

VERTI WORK

VÝŠKOVÉ PRÁCE

Školení BOZP pro práci ve výškách

1. Úvod

- **Cíl školení:** Seznámit zaměstnance s bezpečnými postupy při práci ve výškách, riziky pádů a prevenci.
- **Důležitost BOZP při práci ve výškách:** Zajištění bezpečnosti pro ochranu zdraví a života.
- **Struktura školení:** Teoretická část + praktická ukázka (pokud je to možné).

2. Základní právní rámec a povinnosti

- **Povinnosti zaměstnavatele:**
 - Zajištění školení BOZP a pravidelných revizí ochranných prostředků.
 - Vytvoření pracovních podmínek, které minimalizují rizika pádů.
 - Poskytování potřebných ochranných prostředků a zajištění jejich správného používání.
- **Povinnosti zaměstnanců:**
 - Dodržování předpisů o BOZP.
 - Používání ochranných prostředků a zařízení v souladu s předpisy.
 - Hlásit jakékoli rizikové situace a poruchy ochranných prostředků.
- **Právní normy a předpisy:**
 - **Zákon č. 262/2006 Sb., zákoník práce** – specifikuje povinnosti zaměstnavatelů a zaměstnanců v oblasti bezpečnosti práce.
 - **Zákon č. 309/2006 Sb. o zajištění dalších podmínek bezpečnosti a ochrany zdraví při práci** – upravuje pracovní podmínky pro bezpečnou práci ve výškách a s rizikem pádu.
 - **Nařízení vlády č. 362/2005 Sb., o podmínkách práce ve výškách a nad volnou hloubkou** – definuje bezpečné pracovní podmínky při práci ve výškách, včetně požadavků na ochranné prostředky a školení.
 - **ČSN EN 361:2003** – osobní ochranné prostředky proti pádům z výšky – postroje.
 - **ČSN EN 358:2000** – osobní ochranné prostředky proti pádům – prostředky pro zajištění a propojovací prostředky.

3. Používání kolektivní ochrany

- **Co je kolektivní ochrana:**
 - Zábradlí, zádržné systémy, mobilní lešení, plošiny.
- **Význam kolektivní ochrany:**
 - Prevence pádů na pracovním místě.
 - Přednostní použití kolektivní ochrany před osobními ochrannými prostředky.
- **Příklady použití:**
 - Instalace a kontrola zábradlí na pracovištích.
 - Použití mobilních lešení a plošin pro práci ve výškách.
- **Normy:**
 - **ČSN EN 13374:2019** – Systémy ochrany proti pádům z okrajů pracovních míst – specifikace pro kolektivní

ochranu.

- **ČSN EN 1495:2007** – Mobilní lešení – požadavky na konstrukci, výrobu a bezpečnost.
-

4. Osobní ochranné prostředky (OOPP)

- **Základní přehled OOPP:**
 - **Postroje:** Jak je správně nasadit a upevnit, pravidla pro kontrolu a údržbu.
 - **Tlumiče pádu:** Typy a jejich správné používání.
 - **Karabiny:** Rozdělení podle typu a účelu, správné používání a kontroly.
 - **Helmy:** Ochrana hlavy před pády předmětů.
 - **Údržba OOPP:**
 - Pravidelné kontroly a revize.
 - Jak správně skladovat OOPP.
 - **Normy:**
 - **ČSN EN 361:2003** – Osobní ochranné prostředky proti pádům z výšky – postroje.
 - **ČSN EN 355:2002** – Osobní ochranné prostředky proti pádům z výšky – tlumiče pádu.
 - **ČSN EN 362:2004** – Karabiny, spojovací prostředky pro ochranu proti pádům.
 - **ČSN EN 397:2012** – Ochranné přilby pro průmyslové použití.
-

5. Práce na pevných žebřících a schodištích

- **Bezpečnost při práci na žebřících:**
 - Jak správně používat žebříky (stabilita, správná výška, montáž a demontáž).
 - Různé typy žebříků (osobní, průmyslové).
 - Prevence rizika pádu z výšky při práci na žebřících.
 - **Bezpečnost při používání schodišť:**
 - Správný přístup a údržba schodišť.
 - Použití osobních ochranných prostředků při používání schodišť.
 - **Normy:**
 - **ČSN EN 131-1:2016** – Žebříky – Požadavky na konstrukci a použití žebříků.
-

6. Rizika a prevence pádů

- **Rizika pádů:**
 - Pád z výšky a následky.
 - Riziková místa (úzké prostory, kluzké povrchy, špatná viditelnost).
 - **Prevence pádů:**
 - Použití vhodného OOPP.
 - Pravidelná údržba a kontrola pracovního prostředí.
 - Důraz na stabilitu lešení, žebříků a plošin.
 - Bezpečné chování a komunikace při práci ve výškách.
 - **Normy:**
 - **ČSN EN 14122-3:2016** – Bezpečnostní požadavky pro strojní zařízení – Přístupové a obslužné prostředky.
-

7. Reakce na krizové situace

- **Postup při pádu:**
 - Jak rychle reagovat na pád kolegy.

- Zajištění bezpečnosti místa nehody (zastavení činnosti, zajištění místa nehody).
 - Základní principy první pomoci při pádu.
 - **První pomoc po pádu:**
 - Kontrola stavu zraněného (vědomí, dýchání, krvácení).
 - Jak přivolat pomoc (kontakt na záchranáře, postupy při volání).
 - Základní resuscitace a ošetření ran.
-

8. Shrnutí a závěr

- **Opakování klíčových bodů školení.**
 - **Prostor pro dotazy:** Zodpovězení dotazů účastníků školení.
 - **Závěr:** Potvrzení porozumění školení a příprava na praktickou část, pokud je součástí školení.
-

9. Praktická část (pokud je součástí školení)

- **Ukázka použití OOPP:** Demonstrace nasazování postrojů, používání tlumičů pádu, karabin.
 - **Ukázka používání lešení a žebříků:** Praktické ukázky bezpečné práce s těmito zařízeními.
 - **Simulace krizové situace:** Praktické nácviky první pomoci při pádě.
-