

MATERIAL INFORMATIV

ÎN DOMENIUL SECURITĂȚII ȘI SĂNĂTĂȚII ÎN MUNCĂ (SSM)

Acest material informativ abordează patru teme esențiale privind securitatea și sănătatea în muncă, punând accent pe prevederile legislative în vigoare.

1. Necesitatea acordării și purtării echipamentului individual de protecție (EIP)

Echipamentul individual de protecție (EIP) este destinat protejării angajatului împotriva riscurilor profesionale care nu pot fi eliminate prin alte mijloace tehnico-organizatorice. Angajatorul este obligat să furnizeze gratuit EIP și să asigure utilizarea corectă a acestuia.

Prevederi legale aplicabile

Conform **Legii nr. 319/2006 privind securitatea și sănătatea în muncă**, angajatorul are obligația de a furniza gratuit echipamentul de protecție adecvat fiecărui salariat, în funcție de riscurile existente la locul de muncă (**art. 13 lit. j**).

Reglementările privind acordarea și utilizarea EIP sunt detaliate în **Hotărârea Guvernului nr. 1048/2006**, care prevede:

- Angajatorul trebuie să evalueze riscurile și să aleagă echipamentul de protecție adecvat (**art. 6**).
- Salariații trebuie instruiți privind utilizarea corectă a echipamentului (**art. 7**).
- EIP trebuie verificat periodic și înlocuit atunci când este necesar (**art. 12**).

Exemple de echipamente individuale de protecție

Tip de echipament	Domenii de utilizare	Riscuri protejate
Cască de protecție	Construcții, industrie, depozite	Căderea obiectelor, impacturi
Mănuși de protecție	Industrie chimică, construcții	Substanțe toxice, abraziuni
Ochelari de protecție	Laboratoare, sudură, lucrări mecanice	Particule în aer, radiații
Încălțăminte de protecție	Construcții, depozite, transport	Alunecări, striviri

Tabel cu echipamente individuale de protecție (EIP) specifice activității într-un restaurant

Domeniul de activitate	Echipament individual de protecție (EIP)	Riscuri protejate
Bucătărie	Halat sau uniformă ignifugă	Arsuri, murdărire, contaminare alimentară
	Mănuși termorezistente	Arsuri de la cuptoare, tigăi fierbinți
	Bonetă/căciulă de bucătar	Contaminarea alimentelor cu păr
	Pantofi antiderapați	Alunecare pe suprafețe umede sau grase
	Șorț impermeabil	Contact cu lichide fierbinți, stropiri cu ulei
Servire (ospătari, chelneri)	Ochelari de protecție (pentru prepararea alimentelor fierbinți sau manipularea substanțelor chimice de curățenie)	Stropiri cu ulei încins, produse chimice de curățenie
	Pantofi antiderapați	Alunecare pe suprafețe umede sau murdare
	Uniformă de servire (cămașă/pantaloni, șorț)	Protecție împotriva murdăririi, aspect igienic
	Mănuși de unică folosință (în cazul manipulării alimentelor)	Contaminare alimentară, igienă
Bar	Șorț rezistent la lichide	Contact cu băuturi, protecție împotriva stropirilor
	Pantofi antiderapați	Prevenirea alunecărilor din cauza lichidelor vărsate
	Ochelari de protecție (la manipularea unor băuturi carbogazoase sub presiune)	Contact accidental cu lichide sub presiune, cioburi de sticlă
	Mănuși de protecție pentru tăiere (la manipularea cuțitelor sau a deschizătoarelor de sticle)	Tăieturi, accidente la manipularea sticlelor
Livrări	Cască de protecție (pentru livrări pe scuter/motocicletă)	Protecție în caz de accident rutier
	Vestă reflectorizantă (pentru livrări pe timp de noapte)	Creșterea vizibilității în trafic
	Mănuși termice (pentru livrări pe motocicletă în sezon rece)	Protecție împotriva frigului și vântului
	Pantofi rezistenți la apă	Protecție împotriva umezelii în condiții meteorologice nefavorabile

Acest tabel evidențiază importanța echipamentului individual de protecție pentru fiecare categorie de personal dintr-un restaurant, reducând riscurile de accidentare și menținând standardele de igienă și siguranță.

Bune practici și legislație aplicabilă

Bune practici în utilizarea EIP	Articole legislative relevante
Alegerea echipamentului adecvat în funcție de riscurile specifice activității desfășurate.	Legea nr. 319/2006, art. 13 lit. j)
Instruirea angajaților privind utilizarea corectă a EIP.	HG nr. 1048/2006, art. 7
Verificarea periodică a echipamentului și înlocuirea celui uzat sau defect.	HG nr. 1048/2006, art. 12
Asigurarea purtării echipamentului în zonele unde este obligatoriu.	Legea nr. 319/2006, art. 20

2. Utilizarea conformă și corectă a echipamentelor de muncă

Echipamentele de muncă trebuie utilizate corect pentru a preveni accidentele și pentru a evita deteriorarea acestora. Orice echipament de muncă trebuie utilizat corect pentru a evita riscurile de accidentare și pentru a asigura un mediu de lucru sigur. Operatorii trebuie instruiți și autorizați, acolo unde este necesar.

Prevederi legale aplicabile

Conform **Legii nr. 319/2006**, angajatorul trebuie să asigure ca echipamentele utilizate să fie sigure și să nu prezinte pericole pentru lucrători (**art. 13 lit. f**).

Hotărârea Guvernului nr. 1146/2006 privind cerințele minime de securitate și sănătate pentru utilizarea în muncă a echipamentelor de muncă prevede:

- Angajatorul trebuie să pună la dispoziția lucrătorilor echipamente care corespund cerințelor de siguranță (**art. 4**).
- Fiecare echipament trebuie să fie supus verificărilor periodice și să fie întreținut corespunzător (**art. 7**).
- Utilizarea echipamentelor de muncă trebuie să se facă doar de către persoane instruite și, unde este necesar, autorizate (**art. 10**).

Exemple de echipamente de muncă și utilizare corectă

Echipament	Bune practici	Riscuri prevenite
Motostivuator	Operat doar de personal autorizat, verificat zilnic	Răsturnare, coliziuni
Polizor unghiular	Folosit cu ochelari de protecție, verificate discurile înainte de utilizare	Proiecții de particule
Fierăstrău circular	Utilizare doar cu apărători de protecție, oprire completă înainte de schimbarea lamei	Amputații, tăieturi

Echipamente de muncă specifice activității dintr-un restaurant

Domeniul de activitate	Echipament de muncă	Bune practici în utilizare	Riscuri prevenite
Bucătărie	Cuptor industrial	Verificarea temperaturii, utilizarea mănușilor termorezistente	Arsuri, incendii
	Plită/grătar	Folosirea ustensilelor cu mâner lung, curățarea grăsimilor acumulate	Arsuri, incendii
	Cuțite profesionale	Folosirea pe tocător stabil, depozitarea în suport special	Tăieturi, accidente de manipulare
	Mixer/blender industrial	Blocarea capacului înainte de pornire, oprirea completă înainte de curățare	Răniri prin tăiere, electrocutare

	Frigider/congelator industrial	Evitarea supraîncărcării rafturilor, verificarea temperaturii zilnic	Deteriorarea alimentelor, contaminare alimentară
	Mașină de spălat vase industrială	Utilizarea detergenților conform instrucțiunilor, evitarea supraîncărcării	Arsuri chimice, deteriorarea echipamentului
Servire (ospătari, chelneri)	Tăvi de servire	Transportarea controlată, evitarea supraîncărcării	Scăparea obiectelor, accidentări musculare
	POS pentru plăți	Curățarea periodică, evitarea utilizării cu mâinile umede	Defecțiuni, erori de plată
	Carucior pentru servire	Împingerea în loc de tragere, transport pe suprafețe plane	Căderea obiectelor, alunecări
Bar	Mașină de gheață	Curățare și igienizare periodică, verificarea mecanismului de blocare	Contaminare alimentară, blocarea echipamentului
	Espressor de cafea	Verificarea presiunii aburului, utilizarea căinii cu mâner izolat	Arsuri, suprapresiune
	Storcător de citrice	Blocarea înainte de pornire, utilizarea cuțitelor de curățare potrivite	Tăieturi, accidente de manipulare
	Deschizător de sticle profesional	Manipularea corectă, evitarea forțării excesive	Tăieturi, răniri la mână
Livrări	Scuter/motocicletă	Purtarea echipamentului de	Accidente rutiere, alunecări

		protecție, verificarea frânelor și luminilor	
	Rucsac termoizolant	Păstrarea curată și în poziție verticală	Contaminarea sau răcirea alimentelor
	GPS sau aplicație mobilă pentru livrări	Setarea destinației înainte de plecare, utilizarea suportului pentru telefon	Distragerea atenției în trafic

Acest tabel evidențiază echipamentele esențiale dintr-un restaurant, precum și bunele practici pentru utilizarea lor corectă, prevenind riscurile asociate fiecărei activități.

Bune practici și legislație aplicabilă

Bune practici în utilizarea echipamentelor de muncă

Articole legislative relevante

Respectarea instrucțiunilor producătorului privind utilizarea echipamentelor.	HG nr. 1146/2006, art. 4
Verificarea zilnică a stării tehnice a echipamentelor înainte de utilizare.	HG nr. 1146/2006, art. 7
Utilizarea doar de către personal instruit și autorizat.	Legea nr. 319/2006, art. 13 lit. f)
Evitarea supraîncărcării sau utilizării neconforme.	HG nr. 1146/2006, art. 10

3. Manipularea corectă a maselor la ridicare și transport

Manipularea manuală a maselor trebuie realizată respectând principiile ergonomice pentru a preveni accidentările și afecțiunile musculo-scheletice. Manipularea greșită a maselor poate duce la accidentări severe, inclusiv probleme musculo-scheletice.

Prevederi legale aplicabile

Hotărârea Guvernului nr. 1051/2006 stabilește cerințele minime privind manipularea manuală a maselor:

- Ridicarea și transportul sarcinilor trebuie să fie realizate în mod corect, folosind tehnici adecvate pentru a evita suprasolicitarea musculară (**art. 3**).
- Sarcina maximă permisă pentru ridicare de către un angajat este de **25 kg pentru bărbați și 10 kg pentru femei (art. 6)**.
- Dacă este posibil, trebuie utilizate echipamente mecanizate pentru transportul sarcinilor (**art. 8**).

Tehnici corecte de ridicare

Bune practici	Ce se evită
Spatele drept și genunchii îndoiți când se ridică obiecte grele	Îndoirea spatelui, care duce la dureri lombare
Transportul sarcinilor aproape de corp	Întinderea excesivă a brațelor, care reduce controlul
Alternarea mâinilor pentru a reduce oboseala	Folosirea unei singure mâini, care provoacă dezechilibru

Exemple de manipulare a maselor în activitatea unui restaurant

Domeniul de activitate	Tip de manipulare	de Bune practici a manipularea corectă	în Riscuri prevenite
Bucătărie	Transportul sacilor de făină, zahăr, cartofi etc.	Ridicarea din genunchi, nu din spate; utilizarea unui cărucior pentru transport	Leziuni lombare, întinderi musculare
	Mutarea recipientelor grele cu alimente (oale cu lichide fierbinți)	Folosirea ambelor mâini, utilizarea mănușilor termorezistente, evitarea mișcărilor bruște	Arsuri, scăpări accidentale, răniri
	Ridicarea tăvilor grele din cuptor	Folosirea unui suport stabil pentru sprijin,	Arsuri, căderi de obiecte

		utilizarea mănușilor termorezistente	
Servire (ospătari, chelneri)	Transportul farfuriilor cu mâncare	Menținerea echilibrului, folosirea unei poziții corecte a mâinii	Scăpări accidentale, accidente musculare
	Manipularea tăvilor grele cu pahare și sticle	Folosirea tăvilor cu suprafață antiderapantă, evitarea supraîncărcării	Vărsări de lichide, alunecări, tăieturi
	Mutarea meselor și scaunelor pentru rearanjare	Îndoirea genunchilor, folosirea unei posturi drepte	Dureri de spate, căderi accidentale
Bar	Ridicarea și transportul baxurilor de băuturi	Folosirea unui cărucior pentru transport, împingerea în loc de ridicare	Leziuni musculare, căderi
	Manipularea buteliilor de CO ₂ pentru dozatoare	Transport cu ambele mâini, depozitare pe suprafață plană	Loviri, accidente prin rostogolire
	Turnarea lichidelor din recipiente grele	Folosirea mânerului cu ambele mâini, evitarea turnării rapide	Vărsarea lichidelor, accidente la încheieturi
Livrări	Transportul comenzilor mari cu rucsacul termoizolant	Distribuirea echilibrată a greutateii, ajustarea corectă a curelelor	Dureri de spate, dezechilibru pe motocicletă/bicicletă
	Ridicarea și coborârea comenzilor din vehicul	Sprijinirea corectă a spatelui, ridicarea cu genunchii îndoiți	Întinderi musculare, răniri lombare
	Manipularea cutiilor cu livrări multiple	Organizarea comenzilor pentru acces rapid, evitarea transportului în exces	Scăpări accidentale, căderi, accidente de circulație

Acest tabel evidențiază manipulările de mase specifice activităților desfășurate într-un restaurant, bunele practici pentru evitarea accidentelor și riscurile prevenite prin aplicarea corectă a tehnicilor de ridicare și transport.

Bune practici și legislație aplicabilă

Bune practici în manipularea maselor	Articole legislative relevante
Adoptarea unei poziții corecte la ridicarea obiectelor (spatele drept, picioarele ușor depărtate).	HG nr. 1051/2006, art. 3
Evitarea ridicării greutăților peste limita maximă permisă.	HG nr. 1051/2006, art. 6
Utilizarea echipamentelor de ridicare (transpalete, cărucioare) acolo unde este posibil.	HG nr. 1051/2006, art. 8
Solicitarea ajutorului unui coleg la ridicarea maselor voluminoase.	HG nr. 1051/2006, art. 9

4. Respectarea regulilor de circulație pe timpul deplasării de acasă la job și invers

Respectarea regulilor de circulație reduce riscul accidentelor rutiere. Angajații trebuie să fie conștienți de importanța unui comportament preventiv în trafic. Siguranța rutieră este un aspect esențial al SSM, întrucât accidentele de circulație sunt una dintre principalele cauze de deces și accidentare la nivel mondial.

Prevederi legale aplicabile

Conform **Codului Rutier (OUG nr. 195/2002)**, angajații trebuie să respecte următoarele reguli:

- Pietonii trebuie să circule doar pe trotuare sau acostamente și să traverseze doar pe trecerile semnalizate (**art. 72-74**).
- Șoferii trebuie să respecte limita de viteză și să păstreze o distanță corespunzătoare între vehicule (**art. 108**).
- Este interzisă utilizarea telefonului mobil fără dispozitiv hands-free în timpul conducerii (**art. 97**).

Măsuri pentru siguranța deplasărilor

Bune practici

Ce se evită

Respectarea semnelor de circulație	Traversarea neregulamentară
Folosirea vestelor reflectorizante pe timp de noapte	Lipsa vizibilității pentru șoferi
Planificarea traseului pentru a evita zonele aglomerate	Graba și nerespectarea regulilor de circulație

Bune practici și legislație aplicabilă

Bune practici în deplasarea către/dinspre locul de muncă

Articole legislative relevante

Respectarea regulilor de circulație pietonală și rutieră.	Codul Rutier, art. 72-74
Evitarea utilizării telefonului mobil în timpul deplasării.	Codul Rutier, art. 108
Purtarea centurii de siguranță la condus și folosirea echipamentului reflectorizant pentru bicicliști.	Codul Rutier, art. 97
Planificarea traseului astfel încât să se evite zonele aglomerate sau periculoase.	Codul Rutier, art. 111

Această instruire asigură respectarea legislației și a bunelor practici în domeniul securității și sănătății în muncă. Implementarea acestor măsuri reduce riscul accidentelor și contribuie la un mediu de lucru mai sigur și mai sănătos.