

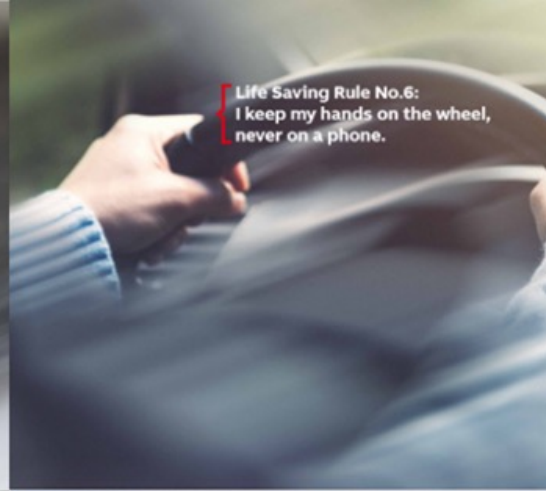
Life Saving Rule No.7:
I apply one person,
one lock, one key.



Life Saving Rule No.1:
I apply the 7 steps
to all electrical work.



Life Saving Rule No.2:
I use only properly guarded
machines.



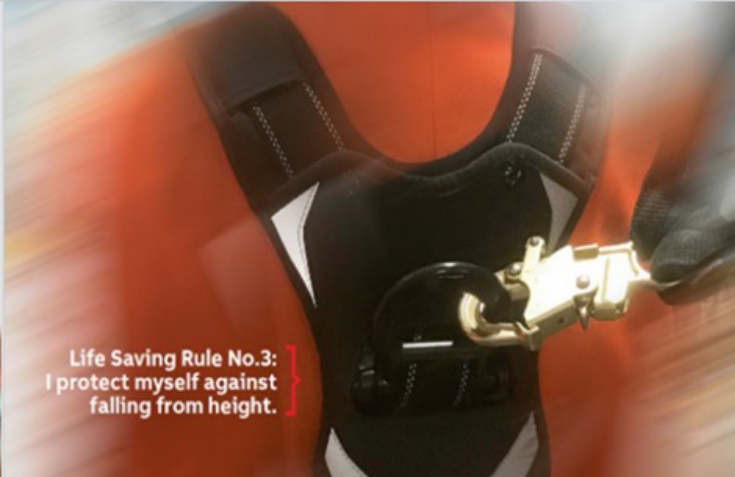
Life Saving Rule No.6:
I keep my hands on the wheel,
never on a phone.



Life Saving Rule No.8:
I make sure air is
safe prior to entry.



Life Saving Rule No.4:
I keep a safe distance from any
suspended loads.



Life Saving Rule No.3:
I protect myself against
falling from height.



Life Saving Rule No.5:
I always fasten my seat belt.

2023-12-19

Regler som räddar liv

Life saving rules

Regler och rutiner

ABB way HSE & Security Requirements for Contractors (länk till regelverket)

Regelverket är i linje med Svensk lagstiftning.

Våra 8 Livräddande regler baseras på de riskområden där det historiskt hänt flest allvarliga olyckor. Reglerna är baserade på våra lärdomar från dessa.

Utöver de 8 Livräddande reglerna vill vi även trycka på vikten av att;

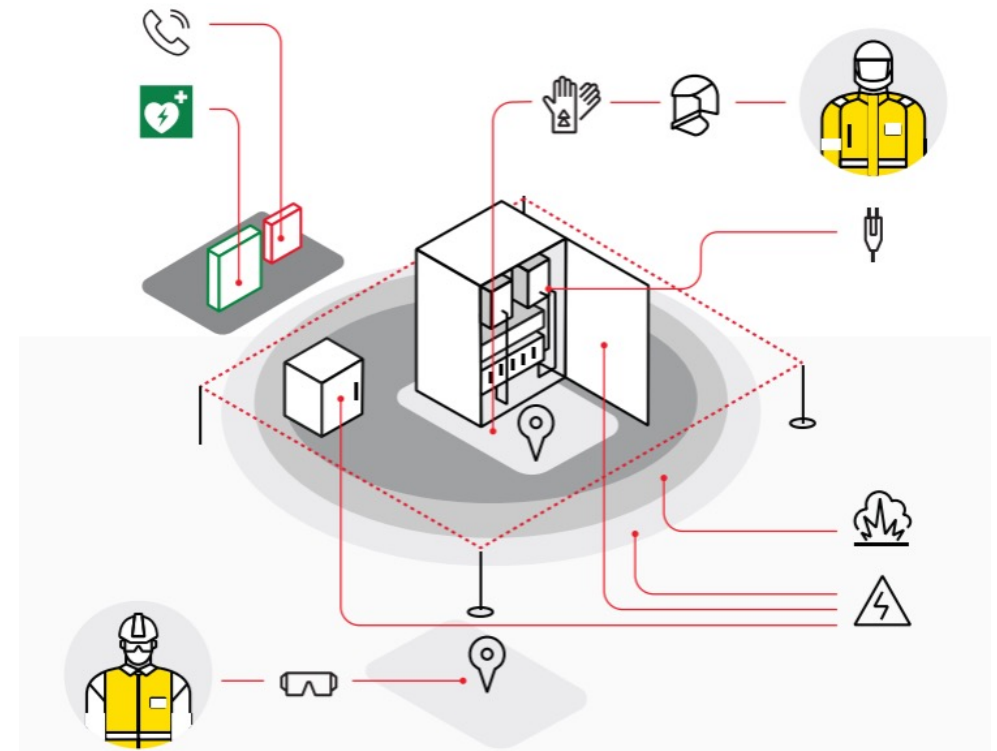
- hålla god ordning och reda på arbetsområdet
- anmäla risker och vid behov **STOPPA** jobbet om det inte känns säkert att fortsätta.

Vi är varandras arbetsmiljö!

Regler som räddar liv

Rädda liv med 7 steg

1. Planering av arbete. Gör en riskbedömning/riskhantering.
2. Markera utrustning och arbetsplats.
3. Frånskilj alla inmatningspunkter och blockera mot tillkoppling.
4. Kontrollera att driftspänningen är fränkopplad.
5. Jorda och kortslut.
6. Anbringa skydd mot närbelägna spänningsatta delar.
7. Säkerställ att arbetsplatsen är säker och upprätta tillstånd att påbörja arbete.

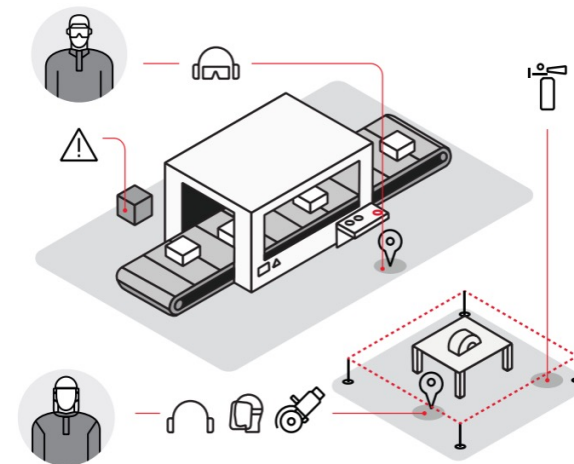


Kom ihåg: Säkerställ att erforderlig skydds- och nödutrustning finns tillgänglig innan arbetet påbörjas

Regler som räddar liv

Jag använder endast ordentligt skyddade maskiner

1. Använd maskiner som har rätt skydd, praktiskt utformade för att skydda användaren men som möjliggör enkel åtkomst.
2. Operatörer måste vara instruerade och utbildade för att använda en maskin.
3. Kontrollera att det finns en stoppknapp och om ett nödstopp behövs.
4. Kontrollera skyddets funktion och om det har kontrollerats regelbundet.
5. Maskiner och utrustning får inte anpassas på eget bevåg.
6. Använd maskiner som stannar så snart ett skydd bryts/öppnas.
7. Meddela din chef/uppdragsgivare om en maskin eller ett skydd är trasigt. Märk upp vid behov.
8. Isolera och märk upp bärbar maskinutrustning som inte efterlever kraven i en karantänlåda.



Ställ krav på säker utrustning!

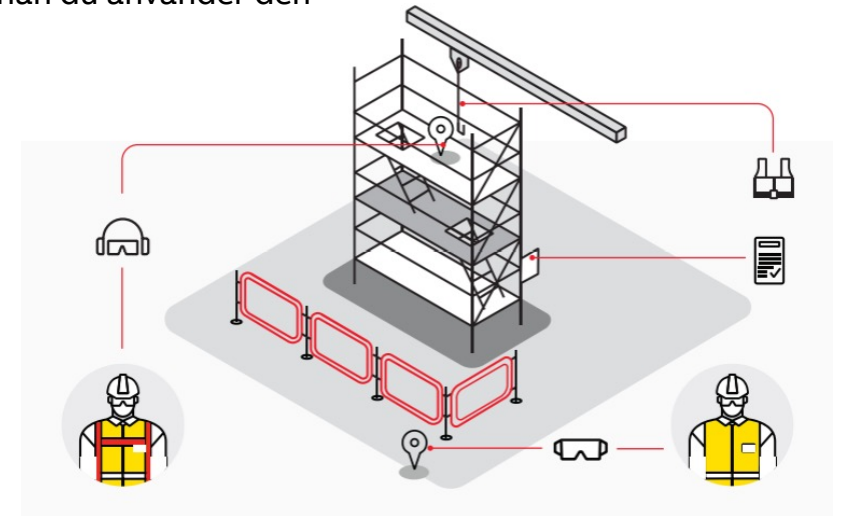
Regler som räddar liv

Jag skyddar mig mot fall från höjder

1. Vid behov ska en förankrad eller tillfälligt förankrad plattform installeras och användas i enlighet med riskbedömning.
2. När förankringen fästs måste hänsyn tas till fallavstånd, linans anslutning, personens vikt och svängningsfaktorn.
3. Fallskyddssystem får endast användas om de har testats, certifierats, inspekterats och kontrollerats i förväg.
4. Fallskyddssystem måste vara godkända och utformade på rätt sätt, samt monterade av en utbildad kompetent person.
5. Förankringspunkterna måste sitta så högt som möjligt –aldrig lägre än selens anslutningspunkt –och de måste hålla för ca 22,2kN (drygt 2000kg).
6. Linorna ska kunna dra in sig själva för ökad rörelsefrihet men skydda användaren vid ett eventuellt fall.
7. Användare måste vara utbildade när det gäller säker användning av utrustningen.
8. Procedurer för räddningsåtgärder och utbildningar ska finnas på plats innan fallskyddssystemet används.
9. Se till att utrustning för byggnadsställningen är certifierad och har kontrollerats varje dag innan användning.

Kom ihåg:

Täck golv eller golvöppningar med fixerade, stabila hinder
Kontrollera alltid selen innan du använder den

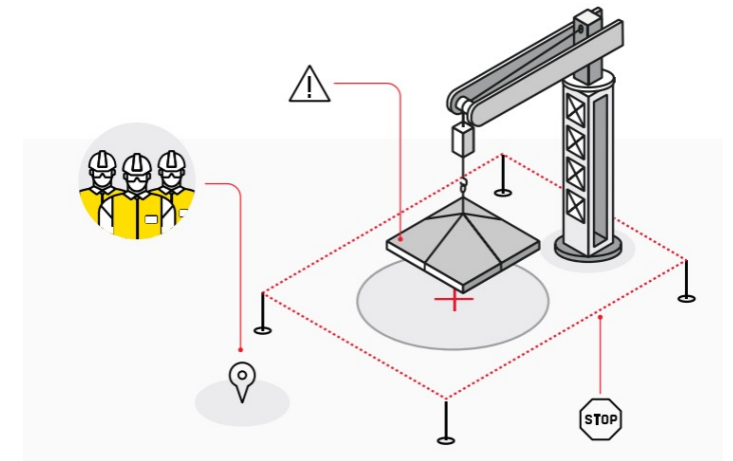


Arbetstagare som utför arbeten belägna 2 meter eller mer över underliggande nivå ska vara skyddade från fall genom användning av skyddsräcken, säkerhetsnät eller ett personligt fallskyddssystem.

Regler som räddar liv

Jag går aldrig under hängande last och håller ett säkert avstånd

1. Lyftteamet är utbildade och certifierade av en auktoriserad part.
2. Utrustning och tillbehör inspekteras inför varje lyft. Endast besiktigad och godkänd utrustning används.
3. Lyfttillbehören ska ha unika id-nummer och information om säker arbetsbelastning.
4. Lyftplanen är tillgänglig, validerad och förmedlad före lyftet påbörjas.
5. Begränsa alltid belastningen baserat på lyftsystemets lägsta värde. Om något är oklar –avbryt arbetet tills du är säker!
6. Lyftutrustningen används på ett stabilt, säkert och belastningståligt golv.
7. Lasten styrs samtidigt som man säkerställer ett (bibehållet) säkert avstånd i förhållande till manövern och hängande last
8. Lyftåtgärder får ENDAST utföras under säkra förhållanden och lastbalanseringen är kontrollerad och vägen är klar.

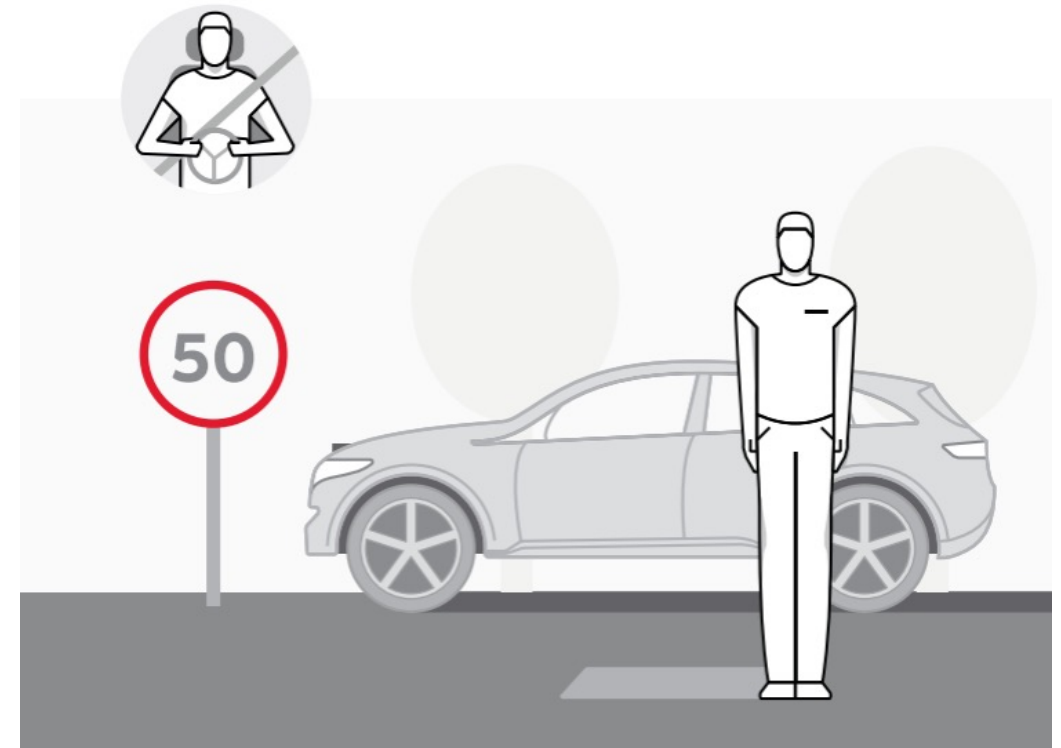


Kom ihåg: Kör aldrig last över människor. Lasten kan lossna och utrustningsfel kan få allvarliga konsekvenser. I bullriga miljöer bör handsignaler upprättas. Om sikten är dålig bör radiokommunikation användas.

Regler som räddar liv

Jag använder alltid säkerhetsbälte. Jag håller händerna på ratten, aldrig på telefonen.

1. Använd säkerhetsbälte.
2. Kontrollera att passagerarna har på sig säkerhetsbälte.
3. Håll händerna på ratten, aldrig på telefonen. Rikta alltid din fullständiga uppmärksamhet på vägen –gör inte flera saker samtidigt.
4. Följ trafikreglerna. Håll koll på andra förare runt omkring dig och var beredd på oväntade händelser.
5. Håll avstånd. Minst ett 3 sekunders långt avstånd till framförvarande bil.
6. Säkerställ att bil och däck är i gott skick.
7. Kör inte om du är trött. Ta 15 min paus efter 2 timmars körning.

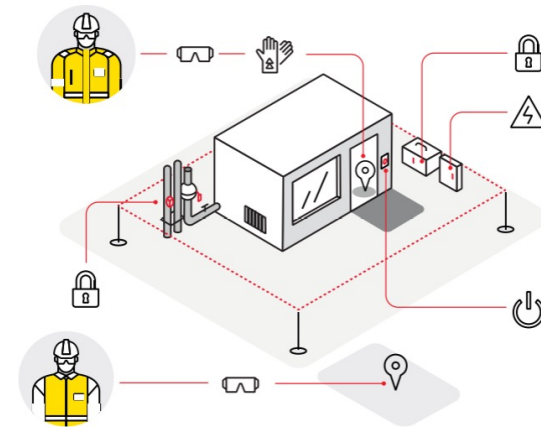


Kör du bil i tjänsten –säkerställ att du regelbundet går en "Safety Driving"-utbildning

Regler som räddar liv

Jag tillämpar metoden en person, ett lås, en nyckel

1. För din egen säkerhet –tillämpa metoden en person, ett lås, en nyckel.
2. Var utbildad och kapabel att göra jobbet.
3. Förbered dig för arbetet (riskanalys, identifiering av energi-/kraftkällor)
4. Kolla tillgängligheten av riskanalys som är specifik för service, underhåll eller provning.
5. Skaffa ett ABB- eller kundarbetstillstånd innan du påbörjar arbetet.
6. Stäng av utrustningen enligt rätt procedur.
7. Separera utrustningen från resten av kretsen.
8. Skydda isolerings punkterna med hänglås och en varningsskylt.
9. Kontrollera både frånvaron av återstående energi/kraft i utrustningen med en kontrollutrustning som är anpassad för riskerna. Allt arbete i utrustningen tex. underhåll och reparation måste utföras utan kraft.
10. Kontrollera att varje person som arbetar i utrustningen har ett individuellt lås, korrekt placerat.

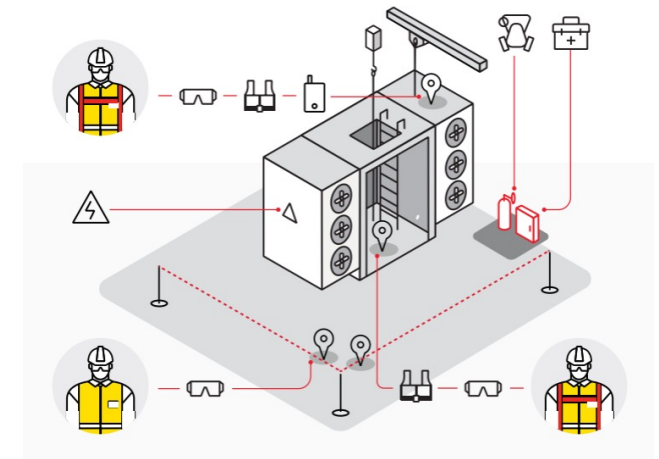


Säkra ditt arbetsområde!

Regler som räddar liv

Jag kontrollerar att luften är säker innan jag går in

1. Innan du går in ska du testa miljön med kalibrerad och kontrollerad utrustning.
2. Kontrollera att syrekoncentrationen är mellan **19,5% -23,4%** och att nivån av lättantändliga gaser/ångor är minst 10% under den lägre explosiva nivån. Använd mekanisk ventilation för att åtgärda miljöproblem.
3. Identifiera utbildade och kompetenta medarbetare för varje nyckelroll (arbetare, ledare, livräddare).
4. Kontrollera att nödutrustningen är tillgänglig på arbetsplatsen.
5. Säkerställ att utsedd övervakare alltid är på plats under arbetet.
6. Använd anpassad kommunikationsutrustning för arbetet.
7. Säkerställ att ett arbetstillstånd är på plats innan arbetet startar.
8. Gå endast in i det slutna utrymmet om du är utbildad, auktoriserad och i form för uppgiften.
9. Gå endast in i det slutna utrymmet om du säkerställt att luftkvaliteten är ok. Bär detektor om omständigheterna kan förändras under arbetet.
10. Säkerställ att det slutna utrymmet är tydligt markerat med en varningsskylt.



Säkra ditt arbetsområde! Anmäl brister. Stoppa jobbet om du inte känner dig säker på uppgiften.

AABB