



VARSKO
HER

8614.8
N764



VARSKO
HER

NORGES
VASSDRAGS- OG ELEKTRISITETSVESEN
BIBLIOTEK
HB

Norges vassdrags- og elektrisitetsvesen
DIREKTORATET FOR STATSKRAFTVERKENE 1964

5614.8

N76v

... G E N E R E L T O M

ek1



V E R N E A R B E I D E T

De fleste som har vært tilknyttet anleggsyrket over et noe lengre tidsrom, har sikkert i en eller annen form opplevd arbeidsulykker eller tilfeller til ulykker på nært hold. De kan ha vært utsatt for ulykker selv, eller de kan ha sett sine arbeidskamerater bli rammet. Kunne noen av ulykkene vært unngått, eller har alle vært av slik beskaffenhet som gjerne blir betegnet som «hendelige uhell»? Det er umulig for ledelsen å gi uttømmende retningslinjer for å hindre ulykker, men de tiltak som håndboken behandler og som ellers blir satt i verk, har vår ledelses fulle støtte. Ledelsen understreker så sterkt som mulig, at alt arbeid skal legges opp slik at sikkerheten skal vies største oppmerksomhet.

Et tillitsfullt samarbeid mellom arbeidsgiver og arbeidstaker er en av de viktigste forutsetninger for å oppnå trygge og sikre arbeidsplasser.

Følgende 4 punkter er særskilt viktige i vernearbeidet:

1. Orden.
2. Omtanke og forsiktighet.
3. Ansvarsfølelse.
4. Hjelp til nyansatte.

Selv om vi har et organisert vernearbeid ved anlegget, og det er en selvfølge at gitte forskrifter skal følges og iverksatte vernetiltak respekteres, så fritar ikke dette den enkelte arbeider og arbeidsleder fra å vise omtanke og forsiktighet i det daglige arbeid.

Plakater, forskrifter etc. kan aldri dekke alle de situasjoner som oppstår på et anlegg. Det arbeid en utfører skal heller ikke representere noen fare for andre arbeidere, i eller utenfor ens egen arbeidstid.

La oss si det slik at orden, omtanke og forsiktighet, ansvarsfølelse og hjelp til nyansatte må inn i alles bevissthet og være ledetråden i dagliglivets gjerning. Denne publisasjon skal være et ledd i dette arbeid.

Vi vil her peke på at nyansatte fra første stund må bli tatt hånd om og instruert om sitt fremtidige virke og herunder de faremuligheter som deres arbeid fører med seg.

Generelt kan man si at vernearbeidet skal søke å skape trygge forhold, men ved siden av trygghet også søke å skape trivsel. Velferdstiltak er derfor i mange henseende et ledd i vernearbeidet. For å få effekt ut av dette arbeid må det baseres på et godt samarbeid såvel mellom arbeidskamerater som mellom arbeidere og ledelse. La oss derfor i fellesskap arbeide for at Statskraftverkene skal få et fruktbringende resultat av sitt vernearbeid — et mål som gagnar oss alle.

Organisering.

Innen alle våre anlegg er vernearbeidet i store trekk organisert etter Vern og Velferds normalplan for vernearbeid.



Ethvert anlegg er delt opp i verneområder med hvert sitt verneombud og et sentralt verneutvalg.

Hovedverneombudet har alltid sete i verneutvalget, ved siden av representanter fra arbeidslederne og toppledelsen.

Ansvar.

Det er Arbeidervernloven som lovhjemler vernearbeidet. Denne lov pålegger arbeidsgiver og arbeidstaker bestemte plikter. Det fremgår av Arbeidervernloven at ledelsen har ansvaret for iverksetting av vernetiltak. Arbeiderne er på sin side ifølge loven forpliktet til å medvirke til at vernetiltakene blir gjennomført.

Arbeiderne er bl. a. forpliktet til å bruke det personlige verneutstyr som blir stilt til disposisjon av bedriften.

Arbeidslederen skal gjennom opplæring og trening gjøre de ansatte oppmerksom på de farer som er forbundet med arbeidet eller er på arbeidsstedet, og gi veiledning om hvordan farer kan unngås. Det er videre arbeidslederens oppgave å påse at ingen utfører arbeid som han ikke er kvalifisert til eller egnet for.

Ved ulykke eller tilfelle til ulykke, skal arbeidslederen straks undersøke årsaksforholdet og søke å rette dette for å hindre gjentakelse.

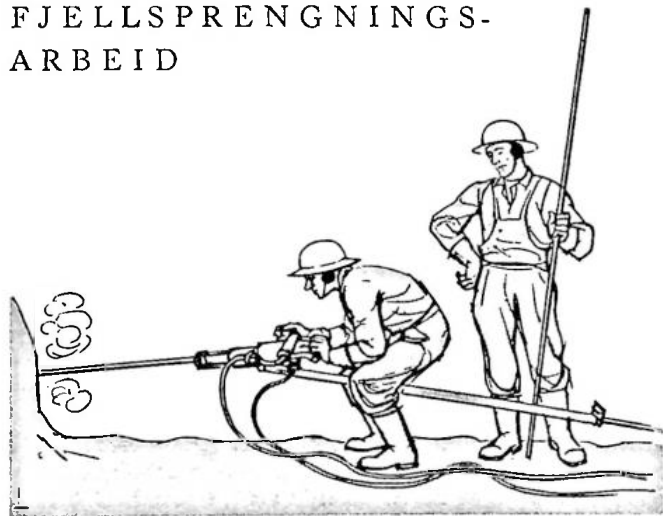
Har hendelsen ført til skade, skal han straks avgi skriftlig rapport til sin nærmeste overordnede.

Arbeidslederens ansvar fritar ikke de ansatte fra selv å bedømme faremomenter og sine egne evner til å utføre arbeidet sikkert.

Arbeidernes tillitsmenn, verneombudene, skal på sin side virke for gjennomføring av sunne og trygge arbeidsforhold.

Finner et verneombud at det er feil eller mangler, skal han melde fra om dette til nærmeste overordnede. Verneombudet skal innen rimelig tid ha fått et svar.

FJELLSPRENGNINGS- ARBEID



Sprengstoff.

For enhver befatning med sprengstoff må vi understreke betydningen av at personalet kjenner bestemmelsene for behandling av sprengstoff og selvsagt følger dem. Tunnelbasen må være oppmerksom på fare for selvtenning under ladning, og følge de instruksjer og rutiner som er lagt opp i forbindelse med tordenvær og ved evt. overledninger. For transport av sprengstoff må det vises den største varsomhet.

Alle de triste ulykker som har skjedd p.g.a. boring i gammel dynamitt (igjenstående dynamitt i borhull) bør mane oss til største grad av forsiktighet. Skal dynamitt fjernes fra borhull bør den om mulig spyles ut med vann — ikke luft.

Sprengstoff må ikke utsettes for støt eller sterk varme, f. eks. åpen ild, og heller ikke for fuktighet.

Fenghetter må ikke oppbevares så nær det øvrige sprengstoff at de ved en eksplosjon kan bringe også dette til å eksplodere. For øvrig skal både sprengstoff og fenghetter oppbevares i låsbar innretning med varselsskilt. Under ingen omstendighet må sprengstoff og fenghetter legges igjen på arbeidsplassen, i hvilebuer o.l. på en slik måte at det er tilgjengelig for uvedkommende.

Selve mottakingen og lagringen av sprengstoff er arbeidslederen ansvarlig for, mens ansvaret for det utleverte sprengstoff, til bruk under arbeid, påhviler skytebasen.

Statens Arbeidstilsyn's «Regler for bruk av sprengstoff» skal utleveres til den som behandler sprengstoff. Skytebasen plikter å sette seg nøye inn i forskriftene.

Pressluft og pressluftutstyr.

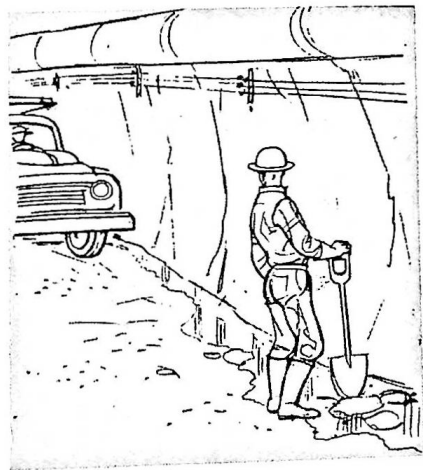
Ved bruk av luftverktøy må du påse at slanger er skikkelig tilkopleet og at de er sikret mot å løsne under arbeidet.



Du må aldri rette luftverktøy mot noen person. Når det legges ned skal det peke i en retning hvor det ikke kan skje noen skade om avtrekkeren skulle bli rørt. Fjern alltid boret eller det spesielle verktøy du har i lufthammeren når den ikke er i bruk.

Når trykkluften brukes riktig byr den ikke på større farer. Men dessverre blir den av og til misbrukt f. eks. til å blåse bort støv, spon o.l. på arbeidsplasser og på klærne. Rett derfor aldri luftstrålen mot deg selv eller andre, det kan være direkte livsfarlig.

Det vises til rundskriv nr. 192 fra Statens Arbeidstilsyn «Sikkerhetsregler for trykkluftanlegg».

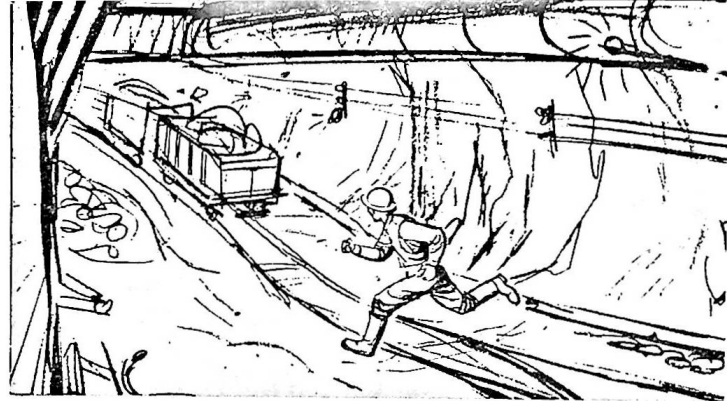


Arbeid i beferdet område.

Før du setter i gang arbeid i beferdet område, må alle tiltak som skal tjene til vern både for deg selv og andre, være utført.

Er det fare for at noe kan falle ned under arbeidet, må området sperres av, eller faremuligheten varsles med skilt eller vakt.

Lok- og bilførere må utvise største forsiktighet under kjøring i tunneler og på tipp. Bruk ikke unødig stor hastighet av hensyn til andre som arbeider i det beferdede området.



Varsling under sprengning.

Varsling i forbindelse med sprengning er ikke bare ønskelig, men også nødvendig. Det er mange hjelpemidler for varsling så som lyd, lys, tegn, skilt, farger, direkte kontakt osv. Men du skal være oppmerksom på at ikke alle former for varsel dekker de forskjellige behov i samme grad.

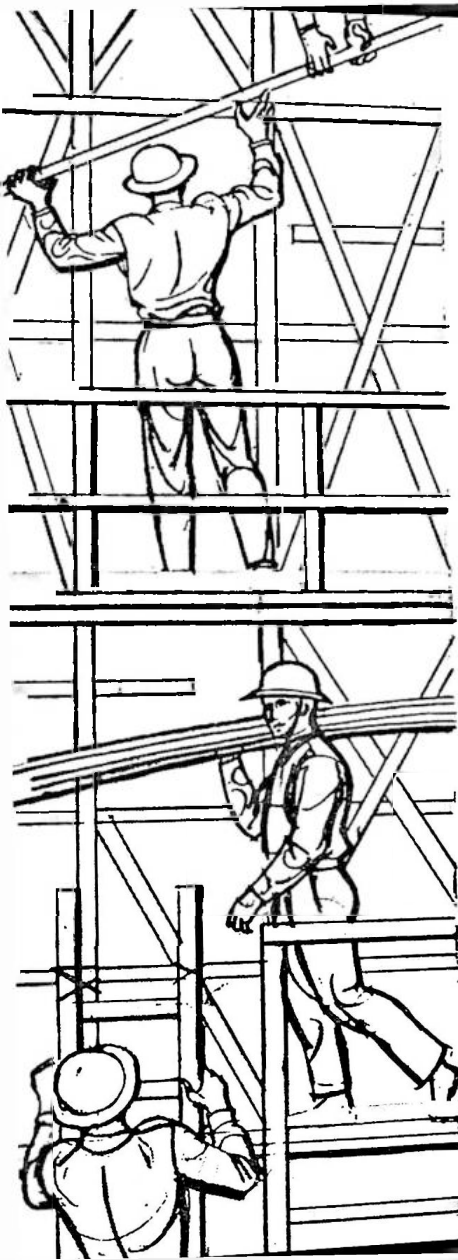
Det må vurderes i hvert enkelt tilfelle. Sett ikke opp et varsel bare med den bakgrunn at du selv skal «ha ryggen fri».

Sørg for at varslet virker effektivt og at det tjener det ønskelige formål.

Du må selv respektere varslet og påse at andre gjør det. For varselmerking og tegn vises til Norsk Standard nr. 814.

Ekshaust og «ladd».

I tunneler og sjakter kan det ved sprengning utvikles giftige og skadelige gasser. Disse må ned på et forsvarlig nivå, før du setter i gang arbeidet. Det samme gjelder for ekshaust.



BYGNINGS- ARBEID

Arbeid i høyden, på stillas, stiger etc.

Er du uvant med å arbeide i høyden eller føler deg uvel med dette arbeid, så meld fra til din arbeidsleder.

Vær særlig aktsom overfor andre som arbeider eller oppholder seg under der det arbeides. Ta godt vare på verktøy og løse ting så det ikke faller noe ned og forårsaker ulykker. Bruk sikkerhetsbelte og/eller tau.

Stillaser er årsak til mange fallulykker — særlig fordi de blir slurvet utført.

Stillaser må være forskriftsmessig utført og vær særlig oppmerksom på at materialene er sterke nok til å bære både menneskap og materialer.

Stillaser skal ha rekkverk og fotlist for å hindre at materialer og verktøy faller ned.

Få for øvrig vekk ting som det ikke er noen hensikt å ha liggende der. Skal du nytte stige, så overbevis deg om at den er i orden, står støtt og tjener formålet.

Stigens hellingsvinkel med horisontalen bør være ca. 75 grader.

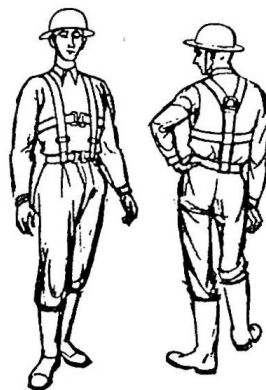
Stigen får denne helling hvis dens nedre ende settes i en avstand som svarer til $\frac{1}{4}$ av høyden til stigens øvre anleggspunkt.

Stige som reises mot et plan bør rage ca. 1 m over dette for å tjene som ledestang.

Du må sikre stigen mot glidning enten med pigger, stigesko, eller den festes på en eller annen måte. Kan ikke dette arrangeres, må du sørge for at en arbeidskamerat støtter stigen.

Reis aldri en stige mot bevegelige gjenstander eller på kasser o.l.

Vær særlig forsiktig i nærheten av strømførende ledninger.



Gravearbeid (avstivning).

Ved graving av grøfter, hull o.l. med mindre dybder enn 2 m og loddrette sider, må sidene avstives såfremt grunnens beskaffenhet kan medføre fare for ras. Ved dybder på over 2 m med loddrette sider, skal sidene alltid avstives. Skrå sider i uavstivede grøfter må i alminnelighet ved gode og stabile værforhold ha helling som ikke er større enn ca. 1 : 1.

Sørg for at gravstedet er godt opplyst.

Rekkverk, varsellys og skilter må settes opp hvor dette er nødvendig bl. a. for trafikanter.

Provisoriske kjørebroer over grøfter må opplagres slik at opplagingskreftene opptas av fast grunn, i betryggende avstand fra grøftkantene for å unngå ras. I tilfeller hvor opplagringen ikke kan skje slik, må broene understøttes fra grøftens bunn.

Bruk stige for adkomst til og fra grøften.

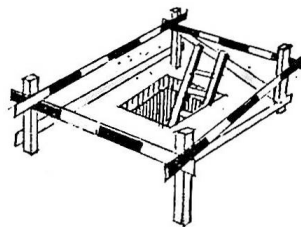
Det vises til Statens Arbeidstilsyns rundskriv nr. 151 «Rettleiing for graving og avstiving av grøfter m.v.».



Sikring av sjakter og lukeåpninger.

Sjakter, graver o.l. hvor det i disses nærhet kan forekomme passasje eller transport og dermed fare for fall, skal være dekket med kraftige lemmer, være gjerdet inn, være forsynt med rekkverk eller annet forsvarlig vern. Rekkverk bør gjerne være markert med hvite og røde felter.

I sjakter og luker bør det stilles ekstra krav til en god almenbelysning.



Lukeåpninger i gulv, bjelkelag, stillinger, plattformer skal i størst mulig utstrekning være dekket med planker eller lemmer som er sikret mot glidning eller de skal være inn-gjerdet eller avstengt med rekkverk.

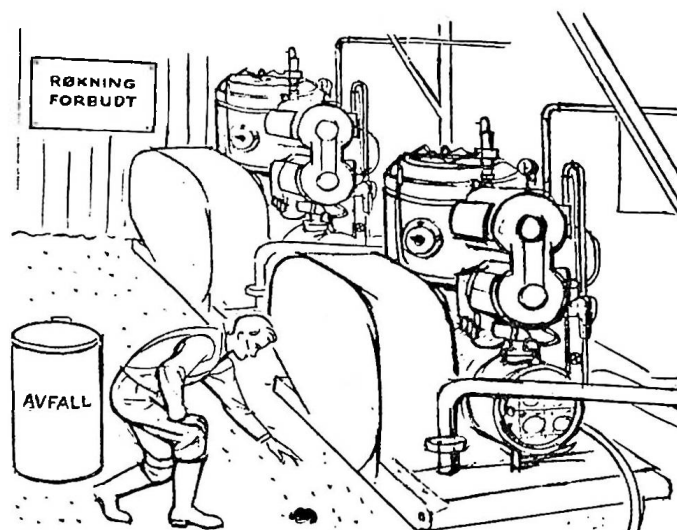
Døråpninger i yttervegg eller heisesjakter skal være sikret med kraftig bom eller rekkverk.

Alt nedrivingsarbeid forårsaker som oftest større uorden enn noe annet arbeid. Men ofte er det nødvendig uorden. Sørg for at området ved rivestedet er vernet eller sperret av slik at passering av folk kan unngås.

Vær oppmerksom på faren for å trække i spiker.

Legg materialene skikkelig i stabel eller få dem transportert til egne plasser for lagring, rensk og kontroll.

VERKSTED OG LAGER



Bensinanlegg.

De spesielle faremuligheter som bensinoppbevaring innebærer, stiller krav til største grad av aktsomhet.

Ved bensintankanlegg skal Brannstyrets instruks av 10. mai 1951 nr. 71 slås opp.

Retningslinjene i denne instruks bør redegjøres for det personalet som har med slike anlegg å gjøre.

Brannfare.

Ild er en god tjener, men en farlig herre som årlig ødelegger for ca. 100 millioner kroner — ofte går det også ut over menneskers liv og helse.

Årsakene til branner er ofte av enkleste natur, man kaster fra seg fyrstikker eller sigarettstumper, det kan skje selv-antennelse i oljet pussegarn, være glør i aske og slag, gnister fra sveise- og skjæreapparater m.m.

Oljet pussegarn, dvs. pussegarn og filler som er fuktet med olje, spesielt linolje, skal samles opp etter bruk og legges i dertil bestemte beholdere.

Vær også oppmerksom på brannfare i forbindelse med kompressoranlegg. Skulle det oppstå brann er det en god regel at du på forhånd har gjort deg kjent med hvor brannvernutstyr finnes, og at du kan bruke dette.

Husk på at i nærheten av høyspente, spenningsførende ledninger er det livsfarlig å bruke vannslanger eller håndsprøyter, her skal du bare bruke godkjente kjemiske apparater.

Maskiner.

Maskinene rår som regel over større krefter enn vi, selv den minste drevutveksling kan male i stykker det som kommer i dens nærhet. Rør derfor aldri en maskin før du har lært å håndtere den.

Bruk bare de maskiner du er beordret til.

Start aldri en maskin eller slå inn en strømbryter uten først å se etter at ikke personer eller materiell kan skades. Smøring og rengjøring må du bare utføre når maskinen står i ro.

Av og til utfører vi bevegelser helt automatisk, vi griper f. eks. lynsnart etter ting som faller ned, tar hurtig tak i et arbeidsstykke som går galt inn i maskinen. For å unngå at du skades også i slike tilfeller, må maskinen være betryggende vernet.

Tenk på at disse vern er til hjelp for deg, sørg derfor for at de er på plass og brukes riktig.



Slipingsarbeid.

Bruk av slipemaskiner innebærer spesielle farer på grunn av det store omdreiningsstallet og materialet i skivene.

Vær oppmerksom på:

1. Skiven skal være utstyrt med fast montert ansikts-skjerm — eller du selv skal bruke vernebriller.
2. Innstill anlegget etter hvert som skiven nedslites.
3. Iaktta om skiven er skadd, ujevn, fuktig eller dårlig sentrert på spindelen.

Til nærmere orientering har Statens Arbeidstilsyn utgitt «Verneregler for slipemaskiner» og Vern og Velferd har laget et skilt som gir et utdrag av nevnte regler.

Sveising og skjæring.

Det er her særlig sprut, røkmassene og lyset fra sveise-flammene som kan virke skadelig, og som du må verne deg mot. Husk også den alminnelige brannfare.

Etterlev følgende retningslinjer:

1. Bruk verneutstyr som sveisebriller eller skjerm, hansker og evt. lærforkle og vernesko/støvler.

2. Ved sveising og skjæring i trange rom er det forgiftningsfare, selv om arbeidsmaterialet er av vanlig stål. Sørg for rikelig luftveksling ev. kombinert med av-sugningsanordning og/eller personlig åndedrettsvern.
3. Under arbeid på materiale som er galvanisert eller overflatebehandlet med blyholdig maling — mønje m.m. vil skadelige metalledamper utvikles. Ta her de samme nødvendige forholdsregler.
4. Plaser ikke oxygen- og acetylen-beholdere i solsteiken eller i vedvarende fuktighet.
5. Utsett ikke de samme beholdere for slag eller rystelser.
6. Tin ikke opp en frossen reduksjonsventil ved hjelp av sveiseflamme eller annen åpen ild, bruk varmt vann.
7. Har en beholder vært utsatt for stor varmepåvirkning (brann) må området avspærres — beholderen skal grad-vis avkjøles.



Syrer og ildsfarlige væsker.

De fleste verneregler er bygget på til dels dyrekjøpte erfaringer og alminnelig sunn fornuft. Når det gjelder behandling og bruk av syrer og ildsfarlige væsker, gjør du klokt i å sette deg inn i faremuligheter, samt å få vite den riktige behandlingsmåte.



Syrer og lut er på hver sin måte etsende, bruk derfor verneklær av gummi eller plast.

Husk: Buksene utenpå støvlene.

Skal en syre fortynnes — fyll da alltid syre i vannet, aldri vann i syren, da kan en eksplosjon oppstå.

Ildsfarlige væsker som bensin, bensol, eter, lakker, fortynningsmidler m.m. må behandles overensstemmende med Brannlov og Brannstyrets instruksjoner.

Husk: Ingen røyking (eller åpen flamme).

Oppbevar ikke lett fordampbare, lett antennelige væsker i plastbeholdere.

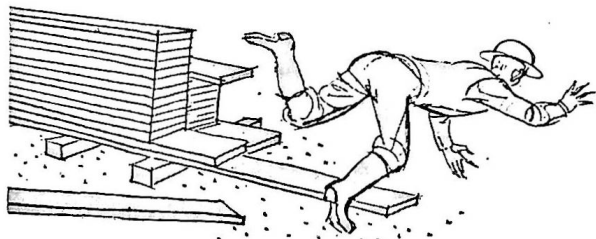
Stabling av gods.

Ved stabling av gods eller materialer er det enkle regler og sunn fornuft som skal til.

Pass på at ikke noe stikker ut fra stablen slik at forbi-passerende kan komme bort i det.

Sperr aldri dører, trapper, ferdselsveier, brannslukningsmateriell o.l.

Stabling av gods er i stor utstrekning et spørsmål om orden. La ikke vrakbord, kassebord m.m. ligge å flyte etter at stablen er klar.



Et øyeblikks omtanke kan legge år til ditt liv. Denne setning gjelder sikkert for alle arbeider, men mon tro om den ikke er spesielt viktig når det gjelder linjearbeid.

Det er tre hovedpunkter du spesielt skal vie din oppmerksomhet til her:

A. Berøringsfare.

B. Arbeid i høyden.

C. Arbeid under mast.

Er det fare for å komme i berøring med høyspenning, må det utvises den aller største forsiktighet og omtanke.

Husk: Selv om du tror og mener at elektrisk utstyr — ledninger er utkoplet, skal du for sikkerhets skyld behandle det som spenningsførende.

En viser til: Sikkerhetsbestemmelser for høyspentanlegg. Arbeider du ute i terrenget med oppsetting, nedtaking, reparasjon, maling etc. av linjeutstyr, skal du ha med deg jordingsverktøy. Jording er den eneste effektive verneanordning for spenningsførende deler som står under din kontroll ute i marken.

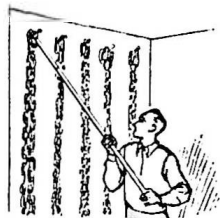
Under feilretting eller inspeksjon i ueggsomt terreng, bør to mann gå sammen.

Du bør videre unngå å arbeide ute med ledninger, wire o.l. i tordenvær.

Under arbeid i stolper, master skal du alltid ha sikkerhetsbelte på deg. Kontroller at såvel tau som belte er i orden. Og til sist, men ikke minst, fest tauet (linen) til stolpen med en gang du skal til å utføre et arbeid.

Ved arbeid i eller under mast skal du alltid bruke beskyttelseshjelm.

En viser til: Spesielle sikkerhetsregler for arbeid ved eller under stålmaster og stålkonstruksjoner.



LØFTEUTSTYR, STROPPING, BARDUNERING

Kjetting.

Kjettinger må undersøkes grundig av sakkyndig person minst en gang i året og merkes — «kontrollert».

I tillegg til dette skal kjettinger være under jevnlig tilsyn.

De skal være merket med den tillatte arbeidsbelastning (S.W.L.) med tydelig tall og bokstaver.

Tabeller som viser tillatt arbeidsbelastning (S.W.L.) for de forskjellige dimensjoner av kjetting må være oppslått på lett synlige steder. Særlig viktig er det at tabellene viser de ulike belastninger for kjettinger med to eller flere parter, når partene danner vinkler med hverandre.

En viser til:

1. Vern og Velferds «Trygg Praksis nr. 8 — Løfteredskap av kjetting».
2. Vern og Velferds tabell over tillatt arbeidsbelastning.

Wire.

Det stilles store krav til wire. Ved siden av riktig typevalg, er wirens levetid sterkt avhengig av riktig bruk (f. eks. bruk av mellomlegg), hvordan den oppbevares og vedlikeholdet (f. eks. smøring).

Wiren må ikke brukes hvis det:

- a) på en lengde lik åtte ganger diameteren kan sees at antall brutte tråder overstiger 10 % av det samlede antall tråder,
- b) vises tegn på slitasje,
- c) vises tegn til rustdannelse.

Spleiser, sjakler og kauser må nøye kontrolleres med visse mellomrom.

Ved bruk av wireklemmer, må det brukes 2—3, eller flere i passende avstand, og disse må tilsettes fra tid til annen. Ved riktig påsetting av wireklemmer skal selve wiren ligge mot klemmens plate, slik at bøylen kommer over den korte tilbakebøyde del av wiren.

En viser til: Vern og Velferds «Trygg Praksis nr. 5 — Wire (ståltau)».

GALT



RIKTIG



Fibertau.

Tauverk kan være av varierende kvalitet, avhengig av det råstoff som er brukt. Til stropper og løfteredskaper bør det ikke nyttes annet enn førsteklasses manila.

Selv førsteklasses fibertau forringes hurtig, hvis det får skjodesløs behandling og hvis det ikke blir tatt vare på under oppbevaringen i redskapsbodene.

Det er meget viktig at man vet bruddstyrken, for den er utgangspunktet for beregning av tillatt arbeidsbelastning, denne er nemlig maksimum $\frac{1}{7}$ av effektiv bruddstyrke.

Hvis ikke sertifikat er tilgjengelig kan Vern og Velferds tabeller over tillatt arbeidsbelastning nyttes som veiledning.

En viser til: Vern og Velferds «Trygg Praksis nr. 6 — Fibertau».

Kraner, stropping.

Det skal ved eller på enhver kran eller heiseinnretning være slått opp instruksjer, og den største tillatte last skal være tydelig angitt. Disse retningslinjer må overholdes på grunn av den store fare man ellers utsetter seg for.

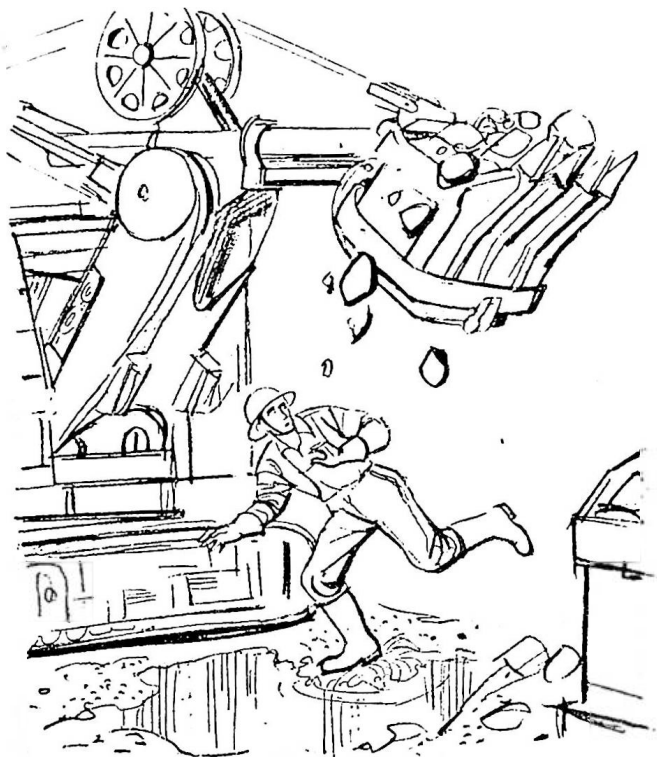
Kraner skal bare betjenes av de som er bemyndiget til dette arbeid.

Ved signalgivning til kranføreren skal nyttes fastsatte signaler.

Alle som deltar i dette arbeid skal kjenne signalenes betydning, men bare en person — signalmannen, skal gi signaler.

Når du skal foreta et hiv, er det først og fremst å vurdere vekten og typen av hivet — og så velge redskapene deretter.

Vær særlig oppmerksom på hvordan den tillatte arbeids-



belastning reduseres ved stigende vinkel mellom stroppens ben.

Og til slutt husk den viktige regel i dette arbeid:

«Gå ikke under hengende last.»

En viser til: Vern og Velferds signalskjema.

Bardunering.

Barduner tjener til forsterking — feste av stolper, master, stillaser, tårn etc. Det er derfor av største betydning at barduneringen blir utført forsvarlig, og at du selv viser den største respekt for de oppsatte barduner.

Vær oppmerksom på at barduner gjennom jordlag kan svekkes av rust. Spleiser, sjakler etc. må stadig kontrolleres nøye.

Stagskruer og strekkfisker må sikres så ikke uvedkommende kan fingre med dem eller skru dem ut.



DIVERSE

Verktøy.

Når det gjelder verktøy er det to ting som er meget viktig:

For det første: At verktøyet er i full stand.

For det andre: At verktøyet passer for jobben.

Dette fører til sikkerhet og god økonomi dersom det etterleves.

Beskadiget verktøy som f. eks. hammerhode som sitter løst på skaftet, nøkler med sprenge kjeffer, hammere — meisler med «skjegg» osv. har ført til mange skader.

Ikke minst viktig er det også å holde orden på verktøyet — bring eller legg det derfor på plass etter bruk, og si fra om ev. skader eller mangler.

Elektrisk opplegg.

Risikoen for ulykker ved elektrisk strøm foreligger i minst like stor grad på anleggsplasser som i andre industrigrener. Da de elektriske installasjoner kan ha provisorisk karakter og siitasje og påkjenning er stor, kan risikoen til og med være større innen vårt yrke.

Det er derfor meget viktig at det elektriske anlegg, særlig flyttbare ledninger, håndlamper og utstyr for øvrig, er solid utført og underkastet jevnlig kontroll.

Forsøk aldri å utføre reparasjoner av elektrisk utstyr etc. selv. Ukyndig reparasjon kan føre til store farer for deg selv og andre.

Det elektriske anlegg skal kun installeres, vedlikeholdes og repareres av fagfolk. Installasjonene skal tilfredsstillende «Forskrifter for elektriske anlegg».

Behandle den elektriske installasjonen og utstyret med respekt.

Oppdager du feil eller uregelmessigheter, meld fra til fagfolkene på stedet eller til din overordnede.

Varselfarger.

Varselfargene er gitt en begrenset og bestemt betydning for at du ikke skal være i tvil om hva de står for.

De kommer gjerne som et tillegg til andre vernetiltak, ikke i stedet for dem.

Det er fargene gul, grønn og rød i bestemte fargetoner som skal brukes.

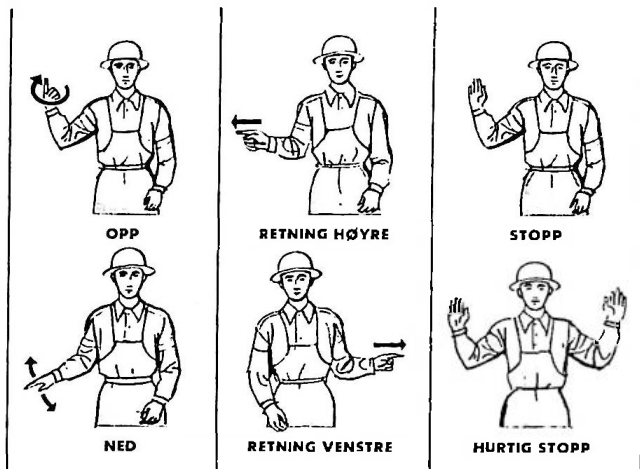
Gul — markerer farlige områder og maner til forsiktighet. Grønn — skal orientere om hvor du kan finne utstyr til førstehjelp, vern og sikkerhet.

Rød — varsler om brannvern og stopp.

For å gjøre varselfargene enda mer synlige kan de markeres eller tekstes med sort for den gule, og hvit for grønn og rød.

Signaler.

Signalgivingen bør være så tydelig som mulig for å hindre misforståelser. Derfor skal du bare bruke de faste signaler som er gjengitt nedenfor:



Personlig verneutstyr.

Man vet ikke alltid på forhånd hva som kan hende. Derfor er personlig verneutstyr til en rekke gjøremål i arbeid sikrest å bruke.

Arbeidervernlovens § 5 sier:

«Hensiktsmessig personlig verneutstyr skal om nødvendig stilles til arbeidernes rådighet der det med rimelighet kan kreves, og hvor det ikke kan tas andre forholdsregler for å oppnå tilstrekkelig vern mot ulykker og helseskader.

Arbeiderne har plikt til å bruke utstyret og til å ta godt vare på det.»

På våre anleggsplasser er det først og fremst hode, øyne, ansikt, hender og føtter som bør vernes, hertil kommer vern mot larm og helseskadelige damper og gasser.

Det aktuelle utstyr er derfor:

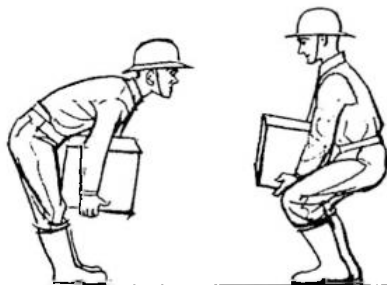
Vernehjelm, vernebriller, ansiktsskjermer, sveiseskjermer, arbeidshansker eller -votter, vernesko eller vernestøvler, sikkerhetsbelte og line, metaldampmasker, gassmasker, øreklokker, ørepropper eller glassdun — den siste lager du ørepropper av selv.

NB! Alminnelig renset bomull brukt som hørselvern hjelper ingenting. I dag kan praktisk talt alt personlig verneutstyr skaffes, vanskeligheten er å få alle til å innse nødvendigheten av å bruke dette utstyr.

Bruk og respekter det personlige verneutstyr som er stilt til din rådighet, og vær klar over at du har fått det til bruk for at det skal ta *vare på deg* i arbeidet.

Husk at: Riktig brukt verneutstyr er en velplasert forsikring.





GALT

RIKTIG

Arbeidsstilling, lofting.

Selv om musklene dine var av stål, ville det være grense for hva de tålte.

Utsettes kroppen for unødig store påkjenninger kan følgen bli sykelige forandringer i muskler, ben og ledd.

Derfor: Øv inn gode og riktige arbeidsmåter, da sparer du på kreftene og utfører samtidig arbeidet på sikreste måte.

Er musklene dine under arbeid vedvarende sammmentrukket (spente) — fordi du står i en bestemt arbeidsstilling — vil du snart merke tretthet.

Søk derfor å variere arbeidsstillingene, slik at musklene kan få en liten hvilepause.

Skal du løfte en gjenstand, plasserer du deg først rett foran og tett inntil denne, da virker tyngden av gjenstanden med kortest mulig vektarm på kroppen din.

Sørg for godt fotfeste og ta et godt og sikkert tak. Bøy deretter ned i knær og hofter og hold selve ryggen så rett som mulig. Spar ryggen og la benmusklene arbeide.

Følger du disse enkle regler vil de lette deg i ditt arbeid.

Førstehjelp.

Dessverre må vi nok regne med at en og annen skade inntreffes, og her gjelder det at hurtig hjelp er dobbelt hjelp. Tilkall derfor lege, diakon eller førstehjelp så raskt som mulig.

Vi har også lett for å blåse i småskadene — men husk at et ganske lite sår kan resultere i en alvorlig betennelse. — Søk derfor førstehjelp.

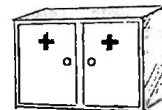
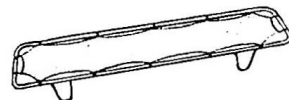
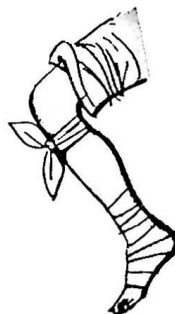
Er du vitne til en ulykkeshendelse og du venter på lege eller førstehjelp, opptre fremfor alt rolig og avbalansert — det gagnar den skadede best.

Flytt ikke på den skadede hvis det er fare for ryggskade eller tegn på brudd.

Ved pulsåreblødninger kan det være fare for at den skadede kan forblø seg — blodet kommer her støtvis og er lyst rødt.

Er blødningen i arm eller ben, kan den stoppes ved tilsnøring av lemmet mellom sår og hjerte.

Husk hovedregelen: Tilkall kyndig hjelp så snart som mulig.





Instruksjon og trening.

Arbeidslederen bør sette opp en plan over hva en nyan-satt skal læres opp i og notere hvordan opplæringen for-løper.

Han skal så godt det lar seg gjøre få rede på hva den ny-ansatte egner seg for.

Arbeidslederen, eller den han utpeker, skal la den nyan-satte utføre arbeidet i sitt påsyn og forvisse seg om at han kan arbeidet og er klar over eventuelle farer. Arbeids-lederen skal videre følge både nyansatte og alle som han for øvrig har ansvaret for i deres arbeid, — hjelpe, kon-trollere, oppfordre dem til å spørre og si hvor de kan få hjelp.

Du selv må gjøre ditt beste for å følge instruksjonene etter de opptrukne retningslinjer.

Skademeldinger.

Det er av største viktighet å ha målemuligheter i verne-arbeidet, og som et ledd i dette inngår ulykkesrapporte-ringen.

Blir du selv skadet i arbeidet, gi da snarest mulig beskjed til verneombudet og din overordnede.

Den overordnede og verneombudet må på sin side prøve å klarlegge årsaksforholdet, og på et spesielt utarbeidet rapportskjema — skademeldingsskjema — gi melding om hendelsen til vernetjenesten.

På hovedkontoret føres en samlet statistikk for alle an-legg, slik at det blir mulig å sammenligne resultatene.

Husk at en god skaderapportering er et godt hjelpemiddel i vernearbeidet.