



10 ZASAD RATUJĄCYCH ŻYCIE



- Pozostaję czujny i patrzę w górę, kiedy przechodzę w pobliżu miejsca wykonywania prac.
- Kiedy widzę zawieszony ładunek, omijam niebezpieczny obszar.
- Nie przekraczam bariery oznaczającej miejsce podnoszenia.
- Podejmuję działanie, jeżeli kolega albo osoba postronna przechodzi lub stoi pod zawieszonym ładunkiem.



- Trzymam się z dala od tras maszyn i pojazdów.
- Przestrzegam planów ruchu i obszarów przeznaczonych wyłącznie dla pieszych.
- Próbuję nawiązać kontakt wzrokowy z operatorem ruchomych maszyn.
- Powstrzymuję kolegów i osoby trzecie od zbliżania się do obsługiwanego miejsca.
- Noszę odzież o podwyższonej widoczności.



- W celu zabezpieczenia przed wypadkiem używam odpowiedniego sprzętu, który jest w dobrym stanie.
- Nie działam na własną rękę.
- Nie wychodzę poza sprzęt ochrony zbiorowej bez zamocowania się przy pomocy szelek i liny bezpieczeństwa.



- Wchodzę do rowu, tylko pod warunkiem, że wykop jest zabezpieczony przed zawaleniem ścian i jeżeli jestem do tego uprawniony.
- W przypadku wątpliwości, co do stanu bezpieczeństwa, powiadamiam mojego przełożonego.



- Przed wejściem do ograniczonej przestrzeni sprawdzam atmosferę lub ktoś sprawdza ją za mnie.
- W trakcie pracy monitoruję stężenie niebezpiecznych substancji.



- Sprawdzam, czy mój ekwipunek jest w dobrym stanie technicznym.
- Oznaczam strefę pracy i sprawdzam, czy nie ma ona wpływu na środowisko poza wyznaczoną strefą.
- Upewniam się, że w miejscu pracy nie ma atmosfery mogącej powodować eksplozję.



- Pracuję z wyłączonym doptywem energii, z wyjątkiem sytuacji określonych w instrukcjach.
- Sprawdzam LOTO.
- Sprawdzam, czy nie ma doptywu energii w miejscu pracy.



- W razie pilnej rozmowy, zjeżdżam na bok i zatrzymuję się na czas trwania połączenia lub korzystam z zestawu głośnomówiącego.
- Programuję mój GPS tylko, gdy pojazd jest w kompletnym bezruchu.
- Nie sprawdzam oraz nie piszę wiadomości podczas jazdy.



- Jeżeli mam jechać, nie piję alkoholu.
- Jeżeli piłem alkohol lub wiem, że mogę go spożywać, organizuję wyprawę tak, żebym nie musiał prowadzić.
- Podejmuję działania zapobiegawcze, jeżeli wiem, że ktoś z mojego otoczenia ma usiąść za kierownicą, mimo że pił lub jest pod wpływem substancji narkotyzujących.



- Zawsze używam sygnału, zmniejszam prędkość i spoglądam w lusterka zanim zacznę skręcać lub cofać.