

# Βασικοί Κανόνες για την Υγεία και Ασφάλεια στις Δραστηριότητες Σκυροδέματος

## ΕΙΜΑΙ ΠΑΝΤΑ ΣΕ ΕΓΡΗΓΟΡΣΗ



### Χρησιμοποιώ πάντα τα κατάλληλα ΜΑΠ

1. Ελέγχω πάντα τα ΜΑΠ πριν τα χρησιμοποιήσω
2. Σιγουρεύομαι ότι εφαρμόζουν σωστά
3. Χρησιμοποιώ τα ΜΑΠ με σωστό τρόπο



### Τηρώ πάντα το LOTOTO

1. Εφαρμόζω το LOTOTO σε σταθερό και κινητό εξοπλισμό. Απομονώνω και εκτονώνω όλες τις μορφές ενέργειας
2. Ανεξάρτητα πόσο σύντομη, μικρή ή έκτακτη είναι μια εργασία
3. Ανεξάρτητα από το χρόνο που χρειάζεται να να εφαρμοσώ το LOTOTO
4. Εφαρμόζω το LOTOTO πριν αφαιρέσω ένα προστατευτικό ασφαλείας



### Οδηγώ με ασφάλεια το όχημα μεταφοράς σκυροδέματος

1. Ελέγχω το όχημά μου πριν ξεκινήσω. Δεν ξεκινώ εάν υπάρχουν ελλείψεις στο βασικό εξοπλισμό ασφαλείας
2. Οδηγώ αμυντικά
3. Συντηρώ το όχημά μου με βάση τις οδηγίες του κατασκευαστή
4. Προφυλάσσομαι από ανατροπή του οχήματος, λαμβάνοντας τα κατάλληλα μέτρα κατά την οδήγηση σε δρόμους ή κατά την πρόσβαση σε εργοταξιακούς χώρους



### Εισέρχομαι σε περιορισμένο χώρο μόνο όταν υπάρχει επιτηρητής έξω από αυτόν

1. Εγκαταλείπω το χώρο εάν παρατηρήσω οποιαδήποτε αλλαγή, όσο μικρή και αν είναι
2. Εάν είμαι επιτηρητής, προσέχω συνεχώς όλες τις δραστηριότητες εντός του χώρου



### Προστατεύομαι από πτώση από ύψος

1. Αναγνωρίζω τον κίνδυνο πτώσης από ύψος πριν εκτελέσω μια εργασία
2. Για εργασία σε ύψος πάνω από 75cm προστατεύομαι πάντα από κγκλιδωμά ή φοράω ζώνη ασφαλείας
3. Εφαρμόζω πάντα τον κανόνα των 3 σημείων σε κάθετες σκάλες, σε σταθερό και κινητό εξοπλισμό
4. Χρησιμοποιώ με σωστό τρόπο τον εξοπλισμό προστασίας από πτώση



### Τοποθετώ με ασφάλεια την αντλία σκυροδέματος στο έργο

1. Τηρώ τις αποστάσεις ασφαλείας από ηλεκτρικές γραμμές
2. Τηρώ τις αποστάσεις ασφαλείας από σκάμματα, πρανή και λάκκους
3. Ανοίγω πλήρως τα ποδαρικά
4. Τοποθετώ την κατάλληλη έδραση στα ποδαρικά



### Δεν παρεμβαίνω και δεν παρακάμπτω οποιαδήποτε διάταξη ή διαδικασία ασφαλείας

1. Αναφέρω οποιαδήποτε δυσλειτουργία στον εξοπλισμό ασφαλείας σταθερού και κινητού εξοπλισμού
2. Αναφέρω πάντα τυχόν δυσκολίες στην εφαρμογή μιας διαδικασίας
3. Δεν τροποποιώ τις διατάξεις ασφαλείας χωρίς άδεια των Υπευθύνων



### Δεν χειρίζομαι εξοπλισμό για τον οποίο δεν διαθέτω την κατάλληλη άδεια

1. Επιβεβαιώνω πάντα την καταλληλότητα του εξοπλισμού για την εργασία
2. Ελέγχω πάντα τον εξοπλισμό πριν την έναρξη της εργασίας



### Δεν εργάζομαι υπό την επήρεια αλκοόλ ή άλλων ουσιών

1. Συμβουλευόμαι τον Ιατρό Εργασίας εφόσον λαμβάνω συνταγογραφούμενα φάρμακα



### Δεν χρησιμοποιώ το κινητό τηλέφωνο όταν οδηγώ

1. Δεν κρατώ το τηλέφωνο όταν οδηγώ
2. Ακόμα και όταν είμαι σταματημένος στο φανάρι, στην κίνηση ή επιβλέπω κάποιον εκπαιδευόμενο οδηγό



### Φοράω πάντα ζώνη ασφαλείας

1. Επιβεβαιώνω ότι όλοι οι επιβάτες κάνουν το ίδιο

**ΑΣΦΑΛΩΣ  
ΚΑΙ ΠΡΟΣΕΧΩ**