



План для
Контрактных
рабочих жилых
домов



Northwest Independent
Contractors Association
145 State Highway 28 West
Soap Lake, Washington 98851
www.nicatraining.com
www.nicasafety.com



Funding and support for this project has been provided by the State of Washington, Department of Labor & Industries, Safety & Health Investment Projects.

2012 План Мер Безопасности



ПРАВИЛА КОМПАНИИ

Название Предприятия: _____

Адрес Предприятия: _____

Владелец/Прораб/Ответственный за Безопасность: _____

Сотовый Номер Телефона: _____

План по Безопасности:

Этот план по безопасности был составлен для того чтобы он был запечатанным. Это значит что вы в него заглядывали и использовали его. Для того чтобы безопасность была неотъемлемой частью работы на строительной площадке, следует часто оговаривать условия безопасности. Этот календарь предназначен и составлен для того чтобы помочь напоминать компаниям каждый месяц об их ответственности соблюдать меры безопасности и совещания о безопасности. Но ежемесячные напоминания недостаточны. Необходимо прикладывать усилия ежедневно для безопасности. Начиная с Личного Оборудования для безопасности (PPE) и включая в себя меры предосторожности про поднятии тяжелых предметов, мы побуждаем вас к тому чтобы соблюдать безопасность на рабочем месте потому-что каждый из нас желает придти домой целым и невредимым, без травм, со всеми частями тела и в порядке. Мы хотим предотвратить несчастные случаи так как они:

- Причиняют боль тем кто получает травму
- Зачастую причиняют финансовое бремя для всей семьи
- Подрывают отношения между работниками и хозяином
- Дорого обходятся работодателю
- От нас ТРЕБУЕТСЯ так поступать в согласии с Отделом Труда и Индустрии (и мы не любим когда на нас налагаются штрафы)

Этот календарь специально составлен для того чтобы помочь вашей компании отвечать требованиям Штата Вашингтон по уровню безопасности и программам в то же самое время используя минимальное количество заполнения

Ближайший Набор по Оказанию первой
необходимой помощи: _____

Обученный Персонал: _____

документов. В сущности, это считается вашим Письменным Путеводителем по предотвращению Несчастных случаев и происшествий, Личного Оборудования для Безопасности (PPE), Предотвращению ушибов от падений и План об оговаривании потенциальных опасностей. Каждый месяц, предоставляется руководство на встречи и обсуждения которые требуется обсудить и графа где ваши работники могут подписать что они получили документацию. Мы уже провели много работы для вас, но чтобы это было распознано как официальный план, вам следует пользоваться им постоянно.

- Убедитесь в том что вы ввели имя Хозяина или Прораба во всех местах где вас просят об этом
- Уделяйте внимание графам «Требуется Больше Стажировки» и оформите их для ваших работников..
- Прочитайте информационный раздел каждый месяц во время вашего еженедельного совещания и попросите ваших работников расписаться что они посетили эту встречу.
- Сохраните этот календарь после окончания года чтобы иметь документацию программы безопасности
- Копия (но не личный экземпляр хозяина) должна храниться на каждой строительной площадке для того чтобы рабочие и инспектора могли обратиться к ней.

Дискеты включенные в этот план по безопасности имеют следующее содержание:

- Глава 155: Меры Безопасности на Строительной Площадке от Отдела по Дивизии Промышленной Безопасности и Здравоохранению, Отдел по Труд и Промышленности Штата Вашингтон (L&I).
- Приложение анкет по безопасности
- Дополнительные материалы по обучению и видеоматериалы

Плакаты по безопасности от Отдела по Труд и Промышленности (L&I), комплект по оказанию первой необходимой помощи, огнетушитель также требуются на месте работы для того чтобы отвечать требованиям безопасности WAC.

На строительной площадке должна быть сохраняемая чистая вода и Санитизация (уборные) доступные для всех работников на стройке.

Ответственность Управляющего:

- Разработка и ввод состоятельной программы по безопасности легкого использования.
- Воодушевите работников думать о безопасности, предоставьте им достаточно оборудования по безопасности и также подготовку по безопасности а также предоставляйте безопасное место работы.
- Убедитесь в том что потенциальные опасности выявлены, любые несчастные случаи расследованы и исправительные меры предприняты чтобы предотвратить повторение такие случаев, условий или поведения..
- Предоставьте подготовку перед тем как вы предоставляете работу и проведите документацию об обучении.
- Убедитесь в том что каждый из работников компетентен в выполнении работы безопасно.
- Убедитесь в том что PPE доступен и часто используется работниками
- Установите правила безопасности легкие для следования и использования
- Показывайте хороший пример как следовать правилам безопасности

Обязанности Работников:

- Следуйте правилам безопасности которые установлены в рамках этой программы, стандарты безопасности и также обучение по безопасности
- Используйте собственную интуицию предосторожности и будьте ответственными за свои поступки, если что-то небезопасно то не делайте этого.
- Докладывайте все инциденты и несчастные случаи управляющему офиса несмотря на то какой сложности инцидент.
- Всегда пользуйтесь PPE в хорошем состоянии
- Не убирайте и не удаляйте никаких мер и средств предосторожности которые предоставлены для вашей защиты.
- Участвуйте в Безопасности. Побуждайте других быть в безопасности, делайте предложения управляющему руководству, будьте вовлечены в то чтобы исправлять опасные условия.

Совещания по Безопасности:

Перед тем как начинать новый проект и каждую неделю после начатия проекта, у нас будет совещание по безопасности. Это обучение обновит понимание работников о настоящих рамках



**Наберите 911 в случаях
чрезвычайных ситуаций**

безопасности и поможет повторить самые распространенные вопросы о безопасности. Дополнительные совещания по безопасности могут проводиться по необходимости чтобы продokumentировать определенные насущные вопросы о безопасности.

Отчет о потенциальных опасностях:

Любой работник который заметил что существует потенциальная опасность, должны заявить об этом руководству офиса или ответственному лицу на службе в тот момент. Запись о потенциальных опасностях должна быть произведена чтобы задокументирована запись об этом случае. Руководство или ответственное лицо которые принимают окончательное решение и действия по отношению к этому делу должен указать что опасность была устранена или же предприняты меры чтобы ограничить опасность. Копия заявления о существовании опасности должна быть предоставлена работнику который написал заявление. Оригинал должен быть переправлен хозяину и руководителю отдела.

Заявление о травмах:

Работники должны заявить о любых травмах несмотря на то если легкая эта травма или тяжелая. Только те травмы будут внесены в записи которые нуждались в медицинской помощи, они будут внесены в записи для безопасности. Копия отчета о травме L&I будет внесена в дело каждого

работника. Анкеты об отчете о полученной травме имеются на каждой строительной площадке, в дополнительном разделе приложенной дискеты. Доложите о любой потере телесных жидкостей работодателю.

OSHA300:

Если в компании более 10 рабочих за год, то нужно вести перечень всех травм и смертей за год. Это включает в себя каждое заболевание или травму полученную на месте работы. Также потеря сознания, запрет работы или больничные. Эта анкета должна быть отдана с 1 Февраля по 30 Апреля каждый год. (обращайтесь на веб-сайт <http://www.osha.gov/recordkeeping/RKForms.html>)

Расследование несчастных случаев:

Серьезные травмы или почти полученные травмы будут зафиксированы и отмечены. Письменный отчет будет составлен включая в себя изначальную травму, условия повлиявшие на несчастный случай (например: погодные условия, новобранец итд.) и рекомендации о том как предотвратить повторение такого вида несчастного случая в будущем. Если не было получения травмы, это будет отмечено в отчете. В случае смертельного исхода, возможного смертельного исхода или когда двое или больше сотрудников попали в больницу вследствие травмы, будет сообщено в L&I по номеру телефона 1-800-321-6742. Наша компания расследует отстоятельства несчастного случая с одним или более сотрудниками и мы заполним письменный отчет о наших изысканиях. Любые недостатки по безопасности будут отмечены и поправлены безотлагательно.

Процедуры по инспекции безопасности:

Наша компания посвящена улучшению безопасности. Инспекции по безопасности помогут убедиться в этом. Хозяин или руководитель завершит все требуемые инспекции чтобы убедиться в том что нет потенциальных опасностей.:

Если требуется больше обучения:

1. Заполните или повторно рассмотрите Пересмотр об Опасностях на Месте Работы чтобы отметить категорию работы которую вы выполняете
2. Проведите инспекцию по строительной площадке и заполните Список по Безопасности на Строительной Площадке в первую неделю работы и каждую неделю после этого.
3. Поместите все необходимые через L&I по адресу (<http://www.lni.wa.gov/IPUB/101-054-000.asp>)
4. Проведите обучение рабочих по оказанию первой помощи/искусственного дыхания

Weekly Job Site Inspections: – Инспекция по безопасности на Строительной Площадке-Хозяин или руководитель пройдутся по всем этапам инспекции при помощи списка который приложен на дискете. Все вопросы по безопасности должны быть разрешены в тот же день в который проведена инспекция.

Job Hazard Analysis:– Оценка Опасностей на Месте Работы-Травмы, заметки из опроса о безопасности, отчет о работниках или потенциальных опасностях потребует чтобы хозяин или руководитель провел оценку опасности на месте работы по поводу определенного вида работы или определенного задания. Задание или вид работы будет изменено как только пересмотр оценки будет сделан управляющим предприятия и хозяином предприятия. Работники получают дополнительное обучение в связи с изменениями.

Добавочное: Этот план предусмотрен для подрядчиков которые строят или делают ремонт в жилых домах и предоставляют стажировку и обучение на месте работы которое приложено в этом плане работы для своих работников. Если ваша компания занимается ремеслом сверх того что описывается в этом документе, в таком случае вы не подходите под рамки программы безопасности и требований этого плана. Более подробная информация доступна в интернете с дополнительными требованиями по адресу: www.lni.wa.gov. Вы должны придерживаться правил в этом документе и ваши работники должны быть обязательно знакомы со всеми сторонами работы чтобы отвечать требованиям во время проверки-ревизии. Мы не можем выдать гарантии что это будет отвечать всем требованиям строительства жилых домов, но в основном эти правила отвечают большинству требований.

Примечание: Эта таблица представляет общее представление о потенциальных опасностях. Чтобы отвечать особым требованиям вашей компании, вы можете подчеркнуть флوماстером то что непосредственно касается вашей компании по плану. Если вы занимаетесь нетрадиционным промыслом в вашей профессии (например: рабочие асфальтного труда работающие на покраске.), убедитесь в том что вы проводите практику именно в той линии работы которой на данный момент.

КАКИЕ ПЛАНЫ И ОБУЧЕНИЕ ДОЛЖНЫ ОБЕСПЕЧИТЬ КОНТРАКТОРЫ?	Анкета по Оценке Опасностей на Месте Работы	План по Предотвращению Несчастных Случаев	Безопасность Оборудования/Управление Автомобилем и Другим Транспортном	Огнетушитель	Лестница/Потолки	Заболевания связанные с высокой температурой	Безопасность при работе на вилке	Защита от Падений	Оборудование по личной защите	Безопасность при использовании инструмента/Основные меры безопасности в работе с электрикой	Безопасность при работе на экскаваторе и	Правильно поднимать тяжести	Переговоры о потенциальных опасностях	Защита Дыхательных путей	Оказание Первой Неотложной Медицинской Помощи
Общие Контрактники	x	x	x	x	x	x	x	x	x	x	x	x	x	x	
Работа на Экскаваторе	x	x	x		x	x	x	x	x	x	x	x	x	x	
Цементно-бетонные работы	x	x	x	x	x	x	x	x	x	x	x	x	x	x	
Работа рамы	x	x	x	x	x	x	x	x	x		x	x		x	
Стены	x	x	x	x	x	x	x	x	x		x	x		x	
Работа по крыше	x	x	x	x	x	x	x	x	x		x	x		x	
Сантехника	x	x	x	x	x	x	x	x	x	x	x	x		x	
Электрика	x	x	x	x	x	x	x	x	x	x	x	x		x	
ХВАК	x	x	x	x	x	x	x	x	x		x	x		x	
Инсуляция	x	x	x	x	x	x	x	x	x		x	x	x	x	
Постройка стен-шпаклевка	x	x	x	x	x	x	x	x	x		x	x	x	x	
Покраска	x	x	x	x	x	x	x	x	x		x	x	x	x	
Плотнические работы	x	x	x	x	x	x	x	x	x		x	x	x	x	
Установка полов	x	x	x	x			x	x	x		x	x	x	x	
Ремонт/Обновление (до строения 1978)	x	x	x	x	x	x	x	x	x	x	x	x	x	x	x

Ссылка: OSHA 1926 Subpart C - General Safety and Health Provisions

Ссылка: WAC 296-155, Часть А и Часть Б-1

Заметьте:



ПРЕДОТВРАЩЕНИЕ НЕСЧАСТНЫХ СЛУЧАЕВ

Основные Правила Безопасности:

1. Управляйте оборудованием только если вы прошли обучение как пользоваться этим оборудованием таким образом как рекомендует заводом изготовителем. Узнайте о правильном использовании ручных и автоматических инструментов. Всегда пользуйтесь соответствующим инструментом подходящим для работы.
2. Поднимайте тяжести только правильным образом: попросите помощи чтобы передвигать очень тяжелые предметы.
3. Не бросайте предметы, складывайте их осторожно
4. Вытирайте если что-то было разлито и уберите в сторону все обо что можно споткнуться как можно скорее.
5. Одевайте средства безопасности для вашей работы, это включает каску, перчатки, защитные очки и по необходимости защитные устройства для ушей. Эти предметы безопасности предоставляются нашей компанией.
6. Содержите электроприборы в хорошем состоянии, не используйте электроприборы пока стоите в воде или соприкоснетесь с водой.
7. Не курите в помещении или вблизи 25 футов от окон и дверей.
8. Вся одежда которая может быть в опасности должна быть завязана и застегнута во время работы около оборудования. Очень опасно чтобы распущенные волосы и одежда были вблизи оборудования.
9. Оружие и другие огнестрельные предметы не разрешается иметь на территории нашей компании или на строительной площадке.
10. Работа после употребления и под влиянием алкогольных напитков или наркотиков запрещена.
11. Баловство и драки запрещены.
12. Изымайте или сгибайте гвозди в дереве которые уже использовали или которые изымали из структуры.
13. Сразу же вынимайте все материалы которые передвезимые и неустойчивые из под ступенек и лесниц, проходов, пирил и платформ и так далее.
14. Не загромождайте проходы, полосы движения, пожарные выходы, этажи или лестничные площадки.
15. Не пробуйте срезать маршрут- используйте перила, поручни, лестницы, пешеходные проходы и так далее.
16. Обычные поручни должны быть установлены вокруг всего этажа работы по всем этажам и раскопки должны быть заблокированы. Согласуйтесь и свяжитесь с хозяином по поводу правильных настроек
17. Не убирайте, не снесите и не уничтожайте знаки предупреждения или загороженные участки, не устраняйте какого-либо рода ограду или защитные меры которые были предприняты для вашей же безопасности и используется другими работниками.
18. Найдите помощника для того чтобы поднимать тяжелые или громоздкие предметы чтобы не нанести травму себе и не повредить материалы.
19. Держите весь инструмент с окончания покрытия крыш, платформ и открытия и так далее.

Содержание Порядка:

20. Мусорные мешки должны быть убраны как можно скорее. Мусор может грозить опасностью и пожарной безопасности.
21. Опилки и стружки, масло и смазка не должны быть собранными подолгу. Содержание порядка является неотъемлемой частью работы.
22. Следуйте всем знакам предупреждения.
23. Убедитесь в том что вы следуете всем местным правилам по пожарной охране если вы выбрасываете отходы или мусор с площадки.
24. Соберите все химические отходы, масляные отходы и легковоспламеняющиеся жидкости в огнестойкие контейнеры герметично закрытые пока их не вывезут со строительной площадки.
25. Уберите все материалы отходов дерева, мусор и другие отходы со строительной площадки в рабочем месторасположении.

Основные Меры Обработки Материалов:

26. Часто проверяйте запасы песка, гравеля и битого камня для того чтобы предотвратить опасность добавлять или забирать больше материалов.
27. Всегда храните материалы безопасно. Завязывайте или поддерживайте кучи материалов если необходимо для того чтобы предотвратить падения, скатывание или передвижение.
28. Не храните дерево и дрова выше чем в 20 футов высотой, если вы вручную обрабатываете дерево то не складывайте выше чем в 16 футов высотой.
 - Вынимайте все гвозди с использованных отходов дерева перед тем как их складывать
 - Складывайте дерево на ровном месте и с хорошей поддержкой, так чтобы связки были стабильными и поддерживались
 - Складывайте дерево на специальных решетках для хранения чтобы дерево не было на земле. Решетки следует установить на ровном твердом месте.
 - Сложите полосы дерева крест накрест в кучки когда их складывают по 4 фута высотой или выше.
29. Не складывайте кирпичи выше чем в 7 футов высотой. Когда кирпичи сложенные достигнут высотой 4 фута в высоту, откладывайте их на 2 инча на каждый фут который вы складываете выше чем в 4 фута.
 - Никогда не складывайте кирпичи для хранения на перегородки или перила
 - Всегда складывайте кирпичи, не бросайте их в общую кучу

Основные Правила Безопасности по тому как бурить:

Проверьте оборудование для того чтобы бурить перед использованием и каждым рабочим днем по необходимости во время использования чтобы убедиться в том что все в безопасности. Уберите все оборудование для бурения которое в нерабочем состоянии.



Никогда не грузите оборудование для бурения в излишестве того рекомендованного веса который предоставлен для безопасности.

Снимите все оборудование для бурения когда оно не используется чтобы не было излишней опасности для работников площадки.

Поместите ярлыки и проименуйте все оборудование (например крючки, перила, наконечники, зажимы итд.) или другое оборудование для подъема с тем максимальной нагрузкой.

Свяжитесь с персоналом по профессиональной безопасности для большего обучения для бурения. Убедитесь в том что все привязанное для погрузки может выстоять груз и силу которые добавлены при загрузке

Выбирайте оборудование которое соответствует категории, минимальным лимитам погрузки, габаритам итд. Убедитесь что все углы осведомлены когда устанавливается сила и груз.

Используйте полосы при погрузке троса.

Для дальнейшего обучения:

1. Read: Chapter 296-24 WAC Rigging

Job Hazard Analysis
(General Example)

Date of analysis: _____ People who participated: _____

Name of Work Process	Yield type: when is it most likely to occur?	What are the possible or worst consequences?

Job Hazard Analysis (JHA)
Job title: Plasterboard installation, 1st Part Date of JHA: 3/13/2004

SAMPLE

Task or Step	Hazard	Prevention or Mitigation
Remove & sort building materials - Delivery truck backs into position - Worker must be behind truck by delivery truck	- If operator will change the used while working in a vehicle - Only vehicle operator allowed near vehicle - Remove materials away immediately if vehicle leaves sight of worker	- Worker must be behind truck by delivery truck - Only vehicle operator allowed near vehicle - Remove materials away immediately if vehicle leaves sight of worker
Load materials with single beam hoist - Load hoist with one beam hoist	- Worker must be behind truck by delivery truck - Only vehicle operator allowed near vehicle - Remove materials away immediately if vehicle leaves sight of worker	- Worker must be behind truck by delivery truck - Only vehicle operator allowed near vehicle - Remove materials away immediately if vehicle leaves sight of worker
Workers make transfer of building materials - When worker loads or unloads materials, one side of hoist must be secured	- Worker must be behind truck by delivery truck - Only vehicle operator allowed near vehicle - Remove materials away immediately if vehicle leaves sight of worker	- Worker must be behind truck by delivery truck - Only vehicle operator allowed near vehicle - Remove materials away immediately if vehicle leaves sight of worker
Laying out jobsite on deck/overhead, workers walk to materials - Workers must be behind truck by delivery truck - Only vehicle operator allowed near vehicle - Remove materials away immediately if vehicle leaves sight of worker	- Worker must be behind truck by delivery truck - Only vehicle operator allowed near vehicle - Remove materials away immediately if vehicle leaves sight of worker	- Worker must be behind truck by delivery truck - Only vehicle operator allowed near vehicle - Remove materials away immediately if vehicle leaves sight of worker

Page 1 of 1

Необходимо больше обучения:

1. Просмотр: Строительство Жилых Домов:

Безопасность Работы: Построение Стен, Работа на Крыше, просмотр в сети: www.lni.wa.gov/Safety/Traintools/Videos/Online?default.asp.

2. Дополнительно: Предотвращение несчастных случаев.ppt в сети www.lni.vi.gov/Safety/Traintools/Online/Courses/default.asp.

Январь это месяц по предотвращению травм на работе

Используйте календарь для заполнения встреч по безопасности

Понедельник	Вторник	Среда	Четверг	Пятница	Суббота	Воскресенье

Еженедельное Сопровождение по Безопасности:

Тема:		Тема:		Тема:		Тема:	
Прораб:		Прораб:		Прораб:		Прораб:	
Посетитель:		Посетитель:		Посетитель:		Посетитель:	
Посетитель:		Посетитель:		Посетитель:		Посетитель:	
Посетитель:		Посетитель:		Посетитель:		Посетитель:	
Посетитель:		Посетитель:		Посетитель:		Посетитель:	
Посетитель:		Посетитель:		Посетитель:		Посетитель:	
Посетитель:		Посетитель:		Посетитель:		Посетитель:	
Checklist:	☐	Checklist:	☐	Checklist:	☐	Checklist:	☐

Ссылка: OSHA 1926 Subpart H - Materials Handling, Storage, Use, and Disposal

Ссылка: WAC 296-155 Part A and Part F

Заметьте:



АВТОМОБИЛИ И ОБОРУДОВАНИЕ

Правила:

Наша компания будет вводит правила по:

- Введите строгие правила по использованию ремня безопасности
- Не требуйте чтобы водители ездили необычные рабочие часы или слишком далекие расстояния с которыми они не знакомы
- Не требуйте чтобы рабочие вели переговоры по телефону по поводу рабочих дел пока они управляют автомобилем
- Не требуйте чтобы рабочие вели переговоры по телефону по поводу рабочих дел пока они управляют автомобилем

Уход за автомобилями:

- Введите программу по ремонту и поддержке работоспособности автомобилей
- Предоставьте автомобили компании с наибольшей емкостью и удобством пассажиров и их защиты на дороге

Программы безопасности:

- Научите работников чтобы они применяли

стратегии опознавать усталость и отвлечения за рулем

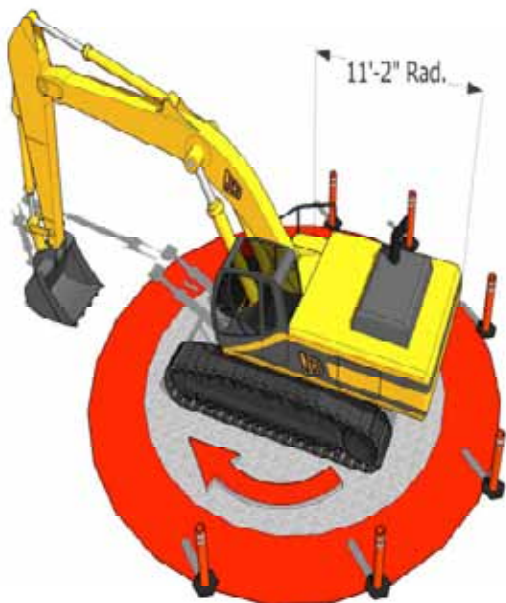
- Предоставьте обучение работникам по использованию особо-приспособленных средств передвижения или оборудование и автомобили оснащенные особым оборудованием
- Подчеркивайте работникам необходимость применять меры безопасности при вождении и в часы работы и в повседневной жизни.

Управление Автомобилем:

- Убедитесь в том что работники которым дается возможность управлять автомобилем на работе должны иметь настоящие водительские права и соответственные права по вождению именно того вида транспорта.
- Проверьте водительскую историю потенциальных работников и делайте периодическую проверку настоящих работников после найма. Продолжайте делать проверку записей о том как работники прогрессируют на работе.

Предусмотрение избежания ударов и гибели:

1. Держите рабочих подальше от радиуса удара оборудования. Это включает в себя отметку радиуса по удару конусовыми указателями или барьерами.
2. Обучите рабочих опознавать как работает оборудование, включая в себя радиус размаха и возможности, слепой угол, и другие опасности которые могут быть не так заметны новым или необученным работникам.
3. Убедитесь в том что никто не заходит в радиус размаха оборудования без того чтобы навести зрительный контакт и взять разрешения от оператора.



Работники должны:

- Использовать ремни безопасности.
- Избегать использование мобильных телефонов во время вождения.
- Не использовать текстовые сообщения СМС во время вождения.
- Избегать любых других ситуаций и дел которые отвлекают, например: кушать, пить или настраивать какие либо настройки в автомобиле второстепенной необходимости.

Безопасность Автомобилей:

- Не управлять оборудованием или автомобилем где недостает сидения или места для каждого пассажира
- Всегда сидеть на месте когда в кабине автомобиля (кроме тех случаев когда они предназначены для того чтобы ездить стоя).
- Не управляйте никаким оборудованием или автомобилем без заранее выданного разрешения начальства.
- Всегда правильно пользуйтесь ремнем безопасности.
- Всегда будьте настороже при переходе дороги пешеходами и уступайте им дорогу.
- Правильно пристегните и оберегайте все материалы которые вы перевозите.

Безопасность Оборудования:

- Всегда обследуйте ваш автомобиль и все оборудование перед каждым днем использования.
- Никогда не нагружайте или разгружайте оборудование на автомобиль пока он передвигается.
- Не разгружайте оборудование пока двигатель работает и включен, поставьте коробку передач на паркование и оберегайте груз.
- Не позволяйте чтобы кто-то еще ездил на ступеньке, подмостке, вилке, ведрах или лапате любого оборудования.
- Каждый управляющий оборудованием



должен быть опытным и знающим во всех ручных жестах и следовать им.

- Каждый управляющий ответственен за их собственный груз, чтобы он был стабилизирован и безопасен.
- Одевайте одежду высокой видимости когда работаете на дорогах или около движущегося транспорта.
- Работник должен носить каску если он работает на участке где существует риск падения предметов или где есть ведра или подъемный кран.
- Обучите работников использовать определенное оборудование используя рекомендации завода изготовителя.

Безопасность на участке работы:

Должен существовать план по безопасности в зоне работы по поводу всех автомобилей которые двигаются. В таком районе должен быть распределитель движения знаками, бочками, разделительными барьерами и конусами.

Сигналы, приспособления по движению и табло по сообщениям должны быть на месте внутри рабочей зоны и дать инструкции всем следовать плану. Разрешенные приспособления включая знаки, бочки, разделительные барьеры и конусы. Распорядители должны быть обучены и сертифицированы и одевать спец одежду которая выделяется а также материалы ANSI 107 класс 2 или 3. Водителей должны предупредить чтобы они оповещают распорядителей впереди. Они должны ОСТОПОВИТЬСЯ, с огнями, или флагами (в чрезвычайных ситуациях)

НИКОГДА НЕ РАБОТАЙТЕ ПОСЫЛАЙТЕ СООБЩЕНИЯ SMS КОГДА ЗА РУЛЁМ.

Необходимо больше обучения:

1. Составьте надлежащий список оператора для каждого вида оборудования
2. От работников с флагами требуется дополнительное обучение:
WAC 296-155-305

Работники с указателями должны посетить курс по обучению предоставленный Государственной службой.

3. Операторы по управлению вилки требуют обучение по: WAC 296-863

Рабочие по управлению вилки могут быть обучены на месте обучения квалифицированным лицом.

Посетите страницу: www.lni.wa.gov – поиск вилка.

Февраль это месяц по безопасности автомобилей и оборудования

Используйте календарь для заполнения встреч по безопасности

Понедельник	Вторник	Среда	Четверг	Пятница	Суббота	Воскресенье

Еженедельное Совещание по Безопасности:

Тема:		Тема:		Тема:		Тема:	
Прораб:		Прораб:		Прораб:		Прораб:	
Посетитель:		Посетитель:		Посетитель:		Посетитель:	
Посетитель:		Посетитель:		Посетитель:		Посетитель:	
Посетитель:		Посетитель:		Посетитель:		Посетитель:	
Посетитель:		Посетитель:		Посетитель:		Посетитель:	
Посетитель:		Посетитель:		Посетитель:		Посетитель:	
Checklist:	☐	Checklist:	☐	Checklist:	☐	Checklist:	☐

Ссылка: OSHA 1926 Subpart O - Motor Vehicles, Mechanized Equipment

Ссылка: WAC 296-155-Часть М

Заметьте:



ОГНЕТУШИТЕЛИ

Общие Меры Пожарной Безопасности:

От контрактников требуется чтобы у них постоянно была вода (1/2 инча шланг который не длинее чем 100 футов длиной) или огнетушитель который доступен когда накапливаются огневозпламеняющиеся объекты. Контракторы должны предоставить как минимум один огнетушитель на 3000 квадратных футов рабочей площадки и не должен быть дальше чем 100 футов расстояния для рабочих..

1. Знайте о месте расположения и использование огнетушителя и оборудования связанного с ним и процедура по активизированию пожарного звонка.
2. Воспламеняющиеся жидкости должны быть использованы только в маленьких количествах на месте работы и в безопасных контейнерах.

Возможно что вы встретитесь с опасностью пожара хотя бы один раз в жизни. Мы надеемся что вы прочтаете эту информацию перед тем как такая ситуация произойдет. Эта статья поможет вам в том чтобы подготовить вам в том чтобы вы были готовы использовать огнетушитель. Не пробуйте потушить пожар перед тем как позвонить или позвать о помощи. Всегда оставляйте достаточно места для выхода и прохода перед тем как выходить из помещения.

Если это произойдет, помните RACE чтобы помочь сразу среагировать на это действиями::

R = разищите тех кто в опасности если им есть угроза жизни

A = включите сигнализацию по оказанию дополн помощи

C = ограничьте пожар закрывая двери и окна

E = тушите пожар огнетушителем или уходите из этого места если слишком много огня

1. **Оцените силу пожара:** Пожар может быть разной силы и размера. В зависимости от

количества топлива, доступного кислорода и источника тепла, ваш пожар может быть разной силы, или больше или меньше. Если горит свеча вам скорее всего не понадобится огнетушитель для того чтобы потушить весь дом с одним огнетушителем.

2. **Оцените разновидность пожара:** Огнетушители выпускаются в трех разных видах: А, В и С а также два дополнительных подкласса которые встречаются реже, Д и К. Огнетушитель может состоять из разных составов, таких как вода, сухой химикат, халон, CO2 или специальная смесь.



- **Классификация А:** Подходит для дерева, бумаги и обычного размера пожара и обычно состоит из 2 с половиной галлонов (приблизительно 10 литров) воды под напором.



- **Классификация В:** Подходяще для топлива, бензина, масла, и обычные сухие химикаты. Огнетушители меньше чем емкостью в 6 паундов (фунтов) не рекомендуются.



- **Классификация С:** Подходит для пожаров связанных с электрикой и может быть их халона или CO2. Халон 1211 и 1301 очень дорогой и разрушает оболочку озонового покрытия. Халон заменен более благоприятными для окружающей среды средствами такими как FM200.



- **Классификация Д:** Используется для того чтобы тушить металлы реагирующие на воду такие как горящий магний и в форму порошка который должен покрыть материал чтобы его потушить.



- **Классификация К:** Особого назначения мокрый химикат для использования на кухне при пожаре и в жарящих печах.



P разищите тех кто в опасности если им есть угроза жизни

A включите сигнализацию по оказанию дополн помощи

C ограничьте пожар закрывая двери и окна

E тушите пожар огнетушителем или уходите из этого места если слишком много огня

P PULL THE PIN - Break the seal and test extinguisher

A AIM AT THE BASE OF THE FIRE - ensure that you have a means of escape.

S SQUEEZE THE HANDLE - To operate extinguisher and discharge the agent.

S SWEEP FROM SIDE TO SIDE - Completely extinguish the fire.

Fire Extinguisher Chart

Огнетушитель		Вид Огня					
Цвет	Вид	Твердые предметы: дерево, бумага, ткань итд.	Воспламеняющиеся Жидкости	Воспламеняющиеся Газы	Электрическое Оборудование	Масло для Приготовления и Жиры	Особые пометки
	Вода	✓ Да	✗ Нет	✗ Нет	✗ Нет	✗ Нет	Опасно если используется при «жидких огнях» или при живом электричестве
	Пена	✓ Да	✓ Да	✗ Нет	✗ Нет	✓ Да	Не практично для бытового использования
	Сухой Порошок	✓ Да	✓ Да	✓ Да	✓ Да	✗ Нет	Безопасное пользование до 1000 v
	Карбон Диоксид (CO2)	✗ Нет	✓ Да	✗ Нет	✓ Да	✓ Да	Безопасно при высоком и низком напряжении
	Halon	Заметка: Использование огнетушителя халона не рекомендуется для использования на дому но он тушит пожар быстро и может быть использован для всех видов пожарных ситуаций.					

Многие огнетушители работают по классификации пожаров: Вам следует будет принять решение о том какого вида пожар может вспыхнуть и убедиться в том что ваш огнетушитель подходит к использованию для соответственного вида пожара который вы стараетесь потушить. Сухой химикат ABC широкого использования (10 паундов огнетушитель) будет подходящим для большинства пожаров.

3. Подготовьте огнетушитель: Почти все огнетушители имеют булавку безопасности на рукоятке огнетушителя (обычно она выглядит в виде пластмассового или металлического кольца указанный красным цветом и которая крепится пластиковой крышкой). Это может отличаться в зависимости от вида огнетушителя. Убедитесь в том что вы знакомы с тем как пользоваться огнетушителем. Вы должны сломать булавку безопасности от рукоятки перед тем как выжимать содержимое из огнетушителя. **Цельтесь в самую середину пожара:** Тушить само пламя не имеет смысла так как вы не тушите сам источник пламя и вы только теряете действенность огнетушителя.

Март это месяц по умению использовать огнетушитель

Используйте календарь для заполнения встреч по безопасности

Понедельник	Вторник	Среда	Четверг	Пятница	Суббота	Воскресенье

Еженедельное Сопровождение по Безопасности:

Тема:		Тема:		Тема:		Тема:	
Прораб:		Прораб:		Прораб:		Прораб:	
Посетитель:		Посетитель:		Посетитель:		Посетитель:	
Посетитель:		Посетитель:		Посетитель:		Посетитель:	
Посетитель:		Посетитель:		Посетитель:		Посетитель:	
Посетитель:		Посетитель:		Посетитель:		Посетитель:	
Посетитель:		Посетитель:		Посетитель:		Посетитель:	
Checklist:	☐	Checklist:	☐	Checklist:	☐	Checklist:	☐

Ссылка: OSHA 1926 Subpart F - Fire Protection and Prevention

Ссылка: WAC 296-155-Часть D

Для дальнейшего обучения:

- 1. Watch:** Просмотр Фильма www.fireextinguishers.com и используйте все возможные варианты тренировки или.
- Посмотрите фильм «Использование Огнетушителя» на интернет-странице: www.lni.wa.gov/Safety/Traintools/Online/Courses/default.asp

Заметьте:



ЛЕСТНИЦЫ, ЭТАЖИ И ПОДМОСТКИ



Основные Меры Безопасности на Лестницах:

- Перед использованием проверьте если есть видимые повреждения.
- Не красьте лестницы кроме того чтобы их пронумеровать.
- Не используйте лестницы в целях крепления, рабочих участков или любых других предназначений кроме того чтобы взбираться по ней.
- Когда вы поднимаетесь или спускаетесь по лестнице, не несите с собой предметы которые не дадут вам возможности держаться крепко обоими руками за перекладину.
- Всегда будьте лицом к лестнице когда поднимаетесь или спускаетесь.
- Если вы ставите лестницу перед дверью то забарикадируйте проход чтобы никто не пользовался этой дверью и повесьте табличку или вывеску.
- Только одному человеку следует быть на лестнице одновременно.
- Не прыгайте с лестницы когда спускаетесь.
- Все соединения между лестницей и креплением и узлы должны быть натянутыми плотно
- Подножки безопасности должны быть в хорошем состоянии и на месте
- Кольца должны быть чистыми, незагрязненными смазкой или маслом.
- Кольца должны быть чистыми, незагрязненными смазкой или маслом.

Ступеньчатые лестницы:

- Не складывайте инструмент или строительные материалы на ступеньки или платформу лестницы.
- Не используйте две верхние ступеньки лестницы в качестве ступеньки чтобы стоять на них.
- Всегда ставьте все четыре ножки лестницы и защелкните металлическое крепление лестницы.
- Не используйте ступеньчатую лестницу в качестве прямой лестницы.

Прямые и раздвижные лестницы:

- Все прямые и раздвижные лестницы должны быть как минимум 3 фута длиной за пределами предметов

поддерживающих другие предметы чтобы иметь доступ к приподнятой площади работы.

- После того как приподнимается раздвижная часть двух или трех лестниц до той длины которая необходима, проверьте чтобы убедиться в том что крепления безопасности закреплены.
- Все раздвижные или прямые лестницы должны быть закреплены или завязаны сверху.
- Все лестницы должны быть оснащены с подножками безопасности (не скользящими).

ЭТАЖИ:

- Этажи со второго этажа и выше перед тем как балки выставлены перед верхними этажами для поддержки.
- Даже временно установленные этажи должны иметь подножки не менее чем 30 дюймов в сторону и раздвинуты до как минимум 22 дюймов шириной интервалами по 12 футов или меньше в вертикальном направлении.
- Ступеньки должны быть установлены между 30 до 50 градусов горизонтально.
- Этажи, подъемы и лестницы должны быть предоставлены на всех этапах где есть перерывы в подъеме 18 дюймов или выше происходит там где очень большое движение около входа или выхода.
- Деревянные подножки не должны забиваться в балки в стене чтобы предоставить доступ на крышу или другой участок работы.
- Разница в подъеме или глубине болта должно быть не глубже чем 1/4 дюйма.
- Следует установить основу платформы везде где есть дверные косяки или ворота, открытие и закрытие дверей и ворот не должно понизить ширину платформы не менее чем 20 дюймов
- Следует избегать условий при которых лестницы ни в коем случае не могут быть скользкими перед их использованием.
- Ступеньки должны быть приспособленными пирамидами и поручнями на обоих сторонах лестницы чтобы можно было спускаться и подниматься по ступеням, как минимум 3 дюйма между поручнями и другими предметами.
- Лестничная площадка на которой четыре или больше

лестниц или подъемом в 30 дюймов или выше, если один из них меньше, будет приспособлен как минимум с одной стороны перилами (не больше чем 37 дюймов и не менее 36 дюймов о верхней поверхности) которые имеют стойкость выстоять 200 паундов, и должны быть перила на каждой стороне которая не защищена.

- Средние перила, рамы, вертикальные перила или другие похожие материалы фундамента, предоставленные между верхними перилами лестничной клетки.
- Системы перил и поручней должны быть отчищены и гладкими чтобы предотвратить несчастные случаи для работников чтобы не было травм или ожогов и всадин, а также чтобы не порвать одежду.
- Мостики должны быть использованы для доступа до 18 дюймов шириной и не более покатистым чем под углом в 20 градусов.

ПОДМОСТКИ:

- Перед тем как начать работу на подмостках, проверьте следующее:
 - A. Все ли поручни, доски под ногами и обочины закреплены и тверды?
 - B. Все ли замыкающиеся булавки на местах?
 - C. Все ли колеса на подмостках закреплены?
- Не пытайтесь получить доступ к подмостку взбираясь на него (кроме если особенно подмосток устроен для этой цели)
- Каждый уровень этажа подмостка должен быть обит досками
- Подмостки и их содержание должны быть способны поддерживать вес в 4 раза больше чем предусматривается
- Используйте дополнительную защиту от падений если работаете на высоте выше 10 футов.
- Если подмостки с дефектом или нуждаются в ремонте то сразу же займитесь их ремонтом или заменой.

Каждое крепление уровня должно быть полностью закреплено, не более чем 1 дюйм зазора между досками. Только используйте доски которые предназначены для этого пользования или его эквивалент.

Доски должны выходить с концов не меньше чем на 6 дюймов но не более чем 12 дюймов кроме тех случаев когда они пригвождены или каким то образом пристегнуты. Всегда обводите доски в одну и ту же сторону

Платформы креплений должны быть как минимум 12 дюймов в ширину на лестничной площадке и верх креплений. Все другие платформы креплений. Все остальные крепления и проходы должны быть 18 дюймов в ширину кроме того когда особые есть исключения или указания.

Все крепления должны быть поставлены ровно и стойко, на четком фундаменте чтобы выстоять вес груза. Отверстия для грязи должны выходить на 9 дюймов в каждую сторону дальше от подставки для ног.

Не используйте отходы дерева, куски цемента или плиты, или кирпичи чтобы подставить или выровнять крепление. Когда нужно, используйте тяжелые куски дерева для крепкой работы чтобы обезопасить работу.

Не меняйте и не убирайте крепления кроме того чтобы вам дали разрешение.

Рассмотрите перекладины крепления регулярно. Выбрасывайте и замените треснувшие или поломанные перекладины сразу.

Проверьте металлические перекладины и крючки на креплениях. Замените неровные, искривившиеся и согнутые перекладины. Не операйтесь дальше на поручни и перекладины. Перенесите крепления если это необходимо.

Не перегружайте крепления материалами или рабочими.

Убедитесь в том что открытые стороны и платформы по 4 фута или более имеют перила.

Не уведите крепление дальше чем 14 дюймов от стены.

Помните:

- обезопасьте лестницу снизу и сверху
- лестница должна идти дальше чем 3 инча после окончания поверхности
- следует соблюдать ограничения веса по каждому виду лестницы
- лестницы которые раздвигаются следует использовать по пропорциям 4:1

Совет: поставьте ноги у низа лестницы и разомните руки чтобы проверить пропорцию 4:1.



Для дальнейшего обучения:

1. Те кто работает над и использует постоянно в работе то пожалуйста проверьте WAC-296-874 полностью
2. Просмотр Фильма «Не поддайтесь на то чтобы упасть» на предоставленном диске или на интернете: www.lni.wa.gov/Safety/TrainTools/Videos/Online/default.asp
3. Проект: Попросите каждого работника установить лестницу и закрепить ее на верхней стороне и снизу. Проверьте чтобы были пропорции 4 к одному и что лестница раздвигается на 3 фута длинее.

Апрель это месяц по использованию лестниц, отвесных перекладин и балок

Используйте календарь для заполнения встреч по безопасности.

Понедельник	Вторник	Среда	Четверг	Пятница	Суббота	Воскресенье

Еженедельное Совещание по Безопасности:

Тема:		Тема:		Тема:		Тема:	
Прораб:		Прораб:		Прораб:		Прораб:	
Посетитель:		Посетитель:		Посетитель:		Посетитель:	
Посетитель:		Посетитель:		Посетитель:		Посетитель:	
Посетитель:		Посетитель:		Посетитель:		Посетитель:	
Посетитель:		Посетитель:		Посетитель:		Посетитель:	
Посетитель:		Посетитель:		Посетитель:		Посетитель:	
Checklist: ☐		Checklist: ☐		Checklist: ☐		Checklist: ☐	

Ссылка: OSHA 1926 Subpart L - Scaffolds; 1926 Subpart X - Ladders

Ссылка: WAC 296-876 Лестницы: 296-155 Часть К Лестничные площадки и 296-260 Полы

Заметьте:



ЗАБОЛЕВАНИЯ ОТ ПЕРЕГРЕВАНИЯ, СОЛНЕЧНОГО УДАРА

Письменная Программа по заболеваниям от перегревания:

С 1 Мая по 30 Сентября каждого года, наша компания выделяет план по тому как предоставлять работу на улице по следующим критериям:

- 77 градусов- Когда вы одеваете два слоя одежды-включая куртку, кофту и комбинизон.s.
- 89 градусов- Для всех других видов одежды.

Когда правила о работе в жарких погодных условиях входят в эффект:

- Работодатели должны предоставить достаточное количество воды и поощрять рабочих кто работает в жарких погодных условиях пить воду регулярно, даже если нет жажды, желательно каждые 15 минут пить небольшое количество воды чем редко пить большое количество воды после того как потеть часами.
- Работодатели должны научиться распознавать симптомы заболевания вызванного перегреванием на солнце..
- Осведомите рабочих о том что им следует избегать употребления алкоголя или напитков с содержанием кофеина перед или во время работы в жаркие дни погоды.
- Старайтесь выполнять самую тяжелую часть работы в более прохладное время рабочего дня.
- Привыкнуть работать в жаркую погоду может занять время. Позвольте работникам акклиматизироваться. Начните с более легкой работы и потом наберите темп.
- Наденьте более легкую, необлегающую одежду светлого цвета через которую легко дышать например хлопчатобумажную, а также головной убор.
- Позвольте работникам брать регулярные перерывы чтобы уйти в тень от солнца. Распахните или расстегните верхнюю одежду которая не позволяет охладиться.
- Следите за тем чтобы у рабочих не было солнечного удара. Это особенно важно для тех кто не привык быть на солнце и в жаркой погоде, те кто

возвращается с отпуска и все рабочие которые работают во время жаркой погоды.

- Если перегрев повлиял на учащенное сердцебиение или же заставляет их глубоко дышать и им не хватает воздуха, если есть головокружение, слабость или потеря сознания или памяти, им следует немедленно ПРЕКРАТИТЬ все дела и перейти в прохладное помещение или хотя бы тень и отдохнуть.

Два главных последствия находясь под солнцем это солнечный удар и изнеможение. Изнеможение, если не поправлено может привести к смертельной опасности солнечного удара. Солнечный удар очень опасен и часто приводит к смертельному исходу. Если у рабочих симптомы, всегда воспринимайте это всерьез и попросите чтобы они отошли в тень и отдохнули и остыли перед тем как вернуться на место работы. Оставайтесь с ними. Если симптомы ухудшатся или если работник не приходит полностью в себя в течении 15 минут, позвоните в службу 911 и попросите его перевести и проверить с помощью медицинского персонала. Не оттягивайте с транспортировкой

Солнечный удар и изнеможение? Как определить? Самая главная опознавательная причина это когда человек умственно сконфужен и не полностью осознает где он. Это происходит со всеми жертвами солнечного удара.

Вы можете задать 3 вопроса:

- Как вас зовут??
- Какой сегодня день недели?
- Где мы находимся?

Если человек отвечает неверно, то это указывает на солнечный удар.

Каковы симптомы изнеможения или солнечного удара?

Симптомы изнеможения:

- Сильное потение
- Изнеможение и слабость
- Потеря сознания/головокружение

- Бледность
- Головная боль
- Неуклюжесть/головокружение
- Тошнота или рвота
- Раздражительность

Симптомы солнечного удара:

- Потение может быть и может и не быть
- Красная или налитая, горячая сухая кожа
- Сконфуженное состояние или непонятное, абсурдное поведение
- Конвульсии перед или после охлаждения
- Падение в обморок
- Тяжелое дыхание, частое дыхание
- Быстрый, учащенный пульс
- Замечание: может напоминать симптомы инсульта.

Что следует делать если кто-то получил изнеможение или солнечный удар?

Изнеможение:

- Переместите рабочего в прохладное место, тенистое место для отдыха, не оставляйте его одного.
- Расстегните или распахните тяжелую одежду которая не дает охладиться.
- Дайте прохладную питьевую воду, или же приложите холодное полотенце на кожу чтобы помочь остыть.
- Процесс охлаждения должен быть быстрым. Если состояние не улучшается, то позвоните в службу 911.
- Больше не подвергайте рабочего жаркой погоде в этот же день. Попросите чтобы они отдохнули и продолжали пить холодную воду или напитки.

Солнечный удар (медицинская помощь):

- Немедленно вызывайте помощь, позвоните в службу 911 и перевезите их как можно скорее.
- Переместите работника в прохладное место или тенистое место и снимите одежду которая не пропускает воздух.
- Каждая секунда ценна-сразу же охладите работника любыми методами. Например, погрузите работника в ванную холодной воды или душ. Можно прохладной губкой охладить работника или полить его садовым



шлангом для полива газона. Если влажность низкая то оберните работника в прохладное, мокрое одеяло или простынь. Продолжайте охлаждать их пока не приедет скорая медицинская помощь.

- Если скорая медицинская помощь запаздывает с приездом, позвоните в больницу, в отдел скорой помощи для дальнейших указаний.
- Не давайте воды работнику пока вам не дадут таких указаний от медицинского персонала.



Рабочая этика чтобы избежать изнеможения от жаркой погоды:

- позвольте рабочим привыкнуть к жарким погодным условиям постепенно увеличивая подверженность им в течении 5 рабочих дней
- предоставьте рабочим много жидкостей и холодной воды чтобы это было удобно в видимых доступных местах близко к их рабочему участку. Поощряйте их пить воду!
- запланируйте работу на более прохладной части здания в определенные часы рабочего дня, по времени года.



Для дальнейшего обучения:

1. Для дальнейшего обучения начальства:
Просмотрите фильм ОНЕ обучение Начальства 2008 года на интернет-странице www.Ini.wa.gov/Safety/Traintools/Online/Courses/default.asp
2. Для дальнейшего обучения работников:
Просмотрите фильм ОНЕ обучение Рабочих 2008 года на интернет-странице: www.Ini.wa.gov/Safety/Traintools/Online/Courses/default.asp

Май это месяц по предотвращению заболеваний из-за жаркой погоды

Используйте календарь для заполнения встреч по безопасности.

Понедельник	Вторник	Среда	Четверг	Пятница	Суббота	Воскресенье

Еженедельное Совещание по Безопасности:

Тема:		Тема:		Тема:		Тема:	
Прораб:		Прораб:		Прораб:		Прораб:	
Посетитель:		Посетитель:		Посетитель:		Посетитель:	
Посетитель:		Посетитель:		Посетитель:		Посетитель:	
Посетитель:		Посетитель:		Посетитель:		Посетитель:	
Посетитель:		Посетитель:		Посетитель:		Посетитель:	
Посетитель:		Посетитель:		Посетитель:		Посетитель:	
Checklist:	☐	Checklist:	☐	Checklist:	☐	Checklist:	☐

Ссылка: WAC 296-62-09013 до 296-62-09560

Заметьте:



ПРАВИЛЬНО ПОДНИМАТЬ ТЯЖЕСТИ

Правильным образом поднимать предметы:

Вступление: Большинство из нас забываем о том насколько большую роль играет наша спина для того чтобы наслаждаться обычной, повседневной жизнью, счастливой успешной жизнью. На самом деле, спина играет важную роль и содержит одну из наиважнейших групп мускулов и суставов в нашем теле, а также спинной хребет который связан с позвоночником и дисками. Каждый кто работает в сфере строительства должен конечно поднимать вес и материалы и предметы чтобы переносить их с одного места на другое. Повреждение спины может быть постепенным: большое число маленьких повреждений ведут к большим проблемам. Поэтому, очень важно помнить ключевые элементы в том как правильным образом поднимать предметы.

Подготовка к поднятию предметов:

- Необходима ли вам помощь? Попросите о помощи! (или больше людей больше оборудования по поднятию тяжестей)
- Необходимо ли вам сделать упражнения перед тем как поднимать груз??
- Определите ограничения веса.
- Определите ваши возможности поднять груз.
- Оденьте перчатки на руки если поверхность груза огурубевшая
- Оденьте безопасную обувь
- Убедитесь в том что у вас достаточно места для прохода

Поднятие Груза:

Поместите груз равномерно между ногами на ширине плеч. Не сгибайтесь на уровне бедер. Всегда нагинаясь вместе с вашими ногами, не со спиной. Присядьте на корточки чтобы приподнять и понизить и потом опустить. Держите вашу спину прямой. Поднимайте груз вашими ногами (вы сможете почувствовать как ваши мускулы в ногах напрягаются при поднятии груза).

Держите груз близко к туловищу.

(Обнимите руками предмет который вы поднимаете.) Держите ноги врозь, сотрясая их если возможно.

Передвижение Груза:

- Держите вашу спину в вертикальном положении.
- Держите груз как можно ближе к себе.
- Натяните вашу спину и приподнимайтесь начиная с головы.
- Никогда не делайте рывок вперед и не сгинаяте ваше тело- если вам необходимо повернуться, поворачивайтесь вашими ногами, не туловищем.
- Когда вы опускаете груз, согните колени и держите вашу спину прямой.
- Одевайте обувь с нескользкими подошвами.

Помните о том чтобы постоянно следовать этим предписаниям того как поднимать груз и тогда вы дадите вашей спине возможность передохнуть вместо того чтобы переломить вашу спину.

Помните: Единственное что вам удастся доказать поднимая больше чем вам следует так это то что ваша спина-непригодная замена для вилки поднятия груза. Обдумайте все перед тем как поднимать груз-каждый раз.

Обстоятельства сопутствующие повреждению спины:

- Поднятие груза с согнутой спиной.
- Нагинаясь и тянуться с согнутой спиной.
- Сидеть сутулясь.
- Движения с излишними рывками или изгибанием
- Недостача отдыха.
- Излишний вес и плохое питание.
- Работа или привычки вызывающие стрессовое состояние.

Контроль на повышенному риску на рабочем месте=Эргономика:

Контролируйте методы и изменения на рабочем месте по инструментам, процессе работы, поведение рабочего чтобы снизить количество или уровень риска травмы. Этот метод можно показать как разрешение проблемы чтобы было намного меньше риска повредить спину.

Большинство методов подходят в три категории:

Контроль инженерства:

это физические изменения или же разные виды станций для работы, инструменты и так далее и тому подобное. Пример был бы использование трака вручную чтобы не поднимать груз лично.

Административные контроли: Этот метод можно показать как разрешение проблемы чтобы было намного меньше риска повредить спину. Большинство методов подходят в три категории:

Обучение: Включает в себя дать обучение и образование работникам и хозяинам а также прорабам о потенциальном риске спине и ручной работе. А также из причинах, симптомах, предотвращении и лечении. Обучение также может включать в себя технику того как поднимать тяжести. Пройдите стажировку как правильно поднимать груз и работников которые распоряжаются рабочей силой. (оборудованием или инструментом).



Наилучший ход действий: Обычно включает в себя совмещение трех методов контроля. Например, вы можете найти помощь в механическом поднятии которое могло бы заменить предыдущий метод по поднятии вручную, но кроме случаев когда работники получили обучение в том как использовать новое приспособление и его преимущества, они могут пользоваться им неправильно или вообще не пользоваться.

Best Practices for to Reduce Back Injuries:

Lifting Header Beams	• Use a boom truck to lift and position beam. • Deliver beam near final location & use a crank/power lift.
Lifting Wall Sections	• Use wall jacks or pneumatic lifter. • Use a boom truck for wall sections > 10 ft tall.
Lifting Material	• Train on proper lifting(walk-up loads from ground, keep close to body, avoid twisting).
Installing Carpet	• Use a carpet stretcher, only use kicker when necessary. • Push carpet roll, cut carpeting to room size in garage or driveway. • Use two people or a hand truck if equipment is too heavy. • Provide and enforce use of knee pads.
Hardwood Floor Installation	• Training to alternate body posture and activities. • Training to take frequent mini-breaks to stretch muscles.

Июнь это месяц по правильному подъёму веса

Используйте календарь для заполнения встреч по безопасности.

Понедельник	Вторник	Среда	Четверг	Пятница	Суббота	Воскресенье

Еженедельное Сопровождение по Безопасности:

Тема:		Тема:		Тема:		Тема:	
Прораб:		Прораб:		Прораб:		Прораб:	
Посетитель:		Посетитель:		Посетитель:		Посетитель:	
Посетитель:		Посетитель:		Посетитель:		Посетитель:	
Посетитель:		Посетитель:		Посетитель:		Посетитель:	
Посетитель:		Посетитель:		Посетитель:		Посетитель:	
Посетитель:		Посетитель:		Посетитель:		Посетитель:	
Checklist:	☐	Checklist:	☐	Checklist:	☐	Checklist:	☐

Ссылка: WAC 296-155, Part A

Заметьте:



Для дальнейшего обучения:
1. Activity: Practice proper lifting techniques



ЗАЩИТА ОТ ПАДЕНИЙ

Компетентный Работник по Предотвращению Падений:

Это является письменным планом по предотвращению падений!:

Падения являются главной причиной смертности на месте работы на стройке. Многие рабочие думают что это их не касается и что это с ними этого никогда не произойдет и поэтому они не используют специального оборудования чтобы защитить себя от такого риска. Но большинство из нас знают кого-то кто пострадал или погиб на месте работы из-за падения. **Не позволяйте чтобы это произошло с вами.**

Наш план по предотвращению падений на строительной площадке довольно прост и не покрывает другие дополнительные меры которые могут быть предприняты. Но эти меры легко использовать в большинстве сфер строительства. Дополнительные советы и оборудование рекомендуются на интернете. Если вы используете процессы работы или оборудование не упомянутые в этом плане то вы должны получить обучение по этой особой линии работы.

Основные пункты:

В Штате Вашингтон требования по защите от падений введены когда вы находитесь на высоте в 4 фута или выше на поверхности земли или когда вы на поверхности по работе или передвижению (любая поверхность в 45 на 45 инчей в любую сторону). Все отверстия которые могли бы повлечь падения (двери, окна, балконы) необходимо к ним прикрепить поручни от 39 до 45 инчей в высоту с средним поручнем и доской для пальцем ноги. Любая дыра вне зависимости от расстояния падения, что работники могли бы упасть через или в дыру, если не закрыть ее затычкой которая может поддерживать вес в два раза больше чем то какому весу подвергается крышка и надпись на ней. Поручни в 39 до 45 инчей с средними перилами и доской для ног также могут оберегать от дыр.

Под правилом OSHA 29 CFR 1926.501 (b)(13), работники которые работают над жилыми проектами в 6 футов или выше над нижним уровнем должны быть защищены обычными приспособлениями от падения (другими словами, системой перил, системой сети по безопасности, личной система защиты) или другие приспособления разрешенными по закону 1926.501 (b) (Хотя стандарты не указывают на конкретную систему по защите, OSHA допускает правильно используемую систему в согласии с системой по личной защите таким образом приспособленную чтобы человек не мог получить травму.) Если работодатель может продемонстрировать что требуется защита по закону 1926.501 (b) (13) и если это невозможно или это предоставляет еще больше угрозу, следует тогда внести письменный план который отвечает требованиям 1926.502 (k).

При возможности падения с 10 футов высотой, вне зависимости от поверхности рабочего места или же на крыше, следует использовать систему защиты. В целях этого плана, мы только используем систему защиты прикрепленную якорем временными или постоянными скобами. Компетентный человек должен установить эти скобы. Вы будете обучены по особенному бренду и фирме которой пользуется компания.

Есть многие особые виды предметов к Правилам по защите от Падений. Если вы выполняете вид работы при котором что-то меняется или вы не знакомы с чем-то, спросите компетентного работника или хозяина чтобы вас обучили пользоваться нововведением или новым оборудованием.

Система Безопасности Сборки и Технического Обслуживания:~

Система по защите от падений будет собрана и поддержана согласно инструкциям от завода изготовителя при использовании системы завода изготовителя. Копию таких инструкций должна

храниться на строительной площадке. Любая система будет использоваться согласно руководству WAC 296-155 Часть C-1. Сборка и техническое обслуживание оборудование которое специфическое для определенного вида работы такие как компоненты оборудования, установка системы, точки соприкосновения якорей, участки где система безопасности особенно подвергается риску повреждения указаны ниже:

Стандарты Поручней должны:

- Быть 39-45 инчей над поверхностью рабочего пространства над поручнями с серединой и установленной доской внизу.
- Должны выдерживать как минимум 200 фунтов (паундов) давления на верху поручня в любую сторону направления.
- Не иметь особого отклонения от центра притяжения.
- Быть обследованны регулярно чтобы проверить нет ли каких-либо повреждений или отсутствующих частей и компонентов.
- Заметьте: Поручни не дают достаточной защиты чтобы защитить человека стоящего на лестнице, коробке или другой поверхности над рабочим пространством.

Подушка по защите от ушибов при падении:

- Должна иметь наконечник якоря которые могут поддерживать вес размером до 5000 фунтов кроме случаев когда используется оборудование по снижению падения установлено которое ограничивает дистанцию падения до 2 футов высотой, в этом случае якорь с нагрузкой в 3000 фунтов может быть использован.
- Свободное падение не должно привывать 6 футов.
- Нижние этажи не должны соприкасаться во время падения.
- Веревки по предотвращению падений должны быть вывешены для того чтобы предотвратить ущерб потертости.
- Крючка не должны быть присоединены друг к другу или к углам или кругам паутины.
- Проверьте все компоненты чтобы определить есть ли деформация или разложение.



**Для скорой помощи наберите 911.
Узнайте адрес рабочего места
для диспетчера.**

Покрытие или Крепления должны:

- Быть достаточным чтобы выдерживать вес размером в два раза вес работника и оборудования которое будет на нем одновременно или же в два раза вес который выдерживает ось самого крупного автомобиля который будет пересекать его.
- Быть защищенным и предотвратить случайность неправильно положить его.
- Быть обозначенным словами «Покрытие» или «Дыра».

Если член рабочей бригады пострадал в следствии падения, начальник должен оценить состояние работника и организовать оказание первой необходимой помощи. Также, следует вызвать скорую помощь по необходимости. Если работник получивший травму не может вернуться на нижний этаж, его следует принести на нижний этаж попросив об этом медицинских работников скорой помощи. Следующее оборудование доступно на строительной площадке чтобы спустить травмированного работника на нижний этаж: дополнительные веревки, лестницы и оборудование.



ОБОРУДОВАНИЕ ПО ЛИЧНОЙ ЗАЩИТЕ

Письменный план по Личной Безопасности (PPE):

Общее описание Оценки Опасности на Работе для тех видов работ где работа идет над одним домом для одной семьи, предписание для работы над жилыми домами обычно используется благодаря таблице оборудования личной защиты (PPE) (смотрите дискету). Если вы занимаетесь другими видами работ которые не входят в ваш диапазон работы обычно, возможно следует добавить дополнительные меры безопасности. Но, обычно все проекты работы будут совпадать и попадать под одну из категорий этих таблиц.

Использование, ремонт и чистка:

Наша компания предоставляет оборудование Личной Безопасности (PPE) которое предоставляется для работы. Работникам выдается по одному экземпляру Личного Оборудования и требуется чистить и хранить оборудование в постоянном и безопасном месте.

Что касается оборудования одноразового использования предоставляется и хранится в грузовике прораба или хозяина.

Следуйте инструкциям завода изготовителя по эксплуатации и заботе Подушки Личной Защиты.

Следуйте Плану по рекомендации использования, чистке и хранении противогазов.

Основные процедуры чистки касок, очков безопасности, наушников, перчаток и ботинок чтобы отчистить пыль и грязь

Личное Оборудование по Защите Согласно Профессии.													
Использ Инструмента кот выделяет стружку или опилк													
Использ любого вида Наган или Крепление													
Использ любого вида пилы													
Работа около строймат- ериалов передвижн или доставленных													
Покраска слоя, краски или покрытия													
Работа вокруг подъемного крана или грузовиков													
Работа на высоте 10 футов и выше с риском паденияу													
Работа с химикатами (включая асфальт) которые могут брызгать в глаза или кож													
Работа с химикатами (асфальт) которые могут просочиться через ботинки													
Работа над прокладкой в любой форме													

были счищены щеткой и хранить их в сухом, чистом месте. Если необходимо, используйте теплую воду, сполосните тщательно и высушите тщательно перед использованием. Замените изношенное или неподходящее оборудование
Программа по предотвращению потери слуха:

Наша компания будет делать проверку по тому насколько шум влиять на рабочих или использовать материал чтобы определить когда шум равняется или превышает дозволенное количество 85 DBA TWA8 (время предоставленное на протяжении 8 часов).

Мы понизим количества шума которое действует на них, используя доступные материалы (глушители, щиты итд), где это достигает или привышает 90 dBA TWA8.

Мы убедимся в том что работники одевают необходимые защитные средства которые предоставят достаточную защиту когда на них влияет действие:

- 85 dBA TWA8 (доза шума, представляя в среднем подвержение шуму на протяжении 8 часов).
- 115 dBA (медленного ответа уровень звука по уровню вычисления, опознавая кратковременные шумы и подвержение им).
- 140 dBC (ускоренного отклика уровень измерения звука, устанавливая почти сразу подвержение шума).

Наша компания предоставляет работникам все необходимые виды защиты слуха:- ассортимент включает в себя по крайней мере 2 отличительных вида (такие как особой формы затычки в уши, ватные затычки, специально выработанные затычки или же наушники) для каждого подверженного работника и нужно покрыть

следующее:

- разные уровни защиты слуха необходимо для того чтобы снизить подвержение всех работников к уровню 85 dBA TWA8
- разные размеры
- разные рабочие условия.

Рабочим необходимо обучение тех кто работает при шуме который равняется или привышает уровень 85 dBA TWA8

Мы поместим знаки предупреждения и убедимся в том чтобы защита для слуха требуется при всех входах или границах рабочих мест где рабочие подвержены шуму который приравняется или привышает 115 dBA. Наши рабочие получают аудиоизмерительное измерение как это описывается в WAC 296-817-400 под руководством и проверкой одного из следующих лицензированных личностей: аудиолог или оталаринтолог.



Мы проверим нашу программу используя аудиоизмерительную систему чтобы узнать если есть опасность потери слуха что может указать на проблемы в программе и сделать необходимые шаги чтобы исправить проблемы в программе.

Если найден промежуток или пробел в подверженных рабочих, нам нужно оценить следующих рабочих и шум а также его измерение:

- уровень шума в рабочей зоне. Выбор защитного оборудования доступное чтобы его снова дать работникам.
- Рабочие получают обучение по шуму и использованию защиты от шума и если нужно, дополнительно получить обучение.
- Наша компания создаст и оставит записи документирующие подвержение шуму, включая и минимально:

Подвержение измерениям требуемым в этой главе как минимум на 2 года и на протяжении всего времени когда вы надеетесь на них чтобы определить подвержение рабочих.

Аудиоизмерительные тесты и их данные для длительного времени работы на тех работников на которых это распространяется.

Проверка защиты слуха, если вы выбираете надеяться на них, на протяжении рабочего места работников подверженных этому.

Используя следующий список оборудования потребует следить за оборудованием по защите слуха:

Для дальнейшего обучения:

1. Заполните или рассмотрите Оценку по Опасности для того вида работы который вы выполняете
2. **Занятие:** Продемонстрируйте правильное использование настройки, подстройки и чистки каждого предмета личной безопасности который у вас есть.

Август это месяц по Оборудованию Личной Защиты

Используйте календарь для заполнения встреч по безопасности.

Понедельник	Вторник	Среда	Четверг	Пятница	Суббота	Воскресенье

Еженедельное Сопровождение по Безопасности:

Тема:		Тема:		Тема:		Тема:	
Прораб:		Прораб:		Прораб:		Прораб:	
Посетитель:		Посетитель:		Посетитель:		Посетитель:	
Посетитель:		Посетитель:		Посетитель:		Посетитель:	
Посетитель:		Посетитель:		Посетитель:		Посетитель:	
Посетитель:		Посетитель:		Посетитель:		Посетитель:	
Посетитель:		Посетитель:		Посетитель:		Посетитель:	
Checklist:	☐	Checklist:	☐	Checklist:	☐	Checklist:	☐

Ссылка: OSHA 1926 Subpart E - Personal Protective and Life Saving Equipment

Ссылка: WAC 296-155, Часть C and WAC 296-817

Заметьте: _____



ИНСТРУМЕНТЫ И ЭЛЕКТРОПРИБОРЫ

Общий обзор и безопасность по использованию Электроприборов:

1. Держите все инструменты подальше от краев крыши и покрытия и платформ и проделов и так далее.
2. Не используйте инструменты с разбитыми, разьединенными краями и кривыми рукоятками. Оттачивайте острые предметы чтобы они были острыми и держите их в контейнере.
3. Знайте правильное использование ручных и электроприборов. Используйте предназначенный инструмент для работы.
4. Правильно используйте загородки и щитки чтобы они были установлены на всех электроприборов перед их использованием. Не используйте инструменты без щитков и загоронок в хорошем состоянии. Не используйте рукоятки которые были изготовлены вручную!
5. Не подвязывайте щитки на пиле.
6. Убедитесь в том что станочная пила оснащена щитками которые подходят и защитные инструменты установлены перед использованием.
7. Все электроприборы и провода должны быть изолированы. Порванные провода должны быть заменены.
8. Все электроприборы (кроме тех которые вдвойне изолированы) и провода должны быть правильным образом заземленными..
9. Не используйте какой либо электроприбор или оборудование кроме тех случаев когда вы прошли обучение и получили разрешение вашей фирмы использовать данный прибор.
10. Все провода должны быть вставлены в розетку GFCI

на строительной площадке.

11. Используйте оборудование личной безопасности (PPE) пока вы пользуетесь электроприборами. Очень

часто, очки безопасности, наушники, защитная маска от пыли и перчатки требуется одевать при использовании многих инструментов.

12. Стажеровка работников и начальства: Работодатели должны убедиться в том что их работники и их начальники прошли стажировку чтобы распознавать потенциальные опасности работая около электропроводов и как правильным образом работать в таких условиях и снизить вероятность опасности. Начальство и работники должны знать месторасположение высоковольтных проводов перед тем как начать работу.
13. Проезд Снизу-проверьте высоту вашего груза на автомобиле и высоту высоковольтных проводов перед тем как проезжать.
14. Безопасная дистанция: Соблюдайте дистанцию безопасности на рабочем месте от всех проводов и линий подачи электроэнергии. Когда вы управляете механическим оборудованием, убедитесь в том что оборудование, или материалы которые вы передвигаете или перевозите, находятся как минимум на расстоянии в 10 футов от проводов. Высоковольтные провода (50 кв) должны быть на расстоянии более чем в 10 футов.
15. Лестницы, инструмент и оборудование: Работодатели должны быть в курсе дела об опасностях работы на лестницах около линии проводов. Убедитесь в том что лестницы, покатиые места, трубы, щетки для мытья окон или какие либо другие инструменты и стройматериалы не находились бы ближе чем в 10 футов к линиям проводов.

ВЫСОКОЕ НАПРЯЖЕНИЕ:

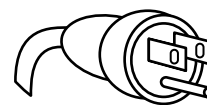
Всегда рассматривайте все линии подачи тока и энергии как работующи Советы по безопасности работы с электрикой:

Электричество опасно, оно может вызвать ожоги, удар током и даже привести к смерти е линии и избегайте соприкосновения с ними и не подходите к ним ближе

чем на расстоянии в 10 футов.

- Всегда рассматривайте все линии подачи тока и энергии как работующие линии и располагающие высокой вольностью. Никогда не предполагайте что проводка безопасна и изолирована и что можно прикасаться к проводке даже если внешне провода выглядят изолированными или в нерабочем состоянии.
- Никогда не дотрагивайтесь к проводам линии которая упала. Позвоните в местную компанию по коммунальным услугам чтобы сообщить в соответствующий отдел о случившемся.
- Если провода падают на ваш автомобиль в то время как вы управляете им, оставайтесь внутри салона автомобиля и продолжайте управлять автомобилем чтобы уехать подальше от линии. Если двигатель заглух, не выходите из автомобиля. Предупредите окружающих не прикасаться к поверхности автомобиля и к проводам. Позвоните или попросите кого-то позвонить местную в местную компанию по коммунальным услугам.
- Никогда не пользуйтесь электроприборами пока вы стоите в воде
- Никогда не чините элетрические провода или оборудование кроме если вы оснащены знаниями и разрешением заниматься таким видом работы.
- Попросите квалифицированного электрика проверить электрическое оборудование которое намокло перед тем как его подключать в очередной раз.
- Если вы работаете в сыром месте, проверьте чтобы все электрические провода и оборудование чтобы убедиться в том что они в хорошем рабочем состоянии и не имеют какого-либо изъяна, также используйте заземляющий аппарат (GFCI).

Grounded Plug



Double Insulated

Double Insulated



Hand held tools and some other types of equipment must use a 3-wire plug or the tool label must show the tool as insulated buy words or symbols.



ВЫСОКОЕ НАПРЯЖЕНИЕ: Всегда подразумевайте что линии высокого напряжения в силе работы: кроме случаев когда указано и проверено что они отключены. **ДЕРЖИТЕСЬ НА РАССТОЯНИИ 10 ФУТОВ ОТ ЛЮБЫХ ЛИНИЙ ВЫСОКОГО НАПРЯЖЕНИЯ.**



Ввод в устройство закрытия/ заблокирования:

Рабочим следует ввести правильный способ выключения каждого вида оборудования электронных панелей использования чтобы избежать любого вида опасности из-за остановки оборудования. Форма а которой указывается на особые виды заданий для каждого вида оборудования будет заполнена перед тем как проводить процедуру. Следующий список это руководство общего характера от том как использовать его во время выключения:

Подготовка к отключению:

1. Определить виды поступления энергии и ее источники.
2. Объявить рабочим на которых это скажется что вы собираетесь выключить счетчик или панель чтобы работать над оборудованием

Выключение оборудования:

1. Выключите оборудование
2. Отсоедините подачу тока
3. Удалите или же приостановите хранящуюся или оставшееся количество тока например, гидравлические системы, воздух, газ, пар или давление воды, используя методы такие как заземление, перекладка, блокировка или снижение давления.
4. Присоедините замыкающие или перекрывающие приспособления на источник или панель.
5. Уточните что оборудование безопасно и выключено. Подготовка к возвращению оборудования к эксплуатации:

Для более подробной информации о перекрытии и отключении обращайтесь к:
<http://apps.leg.wa.gov/WAC/default.aspx?Cite=296-155-429>

Сентябрь это месяц по знанию использования инструмента и электрики

Используйте календарь для заполнения встреч по безопасности.

Понедельник	Вторник	Среда	Четверг	Пятница	Суббота	Воскресенье

Еженедельное Сопровождение по Безопасности:

Тема:		Тема:		Тема:		Тема:	
Прораб:		Прораб:		Прораб:		Прораб:	
Посетитель:		Посетитель:		Посетитель:		Посетитель:	
Посетитель:		Посетитель:		Посетитель:		Посетитель:	
Посетитель:		Посетитель:		Посетитель:		Посетитель:	
Посетитель:		Посетитель:		Посетитель:		Посетитель:	
Посетитель:		Посетитель:		Посетитель:		Посетитель:	
Checklist:	☐	Checklist:	☐	Checklist:	☐	Checklist:	☐

Ссылка: OSHA 1926 Subpart I-Tools , 1926 Subpart K - Electrical

Ссылка: WAC 296-155 Часть Г, WAC 296-155 Часть I и WAC 296-807 Переносные Электрические Инструменты

Для дальнейшего обучения:

1. Activity: Inspect all tools to make sure
Занятие: проверьте все инструменты
чтобы убедиться в том что они

Заметьте: _____



РАСКАПЫВАНИЕ И ТРАНШЕИ

Раскапывание Траншей и Экскаваторы: Компетентное Лицо:

Компетентный человек это тот кто способен опознать существующие или потенциальные опасности которые есть вокруг, или же условия работы которые не отвечают требованиям санитарных условий, условий безопасности, и также обладает наделенными полномочиями чтобы предпринять срочные необходимые меры чтобы предотвратить проблемы.

Раскапывание и Траншеи:

1. Определение угла наклонности и дизайн поддерживающей системы будет установлен на тщательной оценке произведенной Компетентным Сотрудником и связано с определенными факторами, такими как:
 - А. Глубина и/или вид почвы.
 - Б. Возможные различия в составе воды и материала пока происходит процесс раскопок.
 - В. Ожидаемые изменения в материалах от того что они были под влиянием воздуха, солнца или заморозков.
 - Г. Груз и вес структур, оборудования или же вес хранения стройматериалов.
 - Д. Сотрясение от оборудования, всплеск, движения или других источников.
2. Переходы и мосты с обычными пирамилами должны быть предоставлены в случаях когда работники или оборудование должны перебраться с одной стороны траншеи на другую.
3. Стены и лицевые стороны всех траншей в которых рабочие подвергаются опасности от раздвижения и осыпи земли и почвы должны быть защищены системой барьеров которые поддерживают землю или же подходящий эквивалент такой системы.
4. Не разрешается чтобы кто-то из рабочих находился под грузом которые разгружаются лопатами, буровой вышка и деррик-краном и лебедками или подъемником
5. Не допускайте чтобы вода скоплась в траншеях.

Вода понижает стойкость земли, ее вмешательство может изменить классификацию почвы с Вида А на Вид В или Вид С или же с Вида В в Вид С.

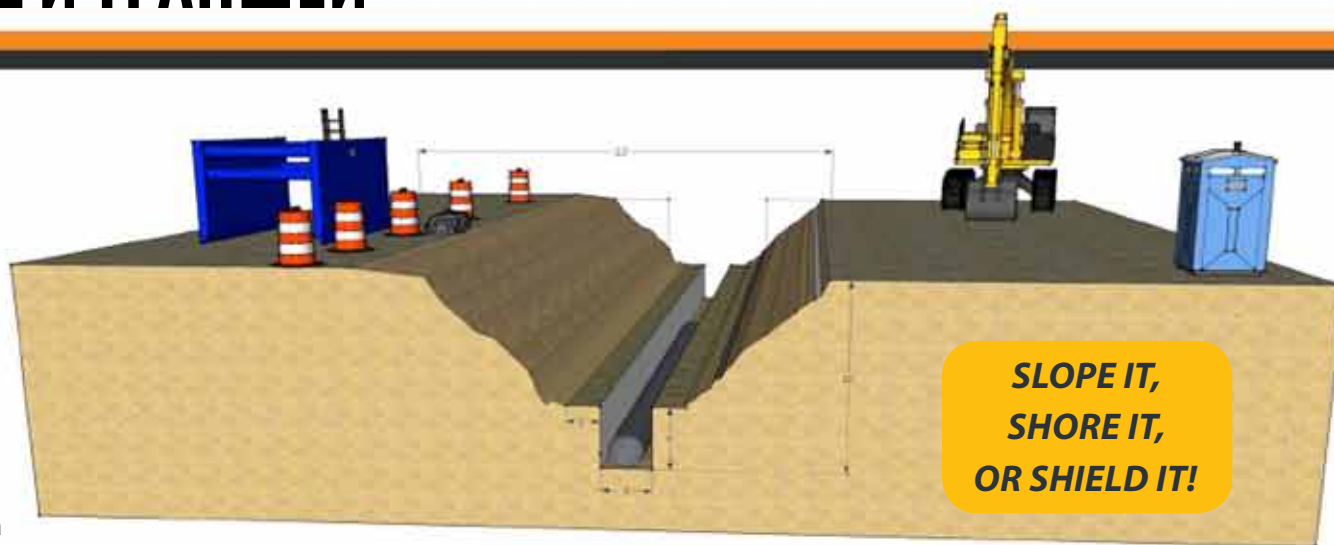
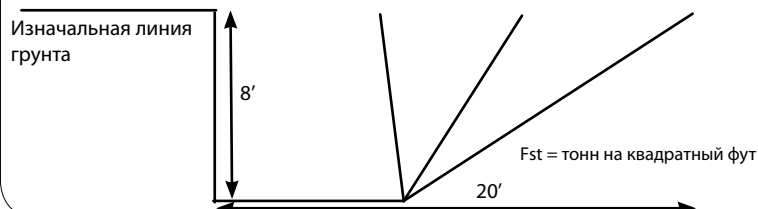
6. Держите все материалы для бурения как минимум два фута от обочины траншеи

7. Для траншей которые глубже чем четыре фута в глубину, выкапывайте стороны под углом не более чем в 1.5 до 1 кроме тех случаев когда вид почвы попадает под разряд

Угол на наклонности по виду почвы:

Note: При нахождении грунтовых вод следует искать особых инструкций

Вид А	Вид В	Вид С
Каменистая и цементнооб-разная почва. Сила утрамбованности 1.5 tsf или выше	Не каменистая грунтовая почва. Сила утрамбованности более 0.5 но менее чем 1.5 tsf	Утрамбованная почва остро-зернистого песка. Сила утрамбованности 0.5 tsf или меньше



Вида А, Вид В или Вид С. Другие альтернативы включают в себя использования бережков или же коробку траншей. Если вы не можете точно определить вид почвы, предполагайте что это вид почвы Вида С.

- *Классификация почвы должна быть произведена компетентным человеком используя тест на глаз и ручную или подобные тесты.
8. В траншеях глубиной больше чем в 4 футов глубиной, определите каким образом можно выйти, например лестницы или ступеньки, так чтобы они не были больше чем 25 футов расстояния от любой точки в траншее
 9. Сотрясения от строительного оборудования, движения, работы на стройке поблизости итд могут создать опасные условия. Возможно что вам придется разрыть траншею под менее острым углом и проверять бережки более частыми интервалами, и понизить классификацию почвы от Вида А, Вида В или Вида С на Вид В или Вид С.
 10. Храните все материалы как минимум 2 фута от обочины траншеи.
 11. Держите все тяжелые грузы по возможности, как можно дальше от траншеи.
 12. Всегда проконсультируйтесь с компанией по коммунальным услугам или же по систему одного звонка перед тем как начать копать. Найдите все подземные провода которые находятся около

траншеи. Поддерживайте работу любых коммунальных услуг которые пересекают местонахождение траншеи. Надземные провода электроподдачи также составляют потенциальную опасность.

13. Компетентный сотрудник должен проверить траншею, прилегающие участки и любые системы чтобы не было осадки земли или чтобы системы безопасности не подвела, а также чтобы не было опасных участков работы или других опасностей. Такая инспекция должна быть осуществлена каждый день: перед началом рабочего дня, в течение рабочего дня и после каждого дождя или же отдельных случаев подвержению опасности.
14. Следует одевать каски когда существует опасность того что могут упасть отдельные предметы на стройке.
15. В некоторых условиях, вентиляция и слежка за воздухом может потребоваться при глубине в 4 фута если есть потенциал нехватки кислорода.
16. Есть три различных вида Системы защиты которые могут быть использованы в траншеях более чем 4 фута (5 футов по стандартам OSHA):
 - 1) Под уклоном: Стены траншей должны быть под наклоном во время раскопок хотя бы по 3/4:1 для Класа А или 1:1 для Класа В или 1 1/2:1 для Класа С (см. Таблицу).
 - 2) Отделение: Вертикальные стены траншеи отделены деревянными сооружениями чтобы не было обвала.

1. Система по защите при раскопок
2. Требования по контролю качества воздуха
3. Требования по разходу

**НАЧИНАЙТЕ С 4 ФУТОВ
В ВАШИНГТОНЕ**

Отделение должно быть спроектировано компетентным работником и сделано по таблицам отделения основанно на почву и глубине. Заметьте: Плохое качество дерева часто приводит к обвалу траншеи. Очень важно чтобы именно компетентный человек занимался материалами.

- 3) Загородка: Коробки траншеи должны быть где работают рабочие. Никто не должен быть в траншее когда коробка устанавливается. Ящик должен быть установлен по указаниям изготовителя. В траншее должны быть лестницы когда рабочие работают

в ящике. Ящики должны быть на уровне поверхности и не более чем 2 фута с низа траншеи..

Заметьте: Эти системы должны быть защищены от того чтобы не упасть..



**Know what's below.
Call before you dig.**

Для дальнейшего обучения:

1. Дополнительное обучение компетентным работником рекомендуется для всех работников по работе копать.
2. Обучение по ограниченному пространству требуется для работников которые заходят в ограниченное пространство с возможными опасностями.

ЗАМЕЧЬТЕ: *Классификация почвы должно производиться компетентным человеком используя дозволенные визуальные тесты а также тесты по книге вручную такие которые описаны в WAC 296-155-650.

Октябрь это месяц по знанию как рыть траншеи и пользоваться экскаватором

Используйте календарь для заполнения встреч по безопасности.

Понедельник	Вторник	Среда	Четверг	Пятница	Суббота	Воскресенье

Еженедельное Соповещение по Безопасности:

Тема:		Тема:		Тема:		Тема:	
Прораб:		Прораб:		Прораб:		Прораб:	
Посетитель:		Посетитель:		Посетитель:		Посетитель:	
Посетитель:		Посетитель:		Посетитель:		Посетитель:	
Посетитель:		Посетитель:		Посетитель:		Посетитель:	
Посетитель:		Посетитель:		Посетитель:		Посетитель:	
Посетитель:		Посетитель:		Посетитель:		Посетитель:	
Checklist:	☐	Checklist:	☐	Checklist:	☐	Checklist:	☐

Ссылка: OSHA 1926 Subpart P - Excavations

Ссылка: WAC 296-155 Часть H – Раскопки и Траншеи

Заметьте:



КАК СООБЩАТЬ О ПОТЕНЦИАЛЬНЫХ ОПАСНОСТЯХ

Хозяин/Прораб являющийся ответственным лицом:

ПРОГРАММА ПО СООБЩЕНИЮ ПОТЕНЦИАЛЬНО ОПАСНЫХ ХИМИКАТОВ:

Правила Компании:

Наша компания прилагает усилия чтобы предотвратить травму или заболевание а также чтобы отвечать требованиям продиктованные государственными органами здравоохранения штата и правилами безопасности. Чтобы убедиться в том что все работники которые соприкасаются с этим видом работы знают об информации которая непосредственно касается опасностей и химикатов которые используются на предприятии, следующая информация была предоставлена программой безопасности.



Обозначения ярлыками содержание контейнеров:

Хозяин нашей компании ответственен за то чтобы все контейнеры были обозначены ярлыками, просмотр и обновление ярлыков. Система обозначения заключается в следующем:

- Ярлыки завода изготовителя должны быть сохранены в каждом контейнере.
- Процедура по тому как оформлять контейнеры и как их обозначать заключается в следующем: Если химикат перелит с его родного контейнера для хранения, новый контейнер должен быть обозначен с указаниями фирмы химиката и описанием состава.

Списки по Данным Безопасности Материалов (MSDS):

Хозяин компании ответственен за то чтобы установить и следить за программой работодателя по Спискам по Данным Безопасности Материалов (MSDS). Ответственное лицо должно убедиться в том что все процедуры выполняются как следует по Спискам по Данным Безопасности Материалов (MSDS) и будет проверять все новые приходящие Списки по Данным Безопасности Материалов чтобы убедиться в том чтобы вся важная информация о здравоохранении была под рукой. Этот человек также должен убедиться в том что вся информация будет передана работникам которых касается эта информация.

Процедура как получить Списки по Данным Безопасности Материалов (MSDS) и пересмотреть все существующие на данный момент Списки по Данным Безопасности Материалов (MSDS) чтобы определить важную информацию о здравоохранении и безопасности состоит в следующем:

- Спросите магазины о том чтобы они предоставили вам Списки по Данным Безопасности Материалов (MSDS) для всех химикатов. Принесите копию экземпляра в офис компании чтобы добавить ее в подшивку Списки по Данным Безопасности Материалов (MSDS).
- Химикаты с уже существующими Списками по

Данным Безопасности Материалов (MSDS) должны обновляться каждые 3-5 лет.

- Копии Списков по Данным Безопасности Материалов (MSDS) в использование и обиходе должны храниться в грузовике Хозяина или Прораба или же в офисе компании.
- Списки по Данным Безопасности Материалов (MSDS) будут доступны по запросу работников. Если Списки по Данным Безопасности Материалов (MSDS) не доступны о новом химикате который уже в использовании, то сразу же свяжитесь с хозяином.

Заметьте: Если альтернатива используется вместо Списков по Данным Безопасности Материалов (MSDS) (например база данных в компьютерной системы), предоставьте описание в каком формате хранится информация.

Информация о работниках и обучении:

Хозяин или же прораб ответственен за то чтобы работодатель или работники прошли необходимое обучение. Процесс обучения и ознакомления с информацией будет следующим:

- Работники будут проходить обучение ежегодно по поводу программы Списки по Данным Безопасности Материалов (MSDS) и если необходимо пройти обучение отдельно:

Хозяин должен убедиться в том что перед тем как новый сотрудник начнет работу, он или она должны посетить ориентацию по здравоохранению и безопасности которая включает в себя информацию и обучение по следующему расписанию:

- Обзор требований которые содержатся в Программу по Оговариванию Опасности.



взрывчатое вещество



окислительных



чрезвычайно легковоспламеняющийся



коррозийный



опасные для окружающей среды



очень токсичный

Химическое название	изготовитель	Используемое местоположение

- Опасные химикаты которые присутствуют на месте работы.
- Месторасположение Списков по Данным Безопасности Материалов (MSDS) и письменную оговоренную программу по Опасностям.
- Прочитайте об опасностях здоровью и требования оборудования по личной защите (PPE) для большинства распространенных химикатов которые используются.

Вступление к новым химикатам может потребовать дополнительного обучения для работников.

Опасные внеочередные задания:

Перед тем как начать работу над такими заданиями, каждый работник который вовлечен в проект должен получить информацию от прораба о том какие опасные химикаты могут быть вовлечены во время следующих нижеперечисленных занятий:

- Покраска
- Покрытие химикатами или распылителями
- Чистка новыми химикатами
- Применение клея

• _____

• _____

Рабочие места с многими компаниями:

В ответственность нашей компании входит предоставление работодателям и другим работникам на строительной площадке следующую информацию:

- Копии Списков по Данным Безопасности Материалов (MSDS) (или вы можете сделать их доступными в центральном месторасположении) для каких либо опасных химикатов которые могут повлиять на работодателей и их рабочих.
- Оповестите всех остальных работодателей о дополнительных мерах которые требуются чтобы защитить работников во время обычных рабочих условий или предусмотренных медицинских неотложных случаях.
- Предоставьте другим работодателям объяснение того как устроена система обозначения которая используется на вашей строительной площадке.
- В обязанности компании также входит и то чтобы определить и получить Списки по Данным Безопасности Материалов (MSDS) для химикатов которые контрагент привозит на место работы

Список Опасных Химикатов:

Ниже приводится список всех известных опасных химикатов которые используются нашими работниками. Дальнейшая информация о каждом химикате может быть получена тем чтобы провести проверку Списка по Данным Безопасности Материалов (MSDS) который находится в офисе компании. Списки по Данным Безопасности Материалов (MSDS) определение: критерия, подразделение (например: ярлыки предупреждений, информация MSDS итд.) которые используются чтобы оценить химикаты: на списках MSDS.

Ноябрь это месяц по коммуникациям при предотвращении опасностей

Используйте календарь для заполнения встреч по безопасности.

Понедельник	Вторник	Среда	Четверг	Пятница	Суббота	Воскресенье

Еженедельное Сопровождение по Безопасности:

Тема:		Тема:		Тема:		Тема:	
Прораб:		Прораб:		Прораб:		Прораб:	
Посетитель:		Посетитель:		Посетитель:		Посетитель:	
Посетитель:		Посетитель:		Посетитель:		Посетитель:	
Посетитель:		Посетитель:		Посетитель:		Посетитель:	
Посетитель:		Посетитель:		Посетитель:		Посетитель:	
Посетитель:		Посетитель:		Посетитель:		Посетитель:	
Checklist:	☐	Checklist:	☐	Checklist:	☐	Checklist:	☐

Ссылка: OSHA 1926 Subpart D - HAZCOM ; 1910.1200 Hazcom

Ссылка: WAC 296-155 Часть H – Раскопки и Траншеи

Заметьте: _____

Для дальнейшего обучения:

1. **Просмотр:** Списки по Данным Безопасности Материалов и Обзор в сети интернет: www.lni.wa.gov/Safety/Traintools/Videos/Online/default.asp



ЗАЩИТА ДЫХАТЕЛЬНЫХ ПУТЕЙ

Обучение Работников:

Все работники должны будут пройти обучение по принятию решения при выборе, ограничений и ремонт и поддержание рабочего состояния оборудования защиты дыхательных путей по инструкциям полученным от завода изготовителя. Работникам следует пользоваться только оборудованием защиты дыхательных путей, кассетами и фильтрами которые перечисляются ниже в этих таблицы

Выбор аппарата дыхательных путей:

Работникам следует использовать аппараты дыхательных путей, картриджи и фильтры только их схемы приложенной здесь. Если дополнительные есть товары или занятия требуются, компетентному представителю следует использовать схему по выбору оборудования MSDS анкета, или же рекомендации завода изготовителя для нужных фильтров и картриджей для обновления или же изменений в схеме которая указана здесь

Медицинское обследование

Каждый работник этой компании который носит аппарат дыхательных путей должен пройти медицинский осмотр перед тем как они получат разрешение носить аппарат дыхательных путей. Мы будем пользоваться услугами _____ как нашего медицинского специалиста. Те кто не читают или не читают по-английский получают помощь от администратора. Заполненные опросы сохраняются конфиденциальностью и будут направлены прямо медицинскому работнику без того чтобы их просматривал начальник. Если из опроса указывает на то что необходимы дальнейшие меры в медицинском внимании, то он будет предоставлен им бесплатно для работников медицинским врачом. Мы получим рекомендации от этого врача может ли работник носить аппарат дыхательных путей или нет.

Дополнительные медицинские обследования будут сделаны в следующих ситуациях:

- если наш медицинский врач рекомендует это
- наш администратор по аппарату дыхательных путей решает что это необходимо
- работник проявляет признаки того что ему трудно дышать
- изменения в условиях работы которые повышают стресс в рабочих (например: высокие температуры или более серьезная физическая нагрузка).

ПРОВЕРКА РАЗМЕРА АППАРАТА ЗАЩИТЫ ДЫХАТЕЛЬНЫХ ПУТЕЙ:

Все работники которые одевают и носят плотно-облегающее оборудование для защиты дыхательных путей должны быть проверены и если нужно, то должны быть заменены. Такую проверку следует делать ежегодно. Проверка по размеру должны быть произведена также когда выбирается новая маска для защиты дыхательных путей или когда физические характеристики лица работника меняются и повлияли бы на то подойдет маска на лицо или нет. Также это применимо в случаях если медицинский персонал работника указывает на то что маска оборудования по защите не подходит по размеру. Работники которые носят плотно-облегающее оборудование не могут носить бороду. Аппарат защиты дыхательных путей длительного искусственного дыхания будет проверен по размеру согласно процедуре по правилам кода WISHA (Таблица 11). Проверка размера не требуется в случаях если Аппарат защиты дыхательных путей длительного искусственного дыхания носится не плотно-облегающе, положительное оказываемое давление (предоставленные шлемы воздушного напряжения или шлем козырькового стиля). Мы примеряем размер используя один из один или более протоколов по примерению размера (обведите тот код протокола который вы используете) или количественный инструмент по измерению правильного размера (обведите один из них):

Код Протокола по химическому составу распылителя: Код по протоколу масла бананового содержания: Протокол по Битрексу: Протокол Сахарина

Количественная проверка размера инструмента который мы используем: _____

ВЫБОР респиратор и АПН изменить расписание:

Введите Общий продукт снизу и также как часто следует менять кассету или фильтр.	Введите вид оборудования защиты дыхательных путей ниже:	Прохладная погода/ Обычный режим работы Замена Кассеты или Фильтра	Теплая погода/ Обычный режим работы Замена Кассеты или Фильтра	Жаркая погода/ Обычный режим работы Замена Кассеты или Фильтра	Кассета или Фильтр засоряются или сломались или намочились. Замена Кассеты или Фильтра
Распылитель внутреннего назначения латекс или подобного вида		Ежемесячно или каждые 4 дома	Через Неделю или каждые 3 дома	Ежедневно или же может появиться запах	Как можно скорее
Распылитель внешнего назначения латекс или подобного вида		Ежемесячно или каждые 4 дома	Через Неделю или каждые 3 дома	Ежедневно или же может появиться запах	Как можно скорее
Распылители краски которые основаны на масляном растворе		Еженедельно или каждый второй дом	Ежедневно или каждый второй дом	Ежедневно или же может появиться запах	Как можно скорее
Распылитель любого вида грунтовки лакового вида или другого вида продукция		Еженедельно или каждый второй дом	Ежедневно или каждый дом	Ежедневно или же может появиться запах	Как можно скорее
					* поставьте число черной ручкой когда кассеты/фильтры были заменены



Документы по результатам проверки размера хранятся в подшивках работников компании в офисе или же в: _____

Наше оборудование для защиты дыхательных путей будет проверено чтобы убедиться в том что все крепления в порядке когда пользователь оборудования в первый раз надевает оборудование, можно сделать проверку при помощи приложенного списка по процедуре проверки: Процедура по проверке креплений для пользователя оборудования

User Seal Check Procedures:

Важная Информация для Работников: У процедуры проверки есть два этапа: проверка по оказанию положительного давления и отрицательного давления. Вы должны заполнить обе проверки



поочередно. Это займет всего несколько секунд провести такую проверку когда вы уже наловчитесь проводить такие проверки. Если вам не удалось пройти оба этапа проверки, ваш аппарат защиты дыхательных путей длительного искусственного дыхания не работает так как он должен действительно работать, пожалуйста обратитесь к вашему начальству для дальнейших указаний и распоряжений

Оценка программы аппарата защиты дыхательных путей длительного искусственного дыхания:

Декабрь это месяц по оповещению о защите дыхательных путей

Используйте календарь для заполнения встреч по безопасности.

Понедельник	Вторник	Среда	Четверг	Пятница	Суббота	Воскресенье

Еженедельное Совещание по Безопасности:

Тема:		Тема:		Тема:		Тема:	
Прораб:		Прораб:		Прораб:		Прораб:	
Посетитель:		Посетитель:		Посетитель:		Посетитель:	
Посетитель:		Посетитель:		Посетитель:		Посетитель:	
Посетитель:		Посетитель:		Посетитель:		Посетитель:	
Посетитель:		Посетитель:		Посетитель:		Посетитель:	
Посетитель:		Посетитель:		Посетитель:		Посетитель:	
Checklist:	☐	Checklist:	☐	Checklist:	☐	Checklist:	☐

НЕОБХОДИМО ДОПОЛНИТЕЛЬНОЕ ОБУЧЕНИЕ:

- Обучение:** <http://www.lni.wa.gov/Safety/TrainTools/Trainer/Kits/Respirators/>
- Заполнение:** Выбор аппарата дыхательных путей и таблица
- Медицинское обследование:** Доступно на интернете по адресу: www.respexam.com
- Примерка по подходящему размеру:** может быть сделано профессионалом или же на месте используя набор 3М Битрекс Фит

Замечка: Медицинские оценки и Примерка размера требуются для все работников которые носят аппараты дыхательных путей.

Ссылка: OSHA 1926 Subpart E - Respiratory Protection

Ссылка: WAC 296-863 and WAC 296-842-14005

Заметьте:



Заметьте:

Федеральный стандарт OSHA для строительства 29 CFR 1926 и 29 CFR 1910 для индустрии. Вы должны обычно купить эти материалы в качестве книги.

У вас есть право на то чтобы ваше рабочее место было безопасным и благоприятным для здоровья. По закону, требуется чтобы работодатель предоставлял безопасное и благоприятное для здоровья место работы и предоставлять вам защиту от опасностей. Ваш работодатель не имеет права уволить вас или же принять дисциплинарные меры против вас если вы озадачены мерами безопасности. Ознакомьтесь более подробно о том какие у вас права по интернету: www.workplacerights.ini.wa.gov или позвоните по телефону: 1-800-423-7233.

Для вас доступна бесплатная консультация. L&I предоставляет знающих консультантов которые смогут помочь вам в том чтобы предотвратить травмы и снизить цены. По вашим просьбам, консультант выедет на ваше место работы и:

- Уточнит правила по безопасности и благоприятным условиям для здоровья для вашего вида дела
- Рассмотрит повторно или же разработает программу по безопасности.
- Предложит вам способы того как сэкономить деньги на покрытие компенсации рабочим.

Для дальнейшей информации, пожалуйста обращайтесь
в интернете к: www.safetyconsultants.lni.wa.gov или в
ближайший офис L&I.

Для дополнительной информации о строительстве
 жилой площади безопасно, пожалуйста зайдите на
 страницу: www.nicasafety.com

Northwest Independent Contractors Association
145 State Highway 28 West, Soap Lake, Washington 98851
office: 509.246.9080 | fax: 509.267.3159 | www.nicatraining.com | www.nicasafety.com

Funding and support for this project has been provided by the State of Washington, Department of Labor & Industries, Safety & Health Investment Projects.