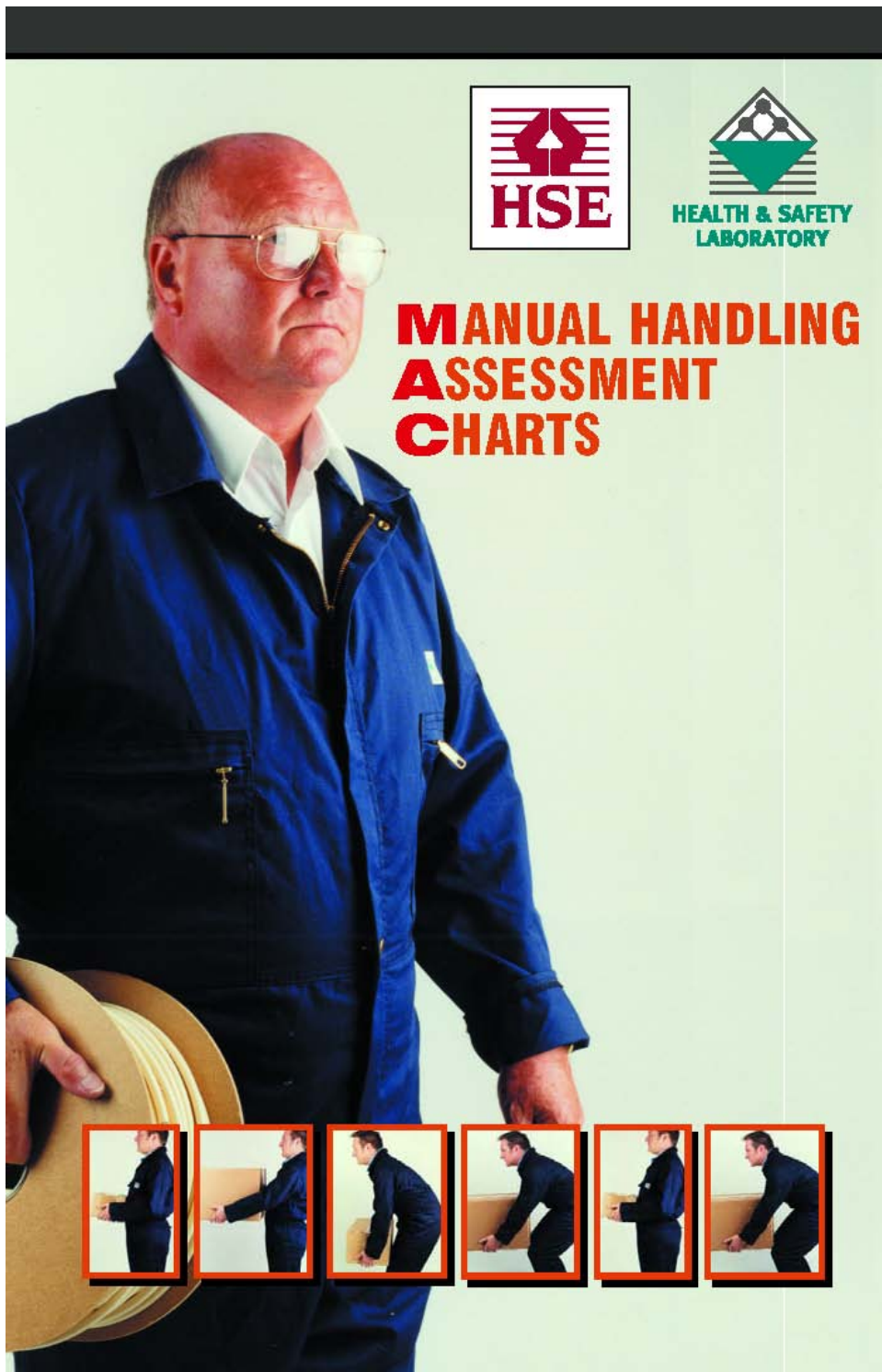


# TABELE DE EVALUARE A MANIPULĂRII MANUALE



## INTRODUCERE

Afecțiunile aparatului locomotor datorate activităților de la locul de muncă, inclusiv accidentările ca urmare a manipulării manuale, reprezintă cel mai răspândit tip de problemă de sănătate de ordin ocupațional din Regatul Unit, iar prevenirea acestor afecțiuni este o prioritate pentru Comisia pentru Sănătate și Siguranță (HSC/E). Este important să reținem că:

- afecțiunile aparatului locomotor pot fi prevenite;
- măsurile preventive sunt economice;
- nu toate afecțiunile aparatului locomotor pot fi prevenite; de aceea, raportarea timpurie, tratamentul corespunzător și reabilitarea corectă sunt esențiale.

## Pașii ce trebuie urmați

Regulamentele privind Operațiunile de Manipulare Manuală din 1992 (modificate) stabilesc o ierarhie clară a măsurilor ce trebuie luate referitor la riscurile manipulării manuale. Acestea sunt:

- evitarea operațiunilor de manipulare manuală pe cât este rezonabil posibil;
- evaluarea tuturor operațiunilor de manipulare manuală care nu pot fi evitate;
- reducerea riscului de accidentare pe cât este rezonabil posibil.

## MAC

**Tabelele pentru Evaluarea Manipulării Manuale (MAC) reprezintă un instrument nou creat pentru a veni în ajutorul** inspectorilor de sănătate și siguranță în evaluarea celor mai obișnuiți factori de risc din cadrul operațiilor de ridicare (și coborâre), transportare în brațe și manipulare în echipă. MAC poate fi util și pentru angajatori, persoanele responsabile cu siguranța, reprezentanții în probleme de siguranță și alții, pentru identificarea operațiilor de manipulare manuală cu grad înalt de risc și pentru a ajuta persoanele cu asemenea funcții să își realizeze evaluările riscurilor.

## Structura MAC

Există trei tipuri de evaluări ce se pot desfășura folosind MAC.

- operațiile de ridicare *paginile 1-4;*
- operațiile de transportare în brațe *paginile 5-8;*
- operațiile de manipulare în echipă *paginile 9-11.*

Pentru fiecare tip de evaluare există un ghid de evaluare și o schemă logică a procesului. Pe pagina 12 există și o fișă de punctaj ce trebuie completată.

## **Notă:**

MAC *nu* este adecvat pentru unele operații de manipulare manuală, de exemplu pentru cele care implică mișcări de împingere și tragere. Acest instrument *nu* conține o evaluare completă a riscului (consultați partea de *Manipulare manuală*, "Bibliografie suplimentară"). Trebuie să luați în calcul chestiunile de ordin individual și psihologic atunci când completați fișa de punctaj. De asemenea, MAC *nu* este conceput pentru evaluarea riscurilor de afecțiuni de ordin ocupațional ale membrilor superioare (consultați partea de *Afecțiuni ale membrilor superioare la locul de muncă*, "Bibliografie suplimentară").

### Cum se realizează o evaluare MAC

- Petreceți câțva timp observând operația pentru a vă asigura că episodul pe care îl vedeți este unul reprezentativ pentru procedurile de lucru normale. Consultați angajații și reprezentanții în probleme de siguranță pe parcursul procesului de evaluare. Dacă există mai multe persoane care execută aceeași operație, asigurați-vă că obțineți o imagine a cerințelor meseriei din perspectiva tuturor angajaților. Ar putea fi util să filmați operația pentru a o putea revedea în afara contextului locului de muncă, dacă este nevoie.
- Selectați tipul de evaluare corespunzător (adică ridicarea, transportarea în brațe sau manipularea în echipă). Dacă o anumită operație implică ridicare și transportare în brațe, luați-le în calcul pe ambele.
- Nu uitați să citiți ghidul de evaluare înainte de a face evaluarea.
- Urmați ghidul de evaluare corespunzător și schema logică a procesului pentru a determina nivelul de risc pentru fiecare factor de risc. Pe pagina de Internet puteți găsi informații privind reducerea riscului (vedeți adresa de mai jos). Nivelurile de risc sunt clasificate după cum urmează:

V = VERDE - Nivel scăzut de risc

**Acolo unde este cazul, trebuie luată în calcul vulnerabilitatea grupurilor de risc speciale (ex.: femei însărcinate, angajați tineri etc.).**

A = AMBRĂ – Nivel mediu de risc – Examinați cu atenție operațiile

R = ROȘU – Nivel ridicat de risc – Este nevoie de intervenție promptă

**Aici poate fi expusă la risc sau accidente o proporție semnificativă a populației angajate.**

M = MOV – Nivel foarte ridicat de risc

**Asemenea operații pot reprezenta un risc grav de accidentare și ar trebui observate foarte atent, în special în situațiile în care întreaga greutate a sarcinii este suportată de o singură persoană.**

- Introduceți codul de culoare corespunzător punctajului numeric de pe fișa de punctaj de pe pagina 12.  
Codurile de culoare determină acele elemente ale operației care necesită atenție.
- Calculați punctajul total. Punctajele totale ajută la stabilirea ca priorități a acelor operații care necesită atenție urgentă, precum și la verificarea eficacității îmbunătățirilor.
- Introduceți restul informațiilor legate de operație cerute pe fișa de punctaj.

**Mai multe informații cu privire la MAC, inclusiv materiale de pregătire online, puteți găsi la**

**[www.hse.gov.uk/msd](http://www.hse.gov.uk/msd)**

***Nu uitați:***

**Scopul evaluării este de a identifica și apoi a reduce nivelul general de risc al operației.**

## 1. OPERAȚIA DE RIDICARE

### GHIDUL DE EVALUARE PENTRU OPERAȚII DE RIDICARE

#### A Greutatea/frecvența sarcinii

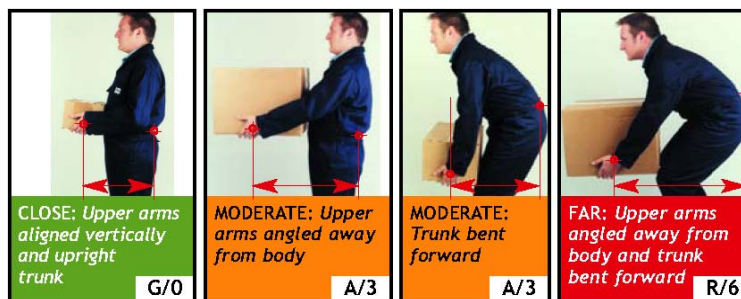
Notați greutatea sarcinii și frecvența de repetare a operației de ridicare. Citiți codul de risc de pe graficul din pagina 4 și introduceți codul de culoare și punctajul numeric pe fișa de punctaj. În cazul în care codul de culoare este cel mov, operația trebuie observată foarte atent. Asemenea operații pot reprezenta un risc grav de rănire și ar trebui observate foarte atent, mai ales când întreaga greutate a sarcinii se sprijină pe o singură persoană.

**Notă: Operațiile frecvente de manipulare a sarcinilor de mică greutate se încadrează în zona VERDE, dar pot fi asociate cu probleme ale membrilor superioare. Vă rugăm să consultați partea *Afecțiuni ale membrilor superioare la locul de muncă* (vedeți "Bibliografie suplimentară") pentru a vedea niște sfaturi privind continuarea evaluării acelor activități.**

#### B Distanța dintre mână și zona lombară

Observați operația și examinați distanța orizontală dintre mâna angajatului și zona lombară.

Evaluati întotdeauna "scenariul cel mai grav". Folosiți cele ce urmează ca model pentru evaluare:



<b>APROAPE:</b> Brațele sunt aliniate vertical și bustul este drept V/0	<b>DISTANȚĂ MODERATĂ:</b> Brațele formează un unghi cu corpul A/3	<b>DISTANȚĂ MODERATĂ:</b> Bustul este aplecat în față A/3	<b>DISTANȚĂ MARE:</b> Brațele formează un unghi cu corpul, iar bustul este aplecat în față R/6
--	--	--	---

#### C Regiunea de ridicare verticală

Observați poziția mâinilor angajatului la începutul ridicării și pe parcursul acesteia.

Evaluati întotdeauna "scenariul cel mai grav". Folosiți următoarele ilustrații ca model:



<b>Deasupra genunchiului și/sau sub înălțimea cotului</b> V/0	<b>Sub genunchi și/sau deasupra înălțimii cotului</b> A/1	<b>La nivelul podelei sau mai jos</b> <b>La înălțimea capului sau mai sus</b> R/3
--	--	---

## 2. OPERAȚIA DE RIDICARE

### D Răsucirea bustului și aplecarea laterală

Observați bustul angajatului în timpul ridicării greutății. Dacă bustul se răsucește față de umeri și de coapse **sau** dacă angajatul se apleacă într-o parte atunci când ridică greutatea, codul de culoare este ambra, iar punctajul numeric este **1**. Dacă bustul se răsucește și se apleacă într-o parte atunci când este ridicată greutatea, codul de culoare este roșu, iar punctajul numeric este **2**.

### E Constrângeri ale poziției corpului

Dacă mișcările angajatului sunt nestingherite, codul de culoare este verde, iar punctajul numeric este **0**. Dacă angajatul adoptă poziții restricționate în timpul ridicării din cauza spațiului disponibil (ex. distanță mică între paletă și bara de încărcare) sau din cauza proiectării stației de lucru (ex. un transportor monoșină excesiv de înalt), codul de culoare este ambra, iar punctajul numeric este **1**. Dacă poziția este sever restricționată, codul de culoare este roșu, iar punctajul numeric este **3** (ex. lucrul în zone limitate cum ar fi locurile pentru bagaje).

### F Prinderea sarcinii

<b>BUNĂ V/0</b>	<b>REZONABILĂ A/1</b>	<b>PROASTĂ R/2</b>
Containere cu mâner corect proiectate sau cu prize pentru mână, potrivite pentru scopul în care sunt folosite	Containere cu mâner sau prize pentru mână neadequate	Containere prost proiectate. Piese care se mișcă liber, obiecte neregulate, voluminoase sau dificil de manipulat
Piese cu mișcare liberă care permit o prindere confortabilă	Degetele trebuie fixate la 90 de grade sub container	Saci fără rigiditate sau sarcini imprevizibile

### G Suprafața podelei

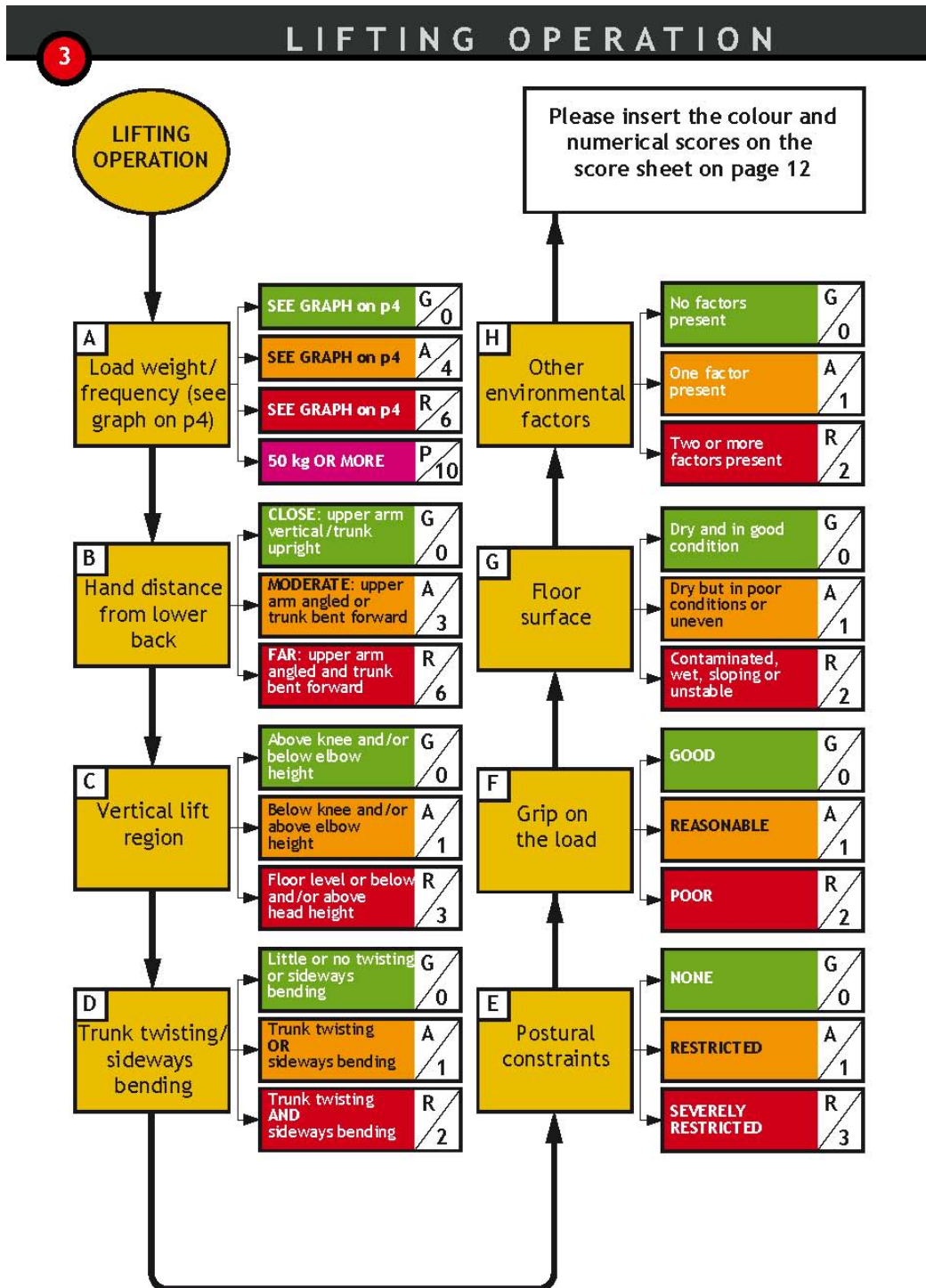
<b>Podea uscată și curată în stare bună V/0</b>	<b>Podea uscată, dar în stare proastă, uzată sau neuniformă A/1</b>	<b>Podea contaminată/udă sau cu pantă abruptă sau cu reazem instabil pentru picior R/2</b>
---	---	--

### H Alți factori de mediu

Observați mediul de lucru și stabiliți punctajul dacă operația de ridicare are loc: la temperaturi extreme; cu mișcări de aer puternice; sau în condiții de iluminat extreme (întuneric, contrast puternic sau slab). Dacă este prezent unul dintre factorii de risc stabiliți punctajul **1**, iar dacă sunt prezenți doi sau mai mulți factori stabiliți punctajul **2**.

**3. OPERAȚIA DE RIDICARE**  
**OPERAȚIA DE RIDICARE**

**Vă rugăm să introduceți codul de culoare și punctajele numerice pe fișa de punctaj de pe pagina 12**



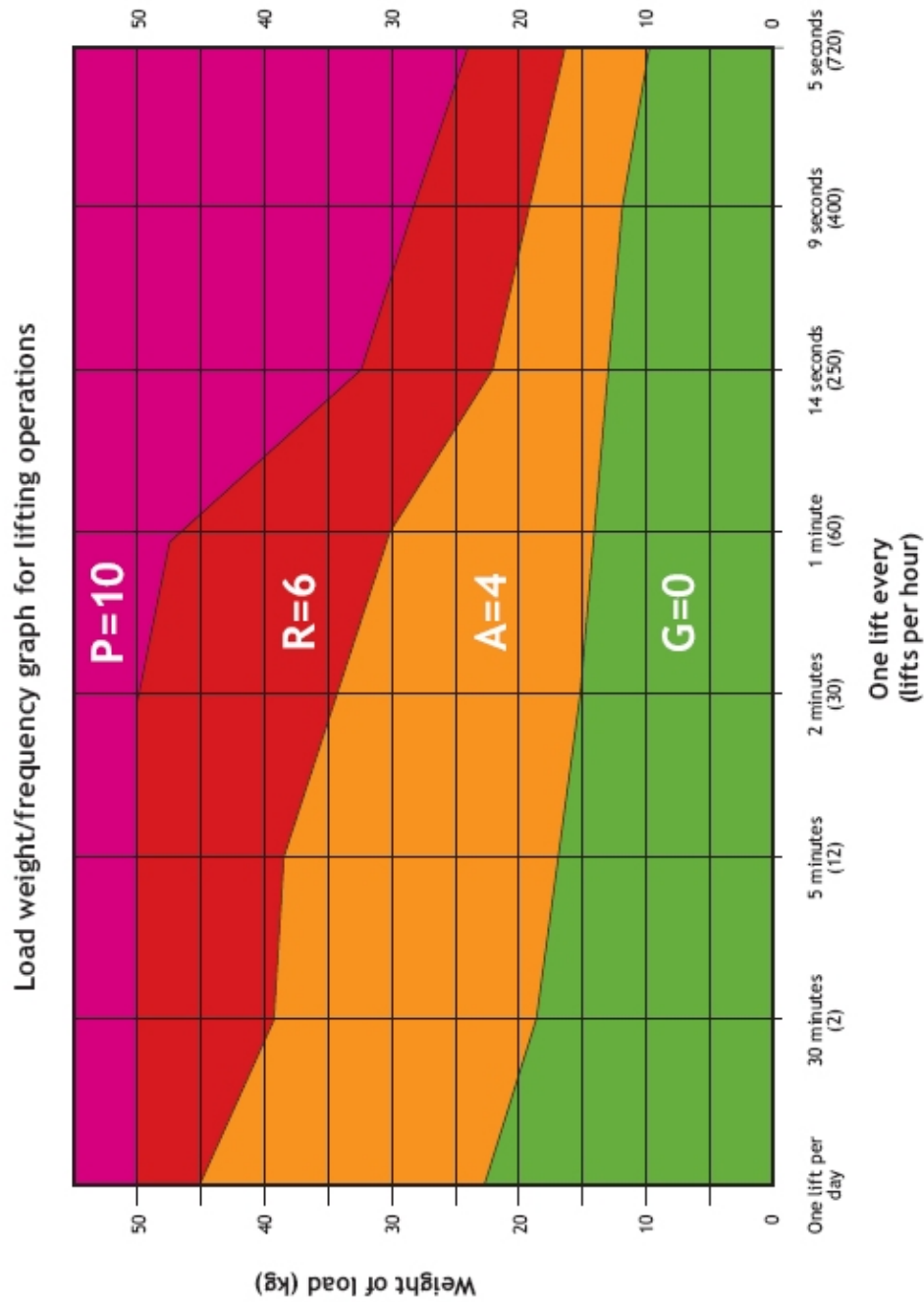


#### 4. OPERAȚIA DE RIDICARE

Graficul cu greutatea sarcinii/frecvența operațiilor de ridicare

Greutatea sarcinii (kg)

O ridicare la fiecare (ridicări pe oră)



## 5 OPERAȚIA DE TRANSPORTARE ÎN BRAȚE

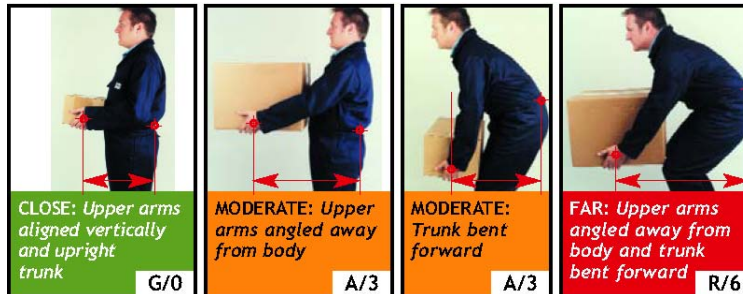
### GHIDUL DE EVALUARE PENTRU OPERAȚII DE TRANSPORTARE ÎN BRAȚE

#### A Greutatea/frecvența sarcinii

Notați greutatea sarcinii și frecvența operației de transportare în brațe. Citiți codul de risc de pe graficul din pagina 8 și introduceți codul de culoare și punctajul numeric pe fișa de punctaj. În cazul în care codul de culoare este cel mov, operația trebuie observată foarte atent. Asemenea operații pot reprezenta un risc grav de rănire și ar trebui observate foarte atent, mai ales când întreaga greutate a sarcinii este transportată de către o singură persoană.

#### B Distanța dintre mână și zona lombară

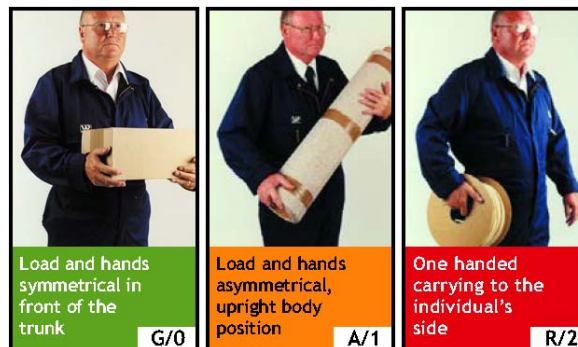
Observați operația și examinați distanța orizontală dintre mâna angajatului și zona lombară. Evaluați întotdeauna "scenariul cel mai grav". Folosiți ilustrațiile de mai jos ca model pentru evaluare:



<b>APROAPE:</b> Brațele aliniate vertical și bustul drept V/0	<b>DISTANȚĂ MODERATĂ:</b> Brațele formează un unghi cu corpul A/3	<b>DISTANȚĂ MODERATĂ:</b> Bustul aplecat în față A/3	<b>DISTANȚĂ MARE:</b> Brațele formează un unghi cu corpul, iar bustul este aplecat în față R/6
--	--	---	---

#### C Bustul/sarcina în poziție asimetrică

Poziția corpului angajatului și stabilitatea sarcinii sunt factori de risc asociați accidentelor aparatului locomotor. Următoarele ilustrații ar trebui să vă ajute la evaluare.



<b>Sarcina și mâinile simetrice în fața bustului</b> V/0	<b>Sarcina și mâinile asimetrice, poziție dreaptă a părții superioare a corpului</b> A/1	<b>Transportarea într-o singură mână lateral față de corp</b> R/2
---	---	--



## 6 OPERAȚIA DE TRANSPORTARE ÎN BRAȚE

**D Constrângerile poziției corpului** Dacă mișcările angajatului sunt nestânjenite, codul de culoare este verde, iar punctajul numeric este **0**. Dacă angajatul adoptă poziții restricționate în timpul transportării sarcinilor (de exemplu, o ușă îngustă care îl obligă să se răsucească sau să miște greutatea pentru a trece), codul de culoare este ambra, iar punctajul numeric este **1**. Dacă postura este sever restricționată, codul de culoare este roșu, iar punctajul numeric este **3** (de exemplu, transportarea de sarcini în poziția aplecat înainte în zone cu plafonul jos, de tipul beciurilor).

### E Prinderea sarcinii

<b>BUNĂ V/0</b>	<b>REZONABILĂ A/1</b>	<b>PROASTĂ R/2</b>
Containere cu mânere corect proiectate sau cu prize pentru mână, potrivite pentru scopul în care sunt folosite	Containere cu mânere sau prize pentru mână neadecvate	Containere prost proiectate. Piese cu mișcare liberă, obiecte neregulate, voluminoase sau dificil de manipulat
Piese cu mișcare liberă care permit o prindere confortabilă	Degetele trebuie fixate la 90 de grade sub container	Saci fără rigiditate sau sarcini imprevizibile

### F Suprafața podelei

<b>Podea uscată și curată în stare bună V/0</b>	<b>Podea uscată, dar în stare proastă, uzată sau neuniformă A/1</b>	<b>Podea contaminată/udă sau cu pantă abruptă sau cu reazem instabil pentru picior R/2</b>
---	---	--

### G Alți factori de mediu

Observați mediul de lucru și stabiliți punctajul dacă operația de transportare în brațe are loc: la temperaturi extreme; cu mișcări de aer puternice; sau în condiții de iluminat extreme (întuneric, contrast puternic sau slab). Dacă este prezent unul dintre factorii de risc stabiliți punctajul **1**, iar dacă sunt prezenți doi sau mai mulți factori stabiliți punctajul **2**.

### H Distanța de transportare în brațe

Observați operația și estimați distanța totală pe care este transportată sarcina (nu distanța în linie dreaptă).

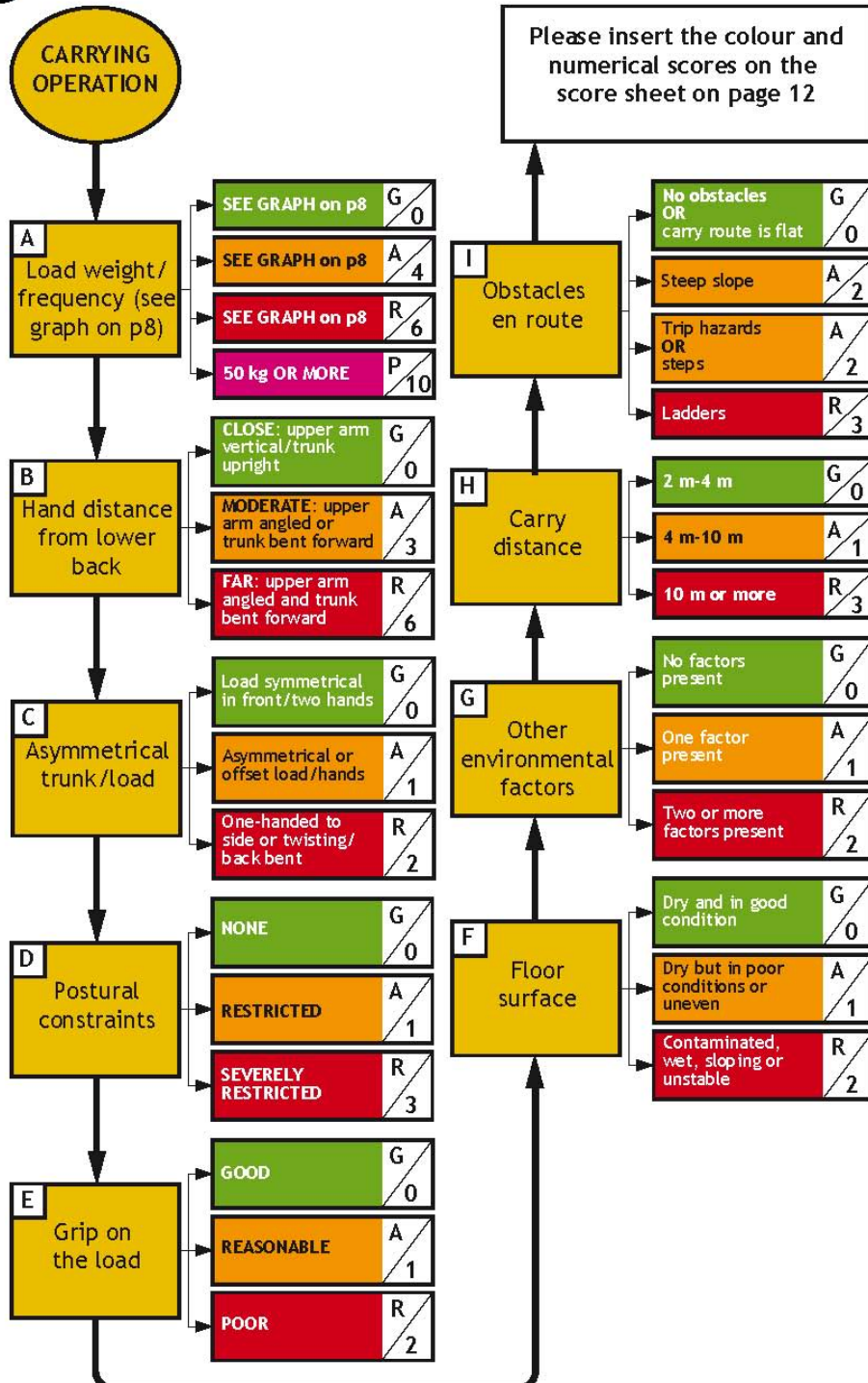
### I Obstacole pe traseu

Observați ruta. Dacă angajatul trebuie să transporte sarcina urcând o pantă abruptă sau trepte, trecând prin uși închise sau prin zone cu pericol de împiedicare, codul de culoare este ambra, iar punctajul numeric este **2**. Dacă operația implică transportarea sarcinii urcând scări, introduceți **"R"** la codul culorii și **3** la punctajul numeric. Dacă operația implică mai mult de un factor de risc (de exemplu, o pantă abruptă și apoi urcatul pe scări), totalizați punctajele pe fișa de punctaj. Introduceți înălțimea scării și/sau unghiul în chenarul pentru descrierea operației de pe fișa de punctaj.

**7 OPERAȚIA DE TRANSPORTARE ÎN BRAȚE**  
**OPERAȚIA DE TRANSPORTARE ÎN BRAȚE**

Vă rugăm să introduceți codul de culoare și punctajele numerice pe fișa de punctaj de pe pagina 12

**7 CARRYING OPERATION**

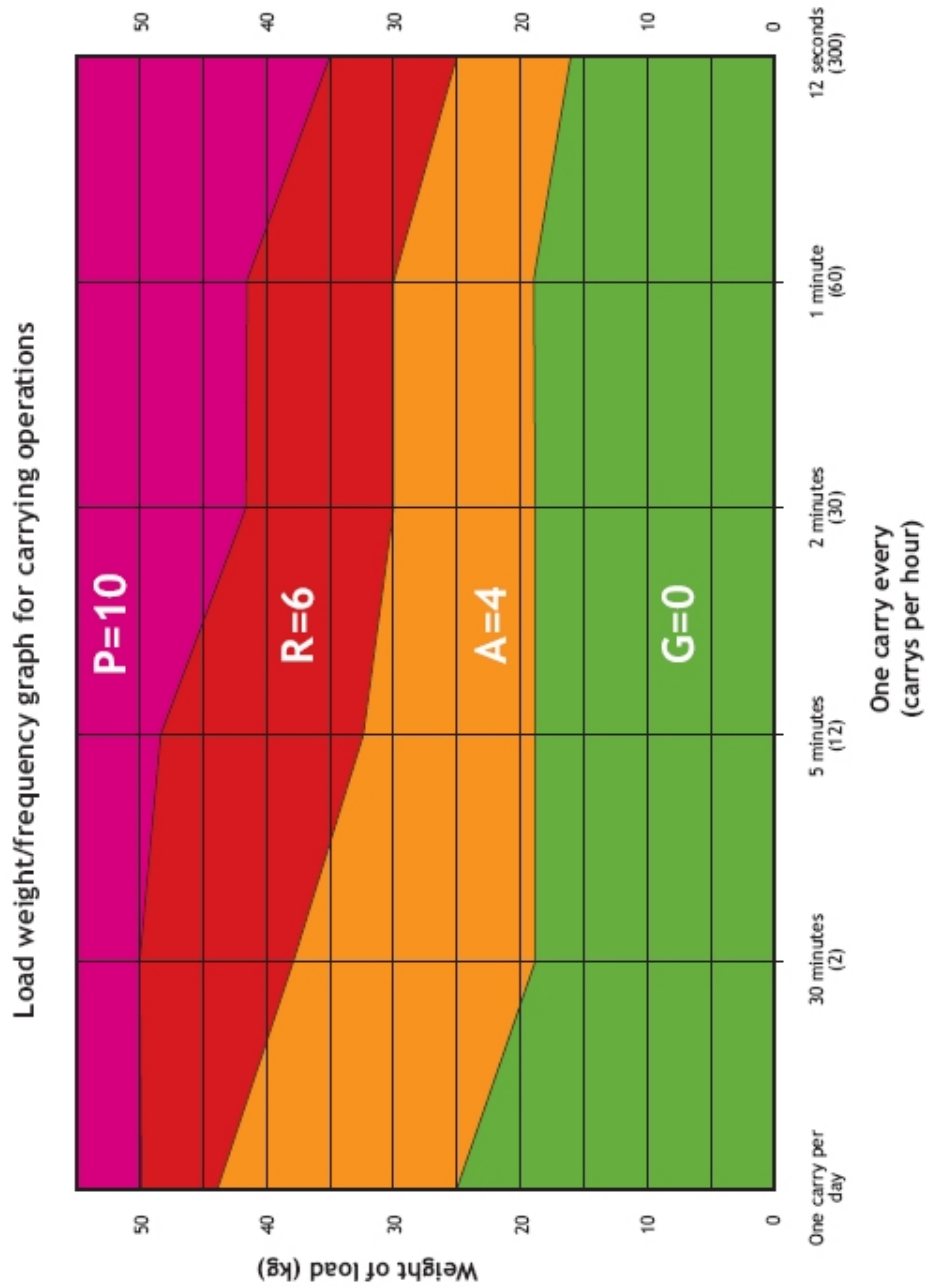


## 8 OPERAȚIA DE TRANSPORTARE ÎN BRAȚE

Graficul cu greutatea sarcinii/frecvența operațiilor de transportare în brațe

Greutatea sarcinii (kg)

O transportare la fiecare (transportări pe oră)



## 9 OPERAȚIA DE MANIPULARE ÎN ECHIPĂ


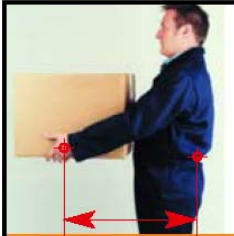


### MODEL DE EVALUARE PENTRU OPERAȚIILE DE MANIPULARE ÎN ECHIPĂ

#### A Greutatea sarcinii

Notați greutatea sarcinii și numărul total de angajați care efectuează operația. Introduceți codul de culoare și punctajul numeric pe fișa de punctaj. În cazul în care codul de culoare este cel mov, operația trebuie observată foarte atent. Asemenea operații pot reprezenta un risc grav de rănire și ar trebui observate foarte atent, mai ales când întreaga greutate a sarcinii se sprijină pe echipă.

#### B Distanța dintre mână și zona lombară

Observați operația și examinați distanța orizontală dintre mâna fiecărui angajat și zona lombară. Evaluați întotdeauna "scenariul cel mai grav". Folosiți ilustrațiile de mai jos ca model pentru evaluare:

			
<b>CLOSE:</b> Upper arms aligned vertically and upright trunk G/0	<b>MODERATE:</b> Upper arms angled away from body A/3	<b>MODERATE:</b> Trunk bent forward A/3	<b>FAR:</b> Upper arms angled away from body and trunk bent forward R/6
<b>APROAPE:</b> Brațele aliniate vertical și bustul bustului V/0	<b>DISTANȚĂ MODERATĂ:</b> Brațele formează un unghi cu corpul A/3	<b>DISTANȚĂ MODERATĂ:</b> Bustul aplecat în față A/3	<b>DISTANȚĂ MARE:</b> Brațele formează un unghi cu corpul, iar bustul este aplecat în față R/6

#### C Regiunea de ridicare verticală

Observați poziția mâinilor angajaților la începutul ridicării și pe parcursul acesteia. Evaluați întotdeauna "scenariul cel mai grav". Folosiți următoarele ilustrații ca model:

			
Above knee and/or below elbow height G/0	Below knee and/or above elbow height A/1	Floor level or below R/3	At head height or above R/3
<b>Deasupra genunchiului și/sau sub înălțimea cotului</b> V/0	<b>Sub genunchiului și/sau deasupra înălțimii cotului</b> A/1	<b>La nivelul podelei sau mai jos</b> <b>La înălțimea capului sau deasupra</b> R/3	

## 10 OPERAȚIA DE MANIPULARE ÎN ECHIPĂ

### D Răsucirea bustului și aplecarea laterală

Observați busturile angajaților pe parcursul ridicării greutății. Dacă bustul se răsucește față de șolduri și de coapse **sau** dacă angajații se apleacă într-o parte atunci când ridică greutatea, codul de culoare este ambra, iar punctajul numeric este **1**. Dacă bustul se răsucește ȘI se și apleacă într-o parte atunci când este ridicată greutatea, codul de culoare este roșu, iar punctajul numeric este **2**.

### E Constrângeri ale poziției corpului

Dacă mișcările angajaților sunt nestingherite, codul de culoare este verde, iar punctajul numeric este **0**. Dacă angajații adoptă poziții restricționate în timpul ridicării din cauza spațiului disponibil (ex. spațiu restrâns între membrii echipei) sau din cauza proiectării stației de lucru (ex. un transportor monoșină excesiv de înalt), codul de culoare este ambra, iar punctajul numeric este **1**. Dacă poziția este sever restricționată, codul de culoare este roșu, iar punctajul numeric este **3** (ex. lucrul în zone limitate cum ar fi locurile pentru bagaje).

### F Prinderea sarcinii

<b>Bună V/0</b>	<b>REZONABILĂ A/1</b>	<b>PROASTĂ R/2</b>
Containere cu mână corect proiectate sau cu prize pentru mână, potrivite pentru scopul în care sunt folosite	Containere cu mână sau prize pentru mână neadecvate	Containere prost proiectate. Piese cu mișcare liberă, obiecte neregulate, voluminoase sau dificil de manipulat
Piese cu mișcare liberă ce permit o prindere confortabilă	Degetele trebuie fixate la 90 de grade sub container	Saci fără rigiditate sau sarcini imprevizibile

### G Suprafața podelei

<b>Podea uscată și curată în stare bună V/0</b>	<b>Podea uscată, dar în stare proastă, uzată sau neuniformă A/1</b>	<b>Podea contaminată/udă sau cu pantă abruptă sau cu reazem instabil pentru picior R/2</b>
---	---	--

### H Alți factori de mediu

Observați mediul de lucru și stabiliți punctajul dacă operația de ridicare are loc: la temperaturi extreme; cu mișcări de aer puternice; sau în condiții de iluminat extreme (întuneric, contrast puternic sau slab). Dacă este prezent unul dintre factorii de risc stabiliți punctajul **1**, iar dacă sunt prezenți doi sau mai mulși factori stabiliți punctajul **2**.

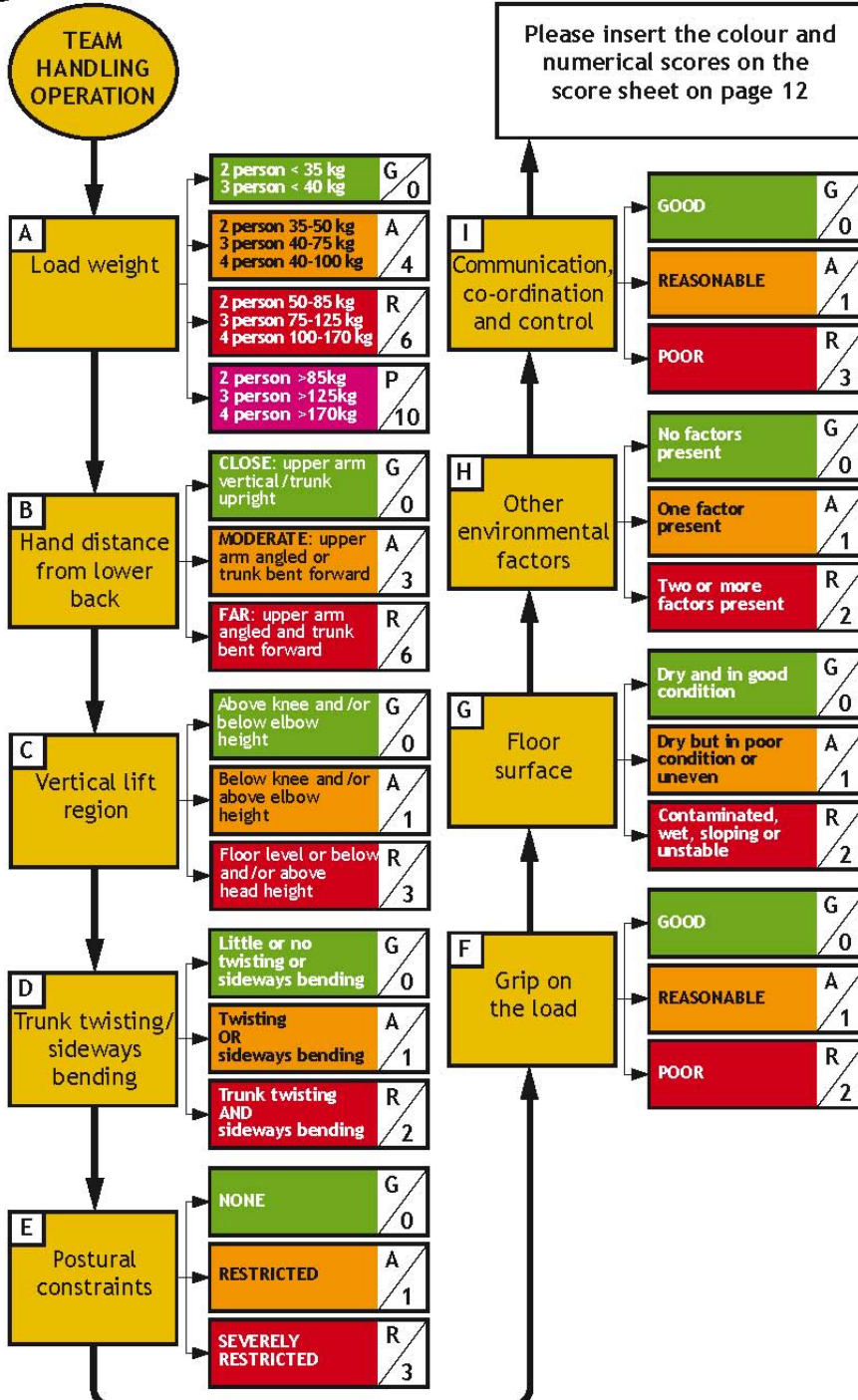
### I Comunicare, coordonare și control

Comunicarea dintre angajați este esențială atunci când se execută o operație de ridicare în echipă. Ca exemple de comunicare bună, ați putea auzi angajații numărând "unu, doi, trei" etc. înainte de ridicare. Urmăriți dacă echipa are un control bun asupra sarcinii, dacă aceasta este ridicată lin și dacă toți membrii ridică împreună. O ridicare în echipă necoordonată poate duce la suportarea întregii greutăți de către un singur membru al echipei.

**11 OPERAȚIA DE MANIPULARE ÎN ECHIPĂ**  
**OPERAȚIA DE MANIPULARE ÎN ECHIPĂ**

Vă rugăm să introduceți codul de culoare și punctajele numerice pe fișa de punctaj de pe pagina 12

**11 TEAM HANDLING OPERATION**





**MAC: Fișa de punctaj**

Numele companiei: \_\_\_\_\_

Descrierea operației: \_\_\_\_\_

**Există indicații că operația prezintă riscuri înalte?**

(Bifați căsuțele corespunzătoare)

- Există înregistrări ale unor incidente în timpul acestei operații (de exemplu, registrul de accidente al companiei, rapoarte RIDDOR).
- Operația este cunoscută ca fiind solicitantă sau cu un grad înalt de risc.
- Angajații care execută operația dau semne că li se pare solicitantă (de exemplu, respiră greu, li se înroșește fața, transpiră).
- Alte indicații – dacă da, care? \_\_\_\_\_

**Data:** \_\_\_\_\_**Semnătura:** \_\_\_\_\_

Introduceți codul de culoare și punctajul numeric pentru fiecare dintre factorii de risc în căsuțele de mai jos, făcând referire la evaluarea dumneavoastră, folosind instrumentul.						
Factori de risc	Codul de culoare (V, A, R sau M)			Punctajul numeric		
	Ridicare	Transportare în brațe	Echipă	Ridicare	Transportare în brațe	Echipă
Greutatea sarcinii și frecvența de ridicare/transportare în brațe						
Distanța dintre mână și zona lombară						
Regiunea de ridicare verticală						
Răsucirea bustului/aplecarea laterală Bust/sarcină în poziție asimetrică (transportare)						
Constrângeri ale poziției corpului						
Prinderea sarcinii						
Suprafața podelei						
Alți factori de mediu						
Distanța de transportare în brațe						
Obstacole pe traseu (doar la transportare)						
Comunicarea și coordonarea (doar la manipularea în echipă)						
Alți factori de risc, ex.: factori individuali, factori psihologici etc. (consultați pagina de Internet – adresa este la pagina 13)	<b>PUNCTAJUL TOTAL:</b>					

BIBLIOGRAFIE SUPLIMENTARĂ

***Manual handling. Manual Handling Operations Regulations 1992. Guidance on Regulations L23 (Ediția a doua)*** HSE Books 1998  
ISBN 0 7176 2415 3

***Upper limb disorders in the workplace HSG60 (Ediția a doua)***  
HSE Books 2002 ISBN 0 7176 1978 8

**Mai multe informații cu privire la MAC, inclusiv materiale de pregătire online, puteți găsi la [www.hse.gov.uk/msd](http://www.hse.gov.uk/msd)**

Publicațiile gratuite și la preț HSE sunt disponibile prin comandă prin poștă de la HSE Books, PO Box 1999, Sudbury, Suffolk CO10 2WA Tel: 01787 881165 Fax: 01787 313995  
Pagina de Internet: [www.hsebooks.co.uk](http://www.hsebooks.co.uk) (publicațiile la preț HSE sunt disponibile și în librării, iar de pe pagina de Internet a HSE se pot descărca broșuri gratuite: [www.hse.gov.uk](http://www.hse.gov.uk).)

Pentru informații cu privire la sănătate și siguranță, sunați la linia de informații HSE, Tel: 0845 345 0055

Fax: 0845 408 9566 Textphone: 0845 408 9577 e-mail: [hse.infoline@natbrit.com](mailto:hse.infoline@natbrit.com) sau trimiteți o scrisoare la HSE Information Services, Caerphilly Business Park, Caerphilly CF83 3GG.

**Notele privind buna practică din această broșură nu sunt obligatorii, dar este posibil să le găsiți de ajutor în deciziile pe care trebuie să le luați.**

Această broșură se poate cumpăra în pachete de câte 10 de la HSE Books, ISBN 0 7176 2741 1. De la HSE Books se pot obține și exemplare individuale gratuite.

© *Crown copyright* Această publicație poate fi reprodusă gratuit, cu excepția scopurilor de publicitate sau garantare sau a scopurilor comerciale. Data primei publicări: 08/03.  
Sursa: HSE

Tipărită și publicată de către Health and Safety Executive  
INDG383 Retipărită 02/06 C1250