



ПАМЯТКА

по охране труда при проведении субботника

✓ До начала работ	Инструктаж Средства индивидуальной защиты (СИЗ) Осмотр инструмента и рабочей зоны			
✗ Во время работы	Движение навстречу пешеходам Находиться лицом к транспорту (5-7 м) Убирать острые предметы инвентарем Грабли зубьями вниз Перерывы и обогрев			
✗ Запрещается	Скользкая обувь Приближение к проводам Превышение норм подъема Работа при ухудшении метеоусловий Трамбовать мусор прыжками			
📦 Нормы подъема тяжестей	Категория	Постоянно в течение смены	При чередовании с другой работой (до 2 раз в час)	Разовый подъем (без перемещения)
	Мужчины	15	30	50
	Женщины	7	10	15
🚩 По окончании работ	Сдать инструмент, инвентарь, СИЗ Мытье, дезинфекция рук Доклад руководителю			
При несчастном случае	Прекратить работу Освободить пострадавшего, убедившись в собственной безопасности Оказать первую помощь Вызвать скорую медицинскую помощь 103 Сообщить руководителю При необходимости помочь с транспортировкой			
☎ При аварии	Экстренные службы: 112, 101, 103			