



Safety Training

Katalog szkoleń wysokościowych

www.3m.pl/szkoleniawysokosciowe

Czy na pewno pracownicy w Twojej firmie są bezpieczni na wysokości?

Praca na wysokości wiąże się z ogromnym ryzykiem każdego dnia, w każdej sekundzie pracy. Bezpieczeństwo pracowników zależy nie tylko od właściwego stosowania sprzętu i ostrożności ale przede wszystkim od praktycznej wiedzy, i umiejętności, dlatego szkolenia stanowią tak istotny element w ochronie pracownika przed upadkiem.

3M Safety Training to szeroki program szkoleń poświęcony ochronie przed upadkiem z wysokości, bezpiecznej pracy na wysokości oraz w ograniczonych przestrzeniach przeznaczony dla wielu różnych branż przemysłowych. Posiadamy doskonałe kompetencje, które bazują na ponad 70-letnim doświadczeniu szkoleniowym Capital Safety i gromadzeniu praktycznych doświadczeń na całym świecie.

Nasi trenerzy posiadają głęboką wiedzę i wieloletnie doświadczenie w pracy na wysokości, co gwarantuje wysoki poziom merytoryczny i praktyczny szkoleń. Przyświeca nam jeden cel - tak wyszkolić pracowników, aby bezpiecznie mogli wrócić po pracy do domu.

- Lokalizacja centrum szkoleniowego umożliwia łatwy dojazd uczestników. Istnieje także możliwość organizacji niektórych szkoleń na miejscu u klienta.
- Centrum wyposażone jest w rozbudowany kompleks szkoleniowy, w skład którego wchodzi m.in. wieża 11m oraz moduł do pracy w przestrzeniach ograniczonych odzwierciedlający rzeczywiste warunki pracy.
- Rozumiejąc potrzeby naszych klientów oferujemy programy szkoleniowe dopasowane do indywidualnych potrzeb Państwa firmy.
- Uczestnicy przechodzą także szkolenie w zakresie właściwego użytkowania i dopasowania sprzętu chroniącego przed upadkiem z wysokości.

Nasz samochód demonstracyjny to bardzo skuteczne narzędzie w budowaniu świadomości zagrożeń i stosowania właściwych środków ochrony wśród pracowników.

Tematy pokazów:

- Pokaz sił działających na człowieka podczas upadku z wysokości
- Inspekcja wizualna sprzętu chroniącego przed upadkiem
- Ratownictwo - praktyczny pokaz ewakuacji w różnych środowiskach pracy
- Praca w ograniczonych i zamkniętych przestrzeniach - pokaz prawidłowego użycia trójnogów i żurawików oraz różnych zastosowań wciągarki
- Sprzęt chroniący narzędzia przed upadkiem z wysokości - pokaz szerokiej gamy rozwiązań 3M zabezpieczających narzędzia przed upadkiem
- Systemy asekuracji poziomej i pionowej
- Podstawowe zagadnienia bezpiecznej pracy na wysokości



NOWOŚĆ! Dzięki wirtualnej rzeczywistości możesz teraz doświadczyć upadku w bezpiecznych warunkach. Wypróbuj nowe narzędzie w naszym samochodzie demonstracyjnym.



4

Centra szkoleniowe
w Europie

14 000

Osób szkolimy rocznie
w naszych centrach
szkoleniowych

190

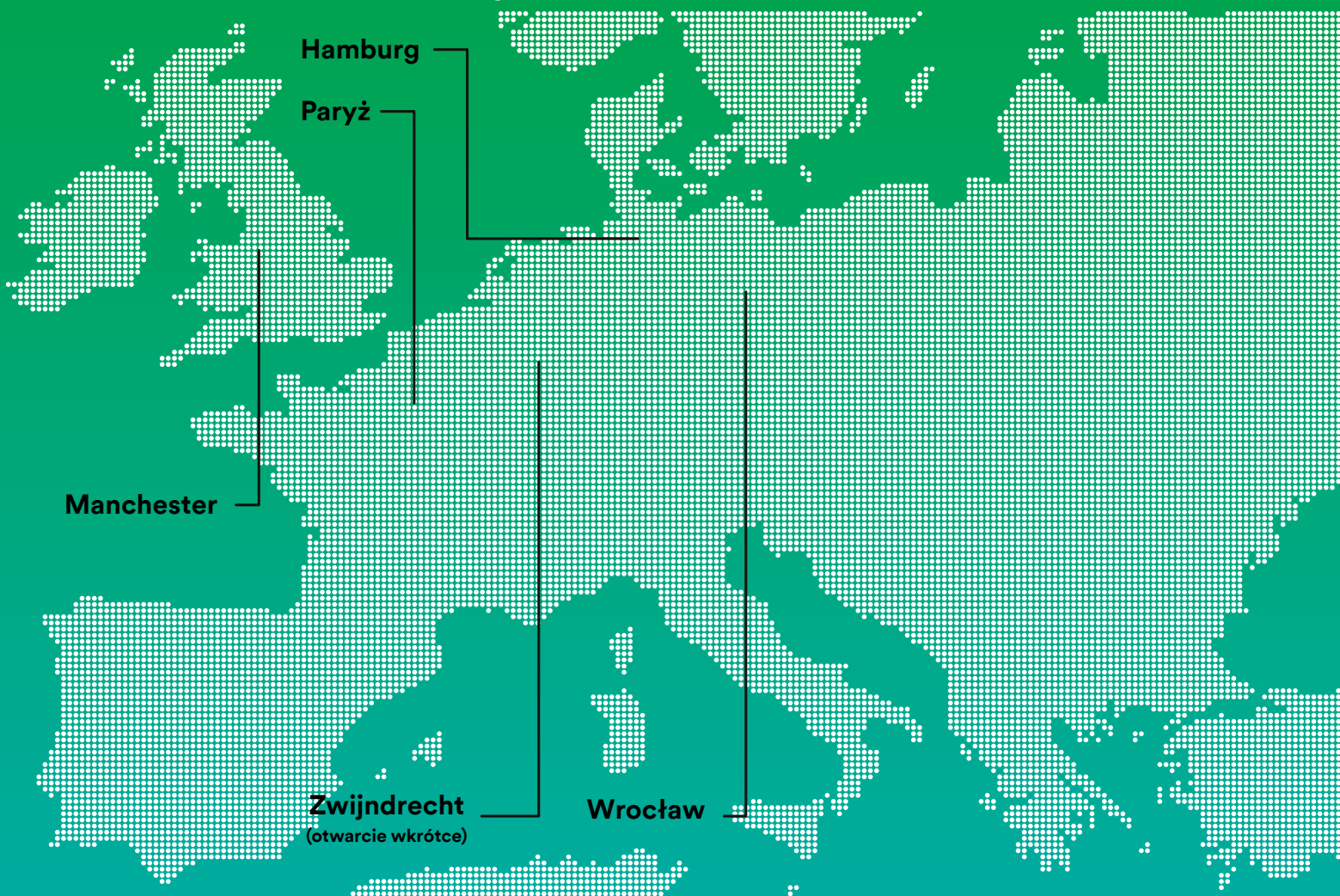
Profesjonalnych
szkoleń

19

Centrów
szkoleniowych
na świecie



Centra szkoleniowe w Europie



SPIS TREŚCI

HS0 BEZPIECZNA PRACA NA WYSOKOŚCI – SZKOLENIE TEORETYCZNE	6
HS1 BEZPIECZNA PRACA NA WYSOKOŚCI – POZIOM PODSTAWOWY	7
HS2 BEZPIECZNA PRACA NA WYSOKOŚCI – POZIOM ZAAWANSOWANY	8
HS4 BEZPIECZNA PRACA NA WYSOKOŚCI – INSPEKCJA SPRZĘTU CHRONIĄCEGO PRZED UPADKIEM Z WYSOKOŚCI	9
HS5 BEZPIECZNA PRACA NA WYSOKOŚCI – SZKOLENIE TEORETYCZNY DLA KADRY ZARZĄDZAJĄCEJ	10
HS7 BEZPIECZNA PRACA NA WYSOKOŚCI – PODSTAWY DZIAŁAŃ RATUNKOWYCH.....	11
CS1 DOSTĘP DO OGRANICZONYCH PRZESTRZENI BEZ APARATÓW UCIECZKOWYCH	12
CS2 DOSTĘP DO OGRANICZONYCH PRZESTRZENI Z APARATAMI UCIECZKOWYMI	13
TC01 PRACA NA DACHU – SZKOLENIE TEORETYCZNE.....	14
TC02 PRACA NA DACHU.....	15
TC03 PRACA NA KONSTRUKCJACH KRATOWYCH – POZIOM PODSTAWOWY	16
TC04 PRACA NA KONSTRUKCJACH KRATOWYCH –POZIOM ZAAWANSOWANY.....	17
TC07 PRACA NA KONSTRUKCJACH KRATOWYCH – PODSTAWOWE DZIAŁANIA RATUNKOWE	18

HSO

BEZPIECZNA PRACA NA WYSOKOŚCI – SZKOLENIE TEORETYCZNE

Liczebność grupy

Do 10 uczestników : 1 instruktor

Czas trwania

1/2 dnia

Zakres szkolenia

Szkolenie ma na celu przekazanie informacji na temat stosowania technik minimalizowania skutków upadku z wysokości oraz sprzętu do prostych prac na wysokości.

Certyfikat

Uczestnicy, którzy ukończą teoretyczną część szkolenia otrzymają certyfikat i identyfikator ze zdjęciem ważny przez 3 lata. Certyfikat nie upoważnia do pracy na wysokości.

Wymagania

Brak

Kto powinien uczestniczyć w szkoleniu

Szkolenie przeznaczone jest dla osób, które chcą podnieść swoją świadomość w pracach na wysokości.

Cele i tematyka szkolenia

- Zagrożenia związane z pracą na wysokości
- Główne przepisy i standardy
- Ocena ryzyka
- Określenie bezpiecznych obszarów pracy
- Praktyki zapewniające bezpieczeństwo pracy
- Główne akty prawne i normy
- Nietolerancja wiszenia- co ją powoduje, jak ją rozpoznać i jak postępować
- Jak postępować w sytuacjach awaryjnych - wymagania dotyczące akcji ratunkowej i procedur awaryjnych
- Kategorie pracy - wprowadzenie do technik ograniczających/pozycjonujących i wyhamowywania upadku
- Charakterystyka i ograniczenia sprzętu
- Dopasowanie i stosowanie szelek bezpieczeństwa, hełmów ochronnych do pracy na wysokości i linek bezpieczeństwa
- Określanie, wybór i sprawdzanie punktów kotwiczących przed użyciem - wymagania
- Inspekcja środków ochrony indywidualnej przez użytkownika, konserwacja środków ochrony indywidualnej, śledzenie i wymagania dotyczące utylizacji



HS1

BEZPIECZNA PRACA NA WYSOKOŚCI – POZIOM PODSTAWOWY

Liczebność grupy

Do 6 uczestników : 1 instruktor

Czas trwania

1 dzień

Zakres szkolenia

Celem tego szkolenia jest przekazanie uczestnikom kompleksowych informacji na temat stosowania środków ochrony indywidualnej chroniących przed upadkiem z wysokości w różnych środowiskach. Po szkoleniu uczestnicy będą w stanie określić zagrożenia związane z pracą na wysokości, będą znali główne przepisy, rozumieli różne kategorie środków ochrony indywidualnej chroniących przed upadkiem z wysokości, włącznie z ich właściwościami i ograniczeniami. Będą też w stanie przeprowadzić prostą inspekcję sprzętu przed użyciem i będą świadomi potrzeby prowadzenia dokumentacji, śledzenia użycia sprzętu oraz jego właściwej utylizacji.

Po ukończeniu szkolenia uczestnicy będą posiadali wiedzę teoretyczną i umiejętności praktyczne potrzebne do stosowania różnego sprzętu chroniącego przed upadkiem z wysokości, pozycjonującego i ograniczającego. Ważnym elementem tego szkolenia jest duża ilość ćwiczeń praktycznych. Uczestnicy poświęcają dużo czasu, ćwicząc techniki pracy na wysokości z użyciem stałych i tymczasowych systemów bezpieczeństwa oraz punktów kotwiczących.

Wymagania

Oświadczenie o braku przeciwwskazań medycznych do pracy na wysokości powyżej 3 metrów.

Kto powinien uczestniczyć w szkoleniu

Pracownicy, którzy muszą w pracy:

- Wchodzić i pracować na wysokości oraz na obszarach niezabezpieczonych
- Stosować różne punkty kotwiczące, dedykowane i montowane na miejscu
- Poruszać się w pionie oraz poziomie pomiędzy punktami kotwiczącymi z zachowaniem ciągłości asekuracji
- Stosować sprzęt do pozycjonowania w pozycji roboczej (bez dostępu linowego)
- Jeśli uczestnik może być zobowiązany do podjęcia próby ratowania osoby na wysokości, powinien wziąć udział w szkoleniu HS2 Bezpieczna praca na wysokości - poziom zaawansowany

Cele i tematyka szkolenia

- Krajowe przepisy BHP i standardy działania
- Zagrożenia związane z pracą na wysokości
- Sposób oceny ryzyka i wdrożenie skutecznych środków poprawiających bezpieczeństwo pracy
- Dopasowanie środków ochrony indywidualnej chroniących przed upadkiem z wysokości i ich właściwości oraz ograniczenia
- Wymagania dotyczące sprawdzania i utylizacji środków ochrony indywidualnej chroniących przed upadkiem z wysokości
- Techniki ograniczające, pozycjonujące i wyhamowujące upadek
- Wybór i sprawdzanie punktów kotwiczących
- Praktyczne wspinanie się po drabinach przy użyciu mocowanych na stałe systemów pionowych
- Praktyczne wspinanie się po drabinach przy użyciu amortyzatora bezpieczeństwa z podwójną linką
- Stosowanie urządzeń samohamownych
- Tymczasowe poziome linki bezpieczeństwa
- Jak rozpoznać nietolerancję wiszenia i jak postępować w takim przypadku
- Procedury ratunkowe i planowanie
- Pokaz technik ratunkowych

Certyfikat

Uczestnicy, którzy ukończą praktyczną i teoretyczną część szkolenia otrzymają certyfikat i identyfikator ze zdjęciem ważny przez 3 lata.

HS2

BEZPIECZNA PRACA NA WYSOKOŚCI – POZIOM ZAAWANSOWANY

Liczebność grupy

Do 6 uczestników : 1 instruktor

Czas trwania

2 dni

Zakres szkolenia

Celem tego szkolenia jest przekazanie uczestnikom kompleksowych informacji na temat stosowania środków ochrony indywidualnej chroniących przed upadkiem z wysokości w różnych środowiskach pracy. Po szkoleniu uczestnicy będą w stanie określić zagrożenia związane z pracą na wysokości, będą znali główne przepisy, rozumieli różne kategorie środków ochrony indywidualnej chroniących przed upadkiem z wysokości, włącznie z ich właściwościami i ograniczeniami. Będą też w stanie przeprowadzić prostą inspekcję sprzętu przed użyciem i będą świadomi potrzeby prowadzenia dokumentacji, śledzenia użycia sprzętu oraz jego właściwej utylizacji.

Po ukończeniu szkolenia uczestnicy będą posiadali wiedzę teoretyczną i umiejętności praktyczne potrzebne do stosowania różnego sprzętu chroniącego przed upadkiem z wysokości, pozycjonującego i ograniczającego. Ważnym elementem tego szkolenia jest większa ilość ćwiczeń praktycznych technik stosowanych w pracy na wysokości w porównaniu do szkolenia HS1 -Bezpieczna praca na wysokości - poziom podstawowy. Szkolenie obejmuje także praktyczne użycie sprzętu ratunkowego na potrzeby różnych akcji ratunkowych.

Wymagania

Oświadczenie o braku przeciwwskazań medycznych do pracy na wysokości powyżej 3 metrów.

Kto powinien uczestniczyć w szkoleniu

Pracownicy, którzy w pracy muszą:

- Wchodzić i pracować na wysokości oraz na obszarach niezabezpieczonych
- Stosować różne punkty kotwiczące dedykowane i montowane na obiekcie
- Poruszać się w pionie oraz poziomie pomiędzy punktami kotwiczącymi z zachowaniem ciągłości asekuracji
- Stosować sprzęt do pozycjonowania w pozycji roboczej (bez dostępu linowego)
- Podejmować podstawowe próby ratunkowe w stosunku do osób zawieszonych po upadku z wysokości

Cele i tematyka szkolenia

- Krajowe przepisy BHP i standardy działania
- Zagrożenia związane z pracą na wysokości
- Sposób oceny ryzyka i wdrożenie skutecznych środków poprawiających bezpieczeństwo pracy
- Dopasowanie środków ochrony indywidualnej chroniących przed upadkiem z wysokości i ich właściwości oraz ograniczenia
- Wymagania dotyczące sprawdzania i utylizacji środków ochrony indywidualnej chroniących przed upadkiem z wysokości
- Techniki ograniczające, pozycjonujące i wyhamowujące upadek
- Wybór i sprawdzanie punktów kotwiczących
- Praktyczne wspinanie się po drabinach przy użyciu mocowanych na stałe systemów pionowych
- Praktyczne wspinanie się po drabinach przy użyciu amortyzatora bezpieczeństwa z podwójną linką
- Stosowanie urządzeń samohamownych
- Tymczasowe poziome linki bezpieczeństwa
- Jak rozpoznać nietolerancję wiszenia i jak postępować takim przypadkiem
- Procedury ratunkowe i planowanie
- Właściwości i ograniczenia sprzętu ratunkowego
- Ratowanie pracownika podwieszonego po upadku z wysokości, który znajduje się w zasięgu i poza zasięgiem ratownika

Certyfikat

Uczestnicy, którzy ukończą praktyczną i teoretyczną część szkolenia otrzymają certyfikat i identyfikator ze zdjęciem ważny przez 3 lata.

HS4

BEZPIECZNA PRACA NA WYSOKOŚCI – INSPEKCJA SPRZĘTU CHRONIĄCEGO PRZED UPADKIEM Z WYSOKOŚCI

Liczebność grupy

Do 10 uczestników : 1 instruktor

Czas trwania

1 dzień

Zakres szkolenia

Uczestnicy szkolenia otrzymają niezbędną wiedzę do inspekcji środków ochrony indywidualnej chroniących przed upadkiem z wysokości. Szkolenie obejmuje przepisy, standardy, obowiązki i zakres odpowiedzialności, znakowanie sprzętu, najważniejszą dokumentację i zasoby, zapisywanie danych, śledzenie, rodzaje inspekcji, badanie sprzętu tekstylnego i metalowego, zasady przechowywania i utylizacji. Po ukończeniu szkolenia uczestnicy będą w stanie wdrożyć program okresowych inspekcji sprzętu stosowanego do prac na wysokości, m.in. uprząży, linek bezpieczeństwa, taśm stanowiskowych, karabinków, hełmów, lin itp.

Certyfikat

Uczestnicy, którzy ukończą praktyczną i teoretyczną część szkolenia otrzymają certyfikat i identyfikator ze zdjęciem ważny przez 3 lata. Certyfikat nie upoważnia do pracy na wysokości.

Wymagania

Posiadanie praktycznej wiedzy na temat sprawdzanego sprzętu. Umiejętność przeprowadzania dokładnej inspekcji sprzętu.

Kto powinien uczestniczyć w szkoleniu

Osoby odpowiedzialne za przeprowadzanie udokumentowanych inspekcji środków ochrony indywidualnej chroniących przed upadkiem z wysokości

Cele i tematyka szkolenia

- Przepisy i normy
- Obowiązki i zakres odpowiedzialności
- Pożyteczne dokumenty, formularze i zasoby
- Wymagania norm oraz wymagania związane z oznakowaniem środków ochrony indywidualnej znakiem CE
- Procedury inspekcji i prowadzenia zapisków
- Rodzaje testów/inspekcji
- Rodzaje sprzętu
- Metody inspekcji sprzętu tekstylnego
- Metody inspekcji sprzętu metalowego
- Urządzenia samohamowne – ograniczenia inspekcji
- Konserwacja/przechowywanie/utylizacja sprzętu



HS5

BEZPIECZNA PRACA NA WYSOKOŚCI – SZKOLENIE TEORETYCZNY DLA KADRY ZARZĄDZAJĄCEJ

Liczebność grupy

Do 10 uczestników : 1 instruktor

Zakres szkolenia

Celem szkolenia jest usystematyzowanie wiedzy na temat obowiązków osób zarządzających w zakresie planowania i nadzorowania pracy na wysokości, które wynikają z przepisów prawa. Istotnym elementem szkolenia jest określenie zagrożeń na stanowisku pracy oraz wskazanie efektywnych sposobów zarządzania ryzykiem. Kładziemy duży nacisk na dopasowanie przekazywanej wiedzy do indywidualnych potrzeb naszych klientów. Szkolenia prowadzimy w taki sposób, aby uczestnicy mieli możliwość poruszyć i omówić nurtujące ich kwestie adekwatne do specyfiki określonego miejsca pracy.

Wymagania

Uczestnicy powinni mieć wcześniejsze doświadczenie w pracy na wysokości.

Kto powinien uczestniczyć w szkoleniu

Menedżerowie, kierownicy, służby BHP oraz wszystkie osoby odpowiedzialne za pracowników i/lub działania realizowane na wysokości.

Cele i tematyka szkolenia

- Zrozumienie obowiązków spoczywających na uczestnikach, które wynikają z obowiązujących przepisów
- Zrozumienie głównych ryzyk dla pracownika i pracodawcy związanych z pracą na wysokości
- Rozeznanie środowiska włącznie z podejmowanymi działaniami – praca w magazynach/na budowie/dostęp linowy
- Skuteczne radzenie sobie z przewidywalnymi zagrożeniami dla zdrowia i bezpieczeństwa oraz ryzykami związanymi z charakterem pracy
- Ocena ryzyka, określanie metod oraz pozwoleń na pracę/ogólne kwestie bezpieczeństwa pracowników i osób postronnych
- Umiejętność tworzenia procedur, które umożliwią kierownikom skuteczne zarządzanie podległym zespołem

- Zrozumienie hierarchii środków poprawiających bezpieczeństwo pracy związanych z pracą na wysokości takich jak ochrona zbiorowa/zapobieganie upadkom/wyhamowywanie upadków/środki ochrony indywidualnej
- Wymagania związane z organizacją kompleksowego szkolenia dotyczącego środków ochrony indywidualnej dla personelu itp.
- Stosowanie systemów wyhamowywania upadków i pozycjonowania oraz sprzętu, jak uprząże/linek bezpieczeństwa/hełmów na obiekcie itp.
- Stosowanie sprzętu ułatwiającego dostęp (np. mocowanych na stałe i przenośnych drabin, podestów ruchomych, rusztowań itp.)
- Stosowanie mocowania narzędzi i zapobieganie ich upadkowi
- Wymagania dotyczące inspekcji sprzętu i prowadzenia zapisów – wybór, stosowanie i konserwacja środków ochrony indywidualnej
- Plany na wypadek sytuacji awaryjnych – procedury ratunkowe i w sytuacjach nagłych, problemy związane z podwieszeniem
- Wymagania dotyczące oznaczeń i zabezpieczenia obiektu

Czas trwania

1 dzień

Certyfikat

Uczestnicy, którzy ukończą praktyczną i teoretyczną część szkolenia otrzymają certyfikat i identyfikator ze zdjęciem ważny przez 3 lata. Certyfikat nie upoważnia do pracy na wysokości.

HS7

BEZPIECZNA PRACA NA WYSOKOŚCI – PODSTAWY DZIAŁAŃ RATUNKOWYCH

Liczebność grupy

Do 6 uczestników : 1 instruktor

Czas trwania

1 dzień

Zakres szkolenia

Szkolenie dla osób pracujących na wysokości, poświęcone sposobom prowadzenia działań ratunkowych oraz ewakuacji w oparciu o różne scenariusze sytuacji awaryjnych w miejscu pracy. Uczestnicy uczą się, jak oceniać sytuację zagrożenia i brać pod uwagę wszystkie dostępne opcje przed podjęciem akcji ratunkowej. Przekazywane techniki są proste, przyjazne dla użytkownika i łatwe do zapamiętania, przy czym nie stanowią zagrożenia dla osoby udzielającej pomocy. Szkolenie skupia się na technikach opuszczania i wyciągania, ale nie obejmuje technik zjazdu na linie do poszkodowanego. Podczas szkolenia uczestnicy nabywają niezbędne umiejętności wymagane do ewakuacji personelu z wysokich struktur, platform lub sprzętu podczas sytuacji awaryjnej.

Certyfikat

Uczestnicy, którzy ukończą praktyczną i teoretyczną część szkolenia otrzymają certyfikat i identyfikator ze zdjęciem ważny przez 3 lata.

Wymagania

Oświadczenie o braku przeciwwskazań medycznych do pracy na wysokości powyżej 3 metrów oraz ukończenie szkolenia HS1.

Kto powinien uczestniczyć w szkoleniu

Szkolenie jest skierowane do personelu stosującego środki ochrony indywidualnej chroniące przed upadkiem z wysokości (uprzącze/linki bezpieczeństwa itp.) podczas pracy na wysokości w wielu różnych branżach, m.in. na powierzchniach dachowych, w warsztatach, fabrykach, kamieniołomach oraz w branży budowlanej.

Cele i tematyka szkolenia

- Ogólne wymagania dotyczące akcji ratunkowych
- Plany ratunkowe i ocena ryzyka
- Procedury w sytuacjach awaryjnych
- Pomoc poszkodowanym/nietolerancja wiszenia/stabilizowanie poszkodowanych
- Charakterystyka sprzętu ratunkowego i jego ograniczenia
- Inspekcja i konserwacja sprzętu
- Ratowanie osób przytomnych
- Ratowanie osób nieprzytomnych
- Ratowanie osób znajdujących się w zasięgu i poza zasięgiem ratownika
- Unikanie przeszkód w trakcie akcji ratunkowej
- Ewakuacja z wysokości w sytuacji awaryjnej



CS1

DOSTĘP DO OGRANICZONYCH PRZESTRZENI BEZ APARATÓW UCIECZKOWYCH

Liczebność grupy

Do 6 uczestników : 1 instruktor

Czas trwania

1 dzień

Zakres szkolenia

Szkolenie jest przeznaczone dla osób, które muszą wchodzić do ograniczonych przestrzeni.

Szkolenie obejmuje najważniejsze przepisy, praktyki w pracy oraz wymagania dotyczące bezpiecznego wchodzenia do ograniczonych przestrzeni bez konieczności użycia ucieczkowego aparatu oddechowego na sprężone powietrze na wypadek sytuacji awaryjnej.

Certyfikat

Uczestnicy, którzy ukończą praktyczną i teoretyczną część szkolenia otrzymają certyfikat i identyfikator ze zdjęciem ważny przez 3 lata.

Wymagania

Oświadczenie o braku przeciwwskazań medycznych do pracy na wysokości powyżej 3 metrów oraz w ograniczonej przestrzeni.

Kto powinien uczestniczyć w szkoleniu?

Osoby pracujące w przestrzeniach ograniczonych bez konieczności użycia aparatów ucieczkowych.

Cele i tematyka szkolenia

- Przepisy dotyczące pracy w ograniczonych przestrzeniach
- Definicje i rozpoznanie ograniczonych przestrzeni
- Przykłady ograniczonych przestrzeni i ich kategorie
- Komunikacja / akcje ratunkowe
- Obowiązki osób biorących udział w pracach w ograniczonych przestrzeniach
- Bezpieczne prowadzenie pracy z wykorzystaniem środków ochrony indywidualnej
- Ocena ryzyka / określenie metody pracy
- Charakterystyka sprzętu i ograniczenia
- Konserwacja sprzętu i wymagania związane z inspekcją
- Pionowy kanał wejściowy i wyjściowy - drabiny
- Wykorzystanie trójnoga i wyciągarki
- Odpowiednie stosowanie technik wykrywania gazu



CS2

DOSTĘP DO OGRANICZONYCH PRZESTRZENI Z APARATAMI UCIECZKOWYMI

Liczebność grupy

Do 6 uczestników : 1 instruktor

Zakres szkolenia

Szkolenie jest przeznaczone dla osób, które muszą wchodzić do ograniczonych przestrzeni.

Szkolenie obejmuje najważniejsze przepisy, praktyki w pracy oraz wymagania dotyczące bezpiecznego wchodzenia do ograniczonych przestrzeni z użyciem ucieczkowych aparatów oddechowych na sprężone powietrze na wypadek sytuacji awaryjnej.

Wymagania

Zaświadczenie o braku przeciwwskazań medycznych do pracy na wysokości powyżej 3 metrów oraz w ograniczonej przestrzeni.

Kto powinien uczestniczyć w szkoleniu?

Osoby pracujące w przestrzeniach ograniczonych z koniecznością użycia aparatów ucieczkowych

Cele i tematyka szkolenia

- Przepisy dotyczące pracy w ograniczonych przestrzeniach
- Definicje i rozpoznanie ograniczonych przestrzeni
- Przykłady ograniczonych przestrzeni i ich kategorie
- Komunikacja / akcje ratunkowe
- Obowiązki osób biorących udział w pracach w ograniczonych przestrzeniach
- Bezpieczne prowadzenie pracy z wykorzystaniem środków ochrony indywidualnej
- Ocena ryzyka / określenie metody pracy
- Charakterystyka sprzętu i ograniczenia
- Konserwacja sprzętu i wymagania związane z inspekcją
- Pionowy kanał wejściowy i wyjściowy - drabiny
- Wykorzystanie trójnoga i wyciągarki
- Odpowiednie stosowanie technik wykrywania gazu
- Używanie ucieczkowego aparatu oddechowego

Czas trwania

2 dni

Certyfikat

Uczestnicy, którzy ukończą praktyczną i teoretyczną część szkolenia otrzymają certyfikat i identyfikator ze zdjęciem ważny przez 3 lata.

TC01

PRACA NA DACHU – SZKOLENIE TEORETYCZNE

Liczebność grupy

Do 12 uczestników : 1 instruktor

Czas trwania

1/2 dnia

Zakres szkolenia

Szkolenie dostarcza uczestnikom podstawowych informacji niezbędnych do bezpiecznego wchodzenia na powierzchnie dachowe. Wskazuje na główne zagrożenia i ryzyka dla tych pracowników, by skutecznie ograniczali je do bezpiecznego poziomu. Szkolenie wprowadza rozróżnienie pomiędzy bezpiecznymi a niebezpiecznymi powierzchniami dachowymi, określa wymagania dla poręczy zabezpieczających, barierek oraz bezpiecznego dostępu, zagrożenia wynikające z promieniowania radiowego i sugeruje dobre praktyki robocze.

Wymagania

Brak.

Kto powinien uczestniczyć w szkoleniu

Pracownicy terenowi z branży telekomunikacyjnej, którzy potrzebują dostępu do przełączników, stacji przekątnikowych i chronionych powierzchni dachowych w ramach wykonywanej pracy i nie są zobowiązani do stosowania sprzętu chroniącego przed upadkiem z wysokości.

Cele i tematyka szkolenia

- Przepisy odnoszące się do pracy na powierzchniach dachowych
- Ocena ryzyka, systemy bezpieczeństwa i pozwolenia na pracę
- Zagrożenia i ryzyka na powierzchniach dachowych włącznie z promieniowaniem radiowym, azbestem oraz manewrowaniem ciężkimi przedmiotami
- Hierarchia środków poprawiających bezpieczeństwo pracy
- Dostęp – wymagania związane z bezpieczeństwem podczas pracy z mocowanymi na stałe i przenośnymi drabinami

Certyfikat

Uczestnicy, którzy ukończą szkolenie otrzymają certyfikat i identyfikator ze zdjęciem ważny przez 3 lata. Certyfikat nie upoważnia do pracy na wysokości.



TC02

PRACA NA DACHU

Liczebność grupy

Do 6 uczestników : 1 instruktor

Czas trwania

1 dzień

Zakres szkolenia

W trakcie szkolenia uczestnicy uzyskują niezbędną wiedzę praktyczną i teoretyczną potrzebną, by zapewnić bezpieczną pracę na dachu. Uczestnicy dowiadują się, jak zidentyfikować zagrożenia i radzić sobie z ryzykiem związanym z pracą na wysokości. Szkolenie obejmuje także poprawne stosowanie środków ochrony indywidualnej chroniących przed upadkiem z wysokości, m.in.: uprząży, amortyzatorów bezpieczeństwa z linką, linek pozycjonujących itp., a jego tematyka jest zgodna z obowiązującymi przepisami BHP dotyczącymi pracy na wysokości.

Certyfikat

Uczestnicy, którzy ukończą praktyczną i teoretyczną część szkolenia otrzymają certyfikat i identyfikator ze zdjęciem ważny przez 3 lata.

Wymagania

Oświadczenie o braku przeciwwskazań medycznych do pracy na wysokości powyżej 3 metrów.

Kto powinien uczestniczyć w szkoleniu

Szkolenie jest przeznaczone dla pracowników utrzymania obiektów i innych osób, które powinny stosować środki ochrony indywidualnej chroniące przed upadkiem z wysokości podczas pracy na dachu.

Cele i tematyka szkolenia

- Przepisy dotyczące pracy na powierzchniach dachowych
- Promieniowanie radiowe, azbest, ciężkie ładunki
- Hierarchia środków poprawiających bezpieczeństwo pracy
- Wymogi dotyczące bezpieczeństwa przy wykorzystaniu zamontowanych na stałe i przenośnych drabin
- Wybór punktów kotwiczących i ich sprawdzanie – pojedyncze punkty kotwiczące i stałe systemy asekuracji poziomej
- Inspekcja środków ochrony indywidualnej chroniących przed upadkiem z wysokości, ich dopasowanie, konserwacja i bezpieczna utylizacja
- Praktyczne wskazówki korzystania z poziomych systemów bezpieczeństwa - mocowanych na stałe i tymczasowych
- Praktyczne techniki ograniczające na dachu
- Praktyczne wskazówki dotyczące wspinania się po mocowanych na stałe drabinach z wykorzystaniem amortyzatora bezpieczeństwa z podwójną linką
- Świadomość zasad działania pionowych systemów bezpieczeństwa

TC03

PRACA NA KONSTRUKCJACH KRATOWYCH – POZIOM PODSTAWOWY

Liczebność grupy

Do 4 uczestników : 1 instruktor

Zakres szkolenia

Szkolenie dostarcza podstawowej wiedzy nowym pracownikom w branży telekomunikacyjnej i wyjaśnia zasady pracy na masztach i wieżach komunikacyjnych. Uczestnicy otrzymują podstawowe informacje, wiedzę i umiejętności praktyczne potrzebne do bezpiecznej pracy z wykorzystaniem środków ochrony indywidualnej chroniących przed upadkiem z wysokości, wspinania się po mocowanych na stałe drabinach oraz wewnątrz i na zewnątrz bezpiecznych platform roboczych.

Wymagania

Oświadczenie o braku przeciwwskazań medycznych do pracy na wysokości powyżej 3 metrów.

Kto powinien uczestniczyć w szkoleniu

Szkolenie jest adresowane do pracowników w branży telekomunikacyjnej i dostarcza podstawową wiedzę, umożliwiając późniejsze podniesienie kompetencji poprzez uczestnictwo w szkoleniu na poziomie zaawansowanym.

Cele i tematyka szkolenia

- Przepisy i normy BHP
- Zagrożenia związane z pracą na wysokości
- Ocena ryzyka
- Wprowadzenie do pracy na wieżach/konstrukcjach w branży telekomunikacyjnej
- Jak oceniać zagrożenia i wdrażać odpowiednie środki poprawiające bezpieczeństwo pracy (wprowadzenie do promieniowania radiowego ze względu na częstą obecność nadajników na wieżach)
- Procedury ratunkowe
- Jak rozpoznać i postępować w przypadku nietolerancji wiszenia
- Jak dopasować środki ochrony indywidualnej chroniące przed upadkiem z wysokości. Charakterystyka i ograniczenia sprzętu
- Wymagania dotyczące sprawdzania, konserwacji i utylizacji środków ochrony indywidualnej chroniących przed upadkiem z wysokości
- Techniki ograniczające, pozycjonujące i wyhamowujące upadek
- Wybór i sprawdzanie punktów kotwiczących

- Jak zidentyfikować bezpieczne i niebezpieczne obszary – barierki/platformy/włazy itp.
- Praktyczne wspinanie się po drabinach z wykorzystaniem mocowanych na stałe pionowych systemów bezpieczeństwa
- Praktyczne wspinanie się po drabinach z amortyzatorem bezpieczeństwa z podwójną linką
- Przenoszenie przedmiotów (maksimum 20 kg)

Czas trwania

1 dzień

Certyfikat

Uczestnicy, którzy ukończą praktyczną i teoretyczną część szkolenia otrzymają certyfikat i identyfikator ze zdjęciem ważny przez 3 lata.



TC04

PRACA NA KONSTRUKCJACH KRATOWYCH – POZIOM ZAAWANSOWANY

Liczebność grupy

Do 4 uczestników : 1 instruktor

Czas trwania

1 dzień

Zakres szkolenia

Szkolenie rozszerza podstawowe umiejętności i techniki, którym było poświęcone szkolenie na poziomie podstawowym oraz przedstawia sprzęt, który umożliwia bezpieczne przemieszczanie się i prace na otwartych konstrukcjach stalowych.

Certyfikat

Uczestnicy, którzy ukończą praktyczną i teoretyczną część szkolenia otrzymają certyfikat i identyfikator ze zdjęciem ważny przez 3 lata.

Szkolenie obejmuje charakterystykę, ograniczenia i właściwe sposoby stosowania środków ochrony indywidualnej chroniących przed upadkiem z wysokości, metody wspinania się po mocowanych na stałe drabinach z wykorzystaniem różnych mocowanych na stałe systemów chroniących przed upadkiem oraz sposoby wspinania się po otwartych konstrukcjach stalowych z amortyzatorami bezpieczeństwa.

Wymagania

Oświadczenie o braku przeciwwskazań medycznych do pracy na wysokości powyżej 3 metrów oraz ukończenie szkolenia TC03 poziom podstawowy.

Kto powinien uczestniczyć w szkoleniu

Szkolenie jest przeznaczone dla pracowników z branży telekomunikacyjnej, którzy chcą podnieść swoje podstawowe kompetencje i muszą pracować poza bezpiecznymi obszarami na wieżach lub masztach.

Cele i tematyka szkolenia

- Przepisy i standardy BHP
- Przepisy i normy dotyczące sprzętu do pracy na wysokości
- Zagrożenia związane z pracą na wysokości
- Ocena ryzyka
- Jak postępować w przypadku traumy wiszenia
- Dopasowanie środków ochrony indywidualnej chroniących przed upadkiem z wysokości, ich charakterystyka, sprawdzanie i konserwacja
- Techniki ograniczające, pozycjonujące i wyhamowujące upadek z wysokości
- Wybór i sprawdzanie punktów kotwiczących
- Praktyczne techniki wspinania i wybór trasy
- Praktyczne wspinanie z amortyzatorem bezpieczeństwa z podwójną linką
- Praktyczne wspinanie z pionową linką bezpieczeństwa
- Praktyczne metody pozycjonowania
- Bezpieczna praca na wysokości



TC07

PRACA NA KONSTRUKCJACH KRATOWYCH – PODSTAWOWE DZIAŁANIA RATUNKOWE

Liczebność grupy

Do 4 uczestników : 1 instruktor

Czas trwania

1 dzień

Zakres szkolenia

Szkolenie wyposaży uczestników w umiejętności potrzebne do podjęcia akcji ratunkowej innego pracownika, który odniósł uraz i jest uwięziony na maszcie lub wieży. Szkolenie obejmuje kluczowe właściwości, ograniczenia oraz sposób stosowania dedykowanego sprzętu ratunkowego do opuszczania i podciągania, który jest popularnie stosowany w branży telekomunikacyjnej.

Certyfikat

Uczestnicy, którzy ukończą praktyczną i teoretyczną część szkolenia otrzymają certyfikat i identyfikator ze zdjęciem ważny przez 1 rok.

Wymagania

Oświadczenie o braku przeciwwskazań medycznych do pracy na wysokości powyżej 3 metrów oraz ukończenie szkolenia podstawowego lub zaawansowanego TC03 lub TC04.

Kto powinien uczestniczyć w szkoleniu

To szkolenie jest przeznaczone dla osób pracujących na wieżach i masztach w ramach codziennych obowiązków zawodowych.

Cele i tematyka szkolenia

- Przepisy i normy BHP
- Ocena ryzyka
- Postępowanie w przypadku nietolerancji wiszenia
- Dopasowanie sprzętu, charakterystyka, ograniczenia, sprawdzanie i konserwacja
- Wybór i sprawdzanie punktów kotwiczących
- Ćwiczenie technik zjazdowych na linie
- Techniki ratowania innych pracowników – osoba wspinająca się podwieszona na amortyzatorze bezpieczeństwa z linkami, która doznała urazu wskutek upadku
- Techniki ratowania innych pracowników – nieprzytomny pracownik podwieszony na amortyzatorze bezpieczeństwa z linkami, który doznał urazu w skutek upadku
- Postępowanie w przypadku komplikacji podczas akcji ratunkowej – ratowanie ze sprzętu pozycjonującego i z pionowej liny asekuracyjnej
- Ratowanie innego pracownika z drabiny i mocowanego na stałe systemu chroniącego przed upadkiem z wysokości

Wyprzedzamy oczekiwania naszych klientów

Staramy się przygotować kompleksową ofertę szkoleń, adresowanych do wielu branż i zawodów, ale zdajemy sobie sprawę, że może istnieć konieczność stworzenia szkolenia dostosowanego do specjalistycznych potrzeb, które będzie uwzględniało konkretne działania, sprzęt, techniki, środowisko pracy lub standardy i przepisy. 3M posiada bogate doświadczenie we współpracy z dużymi i małymi firmami na całym świecie, którym pomagamy realizować ich wyjątkowe potrzeby szkoleniowe w obszarze pracy na wysokości i w przestrzeniach ograniczonych.

Nasi eksperci ds. bezpieczeństwa mogą odwiedzić dany zakład, by obserwować codzienną pracę i przedyskutować potrzeby szkoleniowe oraz opracować skuteczne szkolenie dla Państwa firmy.

Niezależnie od tego, czy szkolenie ma dotyczyć danego działania w jednym zakładzie czy szerokiego spektrum działań na całym świecie jesteśmy do Państwa dyspozycji, niezależnie od lokalizacji zakładu.

Oprócz szkoleń oferujemy także usługi doradcze oraz inspekcję sprzętu dla branż, w których pracownicy pracują na wysokości i w ograniczonych przestrzeniach.

Począwszy od prostego zapytania o włączenie polityki i procedur obowiązujących w firmie do szkolenia, po przeprowadzenie międzynarodowego audytu czy przygotowanie programu rozwiązań nasz zespół ekspertów pomoże Twojej firmie osiągnąć cele w obszarze bezpieczeństwa.



Jesteśmy światowym liderem w branży zabezpieczeń przed upadkiem z wysokości



Fall Protection

3M™ DBI-SALA®: Bezpieczeństwo na wysokości bez kompromisów.

Marka DBI-SALA® to owoc naszych dążeń do osiągnięcia doskonałości i tworzenia innowacji. Obejmuje szeroką gamę rozwiązań do ochrony przed upadkiem z wysokości między innymi urządzenia samohamowne czy zaawansowane systemy do ewakuacji. Ich celem jest zapewnienie, że praca na wysokości będzie bezpieczna, efektywna i komfortowa. To najlepszy wybór dla osób wykonujących prace na wysokości niezależnie od środowiska pracy



Fall Protection

3M™ Protecta®: Bezpieczeństwo, wysoka jakość i zaufanie.

Efektem 50 lat doświadczenia jest kompletna linia produktów do ochrony przed upadkiem z wysokości, na których można polegać, dostępnych za rozsądną cenę.



Safety Training

Centrum Szkoleniowe CTC

ul. Kwidzyńska 6
51-416 Wrocław
Tel: 71 324 81 29
CTC3MPoland@mmm.com
www.3m.pl/szkoleniawysokosciowe

Doradztwo szkoleniowe:

Wojciech Mazij wmazij@mmm.com, +48 602 410 901
Tomasz Opiola topiola@mmm.com, +48 668 138 510

Koordynator Centrum:

CTC3MPoland@mmm.com +48 71 324 81 29