

|  |  |
| --- | --- |
| **СОГЛАСОВАНО** | **УТВЕРЖДАЮ** |
| **Председатель профсоюзного комитета** | **Генеральный директор** |
| **\_\_\_\_\_\_\_п/п\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_ М.Н. Угай** | **\_\_\_\_\_\_\_п/п\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_ О.А. Дружинин** |
| **« 20 » февраля 2016 г.** | **« 25 » февраля 2016 г.** |

|  |
| --- |
| **СОГЛАСОВАНО** |
| **Заместитель генерального директора Введена в АО «КНПЗ»**  **по промышленной безопасности, приказом от « 11 » апреля 2016 г. №259**  **охране труда и окружающей среды** |
| **\_\_\_\_\_\_\_п/п\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_ Д.П. Симаков** |
| **« 19 » февраля 2016 г.** |

|  |
| --- |
| **ИНСТРУКЦИЯ АО «КНПЗ»** |

**«ЗОЛОТЫЕ ПРАВИЛА БЕЗОПАСНОСТИ ТРУДА» И ПОРЯДОК ИХ ДОВЕДЕНИЯ ДО РАБОТНИКОВ**

**№П3-05 О-ОТ-336**

**ВЕРСИЯ 1.01**

**Г. САМАРА**

**2016**

# 

**СОДЕРЖАНИЕ**

[Вводные положения 3](#_Toc444164369)

[Введение 3](#_Toc444164370)

[Цели 3](#_Toc444164371)

[Задачи 3](#_Toc444164372)

[Область действия 3](#_Toc444164373)

[Период действия и порядок внесения изменений 4](#_Toc444164374)

[1 Термины и определения 5](#_Toc444164375)

[2 обозначения и сокращения 6](#_Toc444164376)

[3 ОСНОВНЫЕ ПОЛОЖЕНИЯ 7](#_Toc444164377)

[3.1. Золотые правила безопасности труда 7](#_Toc444164378)

[3.2. Способы И ПоРЯДОК доведения золотых правил безопасности труда 7](#_Toc444164379)

[4 ССЫЛКИ 8](#_Toc444164380)

[5 Регистрация изменений локального нормативного документа 9](#_Toc444164381)

[6 ПРИЛОЖЕНИЯ 10](#_Toc444164382)

# Вводные положения

## Введение

Инструкция АО «КНПЗ» «Золотые правила безопасности труда» и порядок их доведения до работников» (далее – Инструкция) содержит указания о порядке, способах и правилах применения памятки «Золотые правила безопасности труда» на объектах АО «КНПЗ».

Настоящая Инструкция соответствует требованиям:

* Политики Компании в области промышленной безопасности и охраны труда   
  № П3-05.01 П-01;
* Стандарта АО «КНПЗ» «Интегрированная система управления промышленной безопасностью, охраной труда и окружающей среды в ОАО «КНПЗ». Положение о производственном контроле» № П3-05 С-0150 ЮЛ-038,

и разработана в соответствии с Инструкцией Компании «Золотые правила безопасности труда» и порядок их доведения до работников» №П3-05 И-0016.

Цели

Настоящая Инструкция устанавливает единые требования по доведению памятки «Золотые правила безопасности труда» в целях обеспечения безопасности работников АО «КНПЗ», персонала подрядных (субподрядных) организаций и третьих лиц.

Задачи

Инструкция разработана для решения следующих задач:

* утверждения памятки «Золотые правила безопасности труда»;
* определения единого порядка доведения требований памятки «Золотые правила безопасности труда» до работников АО «КНПЗ» и подрядных (субподрядных) организаций;
* широкого распространения требований памятки «Золотые правила безопасности труда» посредством различных способов.

Область действия

Настоящая Инструкция обязательна для исполнения всеми работниками структурных подразделений АО «КНПЗ».

Структурные подразделения АО «КНПЗ» при оформлении договоров с подрядными организациями, выполняющими работы, оказывающими услуги на территории АО «КНПЗ», обязаны включать в условия договоров пункт о неукоснительном выполнении требований настоящей Инструкции подрядными (субподрядными) организациями.

Распорядительные, локальные нормативные и иные внутренние документы не должны противоречить настоящей Инструкции.

## Период действия и порядок внесения изменений

Настоящая Инструкция является локальным нормативным документом со сроком действия 5 лет с момента введения в действие.

Настоящая Инструкция утверждается генеральным директором и вводится в действие приказом АО «КНПЗ».

Настоящая Инструкция признается утратившей силу в АО «КНПЗ» на основании приказа АО «КНПЗ», либо по истечении срока действия с момента утверждения.

Изменения в Инструкцию утверждаются генеральным директором АО «КНПЗ».

Инициаторами внесения изменений в Инструкцию являются управление промышленной безопасности и охраны труда, а так же другие структурные подразделения по согласованию с вышеназванным.

Изменения в Инструкцию вносятся, в случаях: пересмотра межотраслевых и отраслевых правил и типовых инструкций по охране труда; изменения условий труда работников; внедрения новой техники и технологии; по результатам анализа материалов расследования аварий, несчастных случаев на производстве и профессиональных заболеваний; по требованию представителей органов по труду субъектов Российской Федерации или органов федеральной инспекции труда, а также в порядке исполнения распорядительных документов АО «КНПЗ».

Контроль за содержанием Инструкции в актуальном состоянии возлагается на начальника управления промышленной безопасности и охраны труда.

Контроль за исполнением требований настоящей Инструкции возлагается на заместителя генерального директора по промышленной безопасности, охране труда и окружающей среды.

# Термины и определения

В настоящей Инструкции применяются следующие единые термины с соответствующими определениями:

***БЕЗОПАСНОСТЬ ТРУДА*** – совокупность понятий промышленная, пожарная безопасность и охрана труда.

***ОБЪЕКТ*** – производственные площадки АО «КНПЗ», включающие в себя здания, сооружения, помещения, дороги, железные дороги, оборудование, установки, станции, опасные производственные объекты, технические устройства (применяемые на опасных производственных объектах), транспортные средства, спец. технику, территорию и другие инженерные сооружения.

***ПОДРЯДНАЯ ОРГАНИЗАЦИЯ (подрядчик)*** – [лицо, которое выполняет определенную работу по договору подряда, заключенному с АО «КНПЗ» в соответствии с Гражданским кодексом Российской Федерации](javascript:term_view(15748)).

***РУКОВОДИТЕЛЬ*** – руководители всех уровней,  имеющие в своем подчинении одного и более работников.

***СУБПОДРЯДНАЯ ОРГАНИЗАЦИЯ (СУБПОДРЯДЧИК)*** – организация, привлекаемая подрядной организацией для выполнения работ на объектах АО «КНПЗ».

***ТРЕТЬЕ ЛИЦО*** – физическое или юридическое лицо, не имеющее договорных отношений с АО «КНПЗ», подрядной или субподрядной организацией.

# обозначения и сокращения

***ГПМ*** – грузоподъемные механизмы.

***КУНГ*** – кузов унифицированный нулевого (нормального) габарита. Тип закрытого кузова-фургона для грузовых автомобилей.

***ЛЭП*** – линия электропередач.

***РВС*** – резервуар вертикальный стальной.

***РУКОВОДИТЕЛЬ*** – руководители всех уровней,  имеющие в своем подчинении одного и более работников.

***СИЗОД*** – средства индивидуальной защиты органов дыхания.

***ТС*** – транспортное средство.

3 ОСНОВНЫЕ ПОЛОЖЕНИЯ

* 1. Золотые правила безопасности труда

«Золотые правила безопасности труда» - это оформленные в виде отдельного документа (памятки) ключевые требования безопасного выполнения работ ([Приложение 1](#Приложение1)), сформированные на основе опыта ведущих нефтегазовых компаний в области безопасности труда, а также анализа имеющейся информации о произошедших в АО «КНПЗ» несчастных случаях, инцидентах, авариях.

Требования, включённые в памятку «Золотые правила безопасности труда» обязательны для выполнения работниками АО «КНПЗ», персоналом подрядных (субподрядных) организаций.

Требования памятки в полной мере соответствуют установленным требованиям законодательных, нормативно - правовых документов РФ, международных стандартов, по которым принято решение об их применении и корпоративным требованиям.

* 1. Способы И ПоРЯДОК доведения золотых правил безопасности труда

Требования памятки «Золотые правила безопасности труда» должны доводиться до работников АО «КНПЗ» в ходе проведения вводного инструктажа.

Памятка «Золотые правила безопасности труда» должна доводиться до подрядных (субподрядных) организаций при заключении договоров АО «КНПЗ» с Подрядчиками – включаться в перечень передаваемых Подрядчику документов и доводиться до работников подрядных (субподрядных) организаций в ходе проведения вводного инструктажа.

Памятка «Золотые правила безопасности труда» доводитсядо работников АО «КНПЗ» и подрядных (субподрядных) организаций одним из перечисленных способов:

* в ходе проведения вводного инструктажа;
* размещения текста Памятки «Золотые правила безопасности труда» на информационных стендах для ознакомления;
* обеспечения работников информационными буклетами предпочтительно «карманного» формата, для удобства ношения и использования на рабочих местах;
* демонстрации презентационных материалов;
* производства и демонстрации видео и анимационных роликов;
* размещения памятки на информационном ресурсе.

Допускается доведение памятки одним из указанных способов или несколькими одновременно. Могут использоваться и другие способы доведения памятки «Золотые правила безопасности труда».

4 ССЫЛКИ

* Гражданский Кодекс Российской Федерации, часть первая от 30.11.1994 № 51-ФЗ.
* Политика Компании в области промышленной безопасности и охраны труда № П3-05.01 П-01 версия 1.00, ведёна в действие приказом АО «КНПЗ» от 05.02.2016г. №85.
* Инструкция Компании «Золотые правила безопасности труда» и порядок их доведения до работников» №П3-05 И-0016, версия 1.00, введена в действие приказом ОАО «КНПЗ» от 31.01.2014г. №65.
* Стандарт АО «КНПЗ» «Интегрированная система управления промышленной безопасностью, охраной труда и окружающей среды в АО «КНПЗ». Положение о производственном контроле» №П3-05 С-0150 ЮЛ-038 версия 3.02, утверждён приказом ОАО «КНПЗ» от 04.08.2014г. №572.

# 

# 

# 5 Регистрация изменений локального нормативного документа

**Таблица 1**

**Перечень изменений Инструкции**

|  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| **Версия** | **наименование документа** | **номер документа** | **Дата утверждения** | **Дата ввода в действие** | **Реквизиты утвердившего документа** |
| **1** | **2** | **3** | **4** | **5** | **6** |
| 1.00 | Инструкция ОАО «КНПЗ» «Золотые правила безопасности труда» и порядок их доведения до работников | П3-05 О-ОТ-336 | 12.02.2014г. | 12.02.2014г. | Гриф утверждения генеральным директором |

6 ПРИЛОЖЕНИЯ

Таблица 2

**Перечень Приложений к Инструкции**

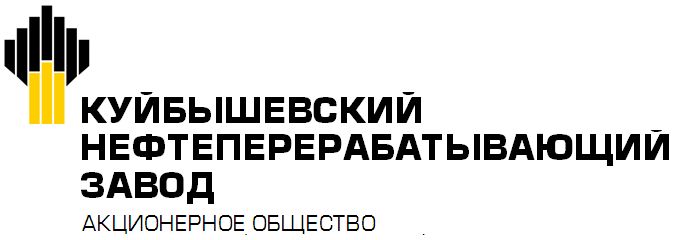
|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| **номер приложения** | **наименование приложения** | **примечание** |
| **1** | **2** | **3** |
| 1 | Памятка «Золотые правила безопасности труда» | Включено в настоящий файл |

**Разработчик ЛНД и ответственный за его актуализацию:**

Начальник Управления промышленной безопасности и охраны труда

\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_ Рындин А.Н.

**ПРИЛОЖЕНИЕ 1. ПАМЯТКА «ЗОЛОТЫЕ ПРАВИЛА БЕЗОПАСНОСТИ ТРУДА»**



**1. ЛИДЕРСТВО**

Все работники АО «КНПЗ» и персонал подрядчиков (субподрядчиков) несут ответственность за свою собственную безопасность и безопасность окружающих их людей и должны личным примером демонстрировать приверженность вопросам охраны труда, промышленной и пожарной безопасности.

Каждый руководящий работник признает свою лидирующую роль в обеспечении охраны труда, промышленной и пожарной безопасности, в том числе через непосредственное участие в процессах планирования, организации и контроля безопасного выполнения работ.

**2. ОБЩИЕ ПРАВИЛА БЕЗОПАСНОСТИ ПРОИЗВОДСТВА РАБОТ**

**Необходимо неукоснительно выполнять требования законодательства РФ, нормативных правовых документов РФ и локальных нормативных документов в области безопасности труда!**

Все работы должны выполняться при соблюдении следующих условий:

* до начала работ проведен анализ существующих опасных и вредных факторов, разработаны, доведены до исполнителей и обеспечены необходимые меры предупреждения возможных нежелательных событий и снижения вероятности и (или) тяжести их последствий;
* до начала выполнения работ определены действия на случай аварийной ситуации, пожара;
* на работы повышенной опасности оформлен наряд-допуск, территория проведения работ обозначена сигнальными лентами и/или знаками безопасности;
* исполнители работ обучены требованиям охраны труда, мерам пожарной и промышленной безопасности, имеют соответствующую квалификацию и по состоянию здоровья пригодны к выполнению работ; ознакомлены с инструкциями по безопасному ведению работ;
* средства индивидуальной и коллективной защиты применяются с учетом выявленных опасностей и требований к безопасному производству работ на объекте;
* исключено присутствие лиц, находящихся в состоянии алкогольного или наркотического (токсического) опьянения, а также непригодных к выполнению работ по состоянию здоровья;
* исключен допуск лиц, не связанных с выполнением данной работы;
* работники рабочих профессий АО «КНПЗ» и персонал подрядчиков (субподрядчиков) обучены оказанию первой помощи;
* оборудование, механизмы, инструменты и устройства безопасности пригодны для конкретного вида работ и исправны.

**При возникновении условий, представляющих непосредственную угрозу жизни и здоровью людей, работы должны быть приостановлены до их устранения и обеспечения безопасного выполнения работ.**

**3. ПРАВИЛА БЕЗОПАСНОСТИ ПРОИЗВОДСТВА ОТДЕЛЬНЫХ ВИДОВ РАБОТ**

**Требования, перечисленные ниже являются дополнением к общим правилам безопасности производства работ.**

3.1 ИЗОЛЯЦИЯ ИСТОЧНИКОВ ЭНЕРГИИ

Любые работы по ремонту и обслуживанию оборудования, находящегося под воздействием энергии любого рода (электрической, термической, гидравлической, пневматической, механической и т.д.), должны проводиться при соблюдении следующих условий:

1. все источники энергии идентифицированы;
2. любая идентифицированная энергия изолирована, стравлена или разряжена;
3. обеспечена соответствующая блокировка с предупредительными табличками в точках отключения;
4. проведена проверка (тест) надежности отключения;
5. организована периодическая проверка надежности отключения энергии.

**Запрещается снятие (отключение) блокировок, предупреждающих знаков и подключение оборудования к источникам энергии до полного завершения всех работ на оборудовании.**

3.2 РАБОТЫ В ЗАМКНУТОМ ПРОСТРАНСТВЕ

Работы в замкнутом пространстве должны проводиться при соблюдении следующих условий:

1. отсутствует приемлемый альтернативный способ выполнения работы без участия человека;
2. отключены все виды источников энергии и технологических коммуникаций;
3. обеспечен контроль состояния воздушной среды;
4. привлечены наблюдающие в количестве не менее, чем это указано в соответствующих инструкциях по безопасному проведению работ на объекте;
5. замкнутое пространство подготовлено для безопасного проведения работ, в том числе заземлены емкости и оборудование, для которых это требование обязательно;
6. исключена возможность попадания извне вредных и взрывопожароопасных паров и газов.

Лица, входящие в замкнутое пространство для отбора проб воздуха, должны использовать автономный дыхательный аппарат или шланговый противогаз и средства страховки.

3.3. РАБОТА НА ВЫСОТЕ

К работам на высоте относятся работы, когда:

* существуют риски, связанные с возможным падением работника с высоты 1,8 м и более;
* работник осуществляет подъем, превышающий по высоте 5 м или спуск, превышающий по высоте 5 м, по вертикальной лестнице, угол наклона которой к горизонтальной поверхности более 75°;
* работы производятся на площадках на расстоянии ближе 2 м от неогражденных перепадов по высоте более 1,8 м, а также если высота ограждения этих площадок менее 1,1 м;
* существуют риски, связанные с возможным падением работника с высоты менее 1,8 м, если работа проводится над машинами или механизмами, водной поверхностью или выступающими предметами.

Данная работа должна выполняться при соблюдении следующих условий:

* рабочая площадка оборудована перильным и бортовым ограждением, обеспечен безопасный подъем и спуск;
* в незащищенной зоне всегда применяется исправное и своевременно испытанное страховочное оборудование, подходящее для конкретных условий (стропы, канаты страховочные, многоточечные предохранительные пояса с амортизаторами, карабины безопасности, блокирующие устройства и т. д.);
* поверхность настила рабочих площадок на высоте выполнена из материала, исключающего возможность скольжения;
* визуальный осмотр исправности страховочного оборудования осуществляется в установленные сроки.

Запрещены работы на высоте:

* при скорости ветра 15 м/с и более для всех работ;
* при скорости ветра 12,5 м/с и более для работ по замеру уровней и отбору проб нефтепродуктов в РВС ручным способом;
* при скорости ветра 10 м/с и более для монтажа-демонтажа конструкций;
* при обледенении;
* при грозе;
* в условиях недостаточной видимости.

3.4 ГРУЗОПОДЪЕМНЫЕ ОПЕРАЦИИ

Грузоподъемные операции с применением кранов, лебедок, механических подъемных устройств, грузозахватных приспособлений должны проводиться при соблюдении следующих условий:

* грузоподъемное оборудование и механизмы технически исправны, освидетельствованы и допущены к эксплуатации;
* вес груза не превышает допустимой рабочей нагрузки грузоподъемного и грузозахватного оборудования;
* все устройства безопасности, установленные на грузоподъемном оборудовании, функционируют;
* перед выполнением каждой грузоподъемной операции проведен визуальный осмотр грузоподъемного и грузозахватного оборудования;
* расстояние по воздуху от грузоподъемного механизма и поднимаемого груза при наибольшем подъеме или вылете стрелы до ближайшего провода ЛЭП больше минимально безопасного расстояния в зависимости от напряжения ЛЭП и отражено в наряде допуске;
* на работы в охранной зоне ЛЭП, а также ближе 30 метров от ЛЭП 42 В и более оформлен наряд-допуск с соответствующей отметкой в путевом листе (требование по оформлению путевого листа распространяется на ГПМ на самоходном шасси или буксирующее его техническое средство).

Запрещается:

* перемещать груз при нахождении под ним людей;
* перемещать людей грузоподъёмными механизмами, не предназначенными для данных целей;
* поднимать груз, примерзший или засыпанный грунтом или прижатый конструкциями;
* стоять под стрелой грузоподъёмного механизма при ее подъеме и опускании;
* поднимать ненадежно застропованный груз;
* поднимать или перемещать грузы с применением устройств, не предназначенных для данных целей.

3.5 ГАЗООПАСНЫЕ РАБОТЫ

Работы в условиях наличия или возможности выделения в воздух рабочей зоны взрывопожароопасных или вредных паров, газов и других веществ, а также работы при недостаточном содержании кислорода, в том числе проводимые внутри аппаратов, емкостей, колодцев, тоннелей, траншей, приямков и других аналогичных местах, должны проводиться при соблюдении следующих условий:

* количество исполнителей достаточно для безопасного выполнения задания и подстраховки на случай аварийной ситуации;
* обеспечен контроль состояния воздушной среды на рабочем месте и в опасной зоне;
* исключено попадание в зону проведения работ вредных веществ, взрывопожароопасных паров и газов из смежных технологических систем;
* исключены возможные источники зажигания, в том числе запрещено использование мобильных телефонов и иных устройств, не во взрывозащищённом исполнении;
* обеспечено наличие проверенных, пригодных для применения в газоопасной среде СИЗОД.

3.6 ЗЕМЛЯНЫЕ РАБОТЫ

Работы, не относящиеся к работам в замкнутом пространстве и включающие производство ям, траншей и котлованов путем выемки грунта, должны проводиться при соблюдении следующих условий:

* определены, локализованы и изолированы все подземные источники опасности (трубопроводы, электрокабели и т. п.);
* обеспечен контроль состояния грунта;
* выполнены крепления и откосы вертикальных стенок и проверена их устойчивость;
* обеспечено расстояние от бровки до извлекаемого грунта более 0,5 м;
* привлечено не менее 2 (двух) исполнителей;
* котлованы и траншеи, разрабатываемые в местах движения людей или транспорта, ограждены защитным ограждением с предупредительными надписями, а в ночное время – сигнальным освещением.

Запрещено рытье без креплений и откосов на глубину более 1 м при наличии грунтовых вод и вблизи подземных сооружений.

3.7 РАБОТА ДВИЖУЩИХСЯ (ВРАЩАЮЩИХСЯ) ЧАСТЕЙ МЕХАНИЗМОВ

При наличии движущиеся (вращающиеся) частей в составе оборудования, аппаратов, механизмов, их эксплуатация должна осуществляться при соблюдении следующих условий:

* обеспечено наличие ограждений и кожухов;
* ограждение сблокировано с пусковой кнопкой или включение оборудования переведено в ручной режим;
* нанесена сигнальная окраска и имеются предупреждающие знаки безопасности;
* обеспечены быстросъемность и удобство монтажа ограждения;
* установлены защитные экраны;
* предусмотрена возможность быстрого отключения (при нештатных ситуациях).

Запрещается эксплуатация оборудования при отсутствии или неисправности защитных устройств и приспособлений.

3.8 ТРАНСПОРТНАЯ БЕЗОПАСНОСТЬ

Все транспортные средства должны эксплуатироваться при соблюдении следующих условий:

* транспортное средство прошло предрейсовый осмотр и периодическое техобслуживание;
* количество пассажиров и характеристики перевозимых грузов соответствуют техническим условиям завода – изготовителя транспортного средства;
* все транспортные средства оборудованы шинами, соответствующими времени года;
* водители прошли предрейсовый медицинский осмотр, не имеют медицинских противопоказаний, не находятся под воздействием алкоголя, наркотических (токсических) веществ или медицинских препаратов и не испытывают усталость;
* ремни безопасности установлены и используются водителем и всеми пассажирами, находятся в работоспособном состоянии;
* перевозка крупногабаритных и тяжеловесных грузов осуществляется только по согласованию с АО «КНПЗ», необходимыми инспекциями и владельцами дорог, при этом высота транспортного средства с перевозимым грузом под ЛЭП не должна превышать 4,5 м.

При управлении транспортным средством запрещается:

* использовать мобильные средства связи;
* передвигаться с выключенными фарами ближнего света, ходовыми огнями или противотуманными фарами;
* превышать установленные ограничения скорости.

3.9. ОГНЕВЫЕ РАБОТЫ

Работы с применением открытого огня, искрообразованием и нагреванием до температуры воспламенения материалов и конструкций (электросварка, газосварка, бензино- и керосинорезательные работы, паяльные работы, механическая обработка металла с образованием искр и т. п.) должны проводиться при соблюдении следующих условий:

* исполнители и руководители работ прошли обучение по пожарно-техническому минимуму и проинструктированы;
* обеспечено постоянное руководство ответственным за проведение огневых работ;
* обеспечен необходимый контроль состояния воздушной среды на месте проведения огневых работ;
* исключено попадание в воздушную среду взрывопожароопасных веществ;
* оборудование остановлено, защищено от искр, освобождено от взрывопожароопасных и токсичных продуктов, изолировано от действующих аппаратов и коммуникаций;
* место работ очищено от горючих веществ и материалов, обеспечено необходимыми первичными средствами пожаротушения.

3.10. РАБОТА НА ЛЬДУ И ОТКРЫТОМ ВОЗДУХЕ ПРИ УСЛОВИЯХ ОТРИЦАТЕЛЬНЫХ ТЕМПАРАТУР

Движение по ледовым переправам допускается только по специально обозначенным маршрутам, имеющим указатели о максимально допустимой грузоподъемности ледовой переправы и должно выполняться при соблюдении следующих условий:

* работа на льду является единственно возможным вариантом выполнения запланированных работ;
* все исполнители работ одеты в спасательные жилеты;
* проверена толщина льда и обозначены разрешенные участки работ;
* привлечено не менее 2 (двух) исполнителей;
* обеспечено наличие необходимых средств для спасения человека на льду.

Движение по ледовым переправам должно быть организовано следующим образом:

* транспортные средства двигаются в один ряд;
* дистанция между транспортными средствами не менее 30 м;
* скорость при въезде не более 10 км/ч;
* скорость при движении не более 20 км/ч;
* замки дверей кабин и стеклоподъёмники разблокированы (открыты);
* ремни безопасности отстегнуты;
* пассажиры высажены при въезде на лёд и вынужденных остановках;
* движение плавное и без резких торможений.

При выполнении работ в условиях отрицательной температуры окружающего воздуха необходимо:

* соблюдать сменный график работ;
* соблюдать регламентированные перерывы для обогрева работников в рамках смены;
* обеспечить работников дополнительными средствами индивидуальной защиты от холода (защиту лица, верхних дыхательных путей, крема от обморожения и др.);
* предоставить достаточное количество помещений (вагон-домов) или иных мест для обогрева работников с температурой 21-25°С.

В целях более быстрой нормализации теплового состояния организма и меньшей скорости охлаждения в последующий период пребывания на холоде, в помещении для обогрева необходимо снимать верхнюю утепленную одежду.

Запрещается начинать работу на холоде ранее, чем через 10 минут после приема горячей пищи (чая и др.).