



BIROUL PROTECȚIA MUNCII ȘI CONDIȚII DE MUNCĂ  
NR. M.02.04.01 / 56 /02.02.2023

**APROBAT**  
DIRECTOR GENERAL

## INSTRUCȚIUNI PROPRII

### de securitate și sănătate în muncă pentru lucrul la înălțime

Elaborate în conformitate cu:

- prevederile art.13 lit.e) din Legea securității și sănătății în muncă nr.319/2006, cu modificările și completările ulterioare;
- prevederile art.15 alin.(1) punctul 3 din H.G. nr.1425/2006 pentru aprobarea Normelor metodologice de aplicare a prevederilor Legii securității și sănătății în muncă nr.319/2006, cu modificările și completările ulterioare.

Art.1 Prezentele instrucțiuni proprii cuprind cerințele necesare pentru asigurarea securității și sănătății în muncă a personalului.

Art.2 Instrucțiunile proprii au ca scop instituirea de măsuri privind promovarea îmbunătățirii securității și sănătății în muncă a lucrătorilor.

Art.3 În cadrul societății, procesul de muncă este tratat ca un sistem complex structurat, compus din următoarele elemente care interacționează reciproc:

- executantul - persoana implicată nemijlocit în executarea unei sarcini de muncă;
- sarcina de muncă - totalitatea acțiunilor ce trebuie efectuate prin intermediul echipamentelor de muncă și în anumite condiții de mediu, pentru realizarea scopului procesului de muncă;
- echipamentul de muncă - orice mașină, aparat, unealtă sau instalație folosită în muncă;
- mediul de muncă - ansamblul condițiilor fizice, chimice, biologice și psihosociale în care executantul își desfășoară activitatea.

Art.4 Locul de muncă reprezintă locul destinat să cuprindă posturi de lucru, situat în clădirile societății, inclusiv orice alt loc din aria societății la care lucrătorul are acces în cadrul desfășurării activității.

Art.5 Toți lucrătorii societății sunt obligați să respecte prevederile prezentelor Instrucțiuni proprii de securitate și sănătate în muncă pentru lucrul la înălțime.

Art.6 Lucrul la înălțime este definit ca fiind activitatea desfășurată la înălțime de mai mult de 2 m, măsurată de la tălpile picioarelor lucrătorului până la baza de referință naturală (solul), sau orice altă bază de referință artificială, bază față de care nu există pericolul căderii în gol.

Art. 7 Înălțime mică este definită ca fiind înălțimea de maximum 2 m, măsurată de la tălpile picioarelor lucrătorului până la baza de referință natural (solul), sau orice altă bază de referință artificială, bază față de care nu există pericolul căderii în gol.

Art.8 Prezentele instrucțiuni vor fi revizuite periodic și modificate sau completate ori de câte ori este necesar, ca urmare a schimbărilor de natură legislativă sau tehnică.

Art.9 Lucrătorii vor fi admiși pentru lucrări la înălțime numai dacă au viza medicală cu mențiunea expresă "apt pentru lucrul la înălțime", mențiune ce va fi înscrisă în fișa individuală de instructaj.

Art.10 Persoanele sub 18 ani nu vor fi admise pentru lucrul la înălțime.

Art.11 Scările rezemate trebuie să fie rezistente și ușoare, conform standardelor în vigoare.

Art.12 Picioarele scărilor trebuie bine fixate, pentru a evita alunecarea scărilor și căderea lucrătorului.

Art.13 În cazul în care condițiile de lucru permit fixarea scării sus , atunci se fixează cârlige la capetele superioare ale ramelor longitudinale .

Art.14 Pentru ca scara să nu alunece, capetele inferioare ale ramelor longitudinale trebuie dotate, de la caz la caz, cu saboți metalici cu capete ascuțite sau cu saboți de cauciuc.

Art.15 Scările duble, care se desfac, trebuie dotate cu dispozitive cu lanț care să nu permită desfacerea lor accidentală în timpul lucrului.

Art.16 Când se lucrează la înălțime sau la înălțime mică, în locurile cu circulație intensă sau pardoseli alunecoase, la baza scării trebuie să stea un lucrător care va asigura stabilitatea scării. La sol se va asigura o zonă de protecție, avertizată vizibil, cu o suprafață stabilită în funcție de înălțimea maximă de lucru, accesul oricărei persoane străine în zonă fiind interzis.

Art.17 Frânghiile de siguranță (frânghii, cabluri, lanțuri) denumite și mijloace de legătură trebuie să aibă o lungime maximă desfășurată de 2m.

Art.18 Reglarea frânghiilor de siguranță se face astfel ca, după petrecerea peste elementul de construcție (stâlp, cheson, profil metalic) distanța dintre bustul lucrătorului și elementul de construcție să fie de maximum 0,5m.

Art.19 Dacă pe stâlpul (sau similar) pe care se lucrează există un element fixat rigid, este obligatoriu ca frânghia de siguranță (breteaua) să fie petrecută astfel ca ea să înconjoare stâlpul deasupra acestui element fixat rigid.

Art.20 Pentru lucrul la înălțime, indiferent de domeniul de activitate, este obligatorie purtarea căștii de protecție.

Art.21 Dacă se lucrează la nivelele superioare, dar nu pe verticala locului de muncă amplasat la înălțime mică , se va asigura un spațiu de siguranță lateral, stânga-dreapta, proporțional cu înălțimea maximă de lucru și se va purta obligatoriu cască de protecție.

Art.22 Înainte de începerea lucrului, este obligatorie verificarea de către lucrător a integrității căștii de protecție, a sistemului de amortizare și a posibilității de reglare a acestuia și a curelelor de prindere.

Art.23 Cască de protecție se va fixa obligatoriu folosind curelele de prindere.

Art.24 Este interzisă folosirea căștii de protecție dacă aceasta prezintă spărturi, fisuri ale calotei, defecțiuni ale sistemului de amortizare, etc.

Art.25 Pentru lucrul la înălțime, purtarea centurilor de siguranță este obligatorie, dacă măsurile integrate de amenajare și de dotare a locurilor de muncă nu elimină pericolul căderii în gol.

Art.26 Dacă în configurația unui loc de muncă amplasat la înălțime există o zonă în care pericolul de cădere în gol se poate manifesta, lucrătorii trebuie să poarte obligatoriu centura de siguranță împreună cu frânghia de siguranță care vor împiedica accesul lucrătorului în zona cu pericol, pe toată perioada lucrului.

Art.27 Centura de siguranță trebuie folosită fie ca mijloc de sprijin al corpului, fie ca mijloc de protecție prin suspendarea împotriva căderii în gol, fie ca mijloc de oprire a accesului într-o zonă periculoasă. Este interzis a se folosi centura pentru alte funcții de protecție decât cele pentru care a fost proiectată.

Art.28 Înainte de utilizare, centura de siguranță și accesoriile trebuie verificate în mod obligatoriu. Prin examinarea cu atenție se verifică cusăturile, cordoanele părților metalice, frânghiile, cârligele de siguranță, niturile, etc.

Art.29 Este interzisă utilizarea centurilor de siguranță care:

a) prezintă rupturi, Pete, destrămări, nituri lipsă sau slăbite, cataramă defecte, răscoacerea pielii, ruginirea pieselor metalice, rosături etc.;

b) au fost odată solicitate dinamic (suspendarea corpului lucrătorului căzut de la înălțime);

c) au fost scurtate prin coasere (bucle)

Art.30 Centurile de siguranță și frânghiile acestora (cordoanele de legătură) trebuie păstrate la loc uscat, fără umezeală sau temperaturi excesive, respectând instrucțiunile producătorului.

Art.31 Utilizarea scârilor din lemn este permisă la o sarcină maximă de 1,5 kN și numai de către un singur lucrător.

Art.32 Lungimea maximă a unei scări din lemn cu trepte late nu trebuie să depășească 5m, dacă este folosită ca suport al locului de muncă pentru lucrător.

Art.33 Lungimea scării trebuie să permită lucrul de pe o treaptă aflată la o distanță minimă de 1m față de capătul superior al scării .

Art.34 Se interzice lucrul de pe primele două trepte superioare ale scârilor simple sau duble.

Art.35 Se interzice utilizarea scârilor prelungite prin legare provizorie.

Art.36 Se interzice utilizarea scârilor care au trepte lipsă sau sunt reparate provizoriu.

Art.37 Lucrătorii care folosesc scările trebuie să poarte încălțăminte corespunzătoare pentru evitarea alunecării.

Art.38 Este interzisă executarea de lucrări de pe scările extensibile. Aceste scări trebuie folosite numai la urcarea-coborârea de pe stâlpi (sau similar).

Art.39 Conducătorul locului de muncă trebuie să verifice integritatea scării înainte fiecărei montări (utilizări) . Sistemul de îmbinare trebuie să fie sigur și rigid.

Art.40 Este interzis ca pe scara extensibilă să se urce mai mult de un lucrător pentru accesul la și de la locul de muncă.

Art.41 Trecerea de pe scara extensibilă pe platforma (consola) locului de muncă este permisă numai după ce lucrătorul a trecut cel de-al doilea cordon al centurii de siguranță pe după stâlp, deasupra platformei .

Art.42 Este interzisă repararea scârilor extensibile de către utilizatori. Reparațiile trebuie executate numai de către unități specializate.

Art.43 În timpul lucrului la înălțime se vor respecta următoarele:

a) în toate cazurile, lucrătorul trebuie să fie asigurat, bine rezemat pe cârlige, zăbrele, platformă, scară sau scăunel suspendat;

b) pe tot timpul lucrului, cordonul centurii de siguranță trebuie legat la un element rigid component al stâlpului, deasupra punctului de lucru, în așa fel, încât să nu fie stânjenite mișcările lucrătorului;

c) trebuie să se evite lucrul în poziții etajate a doi sau mai mulți lucrători pe același stâlp;

d) este interzisă executarea oricărei lucrări la fundația stâlpilor;

e) lucrătorii, inclusiv manevranții autoutilajelor și organele de control trebuie echipați tot timpul lucrului și cu cască de protecție.

Art.44 Urcarea pe stâlpi, indiferent de materialul din care sunt construiți este permisă numai după verificarea prealabilă a acestora la bază și pe tot parcursul urcării.

Art.45 Înainte de urcarea pe stâlpi (din lemn sau din metal) trebuie verificat gradul de putrezire sau de coroziune la nivelul solului sau la 20-25 cm sub nivelul solului la fundațiile aparente.

Art.46 Înainte de urcarea pe stâlpii din beton trebuie efectuat un control vizual în zona fundației și a consolelor pentru verificarea integrității acestora.

Art.47 Pentru urcarea și lucrul la înălțime trebuie folosite următoarele mijloace certificate, în conformitate cu prevederile fișelor tehnologice sau a normelor tehnice:

- scări din lemn sau metalice simple, duble sau extensibile;

- cârlige pentru urcarea pe stâlpi de lemn sau de beton;

- utilaje speciale (autoscări mecanice, platforme telescopice hidromecanice, autotelescoape cu coș, platforme ridicătoare cu brațe articulate etc.);

- construcții definitive ale stâlpilor adecvate operațiilor de urcare și lucrului la înălțime;

- dispozitive de lucru la înălțime (platforme, scări, dispozitive pentru schimbarea elementelor din lanțurile de izolare, cărucior, pășitor, etc.).

Art.48 La locul de muncă aflat la înălțime, trebuie ridicate numai materialele strict necesare.

Art.49 Sculele necesare executării diferitelor operații trebuie păstrate în buzunare speciale sau teci prinse în centura de siguranță.

Art.50 Sculele și materialele trebuie să fie urcate și coborâte pe măsura necesităților cu funie de ajutor. Interzicându-se aruncarea acestora de la sol la poziția de lucru sau invers.

---

Art.51 Așezarea chiar temporară a sculelor, dispozitivelor sau a materialelor nefixate pe elementele stâlpilor liniilor electrice aeriene este interzisă.

Art.52 Se interzice urcarea și coborârea directă pe stâlpi de beton acoperiți cu polei.

Prezentele instrucțiuni înlocuiesc actul nr. M.02.04.01/131/15.07.2015- Instrucțiuni proprii de securitate și sănătate în muncă pentru lucrul la înălțime.

DIRECTOR RESURSE UMANE ȘI STRATEGIE

ȘEF SERVICIU MEDICAL, SSM ȘI CONDIȚII DE MUNCĂ

ȘEF BIROU SSM ȘI CONDIȚII DE MUNCĂ