

# SPIS TREŚCI

<b>WSTĘP</b> .....	7
<b>A. ROZWIĄZANIA MODELOWE</b> .....	9
A.1. Koordynacja i organizacja .....	9
A.1.1. Przygotowanie placu budowy – zagadnienia ogólne .....	9
A.1.2. Koordynacja prac budowlanych .....	14
A.1.3. Zabezpieczenie placu budowy .....	24
A.1.4. Prąd elektryczny na placu budowy .....	26
A.1.5. Warunki socjalne i higiena osobista pracowników .....	32
A.1.6. Znaki bezpieczeństwa .....	35
A.1.7. Plac budowy a otoczenie .....	42
A.1.8. Karty charakterystyki substancji i preparatów niebezpiecznych .....	45
A.2. Procedury pracy .....	52
A.2.1. Wykopy, doły i rowy .....	52
A.2.2. Prace na dachach .....	58
A.2.3. Prace z betonem .....	64
A.2.4. Prefabrykowane elementy żelbetowe .....	72
A.2.5. Prace w pobliżu torów kolejowych .....	75
A.2.6. Rozbiórka .....	77
A.2.7. Rekultywacja terenów zanieczyszczonych .....	81
A.2.8. Wiercenie i ubijanie .....	84
A.2.9. Spawanie .....	86

A.2.10. Drgania przenoszone przez kończyny górne .....	99
A.2.11. Drgania o działaniu ogólnym na organizm człowieka .....	104
A.2.12. Hałas na budowach .....	108
A.2.13. Promieniowanie .....	112
A.3. Narzędzia i wyposażenie .....	114
A.3.1. Rusztowania robocze .....	114
A.3.2. Maszyny do prac ziemnych .....	120
A.3.3. Podręczne narzędzia i maszyny .....	129
A.3.4. Budowlane dźwigi towarowe .....	140
A.3.5. Środki załadunku i transportu .....	143
A.3.6. Pilarki tarczowe stołowe .....	149
A.3.7. Drabiny .....	152
A.4. Środki ochrony indywidualnej .....	155
A.4.1. Środki ochrony głowy – hełmy ochronne .....	155
A.4.2. Środki ochrony słuchu .....	160
A.4.3. Środki ochrony oczu i twarzy .....	164
A.4.4. Środki ochrony układu oddechowego .....	168
A.4.5. Środki ochrony kończyn górnych .....	183
A.4.6. Środki ochrony kończyn dolnych .....	190
A.4.7. Odzież ostrzegawcza .....	198
A.4.8. Dermatologiczne środki ochrony skóry – kremy .....	204
A.4.9. Środki ochrony przed upadkiem z wysokości .....	207
<b>B. LISTY KONTROLNE .....</b>	<b>213</b>
B.1. Stosowanie list kontrolnych .....	213
B.2. Ocena ryzyka zawodowego – zarys ogólny .....	215
B.3. Lista kontrolna dla systemu zarządzania bhp .....	219
B.4. Lista kontrolna dla zagrożeń związanych z pyłami, gazami, parami, dymami i mgłami .....	226

B.5.	Lista kontrolna dla zagrożeń związanych z elektrycznością .....	230
B.6.	Lista kontrolna dla zagrożeń związanych z upadkiem z wysokości .....	233
B.7.	Lista kontrolna dotycząca zapobiegania pożarom .....	236
B.8.	Lista kontrolna dla zagrożeń związanych z materiałami palnymi i łatwopalnymi .....	238
B.9.	Lista kontrolna dla zagrożeń związanych z narzędziami ręcznymi i przenośnymi narzędziami z napędem .....	240
B.10.	Lista kontrolna dla zagrożeń związanych z hałasem .....	242
B.11.	Lista kontrolna dla zagrożeń związanych z ruchem pojazdów i transportem .....	244
B.12.	Lista kontrolna dla zagrożeń związanych z drganiami mechanicznymi .....	249
B.13.	Lista kontrolna dla przygotowania i koordynacji prac budowlanych .....	252
<b>C.</b>	<b>ZAŁĄCZNIKI</b> .....	<b>256</b>
C.1.	Legislacja – przepisy bhp .....	256
C.2.	Literatura .....	259
C.3.	Użyteczne adresy .....	260
C.4.	Adresy użytecznych stron Internetowych .....	264