

# ZLB.02-INS.BHP.VWAW.211

## INSTRUKCJA BHP PRZY PRACACH ZWIĄZANYCH Z ZAŁADUNKIEM I ROZŁADUNKIEM

### 1) OGÓLNE WYMAGANIA

Do pracy przy załadunku i rozładunku może zostać dopuszczony pracownik który posiada:

- 1) odpowiednie kwalifikacje,
- 2) aktualne szkolenie z zakresu bhp, ogólne i stanowiskowe,
- 3) aktualne orzeczenie lekarskie o braku przeciwwskazań do pracy na danym stanowisku,
- 4) został przeszkolony w zakresie technologii i obsługi urządzeń transportowych.

### 2) PODSTAWOWE ZASADY BHP/PPOŻ.

- 1) Zapoznać się z przepisami bhp przy pracach związanych z załadunkiem i rozładunkiem.
- 2) Stosować SOI: odzież ochronną, obuwie ochronne, kask, rękawice ochronne i kamizelkę odblaskową.



STOSUJ ODZIEŻ  
OCHRONNĄ



STOSUJ OBUWIE  
OCHRONNE



STOSUJ  
KASK



STOSUJ  
OCHRONĘ RĄK



STOSUJ KAMIZELKĘ  
ODBLASKOWĄ

- 3) Wykonywać prace związane z załadunkiem i rozładunkiem z zachowaniem szczególnej ostrożności, w sposób zapewniający bezpieczeństwo pracowników oraz chroniący od uszkodzeń lub zniszczenia materiałów i mienia.
- 4) Rozładunek i załadunek ręczny stosować tylko wówczas gdy nie ma możliwości wykorzystania sprzętu zmechanizowanego.
- 5) Przy obsłudze urządzeń transportu zmechanizowanego mogą być zatrudnione osoby o kwalifikacjach właściwych do obsługi określonego urządzenia znający dokumentację DTR używanych urządzeń, która musi być dostępna do wglądu przez cały okres użytkowania.



PRZECZYTAJ  
INSTRUKCJĘ

### 3) PODSTAWOWE CZYNNOŚCI PRZED ROZPOCZĘCIEM PRACY

- 1) Zapoznać się z instrukcją dotyczącą obsługi urządzenia transportowego i transportu ręcznego.
- 2) Przed przystąpieniem do rozładunku lub załadunku zaplanować bezpieczny przebieg prac.
- 3) Przed rozładunkiem przygotować miejsce do składowania spełniające odpowiednie wymogi.
- 4) Miejsce rozładunku i załadunku, z wykorzystaniem sprzętu mechanicznego, musi być odpowiednio zabezpieczone (wygradzona strefa niebezpieczna).
- 5) Zabezpieczyć pojazd mechaniczny (z którego będzie zdejmowany lub na który będzie ładowany materiał) przed przypadkowym przemieszczeniem.
- 6) Wyłączyć silnik pojazdu.
- 7) Przy korzystaniu z urządzeń mechanicznych należy pamiętać o sprawdzeniu każdorazowy ich stanu technicznego.

#### 4) PODSTAWOWE CZYNNOŚCI PO ZAKOŃCZENIU PRACY

- 1) Wykorzystywane urządzenia transportowe pozostawić w wyznaczonym miejscu.
- 2) Uporządkować miejsce załadunku lub rozładunku.
- 3) Zabezpieczyć urządzenia transportowe przed dostępem osób nieuprawnionych.

#### 5) ZASADY I SPOSOBY BEZPIECZNEGO WYKONANIA PRACY

- 1) Do rozładunku i załadunku używać należy dźwigu (w tym Hydraulicznego Dźwigu Samochodowego), suwnicy lub wózka widłowego o udźwigu dostosowanym do transportowanego ciężaru. Wszystkie urządzenia pomocnicze (zawiesia, chwytaki) muszą spełniać wymagania określone w przepisach.
- 2) Załadunek i rozładunek materiałów należy przeprowadzać według zasad i przepisów ruchu wewnątrzzakładowego.
- 3) Masa ładunków przemieszczanych przy użyciu środków transportowych nie może przekraczać dopuszczalnej nośności lub udźwigu danego środka transportowego.
- 4) Masa i rozmieszczenie ładunków musi zapewniać bezpieczne warunki przewozu i rozładunku.
- 5) Materiały należy układać na środkach transportu w sposób stabilny.
- 6) Przewożone materiały należy zabezpieczyć przed upadkiem, przemieszczeniem, uszkodzeniem, rozlaniem, rozsypaniem lub przewróceniem.
- 7) Podczas ręcznego podnoszenia przedmiotów należy zachować właściwą pozycję:
  - a) podejść możliwie najbliżej przedmiotu, znaleźć stabilną pozycję
  - b) ugnij nogi w kolanach
  - c) chwyć przedmiot za uchwyty lub za podstawę
  - d) podnieś go jednocześnie prostując nogi w kolanach, biodrach oraz utrzymując wyprostowany grzbiet.
  - e) podnosząc ciężar, nie pochylaj głowy
  - f) unika skrętu (rotowania) tułowia
- 8) Przedmioty drobne należy transportować w pojemnikach.
- 9) Transport środków chemicznych określa ZLB.02-INS.BHP.VWAW.207 Instrukcja BHP przy magazynowaniu substancji chemicznych.
- 10) Przedmioty o długości ponad 4 m i wadze ponad 30 kg należy przemieszczać w co najmniej dwie osoby.
- 11) Załadunek i rozładunek zespołowy musi odbywać się według poniższych przepisów:
  - a) pracą zespołową kieruje jeden pracownik,
  - b) ciężar przemieszczanych przedmiotów nie może przekraczać określonych norm (500 kg dla mężczyzn, 200 kg dla kobiet),
  - c) do zespołowego przemieszczania przedmiotów dobrać pracowników pod względem wzrostu i siły,
  - d) odstęp między pracownikami muszą wynosić minimum 0,75 m,
  - e) pracownicy transportujący długi przedmiot muszą znajdować się po tej samej stronie,
  - f) podnoszenie przedmiotów musi odbywać się równocześnie i na komendę kierującego zespołem.
- 12) Ręczny załadunek lub rozładunek przedmiotów musi odbywać się zgodnie z ustalonymi normami transportu ręcznego.
  - a) dla mężczyzn – 50 kg w pracy dorywczej i 30 kg w pracy stałej
  - b) dla kobiet – 20 kg w pracy dorywczej i 12 kg w pracy stałej
- 13) W trakcie przemieszczania materiałów z wykorzystaniem ręcznych wózków transportowych nie przekraczać dopuszczalnej normy ładunku 450 kg (ładunek + masa wózka).

#### Nie wolno:

- a) korzystać z urządzeń transportowych nie posiadających aktualnych badań UDT (jeżeli są wymagane) lub innych badań kontrolnych, przeglądów (jeżeli przepisy tego wymagają),
- b) korzystać z urządzeń wyłączonych z eksploatacji lub uszkodzonych,
- c) nie stosować się do oznaczeń na wewnętrznej drodze transportowej,
- d) korzystać z urządzeń transportowych bez odpowiedniego przeszkolenia i uprawnień,

- e) wykonywać prace transportowe samodzielnie, które powinny być wykonywane zespołowo,
- f) przekraczać obowiązującą normę dźwigania ręcznego,
- g) stosować niewłaściwy sprzęt pomocniczy do mocowania i przemieszczania ładunku,
- h) ładować materiały niezgodnie z przepisami oraz niewłaściwie je składować,
- i) transportować ładunki bez odpowiedniego zabezpieczenia przed zsunięciem się, upadkiem,
- j) nie stosować się do poleceń osoby kierującej pracą zespołową przy załadunku i rozładunku materiałów,
- k) pozostawiać bez nadzoru maszyny i urządzenia transportowe,
- l) prowadzić samodzielnej naprawy urządzeń transportowych.

## 6) UWAGI

**W przypadku stwierdzenia nieprawidłowości w działaniu urządzeń transportowych, należy natychmiast je wyłączyć z użytkowania oraz niezwłocznie zawiadomić o tym fakcie przełożonego**

**Każdy zaistniały wypadek przy pracy należy niezwłocznie zgłosić przełożonemu, a miejsce pracy, na którym doszło do wypadku, zabezpieczyć przed dostępem osób niepowołanych.**

**W razie wątpliwości, co do stanu bezpieczeństwa pracy, pracownik ma prawo przerwać pracę i zwrócić się do przełożonego o wyjaśnienie sytuacji.**



DATA OPRACOWANIA: 2020-03-16

DATA AKTUALIZACJI: 2026-03-31

OPRACOWAŁ:

Paweł Kempisty

podpis

ZWERYFIKOWAŁ (BHP):

Paweł Gierwatowski

podpis

ZATWIERDZIŁ:

Prezes Zarządu

Paweł Orlof

podpis

2026-04-01

