



**KARABÜK ÜNİVERSİTESİ İŞ SAĞLIĞI VE GÜVENLİĞİ
KOORDİNATÖRLÜĞÜ**

Doküman No: İSG.FRM.07

Revizyon No: 00

**ELLE TAŞIMA İŞLERİNDE
İŞ SAĞLIĞI VE İŞ GÜVENLİĞİ TALİMATI**

Revizyon Tarihi: 00

Yayın Tarihi: Haziran 2023

1. AMAÇ: Bu talimat Karabük Üniversitesi yerleşkelerinde, her türlü elle taşıma işleri esnasında çalışanın kendisi ve çevresindekilerin sağlık ve güvenliğini tehlikeye atmayacak biçimde faaliyetlerini sürdürmesini sağlamak, olası tehlike ve risklere karşı uyulması gereken önlemleri belirlemektir.

2. KAPSAM: Bu talimat Karabük Üniversitesi yerleşkelerinde elle taşıma işi ile ilgili organizasyonun oluşturulması ve çalışanlara kişisel koruyucu donanımlar verilmesi vb. faaliyetleri kapsar.

3. YASAL DAYANAK: Bu talimat 6331 Sayılı İş Sağlığı ve Güvenliği Kanunu ile bağlı yönetmelik ve tebliğler, 4857 Sayılı İş Kanunu, 5510 Sayılı Sosyal Sigortalar ve Genel Sağlık Sigortası Kanunu ve 5237 Sayılı Türk Ceza Kanunu ile bu kanunlara bağlı olarak çıkarılmış ikincil mevzuat gereğince hazırlanmıştır.

4. SORUMLULUKLAR:

İşveren/İşveren Vekili: Bu talimatın uygulanmasından elle taşıma işi ile ilgili oluşabilecek tehlikelerin belirlenmesi, yükün kaldırma, indirme ve taşınması için uygun ekipman sağlanması, çalışanlara uygun kişisel koruyucu donanımların sağlanması için işi veren birim amirleri sorumludur.

Çalışanlar: Elle taşıma işini aldıkları eğitimlere uygun şekilde yapmaktan, uygun emniyetli güzergâhları kullanmaktan, emir ve talimatlara uymaktan sorumludur.

5. UYGULAMA


Elle taşıma öncesi:

- 1) Elle kaldırma ve taşıma işlemi en son çare olarak kabul edilmelidir. Taşıma işlemi yerine mümkün olduğunca çekme, itme, kaydırma işlemleri uygulanmalıdır. Kaldırılacak cisimlerin ağırlığı azaltılmalıdır. Ağırlığı azaltılamıyorsa kişinin uyguladığı kuvveti azaltacak biçimde mekanik yardım sağlanmalıdır.
- 2) Malzeme taşırken uygun kıyafetler giyin. Düz, topuklu ve kaygan olmayan tabanlı ayakkabılar giyin. Kaymaz eldiven kullanın.
- 3) Taşınacak malzemenin özelliklerini (ağırlığı, soğuk-sıcak olması, ıslak kuru olması) tespit edin. Malzemenin hareketli parçaları olup olmadığı kontrol edin. Yük kavranamayacak kadar büyük ise elle kaldırmaya çalışmayın.
- 4) Yük taşınacağı zaman, taşımak için uygun bir kaldırma aracı olup olmadığını kontrol edin. Eğer bir kaldırma aracı varsa araçla taşımayı tercih edin.
- 5) Taşıma işini nasıl yapacağınızı kararlaştırın. Güzergâh uygunsa taşıma işlemi yerine mümkün olduğunca çekme, itme, kaydırma işlemleri uygulayın. Ağır cisimler kaldırılarak değil çekilerek ya da sürüklenerek taşınmalıdır.
- 6) Yardıma ihtiyaç olup olmadığını sorgulayın. Yük tek başına taşınamayacak kadar ağırsa birden fazla kişi ile taşımayı planlayın.
- 7) Elle taşıma öncesi yükün taşınacağı güzergâhı kontrol edin. Yükün taşınacağı yolun üzerinde engel bulunmadığından emin olun. Yükü taşıyacağınız yerin etrafınızı görmeyi sağlayacak yeterli aydınlatmaya sahip olduğundan emin olun. Yükün taşınacağı yolda merdiven ve/veya kot farkı olup olmadığından emin olun.
- 8) Yükün büyüklük ve şeklini göz önüne alarak en uygun kaldırma yöntemi seçilmelidir. Yükün yerleştirileceği yeri kontrol edin.

Elle taşıma esnasında:

- 1) Yükü kaldırmadan önce bacaklarınızı açarak dengeli şekilde yerleştirin. Eğilirken dizler bükülmeli ve sırt düz tutulmalıdır. Yükü sağlam şekilde avuç içi ile kavrayın. Sırtınızı düz tutun.
- 2) Yükü ani itmeyin, çekmeyin ve kaldırmayın. Yük taşıma hareketini yavaşça yapın. -Kalkarken yükün kontrolünüz altında kalmasını sağlayın.
- 3) Yüksek yerden yük indirmek için, yükün ağırlığına ve kaygan olup olmadığına, taşınacak yükün üzerinde boşta malzeme olup olmadığına dikkat edilmelidir.
- 4) Yükü kendinize yakın tutun. Dönüş yaparken gövdenizi döndürmeyin. Yükün ağır kısmını gövdenize yakın tutun.
- 5) Direk vücudun desteği ile taşınan yükler için uygun giysiler giyin. Bu gibi durumlarda yükün kaymasına neden olacak nitelikte giysi seçiminden kaçınılmalıdır
- 6) Eğer yük itilerek bir araçla taşınıyorsa yükü araca düşmeyecek ve görüş açısını kısıtlamayacak şekilde istifleyin.
- 7) Taşımayı iki kişi yaparken yük eşit olarak dağıtılmalıdır. Kaldırma, taşıma ve dönme sırasında birliktelik sağlanmalıdır.
- 8) Uzun bir şey iki kişi tarafından taşınırken yük aynı tarafta ve aynı yükseklikte olmalıdır.
- 9) Ağırlık kaldırılırken dizlerin arasına alınarak kaldırılmalı, yükü indirirken de tersi yapılmalıdır. Her iki durumda parmakların ezilmemesine dikkat edilmelidir.
- 10) Yükü bırakın. Yerleştirmeyi sonrasında yapın
- 11) Görev, yükü omuz hizasının üstünde kaldırmayı gerektirecek nitelikte ise, kaldırma işlemi ara basamaklar konularak gerçekleştirilmelidir. Örneğin, çok ağır bir yükü yüksek bir yere koyarken önce yaklaşık 30cm yükseklikte bir yere, daha sonra istenilen yere kademeli kaldırılmalıdır.
- 12) Kaldırılacak yük geometrik değilse önce yük alt iç köşesinden ve üst dış köşesinden kavranıp kaldırılmalı ve kaldırırken yön değiştirilmemelidir.
- 13) Uzun süre vibrasyon etkisinde kaldıktan sonra (uzun süre kamyon, traktör vb. sürdükten sonra) ağırlık taşınmamalıdır.
- 14) Sürekli ve tekrarlama gerektiren görevlerde, işin niteliğinden dolayı tekrarlama sayısı düşürülemezse çalışma ve dinlenme saatleri ile ilgili düzenleme yapılmalıdır.
- 15) Yüksek yerden yük indirmek için, yükün ağırlığına ve kaygan olup olmadığına, taşınacak yükün üzerinde boşta malzeme olup olmadığına dikkat edilmelidir.
- 16) Taşıma işlemleri sırasında oluşan ani kas, eklem ve bel ağrılarında ayrıntılı bir hekim değerlendirmesi yaptırılmalıdır.



	KARABÜK ÜNİVERSİTESİ İŞ SAĞLIĞI VE GÜVENLİĞİ KOORDİNATÖRLÜĞÜ	Doküman No: İSG.FRM.07
		Revizyon No: 00
	ELLE TAŞIMA İŞLERİNDE İŞ SAĞLIĞI VE İŞ GÜVENLİĞİ TALİMATI	Revizyon Tarihi: 00
		Yayın Tarihi: Haziran 2023

İlgili personeller, bu talimatta yazılı olmasa dahi iş sağlığı ve güvenliği ile ilgili olarak mevcut kanun ve ilgili yönetmeliklere göre hareket etmek zorundadır. Kanun ve yönetmelikler talimatların daima üstündedirler.

Yukarıdaki talimatı okuduğumu, anladığımı, Karabük Üniversitesisinde görev yaparken, iş sağlığı ve güvenliğinin sağlanması için talimatta belirtilen sağlık ve güvenlikle ilgili gereklilikleri aynen yerine getireceğimi ve uygulayacağımı, talimattaki herhangi bir hususa uymadığım takdirde hakkımda uygulanacak her türlü hukuki ve cezai sorumluluğu üstlendiğimi kabul ve taahhüt ederim.

SORUMLU PERSONEL	TARİH
(İmza-Adı Soyadı)	