supraveghează zonele de parcare a autoturismelor sau proprietăților publice/private, în scopul interzicerii accesului persoanelor neautorizate sau prevenirii furtului și incendiilor, controlează documentele de acces și introduc persoanele/vizitatorii în incintele asigurate indicând traseele/zonle aprobate și libere pentru acces.

Pe timpul îndeplinirii atribuțiilor paznicul și/sau portarul respectă următoarele măsuri minime de sănătate și securitate în muncă.:

- exploatează mijloacele tehnice de supraveghere și comunicare care completează sistemul de pază și acces în obiectiv conform instrucțiunilor de folosire a producătorului. În caz de avarie se interzice intervenția, orice modificare sau improvizare pentru repunerea în funcțiune a mijloacelor tehnice; depanarea acestora se realizează de personalul specializat.
- în cazul dotării personalului cu armament, muniție și alte mijloace de intervenție și imobilizare, acesta respectă legislația în vigoare care reglementează uzul de armă și regimul armelor și munițiilor, precum și instrucțiunile de folosire a acestora, fără a produce autoaccidentări și /sau vătămări altor persoane.
- la manevrarea dispozitivelor de închidere/protecție a spațiilor și incintelor avute în consemn (uși, porți, grilaje) acționate mecanic sau electric se va avea în vedere următoarele: pe direcția de închidere să nu se afle persoane, animale sau alte obiecte; dispozitivele de prindere, împingere și/sau tragere ale ușilor, porților, grilajelor să fie în stare normală de exploatare și să nu prezinte muchii tăioase, suprafețe abrazive sau alunecoase care să ducă în timpul folosirii la diferite accidente
- locurile unde sunt dispuse posturile de lucru vor fi iluminate și aerisite corespunzător, precum și întreținute pentru prevenirea alunecărilor, împiedicărilor și altor cauze provocatoare de căderi accidentale
- purtarea echipamentului individual de protecție sau uniformei
- respectarea igienei personale prin folosirea materialelor igienico-sanitare în vederea prevenirii îmbolnăvirilor profesionale prin contact permanent cu publicul în orice condiții de timp și anotimp.

În timpul serviciului, personalul de pază este obligat;

- a) să cunoască locurile și punctele vulnerabile din perimetrul obiectivului, pentru a preveni producerea oricăror fapte de natură să aducă prejudicii unităților păzite;
- b) să păzească obiectivul, bunurile și valorile nominalizate în planul de pază și să asigure integritatea acestora;
- c) să permită accesul în obiectiv numai în conformitate cu reglementările legale și cu dispozițiile interne;
- d) să oprească și să legitimizeze persoanele despre care există date sau indicii că au săvârșit infracțiuni sau alte fapte ilicite în obiectivul păzit, pe cele

- care încalcă normele interne stabilite prin regulamentele proprii, iar în cazul infracțiunilor flagrante, să oprească și să predea poliției pe făptuitor;
- e) să înștiințeze de îndată șeful său ierarhic și conducerea unității despre producerea oricărui eveniment în timpul executării serviciului și despre măsurile luate;
  - f) în caz de avarii produse la instalații, conducte sau rezervoare de apă, combustibili ori de substanțe chimice, la rețelele electrice sau telefonice și în orice alte împrejurări care sunt de natură să producă pagube, să aducă de îndată la cunoștință celor în drept asemenea evenimente și să ia primele măsuri pentru limitarea consecințelor evenimentului;
  - g) în caz de incendii, să ia imediat măsuri de stingere și de salvare a persoanelor, a bunurilor și a valorilor, să sesizeze pompierii și să anunțe conducerea unității și poliția;
  - h) să ia primele măsuri pentru salvarea persoanelor și de evacuare a bunurilor și a valorilor în caz de dezastre;
  - i) să sesizeze poliția în legătură cu orice faptă de natură a prejudicia patrimoniul unității și să-și dea concursul pentru îndeplinirea misiunilor ce revin poliției pentru prinderea infractorilor;
  - j) să păstreze secretul de stat și cel de serviciu, dacă, prin natura atribuțiilor, are acces la asemenea date și informații;
  - k) să poarte numai în timpul serviciului mijloacele de apărare, de protecție și armament cu care este dotat și să facă uz de armă numai în cazurile și în condițiile prevăzute de lege;
  - l) să poarte uniformă și însemnele distinctive numai în timpul serviciului, cu excepția locurilor de muncă unde se impune o altă ținută;
  - m) să nu se prezinte la serviciu sub influența băuturilor alcoolice și nici să nu consume astfel de băuturi în timpul serviciului;
  - n) să nu absenteze fără motive temeinice și fără să anunțe în prealabil conducerea unității despre aceasta;
  - o) să execute întocmai dispozițiile șefilor ierarhici, cu excepția celor vădit nelegale, și să fie respectuos în raporturile de serviciu;
  - p) să execute, în raport cu specificul obiectivului, bunurile sau valorile păzite, precum și orice alte sarcini care i-au fost încredințate, potrivit planului de pază;

## INSTRUCȚIUNI DE SĂNĂTATE ȘI SECURITATE ÎN MUNCĂ PENTRU TELEFONIST

Operatorii la serviciile de telefonie stabilesc legătura telefonică între apelant și apelat, realizează comunicații cu exteriorul, transmit apelurile la distanță, înregistrează taxele de apel și mesajele, răspund șa cererile telefonice de informare.

Pe timpul îndeplinirii atribuțiilor telefonistul este obligat să respecte următoarele măsuri minime de securitate și sănătate în muncă:

- să exploateze instalațiile tehnice de comunicare conform instrucțiunilor de lucru ;
- nu intervine pentru depanarea tehnicii de comunicare în caz de avarie a acesteia; în această situație se sesizează personalul specializat sau prestatorul de servicii;
- se interzice folosirea oricăror improvizații tehnice la sistemele de comunicații;
- să respecte pauzele de lucru dacă acestea sunt prevăzute în instrucțiuni speciale, de la caz la caz și funcție de condițiile specifice de lucru;
- să participe necondiționat la examenele medicale periodice de medicina muncii și la instructajele de specialitate.

APG 184/31.01.2008

Anexa nr.9

## INSTRUCȚIUNI DE SĂNĂTATE ȘI SECURITATE ÎN MUNCĂ PENTRU CASIER

Pe timpul îndeplinirii atribuțiilor casierii sunt obligați să respecte următoarele măsuri minime de sănătate și securitate în muncă:

- să folosească conform destinației mijloacele tehnice de numărare și păstrare a valorilor respectând instrucțiunile de lucru specifice;
- manevrarea/manipularea valorilor și/sau însemnele valorice se efectuează protejat, asigurându-se igiena mâinilor, căilor respiratorii și ochilor, angajații fiind obligați ca la terminarea operațiilor specifice să folosească materialele igienico-sanitare și de dezinfecție avute la dispoziție;
- să folosească corespunzător instalațiile de ventilare și condiționare a aerului din spațiile de lucru;
- să manipuleze conform instrucțiunilor de folosire mijloacele pentru păstrarea valorilor/documentelor, tip dulap metalic, casă de bani, și/sau altele, fără să producă accidente;
- să nu folosească materiale care au conținut periculos de natură chimică sau biologică;
- să asigure normele de iluminare și aerisire a spațiilor de lucru;
- să respecte normele ergonomice și de folosire a mobilierului de birou și echipamentelor de prelucrare electronică a informațiilor.



## INSTRUCȚIUNI DE SĂNĂTATE ȘI SECURITATE ÎN MUNCĂ PENTRU INSTALATORI

Instalatorii execută lucrări de montaj la instalațiile sanitare, gaze, încălzire centrală, ventilare și condiționare, alimentare cu apă, rețele exterioare și instalații frigorifice.

Pe timpul îndeplinirii atribuțiilor instalatorul respectă următoarele măsuri minime de securitate și sănătate în muncă:

- purtarea echipamentului individual de protecție și a echipamentului individual de lucru;
- respectarea instrucțiunilor de lucru pentru montarea – demontarea instalațiilor tehnico-sanitare și gaze, intervenție și remedierea avariilor;
- se interzice folosirea sculelor, dispozitivelor și materialelor care prezintă defecțiuni, remedierea acestora realizându-se de personal specializat sau prestatorii de service;
- în cazul lucrului la înălțime se vor folosi scări și dispozitive de asigurare; zona fiind semnalizată pentru evitarea pătrunderii altor persoane neautorizate. În aceste condiții activitățile vor fi conduse / coordonate de către șeful formației de lucru;
- în cazul lucrului în spații înguste, subsoluri, se va asigura: evacuarea gazelor sau vaporilor înainte de începerea lucrului, iluminatul corespunzător, accesul și lucrul prin folosirea scărilor asigurate sau a dispozitivelor de siguranță ( centură, frânghie, scărițe, scripeți, etc.), curățirea spațiilor de lucru și ventilarea acestora;
- folosirea sudurii sau a dispozitivelor cu flacără numai în condiții de siguranță;
- nu se vor folosi materiale ușor inflamabile sau cu conținut chimic, biologic sau bacteriologic neconforme cu standardele în vigoare sau a căror termen de folosire a expirat;
- la constatarea existenței condițiilor de pericol grav se va întrerupe lucrul, se evacuează zona și se comunică situația de fapt persoanelor competente, zona fiind asigurată pentru prevenirea pătrunderii accidentale a altor persoane neautorizate;
- înainte de începerea lucrului se verifică suprafețele orizontale și se vor lua măsuri împotriva alunecărilor accidentale, iar instalațiile aflate sub presiune vor fi dezactivate și asigurate;
- după încetarea lucrului spațiile vor fi curățate, deșeurile rezultate în urma operațiunilor specifice fiind evacuate, instalațiile aflate sub presiune vor fi verificate împotriva scurgerilor și repuse în funcțiune.

Dacă lucrul temporar la înălțime nu poate fi efectuat în condiții de securitate și în condiții ergonomice adecvate, de pe o suprafață convenabilă, trebuie alese cele mai adecvate echipamente tehnice pentru a se asigura și menține condiții de lucru nepericuloase.

Trebuie acordată prioritate măsurilor de protecție colectivă față de măsurile de protecție individuală.

Dimensionarea echipamentului tehnic trebuie adaptată naturii lucrării de executat, dificultăților previzibile și să permită circulația fără pericol.

Cel mai potrivit mijloc de acces la locurile de muncă pentru lucrul temporar la înălțime trebuie ales în funcție de frecvența sa de utilizare, de înălțimea ce trebuie atinsă și de durata utilizării. Alegerea făcută trebuie să permită evacuarea în caz de pericol iminent.

Trecerea, într-un sens sau altul, între un mijloc de acces și platforme, planșee sau pasarele nu trebuie să genereze riscuri suplimentare de cădere.

Lucrul temporar la înălțime trebuie efectuat numai atunci când condițiile meteorologice nu periclitează securitatea și sănătatea angajaților.

**Se interzice prezentarea la serviciu sub influența băuturilor alcoolice precum și consumul acestora în timpul serviciului.**

## INSTRUCȚIUNI DE SĂNĂTATE ȘI SECURITATE ÎN MUNCĂ PENTRU CURIER

Personalul de manipulare și supraveghere bagaje se ocupă cu transportul și distribuirea coletelor, mesajelor și altor articole în cadrul instituțiilor, între instituții, la adrese particulare sau în alte locuri.

Pe timpul îndeplinirii atribuțiilor este obligat să respecte următoarele măsuri minime de sănătate și securitate în muncă:

- să respecte instrucțiunile de lucru privind cartonarea, clasarea și transportul coletelor și corespondenței;
- să se deplaseze pe traseele stabilite și avizate, respectând regulile de circulație ;
- să folosească mijloacele tehnice specifice curieratului ( mijloace de sortare, cartonare și transport ) conform instrucțiunilor de lucru și/sau exploatare-folosire puse la dispoziție de producător;
- să nu manevreze/manipuleze manual colete care prezintă riscuri de accidente și afecțiuni dorsolombare prin : greutate mai mare de limitele maxime; lipsa dispozitivelor de prindere; conținut periculos; instabilitate la deplasare; care necesită efort fizic intens sau prin răsuciri bruște ale trunchiului; nu necesită spațiu suficient de manevră; solul prezintă denivelări, pericol de împiedicare, sau alunecare; temperatura, umiditatea sau circulația aerului este necorespunzătoare;
- pentru manevrarea și transportul coletelor cu masă mare se vor folosi mijloace tehnice adecvate;
- să păstreze secretul corespondenței.

**Se interzice prezentarea la serviciu sub influența băuturilor alcoolice precum și consumul acestora în timpul serviciului.**



## INSTRUCȚIUNI DE SĂNĂTATE ȘI SECURITATE ÎN MUNCĂ PENTRU LĂCĂTUȘ

Pe timpul îndeplinirii atribuțiilor de serviciu, lăcătușul este obligat să respecte următoarele măsuri minime:

- uneltele de mână vor fi confecționate din materiale corespunzătoare operațiilor care se execută;
- uneltele de mână acționate electric, pneumatic sau hidraulic vor fi prevăzute cu dispozitive sigure de fixare a sculelor și cu dispozitive care să împiedice funcționarea lor necomandată;
- uneltele de mână acționate electric, pneumatic sau hidraulic, dotate cu discuri abrazive, discuri tăietoare, pânze de ferăstrău, vor fi dotate cu apărători împotriva atingerii sculei;
- cozile și mânerele uneltelor de mână vor fi netede, bine fixate și vor avea dimensiuni care să permită apucarea sigură și comodă;
- se interzice folosirea de unelte de mână improvizate, cu suprafețe de lovire deformate, știrbite și înflorite;
- toți muncitorii își vor păstra uneltele de mână în bancurile de lucru sau dulapurile de scule;
- se interzice ca în timpul lucrului să se așeze sculele pe scări mobile, schele, dulapuri, tablouri;
- muncitorul care este obligat să lase sculele din mână va avea buzunare largi în care să pună sculele.

**Se interzice prezentarea la serviciu sub influența băuturilor alcoolice precum și consumul acestora în timpul serviciului.**