

## Prace na drabinie przenośnej



Oznaczenia na drabinie, do których użytkownik powinien się stosować.



Zabezpieczenie dołu drabiny przed przewróceniem przez używanie stabilizatora.



Zabezpieczenie górnej części drabiny przez przywiązanie do elementu stałego.



Zabezpieczenie drabiny rozstawnej mechanizmem blokującym.



Zapewnienie asekuracji przez drugą osobę przy wchodzeniu i schodzeniu z drabiny.



Stój zawsze przodem do drabiny, między podłużnicami i nie wchodź na 3 ostatnie szczeble.

# SPRAWDŹ WARUNKI PRACY

**JEŻELI  
NA JAKIEŚ PYTANIE  
ODPOWIESZ „NIE”,  
ZASTANÓW SIĘ  
I PODEJMIJ  
NIEZBĘDNE DZIAŁANIA,  
ABY TWOJA PRACA  
BYŁA BEZPIECZNA.**

- Czy przystępując do pracy jesteś ubrany w odzież roboczą i buty z podeszwą antypoślizgową i podnoskiem?
- Czy drabina jest w dobrym stanie technicznym i o odpowiedniej długości?
- Czy stosujesz dodatkowe środki bezpieczeństwa w celu zapewnienia stabilności użytkowanej drabiny?
- Czy znasz i stosujesz zasady bezpiecznego korzystania z drabiny?
- Czy nie przeciążasz drabiny?
- Czy stosujesz zasadę trzech punktów podparcia w czasie korzystania z drabiny (stopy i przynajmniej jedna ręka)?
- Czy, w trakcie pracy na drabinie, przenosisz narzędzia, wyposażenie lub drobne przedmioty, w torbie lub przyłączone do pasa narzędziowego?

## Odzież robocza i ochronna

- Do prac na drabinie należy zakładać odzież roboczą. Poły bluzy należy zapiąć, a mankiety rękawów nie mogą luźno zwiśać. Powinno się także założyć pełne buty z podeszwą antypoślizgową.
- Przy pewnych czynnościach związanych z wykorzystaniem drabiny powinno się także używać rękawic roboczych i hełmu ochronnego z aktualnym terminem użytkowania (określonym przez producenta) oraz innych środków ochrony indywidualnej, w zależności od występujących zagrożeń (np. szeleki z linką i urządzeniem samohamownym przy pracy na drabinie na wysokości powyżej 2 m).

## Bezpieczeństwo pracy na drabinie

Prace wykonywane na drabinie i z drabiny zaliczane są do prac szczególnie niebezpiecznych, dlatego przed przystąpieniem do nich należy zapoznać się z instrukcją bezpiecznego korzystania z drabiny.

- Bezpieczeństwo pracy z użyciem drabiny można zapewnić przez:
  - właściwy dobór drabiny do wykonywanej pracy,
  - każdorazowe przeglądy jej stanu technicznego,
  - prawidłowe użytkowanie sprzętu,
  - podjęcie odpowiednich środków ostrożności.
- Drabina przenośna powinna być wykorzystywana zgodnie z jej przeznaczeniem, w sposób gwaran-

tujący bezpieczeństwo użytkownika oraz osób przebywających w pobliżu.

- W przypadku wykorzystywania drabiny wieloczęściowej łączonej lub wysuwanej, nie wolno dopuścić do przemieszczania się różnych części względem siebie.
- Drabina może być wykorzystywana jako stanowisko robocze przy pracy na wysokości, tylko jeżeli z uwagi na niski poziom ryzyka oraz krótkotrwałe wykonywanie pracy – nie jest konieczne wykorzystanie bardziej bezpiecznego sprzętu roboczego, np. rusztowań lub podestów roboczych.
- Drabiny nie wolno przeciążać – waga użytkownika wraz z wyposażeniem nie może przekraczać nośności drabiny określonej przez producenta.
- Obowiązkiem użytkownika jest dostosowanie się do oznaczeń i informacji o bezpiecznych sposobach użytkowania, znajdujących się na drabinie.

## Przygotowanie drabiny przystawnej

- Przed użyciem drabiny należy każdorazowo sprawdzić jej stan techniczny.
- Należy upewnić się, że podłoże, na którym stawia się drabinę jest równe, twarde i nieśliskie.
- Należy właściwie zamocować i zabezpieczyć drabinę przed poślizgiem. W tym celu trzeba znaleźć mocny punkt podparcia dla górnej części drabiny (nie wolno opierać drabiny np. o plastikową rynnę)

i zabezpieczyć oba górne końce podłużnic, np. montując drabinę na specjalnych hakach lub przywiązując obie podłużnice do elementu stałego.

- Górna krawędź drabiny powinna wystawać minimum 75 cm ponad poziom, na który prowadzi, chyba, że zastosowano inne zabezpieczenie przed upadkiem, np. zapewniono bezpieczny i stabilny uchwyt dla rąk.
- Drabinę należy ustawić pod kątem od 65° do 75°. Obowiązuje zasada 4 do 1 – na każde 4 jednostki w górę 1 jednostka wstecz, co oznacza, że przy drabinie o długości 4 m dolne końce podłużnic powinny być ustawione 1 m np. od ściany, o którą drabina jest oparta.
- Jeśli drabina jest rozstawiana obok słupów lub rur, należy ją do nich przymocować.
- Należy użyć stabilizatora znajdującego się u dołu drabiny, aby zabezpieczyć ją przed przewróceniem.

## Korzystanie z drabiny przystawnej

- Na drabinie może przebywać tylko jedna osoba.
- Wchodzić i schodzić należy tylko przodem do drabiny, trzymając się rękoma szczebli, a nie podłużnic. Podczas wchodzenia szczeble powinno się trzymać nachwytem.
- Należy pamiętać o trzech punktach podparcia na drabinie – dwie stopy i dłoń lub dwie dłonie i stopa, powinny stykać się z drabiną.



Podczas wejścia stosuj 3 punkty podparcia, a szczeble trzymaj nachwytem.

- Należy stać przodem do drabiny w taki sposób, aby znajdować się między podłużnicami. Należy unikać wnoszenia i znoszenia ciężkich przedmiotów po drabinie – maksymalne obciążenie wynosi do 10 kg.
- Podczas wchodzenia nie wolno wnosić nic na rękach. Do przenoszenia narzędzi, wyposażenia lub drobnych przedmiotów należy używać np. toreb lub pasów narzędziowych. Szczegół należy chwycić dłońmi.
- Nie wolno stać na jednym z trzech najwyższych szczebli drabiny przystawnej, chyba że na ostatnim szczeblu zapewniono zabezpieczenie przed upadkiem, np. uchwyt dla rąk. Sprzączka paska (Twój pępek) powinna znajdować się pomiędzy podłużnicami drabiny, a obie stopy powinny stać na tym samym szczeblu. Nie należy wychylać się poza obrys drabiny.

## Przygotowanie drabiny rozstawnej

- Przed użyciem drabiny należy sprawdzić każdorazowo jej stan techniczny.
- Należy sprawdzić czy podłoże, na którym stawia się drabinę jest równe, twarde i nieśliskie.
- Należy zapewnić wystarczającą ilość miejsca do pełnego rozstawienia drabiny.
- Drabinę należy ustawić tak, aby zabezpieczenie, w postaci np. łańcuszka czy linki, było całkowicie napięte. Dodatkowo należy stosować mechanizmy blokujące.

## Korzystanie z drabiny rozstawnej

- Nie należy podczas pracy stać okraciem na szczyście drabiny.
- Korzystając z drabiny nie wolno stać na jednym z dwóch najwyższych szczebli drabiny, chyba że jest wyposażona w bezpieczny uchwyt dla rąk.
- Nie należy wykonywać pracy, stojąc bokiem do drabiny.
- Drabina powinna być ustawiona tak, aby możliwe było osiągnięcieżądanego miejsca bez potrzeby nadmiernego wychylania się.
- Gdy pracujący ma zajęte ręce, powinien mieć możliwość podparcia się biodrem lub udem, dla zachowania równowagi.

## Bezpieczne korzystanie z drabiny to także:

- zapewnienie asekuracji drugiej osoby, przede wszystkim przy wchodzeniu i schodzeniu,
- oznakowanie strefy niebezpiecznej w przypadku zagrożenia upadkiem przedmiotów z wysokości,
- zabezpieczenie przedmiotów wykorzystywanych podczas pracy, przed ich przypadkowym upadkiem z wysokości,
- zadbanie, aby w pobliżu drabiny nie znajdowały się pozostawione maszyny, urządzenia, narzędzia czy przedmioty codziennego użytku (np. wiadra) – upadek na nie z wysokości może skończyć się tragicznie.
- robienie regularnych przerw przy długotrwałej pracy na drabinie,
- unikanie zeskakiwania z drabiny, nawet z niedużych wysokości – z drugiego, czy trzeciego szczebla – taki skok może prowadzić do urazu.

## Konserwacja, przeglądy i przechowywanie

- Drabinę należy poddawać regularnej konserwacji i okresowym przeglądom technicznym. Szczególną uwagę trzeba zwracać na stan elementów konstrukcyjnych drabiny, połączeń, elementów podporowych oraz dolnych końców drabiny, które nie mogą być połamane, pogięte, nadmiernie zużyte, poluzowane czy niezabezpieczone przed przesunięciem.
- Drabinę należy przechowywać tak, aby nie narażała jej na działanie czynników atmosferycznych.

## Dobre praktyki

Dobłą praktyką będzie:

- zabezpieczanie drabiny przed dziećmi. Dotyczy to także drabiny służącej do wejścia na silos – po użyciu drabiny, w przypadku braku zabezpieczenia fabrycznego, należy zdemontować i zabezpieczyć drabinę lub jej dolny element,

- w przypadku konieczności ustawienia drabiny przed drzwiami, które mogą zostać nagle otwarte – zabezpieczenie ich przez zamknięcie na klucz od strony drabiny,
- używanie drabiny do zejścia z przyczepy po ułożeniu na niej materiałów przestrzennych, np. kostek słomy.

## Nie wolno!

- **Używać drabiny niezgodnie z przeznaczeniem.**
- **Stosować drabiny uszkodzonej lub wykonanej z nieodpowiednich materiałów, np. resztek tartacznych.**
- **Ustawiać drabiny na niestabilnym podłożu.**
- **Używać drabiny rozstawnej jako przystawnej.**
- **Stosować drabiny, jako drogi stałego transportu, a także do przenoszenia ciężarów o masie powyżej 10 kg.**
- **Opierać drabiny przystawnej o śliskie płaszczyzny, o objekty lekkie lub wywrotne albo o stopy materiałów, które nie zapewniają stabilności drabiny.**
- **Ustawiać drabin w bezpośrednim sąsiedztwie maszyn i innych urządzeń – w sposób stwarzający zagrożenie dla użytkowników drabin.**
- **Wchodzić i schodzić plecami do drabiny.**
- **W pojedynkę przenosić drabiny powyżej 4 m długości.**
- **Wykonywać – z drabiny przystawnej – robót murarskich i tynkarskich.**
- **Wykonywać – z drabiny przystawnej – robót ciesielskich, na wysokości powyżej 3 m.**
- **Wykonywać – z drabiny rozstawnej – robót malarskich, na wysokości powyżej 4 m.**
- **Rozstawiać drabin na ruchomym podłożu, typu palety, cegły, dźwigi, rusztowania, łyżki koparek, pomosty robocze.**
- **Wykonywać prac w bezpośrednim sąsiedztwie napowietrznej linii energetycznej.**
- **Przerabiać i naprawiać drabin we własnym zakresie oraz malować drabin drewnianych.**