Příloha č. 2

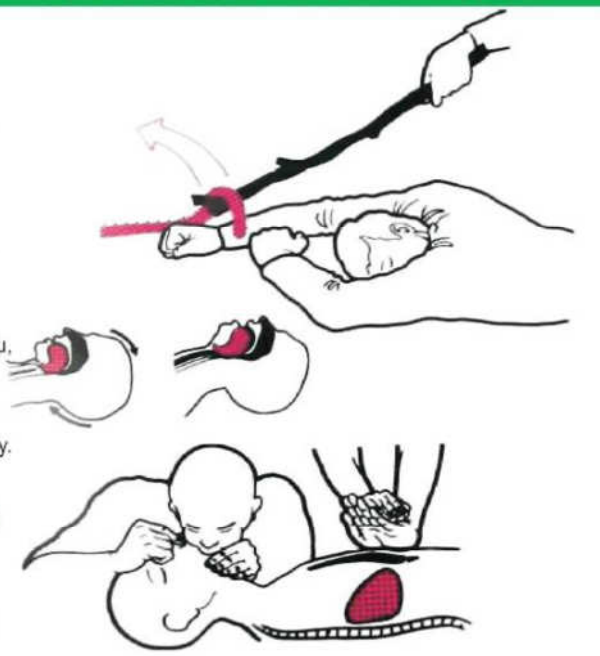
PRAVIDLA PRVNÍ POMOCI

PRVNÍ POMOC PŘI ÚRAZU ELEKTŘINOU

Jednejte rychle, klidně a účelně. V oživování vytrvejte, neboť většina postižených je mrtvá jen zdánlivě!

Postup:

1. postiženého vyprostíme z dosahu elektrického proudu, aniž bychom při tom ohrozili sebe! Proto nejdříve
   a) vypneme proud vypínačem, vytažením kabelu ze zásuvky, vyšroubováním pojistky;
   b) odsuneme vodič nebo odtáhneme zasaženého, nejlépe elektrický proud nevodivým materiálem - dřevem, provazem, oděvem;
   c) nikdy se nedotýkáme holou rukou těla ani oděvu postiženého. Pracujeme, pokud možno, jednou rukou. Nezapomeňme, že postižený se sám nemůže pustit předmětu, který svírá pro svalovou křeč. Proto jej zajistíme tak, aby po přerušení proudu neupadl;
2. Zasaženého, pokud je v bezvědomí, ihned uložíme na záda, nejlépe na zem. Pokud nedýchá, zprůchodníme dýchací cesty. Zakloníme mu hlavu, povytáhneme jazyk a předsuneme dolní čelist.
3. Nezačne-li postižený dýchat, ihned zahájíme umělé dýchání! Současně se přesvědčíme o srdeční činnosti nahmatáním tepny na krku vedle průdušnice.
4. Není-li hmatný tep, zahájíme masáž srdce!
5. V oživování pokračujeme až do obnovení spontánního tepu či do příjezdu lékaře.



PRVNÍ POMOC PŘI KRVÁCENÍ

Nezapomeňte, že každé krvácení je nebezpečné, a tepenné krvácení přímo ohrožuje život!:

Jsou tři druhy krvácení:

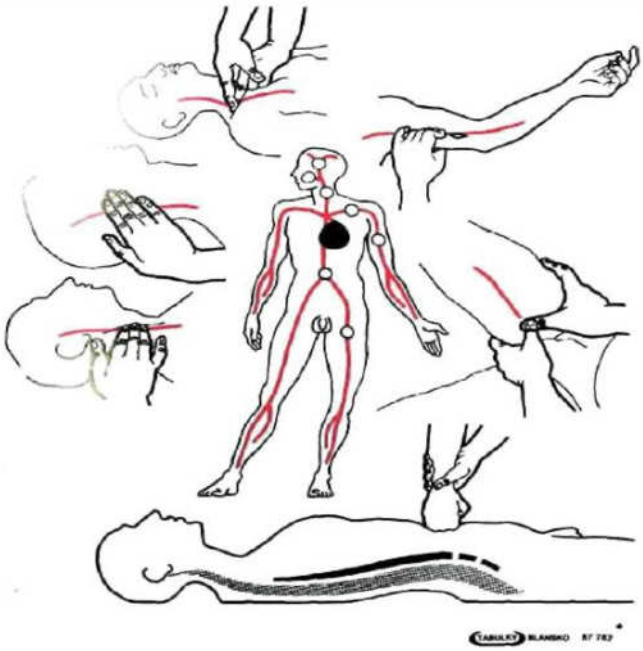
tepenné - jasně červená krev vystřikuje z rány;

žilní - tmavě červená krev z rány vytéká;

vlásečnicové - krev z rány pouze prosakuje.

Zastavení tepenného krvácení

1. Prsty stlačíme tepnu nad krvácející ranou tak, aby krev přestala vystřikovat.
2. Nad místem krvácení přiložíme na stlačenou tepnu zaškrcovadlo (široký gumový pruh, opasek, hadice, příp. provaz apod.), které utáhneme. Pokud jde o poranění ruky či nohy, končetinu zdvihneme do výšky.
3. Na ránu přiložíme sterilní obvaz a pevně zavážeme, aby neprosakoval. Prosakuje-li krev, obvaz zesílíme.
4. Při poranění hlavy tepenné krvácení nikdy nezastavujeme tlakovým obvazem! Kryjeme je pouze běžným, zesíleným obvazem.
5. Postiženého co nejrychleji převezeme do nemocnice.



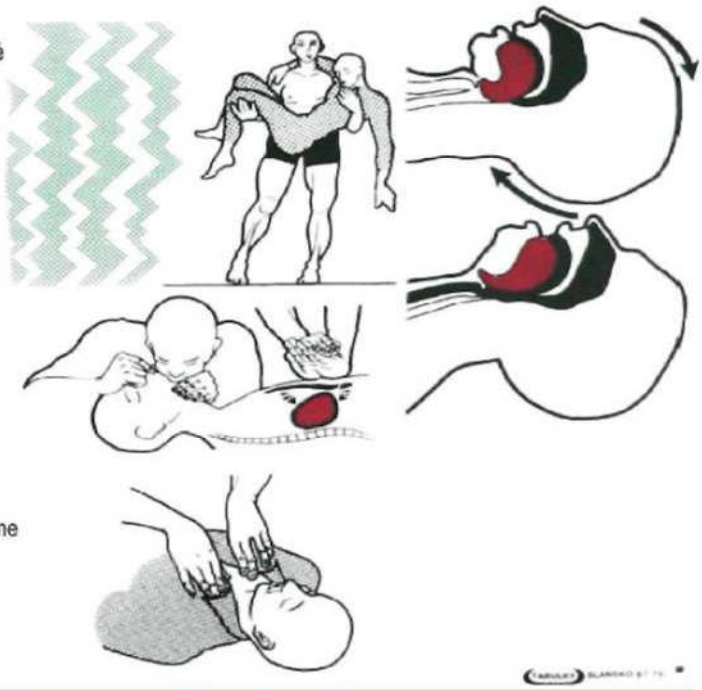
PRVNÍ PŘI NADECHNUTÍ ZDRAVÍ ŠKODLIVÝCH A JEDOVATÝCH LÁTEK

Nadechnutí kouřových zplodin hoření, výparů silných kyselin a jiných chemicky agresivních látek poškozuje plíce. Může mít vážné až kritické následky.

Příznaky poškození plic: pokašlávání, dráždivý kašel, zrychlení dechu, pocení, celková slabost až malátnost, pocit dušnosti;

Postup první omocip:

1. Za podmínek bezpečnosti záchrance postiženého vyprostíme ze zamořeného prostředí na čistý vzduch;
2. je-li postižený v bezvědomí a nedýchá-li, zahájíme ihned umělé dýchání a oživování (s postupem shodným jako při první pomoci při bezvědomí);
3. i u postiženého při vědomí může jít o závažné poškození plic!;
4. plicní postižení se bezprostředně po nadechnutí nemusí projevit. První příznaky se mohou projevit až po několika hodinách až dnech po nadechnutí zdraví škodlivých a jedovatých látek;
5. postiženého uložíme do vodorovné polohy, odstraníme nebo uvolníme oděv, který brání volnému dýchání (knoflíky, kravata apod.);
6. zajistíme transport do nemocnice.



PRVNÍ POMOC POLEPTÁNÍ ŽÍRAVINOU

Při zasažení očí

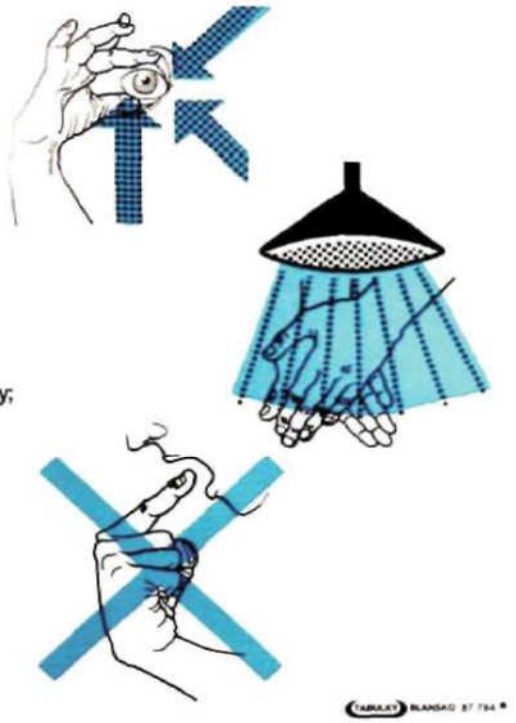
1. okamžitě vyplachujeme oči čistou vodou, po dobu nejméně 3 - 5 minut;
2. důkladně vypláchneme prostor pod víčky a oční koutky;
3. nikdy nepoužíváme k výplachu neutralizačních roztoků;
4. po důkladném výplachu přiložíme na obě oči mulové polštářky a postiženého převezeme do nemocnice.

Při zasažení kůže

1. co nejrychleji oplachujeme poleptanou kůži tekoucí vlažnou vodou nejméně po dobu 10 minut;
2. žíravinou nasáklý oděv okamžitě odstraníme!;
3. při poleptání kyselinou opláchneme zasaženou kůži roztokem sody bikarbony; při poleptání louhem opláchneme kůži roztokem kyseliny citrónové;
4. zasaženou kůži sterilně ovážeme a postiženého převezeme do nemocnice.

Při požití žíraviny

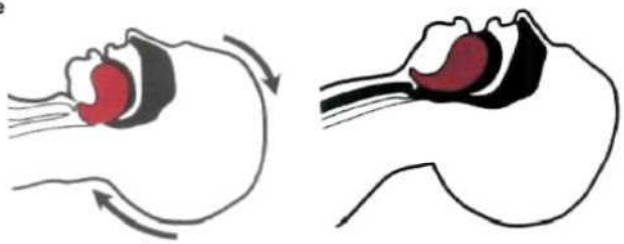
1. ihned vyplachujeme ústa vodou
2. nevyvoláváme zvracení
3. co nejrychleji postiženého převezeme do nemocnice.



PRVNÍ POMOC PŘI BEZVĚDOMÍ

Pro záchranu života, který je bezvědomím ohrožen, musíme

1. **přesvědčit se, zda je postižený v bezvědomí (vyzkoušíme více podnětů: oslovení, bolest), a pokud postižený nereaguje, jde o bezvědomí;**
2. **bezvědomého uložit na záda, na tvrdou podložku. Pod hlavu nic nepodkládáme!;**
3. **zprůchodnit dýchací cesty: postiženému zakloníme hlavu, povytáhneme jazyk, předsuneme dolní čelist. Pokud postižený nezačne dýchat, ihned zahájíme umělé dýchání.**



Umělé dýchání z plic do plic se provádí buď z úst do úst, nebo z úst do nosu. V prvém případě ukazovákem a palcem sevřeme postiženému nos a dlaní téže ruky stlačujeme čelo k podložce. Druhou rukou přizvedáváme dolní čelist tak, aby ústa byla pootevřená. Rozevřenými ústy obemkneme ústa postiženého a hluboce vdechneme co největší množství vzduchu, aby se hrudník postiženého zvedl. Při umělém dýchání do nosu zavřeme ústa postiženého. Při oddálení úst postižený vydechuje. Při hmatném tepu velkých tepen na krku pokračujeme v umělém dýchání dvanáctkrát za minutu.
Při nehmatném tepu zahájíme ihned oživování dvěma rychlými vdechy současně s nepřímou masáží srdce, kterou provádíme tak, že nárazově stlačujeme hrudní kost v její dolní polovině hranou dlaně u zápěstí, o niž se opíráme druhou rukou. Postupujeme citlivě, tak, aby nedošlo ke zlomení kosti. Stlačujeme maximálně o 5 cm. Pokud je na místě jediný zachránce, střídá dva rychlé vdechy s patnácti stlačeními hrudní kosti. Pokud jsou zachránci dva, provádí jeden umělé dýchání a druhý nepřímou masáž srdce. V tomto případě přichází jedno vdechnutí na každé páté stlačení hrudní kosti.

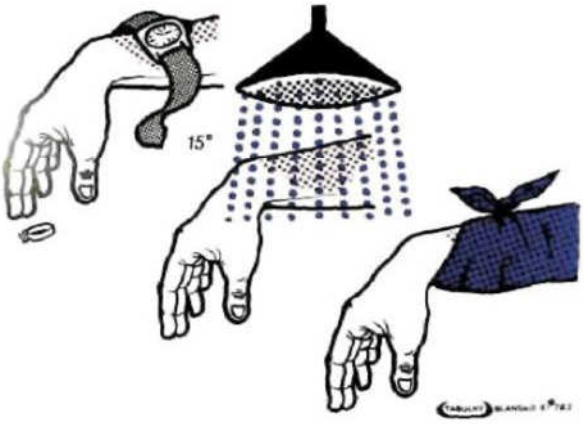
V oživování pokračujeme až do obnovení spontánního tepu či do příjezdu lékaře.

PRVNÍ POMOC PŘI ÚRAZU POPÁLENÍM A OPAŘENÍM

Popálení je závažné poranění vyžadující téměř vždy nemocniční ošetření.

Postup první pomoci:

1. uhasíme oheň, vyprostíme zraněného a přivoláme lékařskou pomoc;
2. nepodceňujte i malé popálení, neboť mohlo dojít k nadechnutí plamene, které je vždy životu nebezpečné;
3. oděv přiškvařený ke kůži nestrháváme; ohořelý oděv odstraníme tak, abychom se co nejméně dotýkali popálené kůže; co nejdříve sejmeme těsnící a zaškrcující části oděvu a předměty (hodinky, náramky, prsteny);
4. kožní puchýře nikdy nepropichujeme a nestrháváme!;
5. při částečném popálení obličeje, krku a rukou se snažíme poraněnou pokožku ochladit, nejlépe pod tekoucí pitnou vodou chladnou do 15°C; ochlazujeme do ústupu bolesti, ale ne déle než 20 minut, aby nedošlo k pochlazení zraněného (pozor na podchlazení zejména u malých dětí);
6. popálenou část těla zabalíme do čisté sterilní tkaniny a volně zavážeme;
7. i u malého popálení, zejména v dětském věku, se může rychle vyvinout šok z popálení. Popáleným nedáváme jíst, u větších popálenin ani pít;
8. po poskytnutí první pomoci zraněného neprodleně transportujeme vleže za trvalého dozoru do nemocnice.



Příloha č. 3

POŽÁRNÍ POPLACHOVÉ SMĚRNICE

Pro pracoviště: způsob vyhlášení požárního poplachu a organizace evakuace se řídí PPS objektu.

1. Popis požárního nebezpečí:

- Při manipulaci s hořlavými kapalinami (ředidla, lepidla, inkoust, barvy, úklidové prostředky) může dojít k jejich rozlití a vznícení jejich par. Také používání elektrostaticky aktivních oděvů a pomůcek může způsobit jiskru a vznik požáru.
- Použitý hadr, nasáklý olejem, fermeží, nebo jinou hořl. kapalinou se může silně zahřívat a způsobit samovznícení a požár.
- Používání el. spotřebičů, pakliže tyto nejsou v bez vadném stavu, může způsobit požár.
- Kouření, nedopalky a používání otevřeného plamene v prostoru s hořlavými látkami může způsobit požár.
- Při provádění svářečských prací může dojít ke vznícení hořlavých materiálů od jisker a okují
- Při zacházení s úhlovou bruskou může dojít ke vznícení hořlavých látek od proudu jisker
- Při svařování hydroizolace se zachází s otevřeným ohněm a může dojít k zapálení hořlavých látek

2. Stanovení podmínek požární bezpečnosti:

- Hořlavé kapaliny se smí skladovat jen v označené uzavřené a uzemněné kovové skříni, umístěné mimo elektrická zařízení a jízdní komunikace. Na staveništi se mohou používat HK jen v označených nádobách, určených k tomuto účelu Nádoby musí být zabezpečeny proti převrhnutí a rozlití. Pro případ rozlití musí být na pracovišti dostatečné množství sorbentu.
- Úložiště hořlavých kapalin musí být označeny bezpečnostní značkou.
- Použité hadry nasáklé hořlavou kapalinou odkládat pouze do označené kovové nádoby s těsným víkem, která nesmí být v blízkosti hořlavých látek.
- Elektrické spotřebiče se smějí použít jen v případě, že jsou v bezvadném stavu, způsobem uvedeným v návodu od výrobce
- Neponechávat el. spotřebiče připojené do el. sítě, jestliže zůstávají bez dozoru.
- Nezakrývat chladicí a větrací otvory el. zařízení.
- Pracovníků zhotovitelů a jejich podzhotovitelů je povoleno kouřit jen v prostorách mimo staveniště. Přísně se zakazuje kouřit v bytech, na chodbách, ve sklepních prostorech a na střeše budovy.
- Sváření, lze provádět pouze za dodržení všeobecných požadavků vyplývajících z legislativy. Při sváření musí být odstraněny všechny hořlavé látky do vzdálenosti 3m od místa práce a předpokládaného dopadu jisker a okují. Sváření musí být oznámeno koordinátorovi BOZP nejméně 1den před prováděním prací.
- Řezání úhlovou bruskou se provádí podle návodu od výrobce. Při práci se dbá zásady, že proud jisker se směřuje do prostoru, kde nejsou hořlavé látky. V případě, že toto nelze zajistit (např. při vyřezávání rámů oken), je zhotovitel povinen ustanovit pověřeného pracovníka, který bude lapat jiskry nehořlavou plachtou.
- Při zacházení s otevřeným ohněm (plynové hořáky apod.), je pracovník povinen dodržovat zásady požární ochrany (v tomto prostoru se nesmějí nacházet žádné hořlavé

látky, kromě látek, které jsou nezbytné k provedení práce, hořák nesmí zůstat zapálený bez dozoru atd.)
- V případě zjištění požáru se postupuje dle PPS objektu. Zejména pak je každý pracovník povinen udělat vše co je v jeho silách pro uhašení požáru a jestliže se mu to nepodaří, přivolat HZS na tel. 150 a učinit vše potřebné pro evakuaci osob z ohroženého prostoru.

3. Povinnosti a oprávnění pracovníků:

- Práci a manipulaci s hořlavými kapalinami smí vykonávat jen osoby seznámené s požárně technickými charakteristikami používaných látek (BL) a s nebezpečím možnosti vzniku a šíření požáru.

Každý pracovník je povinen:
- Udržovat volný přístup k hydrantovým skříním a RHP a volné dveře
- Znát požární poplachové směrnice a způsoby použití RHP
- Odstraňovat úkapy a úniky hořlavých kapalin.
- Po ukončení činnosti se přesvědčit, zda jsou uzavřeny všechny nádoby a obaly a zda nedošlo k úniku hořlavých kapalin mimo nádoby.
- Při náhodném rozlití zabezpečit ihned uzavření nádoby, ze které kapalina uniká, použít sorbent pro sanaci místa s rozlitou kapalinou.
- V případě požáru se pokusit o jeho likvidaci, a oznámit tuto skutečnost ihned na HZS tel. 150

Stavbyvedoucí je povinen:
- Kontrolovat dodržování podmínek požární ochrany na staveništi
- Kontrolovat stav a umístění věcných prostředků PO a možnost přístupu k nim
- Kontrolovat a zajišťovat volné únikové cesty a východy

4. Únikové cesty a nástupní plocha

Na staveništi a v jeho okolí je nutno udržovat pořádek a volné únikové cesty. Je zakázáno ukládat jakékoliv předměty ve schodišťovém prostou, do prostoru únikových východů a tam, kde by mohly bránit volnému úniku osob.
Zhotovitel je povinen zajistit trvale volné nástupní plochy pro jednotky požární ochrany.

5. Věcné prostředky PO

Zhotovitel stavby je povinen zajistit v dostatečném množství věcné prostředky PO pro jím vykonávané práce a to nejméně v množství:

3xRHP Práškový 6kg musí být dosažitelný po celou dobu stavby i v případě, že se činnosti nevykonávají. Místo, kde bude umístěn určí stavbyvedoucí

6. Za požární ochranu pracoviště zodpovídá : stavbyvedoucí

Příloha č. 4 **PŘEHLED ZÁKLADNÍCH PRÁVNÍCH A OSTATNÍCH PŘEDPISŮ BOZP A PO**

(u jednotlivých právních předpisů nejsou uváděny jejich změny)

BOZP – základní předpisy		
Zákon	262/2006 Sb.	Zákoník práce
Zákon	309/2009 Sb.	kterým se upravují další požadavky bezpečnosti a ochrany zdraví při práci v pracovněprávních vztazích a o zajištění bezpečnosti a ochrany zdraví při činnosti nebo poskytování služeb mimo pracovněprávní vztahy (zákon o zajištění dalších podmínek bezpečnosti a ochrany zdraví při práci
Nařízení vlády	264/2006 Sb.	kterým se mění některé zákony v souvislosti s přijetím zákoníku práce

Dozor nad bezpečnostní a ochrannou zdraví při práci		
Zákon	174/1968 Sb.	o státním odborném dozoru nad bezpečnostní práce
Zákon	200/1990 Sb.	o přestupcích
Zákon	251/2005 Sb.	o inspekci práce
Vyhláška	266/2005 Sb.	kterou se stanoví vzor a provedení průkazů inspektorátů Státního úřadu inspekce práce a oblastních inspektorátů

Ochrana zdraví, hygiena práce a pracovní prostřední		
Zákon	258/2000 Sb.	o ochraně veřejného zdraví
Zákon	379/2005 Sb.	o opatřeních před škodami působenými tabákovými výrobky, alkoholem a jinými návykovými látkami
Nařízení vlády	101/2005 Sb.	o podrobnějších požadavcích na pracoviště a pracovní prostředí
Nařízení vlády	406/2004 Sb.	o bližších požadavcích na zajištění bezpečnosti a ochrany zdraví při práci v prostředí s nebezpečím výbuchu
Vyhláška	288/2003 Sb.	kterou se stanoví práce a pracoviště, které jsou zakázány těhotným ženám, kojícím ženám, matkám do konce devátého měsíce po porodu a mladistvým
Vyhláška	432/2003 Sb.	kterou se stanoví podmínky pro zařazování prací do kategorií, limitní hodnoty ukazatelů biologických expozičních testů, podmínky odběru biologického materiálu pro provádění biologických expozičních testů a náležitosti hlášení prací s azbestem a biologickými činiteli
Vyhláška	137/2004 Sb.	o hygienických požadavcích na stravovací služby

Pracovní úrazy, nemoci z povolání, odškodňování, úrazové pojištění a závodní

preventivní péče		
Zákon	48/1997 Sb.	o veřejném zdravotním pojištění
Zákon	266/2006 Sb.	o úrazovém pojištění zaměstnanců
Nařízení vlády	201/2010 Sb.	způsobu evidence úrazů, hlášení a zasílání záznamu o úrazu
Vyhláška	125/1993 Sb.	kterou se stanoví podmínky a sazby zákonného pojištění odpovědnosti zaměstnavatele za škodu při pracovním úrazu nebo nemoci z povolání
Vyhláška	123/2006 Sb.	o evidenci a dokumentaci návykových látek a přípravků

Osobní ochranné pracovní prostředky		
Nařízení vlády	361/2007 Sb.	kterým se stanoví podmínky ochrany zdraví při práci
Nařízení vlády	495/2001 Sb.	kterým se stanoví rozsah a bližší podmínky poskytování osobních ochranných pracovních prostředků, mycích, čistících a dezinfekčních prostředků

Bezpečnostní značky a signály		
Nařízení vlády	11/2002 Sb.	kterým se stanoví vzhled a umístění bezpečnostních značek a zavedení signálů
Norma	ČSN ISO 3864	Bezpečnostní barvy a bezpečnostní značky

Výrobky, stroje a zařízení		
Zákon	22/1997 Sb.	o technických požadavcích na výrobky ve znění platných předpisů
Nařízení vlády	378/2001 Sb.	které stanoví bližší požadavky na bezpečný provoz a používání strojů, technických zařízení, přístrojů a nářadí
Nařízení vlády	17/2003 Sb.	kterým se stanoví technické požadavky na elektrická zařízení nízkého napětí

Technická zařízení		
Nařízení vlády	27/2003 Sb.	kterým se stanoví technické požadavky na výtahy
Vyhláška	50/1978 Sb.	o odborné způsobilosti v elektrotechnice
Vyhláška	85/1978 Sb.	o kontrolách, revizích a zkouškách plynových zařízení
Vyhláška	48/1982 Sb.	kterou se stanoví základní požadavky k zajištění bezpečnosti práce a technických zařízení

Stavebnictví, stavby, stavební práce		
Nařízení vlády	392/2005 Sb.	o bližších požadavcích na BOZP při práci a na pracovištích s nebezpečím pádu z výšky nebo do hloubky
Nařízení vlády	591/2006 Sb.	o bližších minimálních požadavcích na bezpečnost a ochranu zdraví při práci na staveništích
Vyhláška	77/1965 Sb.	o výcviku, způsobilosti a registraci obsluh stavebních strojů
Vyhláška	394/2006	kterou se stanoví práce s ojedinělou a krátkodobou expozicí

	Sb.	azbestu a postup při určení ojedinělé a krátkodobé expozice těchto prací
Vyhláška	499/2006 Sb.	o dokumentaci staveb
Norma	ČSN 05 0610	Bezpečnostní předpisy pro svařování plamenem
Norma	ČSN 05 0630	Zváranie. Bezpečnostné ustanovenia pre oblúkové zváranie kovov
Norma	ČSN 49 6100	Práce na okružních pilác
Norma	ČSN 73 2601	Provádění ocelových konstrukcí
Norma	ČSN 73 2602	Zhotovovanie tenkostěnných oceľových konštrukcií
Norma	ČSN 73 2810	Dřevěné stavební konstrukce. Provádění
Norma	ČSN 73 0037	Zemní a hornický tlak na stavební konstrukce
Norma	ČSN ISO 12480-1	Jeřáby - Bezpečné používání - Část 1: Všeobecně
Norma	ČSN 27 0140-6	Jeřáby a zdvihadla. Projektování a konstruování. Bezpečnostní zařízení a vybavení
Norma	ČSN 73 8101	Lešení - Společná ustanovení
Norma	ČSN 73 8106	Ochranné a záchytné konstrukce
Norma	ČSN 73 8107	Trubková lešení
Norma	ČSN EN 12812	Podpěrná lešení - Požadavky na provedení a obecný návrh
Norma	ČSN EN 12810-1	Požadavky na výrobky
Norma	ČSN EN 12811-1	Dočasné stavební konstrukce – Část 1 : Pracovní lešení – Požadavky na provedení a obecný návrh
Norma	ČSN 73 3150	Tesařské spoje dřevěných konstrukcí. Terminologie třídění

Doprava		
Zákon	361/2000 Sb.	o provozu na pozemních komunikacích
Nařízení vlády	168/2002 Sb.	kterým se stanoví způsob organizace práce a pracovních postupů, které je zaměstnavatel povinen zajistit při provozování dopravy dopravními prostředky
Vyhláška	30/2001 Sb.	kterou se provádí pravidla provozu na pozemních komunikacích a úprava a řízení provozu na pozemních komunikacích

Požární ochrana		
Zákon	133/1985 Sb.	o požární ochraně
Nařízení vlády	172/2001 Sb.	k provedení zákona o požární ochraně
Vyhláška	246/2001 Sb.	o stanovení podmínek požární bezpečnosti a výkonu státního požárního dozoru (vyhláška o požární prevenci)
Vyhláška	87/2000 Sb.	kterou se stanoví podmínky požární bezpečnosti při svařování a nahřívání živic v tavných nádobách

Hluk, vibrace a ostatní		
Nařízení vlády	148/2006 Sb.	o ochraně před nepříznivými účinky hluku a vibrací
Vyhláška	432/2003 Sb.	kterou se stanoví podmínky pro zařazování prací do kategorií, limitní hodnoty ukazatelů biologických expozičních testů, podmínky odběru biologického materiálu pro provádění biologických expozičních testů a náležitosti hlášení prací s azbestem a biologickými činiteli
Nařízení vlády	21/2003 Sb.	kterým se stanoví technické požadavky na osobní ochranné prostředky
Nařízení vlády	339/2002 Sb.	o postupech při poskytování informací v oblasti technických předpisů, technických dokumentů a technických norem
Zákon	183/2006 Sb.	o územním plánování a stavebním řádu (stavební zákon)
Vyhláška	268/2009 Sb.	o technických požadavcích na stavby
Vyhláška	398/2009 Sb.	o obecných technických požadavcích zabezpečujících bezbariérové užívání staveb
Zákon	40/1964 Sb.	Občanský zákoník
Zákon	513/1991 Sb.	Obchodní zákoník
Vyhláška	499/2006 Sb.	o dokumentaci staveb
Vyhláška	18/1979 Sb.	kterou se určují vyhrazená tlaková zařízení a stanoví některé podmínky k zajištění jejich bezpečnosti
Vyhláška	19/1979 Sb.	kterou se určují vyhrazená zdvihací nařízení a stanoví některé podmínky k zajištění jejich bezpečnosti
Vyhláška	21/1979 Sb.	kterou se určují vyhrazená plynová zařízení a stanoví některé podmínky k zajištění jejich bezpečnosti
Vyhláška	73/2010 Sb.	o stanovení vyhrazených elektrických technických zařízení, jejich zařazení do tříd