

#### STÄLLNINGEN DU STÅR PÅ

- säker
- bärande
- stadig

#### STEGEN DU KLÄTTRAR PÅ

- stabil
- rätt placerad
- glidskyddad
- stadig

#### SÅ UNDVIKER DU ATT FALLA

- riskbedömning i förväg
- noggrannhet
- ingen brådska
- skicklighet och försiktighet
- god belysning

# FALL INTE NER!

**Bygg- och underhållsarbeten på en lantgård kräver ibland att man arbetar på hög höjd. Risken att falla är störst från ett tak eller en ställning eller steg. Fallolyckorna är ofta allvarliga.**

**Ska du arbeta högt upp måste du ha tillräckligt tid att planera arbetet och att genomföra det lugnt utan brådska. Det är möjligt att arbeta tryggt även på hög höjd förutsatt att man har den yrkesskicklighet som behövs och att arbetet sker under rätt förhållanden.**

## När du måste arbeta på hög höjd

- Använd ordentliga ställningar.
- Använd säkerhetssele eller annan fallstoppsutrustning vid behov.
- Försäkra dig om att verktyg och material kan hissas upp och ner på ett säkert sätt.
- Om du inte är säker på hur starkt taket är ska du utgå från att det är svagt.
- Använd halksäkra skor.
- Använd inte stege om arbetet kan utföras på ett säkrare sätt.
- Om du måste använda stege ska den stå stadigt på ett jämnt underlag och inte kunna glida.
- Märk ut och skydda öppningar och schakt.

## Stegar

En anliggande stege är farlig som arbetsunderlag och bör endast användas till exempel när man fäster och tar loss lyfthjälpmiddel eller tillfälligt när man förflyttar sig mellan arbetsplattformar. Stegen ska stå stadigt på plats.

En fristående A-stege används i stället för arbetsställningar bara kortvarigt och lämpar sig bara för lätta installationsarbeten. Stegen måste vara stabil och får användas bara på underlag som inte sätter sig.

Balansen är en viktig säkerhetsfaktor när man arbetar på en stege. Det är farligt om kroppens tyngdpunkt förskjuts utanför det område som fötterna stöder och om rörelseserierna avviker från det normala. Risken för att stiga snett ökar i takt med hur brant stegens vinkel är.

## Arbetsbockar

Arbetsbockar används för tyngre installations-, bygg- och servicearbeten än stegar. De är bredare och lägre än stegar och kan ge en falsk känsla av trygghet. Arbetsbockar tillverkas av ett så starkt material som möjligt för att bli stadiga. I allmänhet används fabriksstillverkade hopfällbara arbetsbockar som är lätta att flytta och transportera. Maximihöjden på en arbetsbock är 2 meter.

## Ställningar

Om en stege eller arbetsbock är i konstant bruk är det bäst att bygga en fast ställning.

## EN STÄLLNING SOM FYLLER KRAVEN

- Har stadiga räcken, minst 1,1 meter höga.
- Har överledare, mellanledare eller lodräta stänger och vid behov fotlist.
- Monteras enligt tillverkarens anvisningar.
- Flyttbara ställningar används bara på underlag som inte sätter sig.
- När ställningar uppförs behövs fallskydd.
- Vid uppförandet beaktas underlagets lutning, likaså bärkraft, sidobelastning, förstyrkning, förankring, arbetsplattformar, räcken och tillträdesleder.
- Fallskydd behövs också när ställningarna monteras ned. Det inträffar betydligt mer olyckor när ställningar monteras ned än när de uppförs.

## Använd fallskydd vid tak- och byggarbeten

- Fallolyckor inträffar oftast i tak- och byggarbeten samt i arbeten där man inte inser risken för att falla, även på låg höjd. I allmänhet har offret erfarenhet av arbetet.
- Kontrollera alltid ett fallskydd innan det tas i bruk.
- Ett fallstoppsystem består av en helsele och en falldämpare som med hjälp av en lina och ett fallskyddsblock fästs på ett tillförlitligt ställe.
- Fäst alltid skyddsutrustningen ovanför dig själv.
- Säkerhetssele ska användas under hela arbetet. Om linans längd måste justeras ofta, bör du använda en säkerhetslina som justerar längden automatiskt.
- En sele är utformad så att de krafter som uppstår vid ett fall riktas mot starka kroppsdelar.
- Det är viktigt att kontrollera att skyddsutrustningen är i skick eftersom den lätt kan skadas och bli farlig.
- En årlig besiktning som görs av en godkänd besiktare säkerställer att fallskydden är i skick.
- Tänk i förväg på hur man kan rädda sig om något skulle hända.

# UNDBIK ATT ARBETA ENSAM!

## Personliftar

Anordningar för personlyft ska vara av säker konstruktion, lämpliga för ändamålet och ska användas enligt anvisningarna. Se också till att fallskydd används under ett personlyft. Man får inte klättra på liftkorgens räcke under lyftet eller arbetet.

- Läs bruksanvisningen.
- Be att bli instruerad i hur liften används.
- Följ säkerhetsanvisningarna.
- Försäkra dig om att liften är besiktad.
- Stöd liften omsorgsfullt.
- Testa säkerhetsanordningarna.
- Överbelasta inte liften.
- Undvik snabba manövrerörelser.
- Anmäl eventuella fel på liften.
- Spärra av liftens arbetsområde.
- Använd säkerhetssele i liftkorgen. Selen ska fästas i korgen.
- Använd aldrig en lift om den är obesiktad eller du inte instruerats i hur den används.
- Traktorskopan är inte avsedd för personlyft!

Läs mer om arbetarskydd på [www.lpa.fi](http://www.lpa.fi)

