



ПЕРЕНОСНЫЕ ЛЕСТНИЦЫ

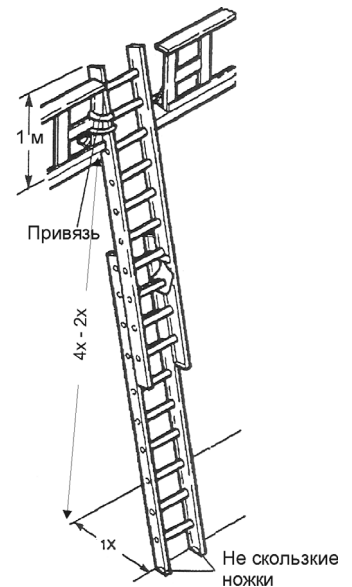
Падения с переносных лестниц является одной из главных причин серьезных травм. Помните о возможных опасностях и принимайте необходимые меры предосторожности, чтобы предотвратить падение.

НЕОБХОДИМО:

- ПРОВЕРИТЬ лестницу до и после каждого использования.
- ВЫБРАКОВАТЬ и пометить лестницу, которая имеет дефекты. Убедитесь, что лестница починена или уничтожена.
- ИСПОЛЬЗОВАТЬ лестницу, соответствующую выполняемой работе. Учитывать тип лестницы, её прочность и соответствие стандарту.
- ПОЛЬЗОВАТЬСЯ помощью при работе с тяжелой или длинной лестницей.
- СЛЕДИТЬ, чтобы лестница оставалась в стороне от электрических проводов.
- ЗАКРЕПИТЬ лестницу в ее верхней части и зафиксировать ее нижнюю часть во избежание соскальзывания.
- УСТАНОВИТЬ ограждения и предупредительные знаки, если лестница используется на пути движения людей или транспорта.
- ОЧИСТИТЬ скользкие или загрязненные подошвы обуви перед установкой лестницы. Избегать подыматься на лестницу с влажными подошвами. Убедиться, что обувь находится в исправном состоянии.
- СОХРАНЯТЬ положение лицом к лестнице во время подъема на лестницу, спуска с неё и во время работы на ней.
- УДЕРЖИВАТЬ центр тяжести тела между боковинами лестницы.

Используйте правила техники безопасности для определения точных требуемых размеров.

- РАСПОЛАГАТЬ ножки лестницы на расстоянии $\frac{1}{4}$ - $\frac{1}{2}$ рабочей длины лестницы от основания опоры.
- ВЫДВИНУТЬ лестницу по крайней мере на 1 метр выше края опорной поверхности.
- РАСПОЛАГАТЬ лестницу на твердом основании, применять нескользящие ножки, либо законтрить их, либо попросить кого-либо подержать лестницу.
- ОПЕРЕТЬ обе боковины на верхнюю опору и закрепить лестницу, чтобы не допустить соскальзывания.



НЕЛЬЗЯ:

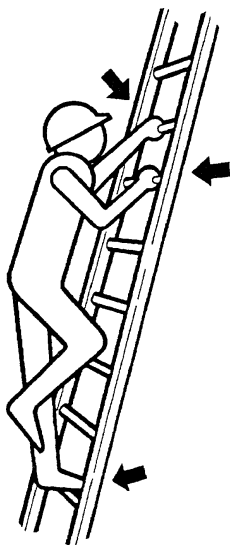
- НЕ ИСПОЛЬЗУЙТЕ лестницу в горизонтальном положении в качестве подмостков или мостика.
- НЕ ДЕРЖИТЕ предметы в руках в то время, как находитесь на лестнице. Пользуйтесь подъемником или крепите инструменты к поясу.
- НЕ РАБОТАЙТЕ, находясь на трех верхних ступеньках. Чем выше человек подымается по лестнице, тем выше опасность, что лестница соскользнет в её нижней части.
- НЕ ИСПОЛЬЗУЙТЕ подручные предметы, такие как стулья, бочки или коробки, в качестве замены для лестницы.
- НЕ ИСПОЛЬЗУЙТЕ переносные лестницы, если имеется другое оборудование. Замените переносную лестницу стационарной лестницей или подмостками.

ТЕХНИЧЕСКИЙ ИНФОРМАЦИОННЫЙ ЛИСТОК

ИСПОЛЬЗОВАНИЕ ПЕРЕНОСНЫХ ЛЕСТНИЦ

НЕОБХОДИМО:

- **ПРОВЕРЬТЕ** перед установкой лестницы, нет ли наверху электрических проводов .
- **ОЧИСТИТЕ** район вокруг основания и верха лестницы от обломков, инструментов и других посторонних предметов.
- **ПРИВЯЖИТЕСЬ** поясом безопасности, если Вы работаете на высоте 4,5 метра и более от поверхности или если Вы используете при работе обе руки.
- **УБЕДИТЕСЬ**, что только один человек находится на лестнице одиночной ширины. Только одному человеку разрешается находиться на каждой стороне лестницы двойной ширины.
- **ОБЕСПЕЧЬТЕ** постоянный контакт с лестницей тремя точками путем сохранения на лестнице двух рук и одной ноги или двух ног и одной руки в любой момент времени.
- **ДЕРЖИТЕСЬ** за ступеньки, а не за боковины во время подъема по лестнице. Если нога соскальзывает с лестницы, легче удержаться за ступеньку, чем за боковину.



- **ОДЕВАЙТЕ** защитную обувь с каблуками и с подошвой, которая предотвращает соскальзывание.
- **УБЕДИТЕСЬ**, что все электрические инструменты, которые используются во время работы с лестницы, находятся в исправном состоянии и должным образом заземлены.
- **ДЕЛАЙТЕ** частые перерывы для отдыха, чтобы избежать усталости рук и потери ориентации, если выполняемая работа требует вытягивания рук и направления взгляда над головой.
- **ОБХВАТИТЕ** руками ступеньку и обоприте голову на другую ступеньку или боковину

перекладину, если Вы почувствовали головокружение или страх. Медленно спуститесь.

НЕЛЬЗЯ:

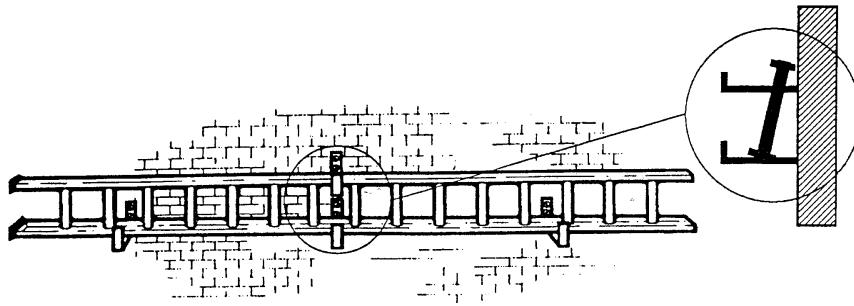
- **НЕ СРАЩИВАЙТЕ** вместе короткие лестницы с целью получения более длинной лестницы. Боковины не обладают необходимой прочностью, чтобы выдержать дополнительную нагрузку.
- **НЕ ИСПОЛЬЗУЙТЕ** переносную лестницу в проходах, дверных проемах, проездах или других местах, где человек или транспортное средство могут её толкнуть. Выставьте соответствующие ограждения или закройте двери.
- **НЕ ОПИРАЙТЕ** лестницу на гибкие или подвижные поверхности.
- **НЕ ПРЕВЫШАЙТЕ** ширину пространства между лестницей и другим предметом.
- **НЕ СТАВЬТЕ** лестницу на коробки, тележки, столы и другие неподходящие предметы.
- **НЕ ОПИРАЙТЕ** лестницу ни на одну из её ступенек. Лестница должна опираться на обе боковины.
- **НЕ ПОЗВОЛЯЙТЕ** никому стоять под лестницей.
- **НЕ ИСПОЛЬЗУЙТЕ** лестницу на льду.
- **НЕ ТЯНИТЕСЬ** с лестницы; при необходимости перемещайте ее.
- **НЕ ИСПОЛЬЗУЙТЕ** лестницу вблизи электрических проводов.



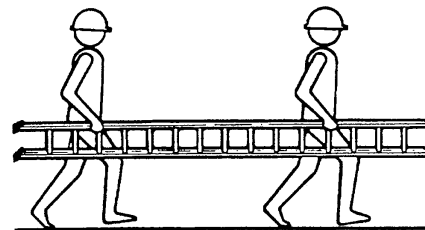
ХРАНЕНИЕ И ИСПОЛЬЗОВАНИЕ ПЕРЕНОСНЫХ ЛЕСТНИЦ

НЕОБХОДИМО:

- ХРАНИТЕ лестницы в местах, где они не подвержены природным воздействиям.
- ПОДПИРАЙТЕ лестницы, если они хранятся в стеллажах в горизонтальном положении. Чтобы предотвратить прогибание, подпирайте лестницы через каждые 2 метра.
- СОБЛЮДАЙТЕ осторожность во время переноски лестницы через проходы, двери и другие места, где обзор ограничен.
- ИСПОЛЬЗУЙТЕ напарника для помощи при переноске длинной или тяжелой лестницы.



- ХРАНИТЕ лестницы в чистом и свободном от посторонних материалов состоянии.
- УБЕДИТЕСЬ, что существует свободный доступ к месту хранения.
- ХРАНИТЕ деревянные лестницы в хорошо вентилируемом помещении, вдали от источников сырости и высокой температуры.
- ВОЗВРАЩАЙТЕ лестницы по месту хранения после использования.
- ИЗБЕГАЙТЕ свисания длинных концов лестниц за пределами точек опоры во время транспортировки.
- ПОДКЛАДЫВАЙТЕ мягкие прокладки при перевозке лестниц на транспортных средствах для уменьшения износа и смягчения ударов.
- ПРИВЯЗЫВАЙТЕ лестницы в каждой опорной точке, чтобы уменьшить повреждения при перевозке. Грузите другое оборудование так, чтобы не повредить лестницу.
- ОТМЕТЬТЕ лестницы, которые свисают с транспортного средства, красным или оранжевым флажком.
- ДЕРЖИТЕ лестницы в районе середины во время переноски.
- УБЕДИТЕСЬ, что Вы и Ваш напарник находитесь с той же стороны во время переноски лестницы. Идите в ногу. Заранее согласуйте сигналы рукой или голосом для одновременной остановки или изменения направления.



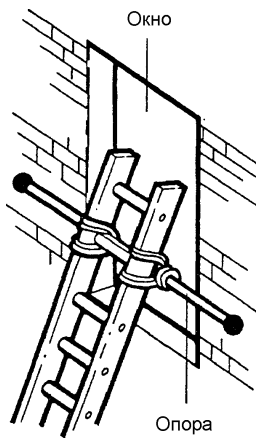
НЕЛЬЗЯ:

- НЕ ПОДВЕШИВАЙТЕ лестницы за боковины или ступеньки.
- НЕ КЛАДИТЕ материалы на лестницы.
- НЕ ПОДВЕРГАЙТЕ стекловолоконные лестницы воздействиям высоких температур (выше 93°C).
- НЕ ДЕРЖИТЕ во время переноски переднюю часть лестницы на уровне головы.

ТЕХНИЧЕСКИЙ ИНФОРМАЦИОННЫЙ ЛИСТОК

ЗАКРЕПЛЕНИЕ ПЕРЕНОСНЫХ ЛЕСТНИЦ

- **ОБОПРИТЕ** верхний конец лестницы на твердую поверхность, которая может выдержать нагрузку.



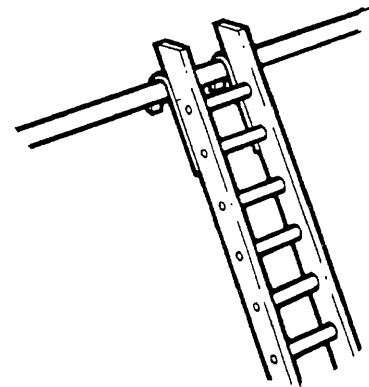
- **ПРИКРЕПИТЕ** к задней стороне лестницы опору, если поверхность не может выдержать нагрузку. Удлините опору так, чтобы она надежно упиралась в стены строения или оконную раму.

- **ОХРАНЯЙТЕ** или оградите зону вокруг лестницы, установленной в месте, куда имеют доступ люди.
- **ЖЕСТКО** закрепите лестницу в верхней части, чтобы предотвратить соскальзывание верхнего конца в сторону или нижнего конца наружу.

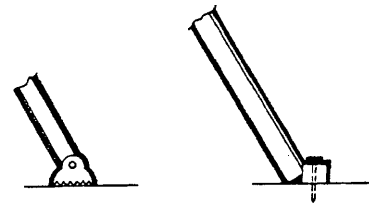
- **ПОСТАВЬТЕ** человека у основания лестницы, если нет возможности закрепить её сверху или внизу. Такое решение эффективно только для лестниц длиной до 5 метров.

- **УБЕДИТЕСЬ**, что человек у основания лестницы стоит лицом к ней, держит по одной руке на каждой из боковин и опирает одну ногу на нижнюю ступеньку.

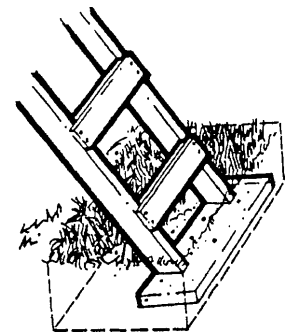
- **ПРИКРЕПИТЕ** к верхним концам боковин крюки, если лестница используется на постоянной высоте.



- **НЕ ОПИРАЙТЕ** лестницу ни на какую из ступенек. Для этого предназначены только боковины.
- **ЗАКРЕПИТЕ** основание лестницы, чтобы предотвратить случайное смещение. Закрепление основания лестницы не предотвращает боковое соскальзывание верхнего конца.



- **ИСПОЛЬЗУЙТЕ** лестницу, оборудованную нескользящими опорами. В противном случае прибейте к полу планку или закрепите ножки или основания боковин.



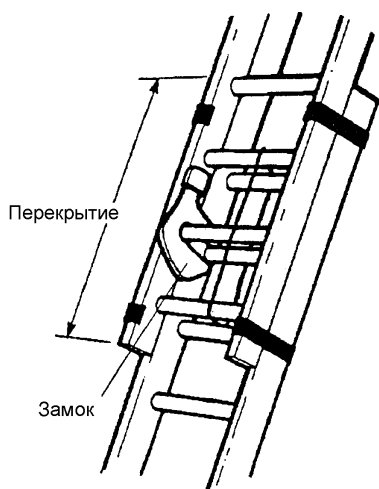


УДЛИНИТЕЛИ ПЕРЕНОСНЫХ ЛЕСТНИЦ

Поставьте человека у основания лестницы, если нет возможности закрепить её сверху или внизу. Такое решение эффективно только для лестниц с длиной до 5 метров. Человек у основания лестницы должен стоять лицом к ней и держать по одной руке на каждой из боковин и одну ногу на нижней ступеньке.

НЕОБХОДИМО:

- **РАСПОЛОЖИТЕ** ножки лестницы на расстоянии $\frac{1}{4}$ - $\frac{1}{2}$ рабочей длины лестницы от основания сооружения.
- **ВЫДВИНЬТЕ** лестницу так, чтобы она выступала над поверхностью опорной платформы минимум на 1 метр. Привяжите верх в точках опоры.
- **ПОДЫМАЙТЕ** и опускайте лестницу, стоя на земле. Перед началом подъема убедитесь, что концевые крюки лестницы находятся на месте.
- **ВЫДВИГАЙТЕ** удлинитель лестницы таким образом, чтобы верхняя секция опиралась на нижнюю секцию.
- **ОБОПРИТЕ** лестницу на твердую ровную поверхность и убедитесь, что она надежно закреплена.



- **ОБЕСПЕЧЬТЕ** минимальное перекрытие секций лестницы в соответствии с указанным на маркировке лестницы. Следуйте указаниям правил техники безопасности.



НЕЛЬЗЯ:

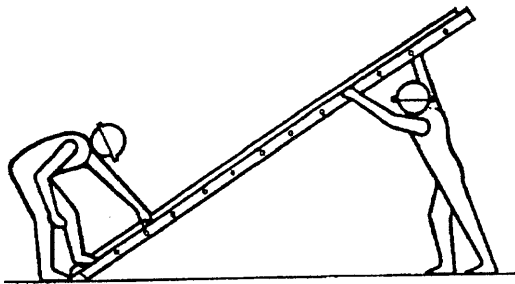
- **НЕ ИСПОЛЬЗУЙТЕ** лестницу вблизи электрических проводов.
- **НЕ ВЫДВИГАЙТЕ** лестницу чрезмерно. Соблюдайте минимальное перекрытие секций.
- **НЕ ПОДНИМАЙТЕСЬ** выше четвертой ступеньки от верха лестницы.
- **НЕ ИСПОЛЬЗУЙТЕ** лестницу на льду, снегу или скользкой поверхности, не закрепив ножки лестницы.
- **НЕ ВЫДВИГАЙТЕ** верхнюю секцию лестницы сверху или «подпрыгивая» на лестнице.

ТЕХНИЧЕСКИЙ ИНФОРМАЦИОННЫЙ ЛИСТОК

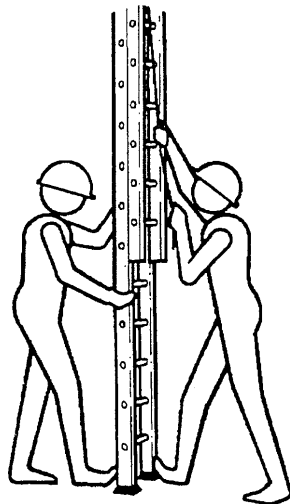
УСТАНОВКА УДЛИНИТЕЛЯ ПЕРЕНОСНОЙ ЛЕСТНИЦЫ

Чтобы избежать перенапряжения мышц и не потерять контроль над лестницей, используйте показанный ниже метод для установки удлинителя лестницы. Если лестница весит больше, чем 25 кг и там, где условия усложняют задачу, используйте двух человек, чтобы шаг за шагом установить лестницу, как это показано далее:

- ПОЛОЖИТЕ лестницу на землю вблизи от места ее установки.

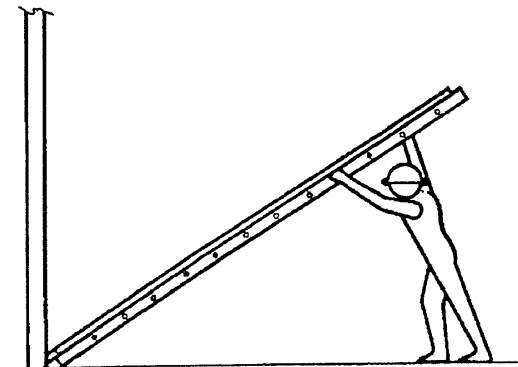


- ЗАФИКСИРУЙТЕ основание лестницы, используя ногу помощника.
- УХВАТИТЕСЬ за верхнюю ступеньку двумя руками, поднимите верхний конец над головой и идите по направлению к основанию лестницы. Беритесь за середину ступенек, чтобы сохранять устойчивость.
- ПЕРЕНЕСИТЕ поднятую лестницу на предназначенное место. Наклоните её вперед и обоприте о точку опоры.

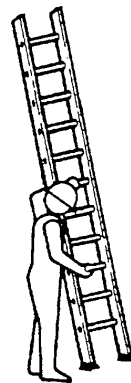


Один человек может установить короткую лестницу, следуя шаг за шагом следующей процедуре:

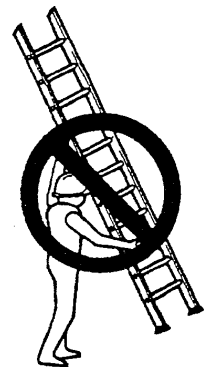
- РАСПОЛОЖИТЕ основание лестницы вплотную к основанию здания или стационарного объекта.



- ПРИПОДНИМИТЕ верхний конец лестницы и продолжайте поднимать, чтобы привести лестницу в вертикальное положение.
- ПЕРЕНЕСИТЕ лестницу в необходимое место, держа её вертикально.



- ЖЕСТКО УДЕРЖИВАЙТЕ лестницу в вертикальном положении, плотно прижимая её к телу.



Опускайте любую переносную лестницу в порядке, обратном процедуре её подъема.

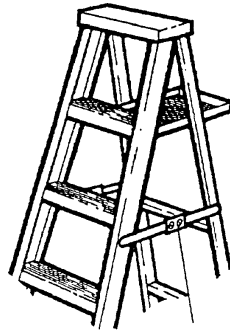
- ОСТАВЬТЕ все привязные устройства на месте, до тех пор пока их не потребуется удалить.
- НЕ ПОДНИМАЙТЕ и не опускайте лестницу в выдвинутом состоянии.



СТРЕМЯНКИ

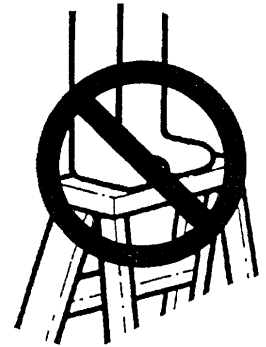
НЕОБХОДИМО:

- **ДЕРЖИТЕСЬ** лицом к стремянке во время подъема или спуска. Держите тело посередине, между боковинами.
- **КРЕПКО** держитесь руками. Во время подъема используйте обе руки.
- **УСТАНОВЛИВАЙТЕ** стремянку вблизи от места работы. Избегайте тянуться или отталкиваться в сторону от стремянки .
- **ПОЛНОСТЬЮ** откройте распорки и полочку стремянки.
- **ИСПОЛЬЗУЙТЕ** стремянку, которая примерно на 1 метр ниже, чем самая высокая точка, до которой Вам необходимо достать. Это создаст более широкое и устойчивое основание, а полочка окажется на удобной рабочей высоте.
- **ПРОВЕРЬТЕ** устойчивость. Убедитесь, что все четыре ножки стремянки находятся на твердой, ровной и сухой поверхности.
- **РАСПОЛОЖИТЕ** стремянку под правильным углом к месту работы, так, чтобы или передняя, или задняя сторона ступенек были обращены к месту работы.



НЕЛЬЗЯ:

- **НЕ ТЯНИТЕСЬ.** Если необходимо, передвиньте стремянку.
- **НЕ ПЕРЕМЕЩАЙТЕ** стремянку , стоя на ней.
- **НЕ СТАНОВИТЕСЬ,** подымайтесь или садитесь на верхнюю или откидную полочки стремянки.
- **НЕ ПЕРЕГРУЖАЙТЕ.** Стремянки предназначены для одного человека.
- **НЕ ИСПОЛЬЗУЙТЕ** стремянку , чтобы подпереть или поддержать подмость или доску.
- **НЕ ПОДНИМАЙТЕСЬ** на стремянку , которая опирается о стену. Используйте для этого приставную лестницу.
- **НЕ ИСПОЛЬЗУЙТЕ** стремянку на скользкой поверхности.
- **НЕ СТАВЬТЕ** стремянку на коробки, подмости или другие неустойчивые основания, чтобы увеличить её высоту.
- **НЕ ПОДНИМАЙТЕСЬ** по задней стороне стремянки .
- **НЕ ТОЛКАЙТЕ** и не тяните стремянку вбок . Она менее устойчива в этих направлениях.
- **НЕ ИСПОЛЬЗУЙТЕ** стремянку в проходах, дверях, проездах и других местах, где человек или транспортное средство могут её толкнуть. Выставьте соответствующие ограждения или закройте двери.





ТЕХНИЧЕСКИЙ ИНФОРМАЦИОННЫЙ ЛИСТОК

ПРОВЕРКА ПЕРЕНОСНЫХ ЛЕСТНИЦ И СТРЕМЯНОК

ПРОВЕРЯЙТЕ переносные лестницы и стремянки на:

- отсутствующие или незакрепленные ступеньки или перекладины (они незакреплены, если их можно пошевелить рукой);
- незакрепленные гвозди, винты, болты или другие металлические детали;
- треснувшие, расколотые, изношенные или сломанные боковины, скобы, ступеньки или перекладины;
- неровные или расщепленные поверхности;
- поврежденные или изношенные ножки, предназначенные для предотвращения скольжения;
- скрученные или деформированные боковины;
- отсутствующие маркировки;
- коррозию, ржавчину, окисление и повышенный износ, особенно в резьбовых соединениях;
- острые края на боковинах и ступеньках.

СТРЕМЯНКИ

ПРОВЕРЯЙТЕ на:

- шатание;
- незакрепленные или погнутые шарнирные распорки;
- поломанный фиксатор на шарнирной распорке;
- незакрепленные шарниры.

ВЫДВИЖНЫЕ ЛЕСТНИЦЫ

ПРОВЕРЯЙТЕ на:

- незакрепленные, поломанные или отсутствующие фиксаторы удлинителей;
- поврежденные фиксаторы, которые не «садутся» на место, когда лестница выдвинута;
- достаточную смазку рабочих частей;
- поврежденные веревки, цепочки и тросы;
- отсутствующие или поврежденные прокладки и рукава.

НЕОБХОДИМО:

- **ОСМАТРИВАЙТЕ** лестницы и стремянки перед каждым использованием.
- **ПОМЕТЬТЕ** поврежденные лестницы и стремянки и прекратите их использование.
- **ПРОВЕРЯЙТЕ** регулярно стекловолоконные лестницы и стремянки на растрескивание и оголенное стекловолокно.
- **ОЧИЩАЙТЕ** стекловолоконные лестницы и стремянки каждые три месяца. Слегка побрызгайте прозрачным лаком или натрите парафином.
- **УБЕДИТЕСЬ**, что все гайки, болты, распорки и фиксаторы затянуты и находятся в исправном состоянии.
- **ПРОВЕРЯЙТЕ** деревянные лестницы и стремянки на гниение, тлен и покоробленные боковины.
- **ЗАЩИЩАЙТЕ** деревянные лестницы и стремянки с помощью прозрачного герметизатора или защитного вещества для дерева.
- **ПРОВЕРЯЙТЕ** все лестницы и стремянки на деформации, глядя на них вдоль боковин. Деформированная или скрученная лестница или стремянка представляет опасность.
- **ЗАМЕНИТЕ** изношенные или пересохшие тросы на выдвижных лестницах.
- **РЕГУЛЯРНО** смазывайте блочки на выдвижных лестницах.
- **ЕСЛИ** лестница или стремянка упала, проверьте её состояние перед повторным использованием.

НЕЛЬЗЯ:

- **НЕ ПРОИЗВОДИТЕ** временные или кустарные починки.
- **НЕ ПЫТАЙТЕСЬ** выпрямить или использовать погнутые или деформированные лестницы и стремянки.



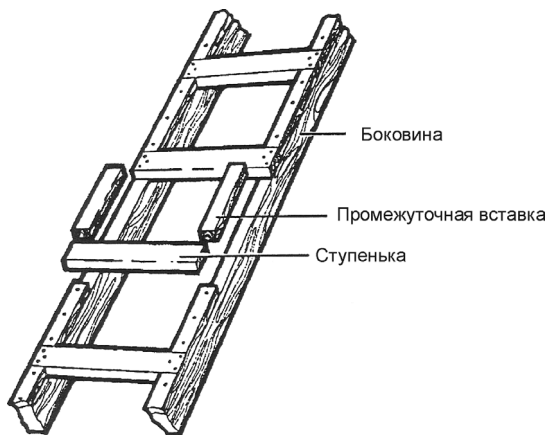
ПЕРЕНОСНЫЕ ЛЕСТНИЦЫ, ИЗГОТАВЛИВАЕМЫЕ ПО МЕСТУ

Лестницы, изготавливаемые по месту, тяжелы, и их не рекомендуется использовать там, где их необходимо переносить. На рабочих местах они быстро изнашиваются.

- **ИЗГОТАВЛИВАЙТЕ** лестницы в соответствии с правилами техники безопасности и принятыми нормами сооружения конструкций.
- **ИСПОЛЬЗУЙТЕ** дерево с прямыми волокнами, которое не имеет выпавших сучков, острых краев, расколов и трещин. Ступеньки должны быть гладкими, с прямыми волокнами и не иметь сучков.
- **ИСПОЛЬЗУЙТЕ** только прозрачные защитные покрытия.

ПЕРЕНОСНАЯ ЛЕСТНИЦА, ИЗГОТАВЛИВАЕМАЯ ПО МЕСТУ

Одиночная ширина



- **УСТАНОВЛИВАЙТЕ** боковины на плоской, ровной и твердой поверхности, на расстоянии $\frac{1}{4}$ - $\frac{1}{2}$ от наклонной высоты лестницы.
- **ЗАКРЕПЛЯЙТЕ** лестницы сверху и внизу.

- **НЕ ИЗГОТАВЛИВАЙТЕ** лестницы длиной более 9 метров.

- **НЕ КРАСЬТЕ** деревянные лестницы. Краска скрывает дефекты.

ПРОВЕРКА

- **ПРОВЕРЯЙТЕ** лестницы по крайней мере раз в неделю. Немедленно сообщите об обнаруженных дефектах или изымите лестницы из употребления.
- **ПРОВЕРЯЙТЕ** лестницы при сухой древесине. Дерево, которое впитало влагу, разбухает и не обнаруживает такие дефекты, как трещины или расколы.
- **ПРОВЕРЯЙТЕ** боковины на:
 - повреждения, которые могут выглядеть как тонкие трещины или отщепившиеся волокна дерева;
 - расколы, которые идут с одной стороны боковины на другую;
 - отщепы, которые уменьшают исходную толщину боковины больше, чем на 10 мм. (Обстругайте боковину рубанком, чтобы удалить выступающие волокна).
- **ПРОВЕРЯЙТЕ** ступеньки на:
 - трещины, расколы, расщепления и гниение;
 - повышенный износ;
 - отсутствующие или незакрепленные ступеньки.

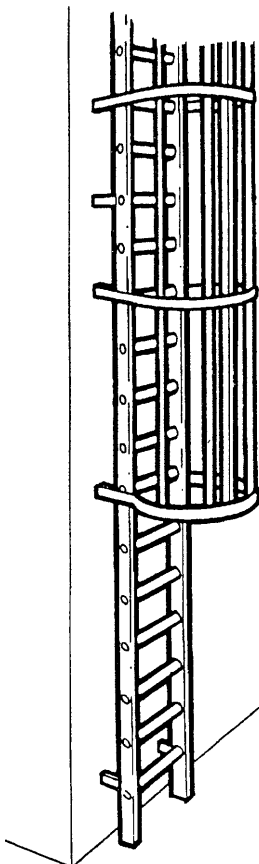
ТЕХНИЧЕСКИЙ ИНФОРМАЦИОННЫЙ ЛИСТОК

СТАЦИОНАРНЫЕ НАРУЖНЫЕ ЛЕСТНИЦЫ

Избегайте опасности падения путем установки и правильного использования приспособлений для безопасного подъема в соответствии с правилами техники безопасности.

НЕОБХОДИМО:

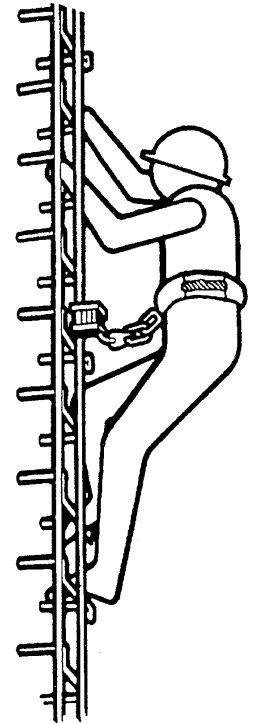
- ОБЕСПЕЧИТЬ постоянный контакт тремя точками, сохраняя на лестнице две руки и одну ногу или две ноги и одну руку в любой момент времени.



- РАСПОЛАГАЙТЕСЬ лицом к лестнице и используйте обе руки, чтобы надежно держаться за ступеньки.
- УСТОЙЧИВО ставьте ноги на каждую ступеньку.
- ОДЕВАЙТЕ обувь с каблуками. Убедитесь, что Ваша обувь находится в исправном состоянии.
- ОЧИСТИТЕ грязные или скользкие подошвы обуви перед подъемом на лестницу. Избегайте подниматься с мокрыми подошвами.

- ПРОВЕРЯЙТЕ стационарные лестницы на:

- незакрепленные, изношенные и поврежденные ступеньки или боковины;
- поврежденные или проржавевшие ограждения, болты и головки заклепок;
- поврежденные или проржавевшие перила и кронштейны платформ;
- поломанную или раксшатанную заделку;
- повреждения на приспособлениях для подъема, включая поврежденные или незакрепленные рельсы и тросы подъемника;
- поверхности, скользкие от масла и льда;
- беспорядок, загромождающий основание лестницы или платформы.



- НЕМЕДЛЕННО сообщайте о любых дефектах.
- ПОДОЖДИТЕ, пока другой человек освободит лестницу, перед тем, как начинать спуск или подъем.
- ПОДНИМАЙТЕ и спускайте ручные инструменты, используя трос.

НЕЛЬЗЯ:

- НЕ ДЕРЖИТЕ инструменты и материалы в руках во время подъема. Держите небольшие инструменты в специальном поясе.
- НЕ ПРЫГАЙТЕ с лестницы. Перед спуском с лестницы проверьте поверхность у ее основания.
- НЕ ТОРОПИТЕСЬ при подъеме и не съезжайте вниз по стремянке.