

## OSNOVA

**Základního školení „C“** pracovníků z předpisů k zajištění bezpečnosti a ochrany zdraví při práci (dále jen BOZP) dle zákona č. 262/2006 Sb./zákoník práce/ § 101 až 108 a zákona č. 309/2006 Sb. o zajištění BOZP ve znění pozdějších předpisů ; Nařízení vlády č. 362/2005 Sb. se zaměřením na odbornou způsobilost k provádění prací ve výškách a nad volnou hloubkou pomocí osobních ochranných prostředků proti pádu z výšky.

Délka školení - 1 den ( 8-10 hodin ) - Vhodné pro pracovníky, kterým postačí teoretický rozsah provedeného školení. Osnova je zaměřena na legislativní část /NV 362/2005 Sb., používané osobní ochranné pracovní prostředky /OOPP/ proti pádu, základní techniky prací ve výškách a nástin praktických dovedností. Vhodné pro osoby provádějící výškové práce pouze s určitým jednostranným zaměřením v omezeném rozsahu, např. pracovníci lešenských firem, opakovaná obsluha, nebo servis příslušného technického zařízení apod..

### **I. Úvod školení – 0,5 hodiny**

1. Ověření znalostí , cíl školení , seznámení s osnovou školení
2. Rizika při práci ve výškách a nad volnou hloubkou, rozbor úrazovosti

### **II. Teoretická část - legislativa – 2 hodiny**

1. Nařízení vlády č.362/2005 Sb. - provádění prací ve výškách
2. Zákon č.251/2005Sb. o inspekci práce
3. Zákon č. č. 262/2006 Sb./Zákoník práce/, část pátá, § 101 až 108
4. Nařízení vlády č.494/2001Sb. , kterým se stanoví způsob evidence , hlášení a zasílání záznamu o úrazu , vzor záznamu o úrazu a okruh orgánů a institucí , kterým se ohlašuje pracovní úraz a zasílá záznam o úrazu
5. Zákon č.22/1997Sb. o technických požadavcích na výrobky
6. Nařízení vlády č.21/2003Sb.,kterým se stanoví technické požadavky na OOP
7. Nařízení vlády č. 495/2001Sb. , kterým se stanoví rozsah a bližší podmínky poskytování osobních ochranných pracovních prostředků , mycích , čistících a dezinfekčních prostředků
8. Směrnice Ministerstva zdravotnictví č.49/1967 ve znění směrnice č.17/1970 o posuzování zdravotní způsobilosti a Vyhláška Ministerstva zdravotnictví č.288/2003Sb. zdravotní
9. Zákon č.48/1997SB. o zákonném pojištění , § 44 a 45
10. Vyhláška Ministerstva financí č.125/1993SB. , kterou se stanoví podmínky a sazby zákonného pojištění odpovědnosti zaměstnavatele za škodu při pracovním úrazu nebo nemoci z povolání - § 10 a 11
11. Zákon č.174/1968Sb. Ve znění pozdějších změn a doplňků o státním odborném dozoru nad bezpečností práce

### **III. Používané prostředky a související EN - 2 hodiny**

01. Zachycovací postroje - EN 361, Sedací postroje - EN 813, Pracovní polohovací pásy - EN 358
02. Spojovací prostředky – smyce pracovní oko, smyce dvojité odsed, lanyard, EN 354 , EN 795.B
03. Tlumiče pádu /absorber/, systém absorber – lanyard – spojka, EN 355
04. Pracovní polohování /Position/ EN 358, EN 353-2
05. Pohyblivé zachycovače pádu, nastavovač délky a polohovací zařízení –EN 358, EN 353 – 2, EN567, EN 795.B, EN12841 A/B
06. Blokanty EN 567
07. Karabiny a spojky - EN 362
08. Slačovací prostředky - EN 341
09. Kladky EN 12278
10. Kotvy, kotvící desky, lanyard kotvící, smyce pracovní kotvící, kotvy do skály a betonu - EN 795
11. Přilby pro práci ve výškách - EN 397
12. Nízkoprůtažná lana s opláštěným jádrem - EN 1891, Dynamická horolezecká lana - EN 892
13. Lanové protektory a hranové kladky
14. Zatahovací zachycovač pádu s navijákem /ocel.lanko, popruh/- EN 360
15. Systémy pro zachycení pádu - EN 363
16. Evakuační postroje a smyčky - EN 1497 a EN 1498
17. Prostředky pro evakuaci, záchranu , spouštění a vytahování
18. Žebříky - EN 131-1 a EN 132-2
19. Prostředky k osvětlování
20. Pracovní oděv, obuv a rukavice, další pomocný materiál – brašna na nářadí, přepravní vaky, pom.smyčky, protiskluzové návleky, stoupačí železa, skoby, kladiva, vrhací sáčky atd.

#### **IV. Technické podmínky a návody k používání – 0,5 hodiny**

#### **V. Uživatelské zkoušky , periodické prohlídky , údržba a skladování OOP – 0,5 hodiny**

#### **VI. Základní lanová technika - 2 hodin**

01. Práce a použití zachycovacího postroje, sedacího postroje, pracovního polohovacího pásu
02. Volba a použití spojovacího prostředku /lanyard I, lanyard Y, popruhový spojovací prostředky/
03. Použití tlumiče pádové energie
04. Práce a použití nastavitelného spojovacího prostředku – Petzl Grillon, Rock Empire Position
05. Volba a použití karabin a spojek - ocelové x duralové, typ pojistky, kotvy, drátové kotvy, maticové spojky.
06. Používané uzly (osmičkový, vůdcovský, lodní, půllodní, liščí, rybářský, Prusíky, protisměrné formy uzlů, používané uzly při zakládání kotvicích bodů,), navazování na lano
07. Zakládání kotvicích a jisticích bodů a stanovišť, zdvojení a zvícenásobení kotvicího bodu /způsoby založení, úhly/
08. Příklady systémů, pomocí kterých lze lano nainstalovat zespodu s předinstalovaným záchranným systémem.
09. Slaňovací techniky /automatické samoblokující brzdy – Descender Rock Empire, Petzl Stop, Petzl Rig, Petzl ID, Kong Indy, Camp I-block/, antipanic systém. Slaňování pomocí klasických slaňovacích prostředků - osma standart, osma velká, kýblík v kombinaci s prusíkovým uzlem. Nouzové slánění pomocí polovičního lodního uzle.
10. Práce a použití pohyblivého zachycovače pádu – Petzl Asap, Kong Back Up.
11. Použití dvou lan k provádění prací - pracovní a jisticí
12. Zajišťovací řetězec , jištění druhé osoby různými způsoby , sebezajištění , postupové jištění
13. Výstupy po laně pomocí lanových svěr a blokantů /jednoruční blokanty, obouruční blokanty, hrudní blokanty, nožní blokanty, stoupací popruhy, různé techniky za použití shora uvedených prostředků, výstup pomocí slaňovací brzdy a lanové svěry, improvizované techniky pomocí prusíkových uzlů
14. Základní techniky při práci na stromech /arboristice/ Instalace kotevního bodu ze země, instalace bezpečnostních systémů, výstupové techniky, přístupy, pohyb v koruně stromu...
15. Základní pravidla výstupu a sestupu , pravidlo tří pevných bodů
16. Přesednutí z lana na lano, přesednutí přes uzel, nastavení lana
17. Dynamika pádů, pádový faktor, rázová síla, zachycení pádu
18. Specifika prací na : střeších a budovách, ocelových konstrukcích, stožárech
19. Základní techniky záchrany spuštěním /vyprošťovací techniky při mimořádných událostech/
20. Základní techniky záchrana vytažením /vyprošťovací techniky při mimořádných událostech/
21. Používání ostatních pomůcek a technických prostředků
22. Povelý a signály
23. Práce s lanem, balení, ošetřování a údržba

#### **Pokročilé techniky pro složky IZS /policie, vojsko, HZS .../**

01. Pokročilé techniky záchrany spuštěním a vytažením /vyprošťovací techniky při mimořádných událostech/
02. Evakuace osob pomocí záchranného trojúhelníku
03. Evakuace osob z lanové dráhy
04. Záchrana požárníky /záchrana ve městě, záchrana na budovách a konstrukcích/
05. Záchrana tyrolským traverzem
05. Nouzová evakuace /nouzový evakuační systém Petzl Exo
06. Slaňovací a zásahové techniky při nasazení policie a vojska

#### **VII. Základy první pomoci – 0,5 hodiny**

#### **VIII. Závěr školení - ověření znalostí – 0,5 hodiny**

**Výstupní certifikát** : „Osvědčení o odborné způsobilosti k provádění prací ve výškách“

