



Eiendom,

Drift og vedlikehold.

Konkurransesgrunnlag del III Vedlegg 2

Den lille HMS-planen

Bestemmelser for håndverkere og entreprenører som utfører arbeid på Marienlyst

INNHold

GENERELT	3
PRAKTISKE OPPLYSNINGER	5
SIKKERHETSINFORMASJON	7
BRANNTEKNISKE FORHOLD	9
HANDLINGSPLAN VED AKUTT ULYKKE	12
HANDLINGSPLAN VED BRANN	14
AVIKSMELDINGER	13
PARKERING	16

Tilhører: _____

Firma: _____

GENERELT

Bakgrunnen for dette heftet er å gjøre entreprenører og håndverkere kjent med de bestemmelser og regler NRK har for utførelse av bygge- og installasjonsarbeider og omfatter alle fag.

Målsetting

NRK Eiendom har fokus på HMS og har som mål at arbeider i NRKs regi skal gjennomføres uten skader på personer og materiell.

For å nå dette målet, skal alle gjøre seg kjent med og følge de sikkerhetsinstruksjoner som gjelder generelt for NRK og de enkelte prosjekter.

Per Chr. Brachel
Bygningssjef, Eiendom

HMS-plan

Iht Byggherreforskriftens § 7 skal byggherren sørge for at det utarbeides en plan som sikrer et fullt forsvarlig arbeidsmiljø. Dette heftet gjelder, sammen med risikoanalyse foretatt før oppstart av arbeidene, for mindre vedlikeholdsarbeider som utføres i NRKs bygninger og installasjoner. Ved større og/eller risikofylte arbeider, vil det bli utarbeidet spesifikk HMS-plan som hver enkelt plikter å følge.

Prosjektleder

Alle arbeider som utføres på NRKs bygningsmasse og/eller installasjoner har en prosjektleder hos NRK Eiendom. Ved mindre



vedlikeholdsarbeider, ivaretar prosjektleder oppgavene som prosjektleder og HMS-koordinator har i henhold til Byggherreforskriftens § 13.

Internkontroll

Alle virksomheter er pliktige til å ha et internkontrollsystem iht Internkontrollforskriften som ivaretar det systematiske arbeidet med helse, miljø og sikkerhet for de arbeidsoppgavene som virksomheten driver med. HMS-plan erstatter ikke den enkelte virksomhets internkontrollsystem.

PRAKTISKE OPPLYSNINGER

Adgangskort

NRKs prosjektleder vil sørge for at midlertidig adgangskort blir utstedt etter at aktuelle sikkerhetsinstrukser er gjennomgått og signert. Kortet skal bæres synlig. Når oppdraget er slutt, skal kortet leveres tilbake til prosjektleder i NRK. Mistes kortet skal dette meldes til prosjektleder umiddelbart. Kortet er personlig og må ikke gis til andre.

Krav til hulltaking/utsparing: Mottatt og lest:

Krav ved varme arbeider/utkopling av alarm: Mottatt og lest:

Asbestsanering: Mottatt og lest:

Annet: _____

Spisepauser

Benyttes NRKs kantine skal arbeidstøy/-sko være rengjort.

Garderobe/dusj/toaletter

Garderobe og dusj anvises av prosjektleder. NRKs toaletter kan brukes.

Det er ikke tillatt å røyke i NRKs lokaler, og det er ikke tillatt å røyke i garasjeområder og i transportgangen!

Fotografering er forbudt!



Parkering

Parkering skal skje på anviste plasser med synlig parkeringsoblat. Det må ikke parkeres på gjesteparkering eller utenom de anviste plasser. Feilparkering kan medføre borttauing.

Adresse

Bjørnstjerne Bjørnsons plass 1,
0340 OSLO

Levering/inntransport av materialer:

Inntransport av materialer skal skje gjennom anviste innganger og lagring skal skje på anvist plass.

Avvik/uønskede hendelser

Med avvik menes brudd på krav i lover, forskifter, kontrakt, HMS-plan og andre bestemmelser. Avvik vedrørende HMS skal meldes på avviksskjema i dette heftet og leveres NRKs prosjektleder.

Ytterligere informasjon

Følg med på oppslagstavlen, hvor viktig informasjon henges opp: HMS-organisasjon, risikoanalyse, handlingsplaner ved ulykker og brann, forhåndsmelding til Arbeidstilsynet osv.

NRK er en spesiell byggeplass. Det pågår Radio og TV-produksjon hele døgnet. Ta hensyn til brukerne når du utfører ditt arbeid. Er du i tvil

SIKKERHETSINFORMASJON

Personlig verneutstyr (hjelmer/vernesko)

Ved oppstart av hvert prosjekt vil det bli bestemt hva slags verneutstyr som er nødvendig. Dette vil bli kunngjort og er å anse som et påbud. Manglende bruk av verneutstyr vil først gi en advarsel og deretter bortvisning fra NRK.

Varsling av ulykker/førstehjelp

Liste over alarmtelefoner; se siste side i heftet. Førstehjelpsutstyr skal forefinnes på arbeidsstedet. Enhver skal kjenne til hvor førstehjelpsutstyr og brannsløkker er utplassert. Gi beskjed til verneombud/arbeidsleder om eventuelle mangler.

Bruk av stillaser og stiger

Arbeid høyere enn 2 m over avrettet plan skal skje fra stillas. Ved midlertidig arbeid i høyden, f. eks. montering av rekkverk, skal arbeidet skje med fallsikringsutstyr. Uforsiktig bruk av stiger er den

vanligste årsaken til fallulykker. De skal sikres mot utglidning og kun benyttes til midlertidig arbeid/tilkomst. Lengden skal være i henhold til forskriftene. Enden skal stikke 1 m over kant. Det skal vurderes om området rundt stillas skal avspærres.

Utsparinger/sjakter/rekkverk

Sjakter og utsparinger skal være sikret med rekkverk. Husk at ved å endre/flytte deler av et stillas kan du sette andres liv i fare. Det samme gjelder om du fjerner rekkverk/tildekking av utsparinger uten å sette det opp etter deg.

Ukjente stoffer og kjemikalier

Sørg for å ha nødvendig verneutstyr til stede ved håndtering av ukjente stoffer og kjemikalier. Datablader skal finnes i HMS-permen.

Rydding

Hver entreprenør skal hver dag rydde etter eget arbeid. Sørg for at materialer og kapp med spiker blir sortert og kastet i NRKs containere. En har mange sykedager hvert år på grunn av manglende rydding og tråkk på spiker.

Belysning

Det skal være tilstrekkelig belysning på byggeplass. Belysning i gangsoner er NRKs ansvar, mens arbeidslys er entreprenørens ansvar hvis ikke annet er avtalt.

Asbest

Hvis det er mistanke om at det kan forekomme asbest, må arbeidet stanses og prosjektleder kontaktes.

Bærende konstruksjoner

Inngrep i bærende konstruksjoner som f. eks hulltaking, må tas opp med prosjektleder på forhånd. Hvis det er usikkert om en konstruksjon er bærende – ta kontakt!

BRANNTEKNISKE FORHOLD

Rømningsveier

Korridorer er rømningsveier og skal til enhver tid være frie slik at det sikrer en trygg evakuering ut av arealet og bygningen. Det er derfor ikke tillatt å plassere bygningsmateriell og avfallsbeholdere i disse områdene. I de arealer hvor dette ikke kan unngås, må dette på forhånd tas opp med prosjektleder.

Stiger, materiell og annet utstyr som må stå i rømningsveier for å få utført arbeidet, skal fjernes straks når området forlates i arbeidstiden, og ved arbeidets slutt hver dag.

Utstyr som blir plassert i rømningsveier uten at dette på forhånd er avklart med prosjektleder, vil bli fjernet for eiers regning – uten varsel.

Brannfarlig avfall/selvantennning

Brannfarlig avfall og selvantennelige materialer skal kastes i særskilte stålbeholdere.

Varme arbeider

Den som skal utføre varme arbeider skal ha sertifikat for denne type arbeid. Den utførende har ansvar for at slukkeutstyr er i umiddelbar nærhet.

Før varme arbeider eller arbeid med vinkelsliper starter opp, skal det innhentes tillatelse fra brannvernleder i bygningen. Henvend deg til NRKs prosjektleder for innhenting av slik tillatelse. Prosjektleder skal også sørge for at rutiner for utkobling av brannvarslingsanlegget følges.

Før arbeidene starter skal:

- tillatelse være innhentet
- arbeidsområdet være ryddig og rent
- brennbare ting være fjernet
- sprekker og hull til nærområdet være tettet
- skjulte risiki være undersøkt
- brannslukkeutstyr være i nærheten
- nødvendig verneutstyr være kontrollert
- gassflasker alltid være plassert så de står støtt. Pass på at gassflasker lett kan fjernes om det blir brann
- brennbart utstyr som ikke kan flyttes skal tildekkes med branntepper
- nødvendigheten av sveisevakt vurderes
- når arbeidene er ferdig, skal prosjektleder ha melding om dette slik at brannvarslingsanlegget kan aktiviseres igjen.

Branndører

I en brannsituasjon har branndører en svært viktig funksjon for å hindre brannsmitte og røykspredning. Det er derfor ikke tillatt å sette fra seg ting som kan hindre manuelle og automatiske branndører i sin lukkefunksjon.

Boring og hulltaking

Det må ikke bores i vegger og dekker uten at dette er klarert på forhånd da denne type arbeid kan forstyrre NRKs sendinger. Husk at boring i dekker og vegger, samt støvete arbeider kan utløse brannalarmen. Gi derfor prosjektleder beskjed om at denne type arbeid foregår, og om det er nødvendig med utkobling av brannvarslingsanleggene.

Hull i brannklassifiserte dekker/vegger som ikke blir tettet forskriftsmessig samme dag, skal midlertidig tettes med brannklassifiserte materialer som tilsvarer brannklassen – før området forlates for dagen.

Oppbevaring av eksplosjonsfarlige varer

Det er ikke tillatt å oppbevare/lagre gassflasker, propanbeholdere, bensinaggregater osv. i områder som ikke er godkjent for dette. Ovennevnte utstyr skal fjernes med arbeidets slutt og transporteres til anvist sted.

Tegninger og dokumentasjon

Alle tegninger og all dokumentasjon som er relatert til NRKs bygninger og installasjoner og som ikke lenger skal benyttes, skal leveres tilbake og ikke kastes som vanlig papiravfall.

Makuleringsmaskinen på ASDSs plotterom benyttes til dette.

Tegninger og dokumentasjon som er utlevert til eksterne firmaer, skal tilbakeleveres for makulering. Dette gjelder ikke for firmaer det er inngått arkiveringsavtale med. Alle tegninger skal behandles som konfidensielle dokumenter.

HANDLINGSPLAN VED AKUTT ULYKKE

- Sørg for tilstrekkelig førstehjelp på skadestedet
- Ring nødtelefonen: **113**
- Ring NRKs alarmnummer: **23 04 90 90**
- Oppgi hvor du er (bygning, fløy, etg – hvis du ikke vet hvor du er, oppgi nærmeste romnummer)
- Yt førstehjelp mens du venter på kyndig hjelp:
 1. Hvis personen ikke reagerer og ikke puster, start gjenoppliving med munn til munn og hjertekompresjon:
 - **Bøy hodet bakover, hold for nesen og legg den andre hånden under nakken.**
 - **Start med 30 hjertekompresjoner og deretter 2 innblåsing munn til munn.**
 - **Fortsett slik med 30 hjertekompresjoner og 2 innblåsninger.**

- **Hold på med dette til lege eller ambulanse kommer.**

2. Hvis personen puster, legg personen på siden i stabilt sideleie og sørg for frie luftveier ved å bøye hodet bakover.

HANDLINGSPLAN VED BRANN

- Bruk nærmeste brannmelder
- Lukk dører og vinduer
- Hjelp om nødvendig andre ut
- Gå til nærmeste rømningsvei
- Forlat bygget
- Informer nærmeste resepsjon

AVVIKSMELDING

(leveres prosjektleder NRK)

Beskrivelse:

- | | |
|--|--|
| <input type="checkbox"/> Personskade | <input type="checkbox"/> Feil, mangel eller annen hendelse |
| <input type="checkbox"/> Nesten ulykke | <input type="checkbox"/> Forbedringsforslag |

Forslag til tiltak:

Kommentarer:

Dato og signatur melder:

(Denne siden benyttes dersom avviksmeldingen benyttes for loggføring av videre oppfølging)

Besluttet tiltak:

Kommentarer:

Dato og signatur prosjektleder NRK:

Tilbakemelding/informasjon er gitt til:

- Melder
- Melders arbeidsgiver
- Leder eiendomsavdelingen
- Kvalitetsleder
- HMS-avdelingen



Hovedverneombud

Andre: _____

AVVIKSMELDING

(leveres prosjektleder NRK)

Beskrivelse:

- | | |
|--|--|
| <input type="checkbox"/> Personskade | <input type="checkbox"/> Feil, mangel eller annen hendelse |
| <input type="checkbox"/> Nesten ulykke | <input type="checkbox"/> Forbedringsforslag |

Forslag til tiltak:

Kommentarer:

Dato og signatur melder:

(Denne siden benyttes dersom avviksmeldingen benyttes for loggføring av videre oppfølging)

Besluttet tiltak:

Kommentarer:

Dato og signatur prosjektleder NRK:

Tilbakemelding/informasjon er gitt til:

- Melder
- Melders arbeidsgiver
- Leder eiendomsavdelingen
- Kvalitetsleder
- HMS-avdelingen



Hovedverneombud

Andre: _____



AVVIKSMELDING

(leveres prosjektleder NRK)

Beskrivelse:

- | | |
|--|--|
| <input type="checkbox"/> Personskade | <input type="checkbox"/> Feil, mangel eller annen hendelse |
| <input type="checkbox"/> Nesten ulykke | <input type="checkbox"/> Forbedringsforslag |

Forslag til tiltak:

Kommentarer:

Dato og signatur melder:

(Denne siden benyttes dersom avviksmeldingen benyttes for loggføring av videre oppfølging)

Besluttet tiltak:

Kommentarer:

Dato og signatur prosjektleder NRK:

Tilbakemelding/informasjon er gitt til:

- Melder
- Melders arbeidsgiver
- Leder eiendomsavdelingen
- Kvalitetsleder
- HMS-avdelingen

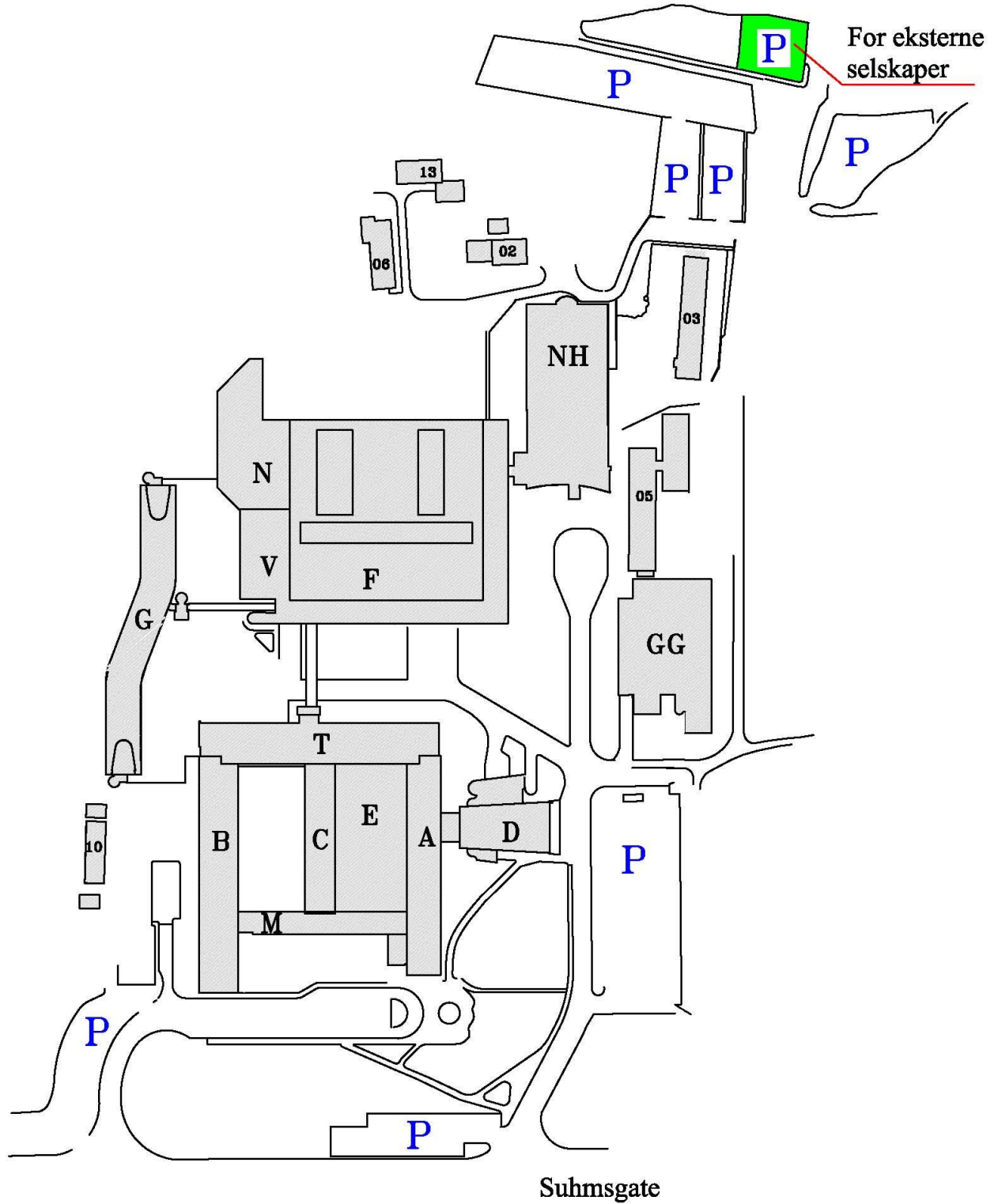


Hovedverneombud

Andre: _____

PARKERING NRK

Blindernveien



TELEFONLISTE

Nødnummer (hele døgnet):

Brann **110**

Politi **112**

Ambulanse **113**

NRKs alarmtelefon **23 04 90 90**

Maskinvakten **23 04 83 90 / 918 39 236**

<u>Andre</u>	<u>(internnr)</u>
--------------	-------------------

NRK sentralbord	23 04 70 00
-----------------	--------------------

Resepsjon Radio	23 04 83 92
-----------------	--------------------

Resepsjon TV (Døgnbemannet)	23 04 89 92
-----------------------------	--------------------

Eiendom, Drift og vedlikehold	23 04 83 07
-------------------------------	--------------------

Gruppeleder bygg	23 04 64 06
------------------	--------------------

Gruppeleder VVS	23 04 51 21
-----------------	--------------------

Gruppeleder elektro	23 04 93 13
---------------------	--------------------

Byggservice	23 04 83 97
-------------	--------------------



HMS-ansvarlig

23 04 **88 20**

Hovedverneombud NRK

23 04 **74 00**

Prosjektleder NRK

.....