

Eidsiva.

HMS – håndbok

2023



Innhold

Introduksjon	3
Vi må alle bry oss	4
Kjenn din rolle og ditt ansvar	4
Livreddende regler – grunnleggende HMS	5
Planlegging og proaktive HMS-aktiviteter	7
Sikkerhet	9
Miljø	12
Helse og arbeidsmiljø	13
Uønskede hendelser	14
Beredskap	15
Viktige telefonnummer	15

Introduksjon

I Eidsiva-konsernet skal sikkerheten til våre medarbeidere alltid komme først, og HMS-arbeidet skal være en integrert del av det daglige arbeidet. Eidsiva-konsernet skal ha et sikkert og helsefremmende arbeidsmiljø hvor alle skal trives på jobb og komme trygt hjem. Vår visjon er null arbeidsrelatert sykefravær, null skader, og null ulykker eller tap. Denne HMS-håndboken er for ansatte i Eidsiva-konsernet, innleide og leverandører.

For å nå målet om at alle skal trygt hjem, må vi huske på at vi alltid har tid til å gjøre arbeidet sikkert. Ingen jobb er så viktig at den må gjennomføres med fare for liv og helse. Vi er sammen om trivsel og sikkerhet. Det handler om at hver enkelt har en sikker adferd, og at vi bryr oss om egen og andres sikkerhet og velvære. I Eidsiva-konsernet snur vi ikke ryggen til farlige forhold.

Bry deg – si ifra!

Vi må alle bry oss

Å bry seg om hverandre og miljøet hjelper oss også med å omfavne hele HMS-arbeidet til å handle om så mye mer enn bare tradisjonell sikkerhet. Vi ønsker å styrke medarbeiderskapet, og spiller på omsorg for hverandre og tredjepart for å forebygge skader og bidra til at alle trives på jobb. Gjennom å øke bevisstheten på hvert enkelt sitt handlingsrom og mulighet til å påvirke arbeidsmiljøet, har vi styrket omsorgen og forventningene til hverandre. Det er avgjørende at lederne går foran som gode rollemodeller.

Kjenn din rolle og ditt ansvar

Innen HMS-området har du et særskilt ansvar for følgende når du arbeider for Eidsiva-konsernet:

- Kjenne og følge gjeldende HMS-krav og instruksjoner
- Bry deg – ikke snu ryggen til farlige forhold!
- Bruke korrekt sikkerhets- og verneutstyr
- Planlegge arbeidet skikkelig og starte arbeid kun når risikoen er akseptabel
- Ta deg tid til å utføre alt arbeid på en sikker måte – stopp og tenk hvis forutsetningene endrer seg
- Sørge for en ryddig arbeidsplass
- Bidra aktivt til et godt samarbeid mellom ledelse og ansatte om et godt arbeidsmiljø
- Vit hva du skal gjøre i en nødsituasjon
- Bidra til læring ved å rapportere uønskede hendelser
- Bidra aktivt til, og promotere en god HMS-kultur basert på Eidsiva-konsernet sine verdier: Åpen, skikkelig og djerv.
- Meld ifra hvis du blir skadet eller syk



Livreddende regler – grunnleggende HMS

I Eidsiva-konsernet har vi ti livreddende regler som skal hjelpe deg å gjenkjenne situasjoner med høy risiko, slik at du kan gjøre nødvendige tiltak før du fortsetter arbeidet. Det er forventet at du som ansatt, innleid eller leverandør skal kjenne reglene, vite hva de innebærer og følge dem.

1. Jeg bryr meg om egen og andres sikkerhet og velvære.

Jeg viser omtanke ved å:

- o Ta ansvar for at jeg og mine kolleger etterlever de livreddende reglene.
- o Si ifra til vedkommende dersom jeg observerer regelbrudd.
- o Takke dersom noen gjør meg oppmerksom på regelbrudd.



2. Jeg bruker alltid sikkerhetsbelte, håndfritt utstyr og kjører etter forholdene.

Vi skal ta hensyn til sikkerhet i bil, og opptre etter veitrafikkloven. Det er viktig at du gjør deg kjent med bilen og kontrollerer at den er i forsvarlig stand før du kjører.

Alle ansatte, som ferdes i trafikken på vegne av Eidsiva-konsernet skal være gode forbilder og på den måten bidra til økt trafiksikkerhet for seg selv og andre.

3. Jeg er alltid rusfri på arbeid.

Det er selvsagt forbudt å møte på arbeid under påvirkning av slike stoffer. Forseelser av denne art medfører øyeblikkelig bortvisning fra arbeidsplassen. Dersom du eller noen andre sliter med rusproblemer, skal det tas grep ved at du melder ifra, eller andre kolleger gjør det på en respektfull måte. Vær bevisst på, og ta hensyn til, din tilstand og dagsform med hensyn til din egen og kollegers sikkerhet (ved for eksempel bruk av medisiner, når du er syk, trett, stresset osv.).

Ser du noen som er, eller du mistenker at de er, påvirket av rusmidler, eller sliter på andre måter, skal dette meldes til enten nærmeste leder, verneombud eller Eidsiva-konsernets AKAN-kontakt.

4. Jeg er alltid sikret ved arbeid over to meters høyde.

Du bruker alltid godkjent personlig fallsikring og sikkert festepunkt ved arbeid over to meter (målt fra skosålen og ned). Sørg først for deg selv, deretter andre du jobber med. Ved arbeid over to meter uten kollektive fallsikringsanordninger, er det krav til bruk av avstandsbegrensning eller fallsikringsutstyr.

5. Jeg bruker alltid påkrevd verneutstyr og riktig verktøy for arbeidet.

Påse at alt utstyr er i forsvarlig stand. Det er viktig å gjøre seg kjent med Eidsiva-konsernets og/eller arbeidsgivers instruks for korrekt bekledning, noe arbeid kan kreve ekstra utstyr.

6. Jeg forsikrer meg alltid om at energikilder er påviste, kontrollerte, frakoblet og sikret mot innkobling.

Store energier kan føre til alvorlige skader dersom de ikke håndteres på korrekt måte. Sjekk derfor alltid dette før arbeidet begynner.

7. Jeg forsikrer meg alltid om at det er synlig avsperring, eller avskjerming, ved arbeid nær anlegg med risiko for kontakt med stor energi.

Sørg for tydelig avsperring/merking av arbeidsområdet. Merking er ikke et krav, men et godt tiltak for synliggjøring. Respekter sperringer. De er der for en grunn!

8. Jeg forsikrer meg alltid om at det er etablert tiltak som forhindrer at utstyr eller personell kommer innenfor fastsatt risikoavstand.

Nettselskapet skal varsles på forhånd for befaring og avtale om aktuelle sikkerhetstiltak hvis du arbeider nærmere enn 30 meter fra høyspentlinjer. Avtalen gir nærmeste tillatte posisjon for mennesker, materiell, utstyr og maskiner, og eventuelt andre tiltak på arbeidsstedet.

9. Jeg overholder alltid maskiners sikkerhetssone.

Alle maskiner har blindsoner. Jo større maskinene er, jo større er blindsonen. Sørg for at du alltid oppholder deg utenfor blindsonene. Gjør deg synlig og søk øyekontakt med maskinfører. Overhold alltid, og gjør deg kjent med, de sikkerhetsavstander som er satt opp.

10. Jeg går aldri under hengende last.

Vær alltid oppmerksom på at det kan falle utstyr fra høyder når det foregår løfteoperasjoner. Hold avstand og respekter avsperringer. Vær synlig for de som foretar løfteoperasjoner.



Planlegging og proaktive HMS-aktiviteter

For å sikre et trygt og godt arbeidsmiljø på bygge- eller anleggsplassen er det viktig med forebyggende tiltak, og at alle aktører tar ansvar. Alt arbeid skal ha en overordnet skriftlig risikovurdering med nødvendige tiltak.

Før oppstart av arbeid skal du sørge for at forutsetningene for å kunne gjøre en sikker og effektiv jobb er på plass. Planlegg derfor arbeidet godt og etabler nødvendige barrierer for å kontrollere farene, som f.eks. rekkverk, sperringer, opplæring, bruk av lift, endring på rekkefølgen til aktiviteter, med mer. Arbeid skal ikke startes før nødvendige barrierer er på plass.

Alle arbeidstakere på anlegget skal ha nødvendig kompetanse, sertifikater og/eller kursbevis for maskiner og utstyr som skal benyttes.

Tenk også på dette før arbeidet starter (Ta 2):

- Kjenner alle sine arbeidsoppgaver, og er alle klare for jobben?
- Er arbeidsstedet ryddig, og er maskiner og utstyr godkjent og klart til bruk?

Ta 2 er en stopp for å tenke gjennom to viktige spørsmål før utførelse av arbeid utover enkle rutinemessige oppgaver. Målet er å "nullstille" før oppstart. Hvis du avdekker risikoforhold, skal strakstiltak gjennomføres.

Sikker jobbanalyse (SJA)

Sikker jobbanalyse er en systematisk gjennomgang og vurdering av farlige forhold i forkant av aktiviteter der det kan oppstå farlige situasjoner, og for å gjennomføre risikoreducerende tiltak.

SJA skal gjennomføres hvis det foreligger, eller kan oppstå farer, og der disse farene ikke er tilstrekkelig kontrollert gjennom gjeldende arbeidsbeskrivelser og planer. SJA skal også gjennomføres ved usikkerhet eller tvil om risikoforhold, eller om en i arbeidslaget ønsker det.

SJA skal også benyttes hvis slike farer avdekkes underveis i aktiviteten, eller om det er særskilt krav om bruk av SJA i forskrift eller arbeidsbeskrivelse. SJA er også et verktøy for å sikre at tiltak som tidligere er avtalt, faktisk blir gjennomført.

SJA gjennomføres som et møte der alle som er en del av arbeidsoppgaven deltar. SJA skal alltid dokumenteres.

Rett i forkant av arbeidet skal det gjennomføres en visuell sjekk for å sjekke at alt er klart – ta ett minutt (Ta 1). Her er det ikke krav om dokumentasjon, men sjekken skal blant annet inneholde kameratsjekk, at sikkerhetstiltakene er etablert, og at personlig verneutstyr er klart for bruk. Husk også å ta ett minutt for sjekk av status underveis og en sjekk av sikkerhetsmessige forhold etter avslutning av arbeidet.

HMS-samtaler

HMS-samtaler er et viktig verktøy for et godt HMS-lederskap, og bidrar til å gjøre HMS til en naturlig del av arbeidskulturen. HMS-samtalen er et kommunikasjonsverktøy mellom ledere og medarbeidere. I samtalen skal risikomomenter ved arbeidsoppgaven og mulige skadeforebyggende tiltak diskuteres. Ledere i Eidsiva skal gjennomføre HMS-samtaler etter konsernets føringer.

Observasjoner

Alle arbeidstakere oppfordres til å melde inn observasjoner (uønskede hendelser, HMS-forbedringsforslag og positive observasjoner). Alle observasjoner skal systematisk følges opp via selskapenes HMS-forbedringssystemer.

Vernerunder

Vernerunder er en sentral aktivitet for å kontinuerlig avdekke feil og mangler i arbeidsmiljøet og for å sørge for at disse blir utbedret. Leder for driftsområde og prosjektleder i prosjekter er ansvarlig for at vernerunder blir gjennomført. Verneombud og HMS-fagansvarlig skal inviteres med på vernerunder.

Etablerte sjekklister skal benyttes for vernerunder, og uønskede hendelser skal følges opp og lukkes i Eidsiva-konsernets HMS-forbedringssystem (EQS).

Samordning

Når flere virksomheter utfører arbeid samtidig på samme arbeidsplass og utgjør en arbeidsmiljørisiko for hverandre, skal hovedbedrift samordne arbeidet med HMS på arbeidsplassen. Samordningen omfatter blant annet ansvaret for å informere hverandre om aktiviteter som kan påvirke hverandre, gjennomføre felles vernerunder, sørge for at felles utstyr er klart til bruk, sørge for felles rutiner for rapportering av uønskede hendelser etc.

Sikkerhet

Adgang og opphold på Eidsiva-konsernets anlegg

Før du kan starte arbeidet må du gjennomføre en sikkerhetsintroduksjon for å gjøre deg kjent med krav, planer og retningslinjer for HMS. Leverandører skal i tillegg ha gjennomført sikkerhetsintroduksjonen ([e-læring](#)) før oppstart av arbeid. Du skal kjenne til risikoer, sikkerhetstiltak og andre forhold på anleggsplassen.

Gyldig adgangstillatelse til høyspenningsanlegg

Det kreves adgangstillatelse (sikkerhetskort) for alle som skal ha selvstendig adgang til høyspenningsanlegg. Personer som ikke har selvstendig adgang, må ha godkjent midlertidig adgangstillatelse med ledsager. Elvias Driftlederinstruks skal følges ved arbeid på eller nær ved høyspenningsanlegg.

Gyldig HMS-kort for bygg- og anlegg

Alle som arbeider med bygg- og anlegg, skal ha et gyldig HMS-kort. Bevis på at HMS-kort er under bestilling kan aksepteres.

Personlig verneutstyr

Personlig verneutstyr skal alltid brukes ute på anlegg, nettanlegg eller byggeplass. Dette gjelder også ved befaringer og inspeksjoner, og omfatter alle ansatte og eksterne. Normal arbeidsbekledning skal bestå av:

- Flammehemmende langermet ytterbekledning med synbarhet klasse 3 (lang bukse og jakke/genser med lange ermer). For ansatte og leverandører innen elektrofag skal ytterbekledningen også være lysbuesikker.
- Innerbekledning skal være flammehemmende for operativt personell.
- Vernesko sommer/vinter. Vernesko skal ha fast hælkappe, og ved ferdsel i ulendt terreng og ute i mark skal sko som dekker ankelkul benyttes.
- Hjelm med hakestropp. Ved arbeid i høyden eller annet arbeid med fare for fall til lavere nivå skal hakestroppen brukes, ved annet arbeid vurderes bruk av hakestroppen ut ifra risiko.
- Øyevern og arbeidshansker skal være tilgjengelig på kropp/hjelm for operativt personell
- Lommelykt/hjelmlykt skal være lett tilgjengelig for operativt personell

Verneutstyr utover normal arbeidsbekledning skal alltid benyttes i arbeidsoperasjoner der det er risiko for skade på liv og helse, eller der det er beskrevet i instruks. Avvik fra normal arbeidsbekledning for operativt personell kan godkjennes basert på vurdert risiko dokumentert skriftlig i SJA. Ved langvarig og/eller systematisk avvik skal dette avklares og godkjennes av ansvarlig leder eller aktuell prosjektleder. Dette skal være dokumentert.

Jakke med synbarhet klasse 3, hjelm med hakestropp og vernesko skal som minimum benyttes av besøkende hvis disse i regi av Eidsiva er ute på anlegg, nettanlegg eller byggeplass. Med besøkende mener vi eksterne personer som ikke utfører et arbeid.

Firmanavn eller annet tegn på tilhørighet skal være synlig. Avvik fra gjeldende krav skal dokumenteres i risikovurdering og/eller instruks/arbeidsbeskrivelse.

Dokumentasjon og aktuelle sertifikater

Maskiner, verktøy og utstyr skal være CE-merket og kontrollert. Dokumentasjon på godkjente maskiner og utstyr, og periodisk kontroll, skal være tilgjengelig på anleggsstedet.

Dokumentert og sertifisert opplæring

Riktig opplæring bidrar til at vi unngår ulykker, skader og sykdom. Det er tre ulike nivåer av krav til opplæring:

1. Dokumentert opplæring - sikkerhetsopplæring på arbeidsutstyr som krever særlig forsiktighet ved bruk, gitt av arbeidsgiver eller andre som er kompetent til det.
2. Sertifisert sikkerhetsopplæring - opplæring for visse typer arbeidsutstyr gitt av sertifisert personell.
3. Utstyrsspesifikk opplæring - opplæring av det spesifikke arbeidsutstyret som skal brukes gitt av arbeidsgiver eller andre som er kompetent til det.

For dokumentert, sertifisert og utstyrsspesifikk opplæring skal det til enhver tid kunne fremlegges dokumentasjon på anleggsstedet.

Viktig informasjon på anlegget

Alle som arbeider eller besøker Eidsiva-konsernets anlegg får informasjon ved ankomst om lokale forhold og farer, samt rutiner og tiltak for å redusere risiko. Besøkende som ikke er ansatt i Eidsiva-konsernet, og/eller ikke er en del av arbeidet som pågår, skal alltid følges av en medarbeider som er kjent. Viktig informasjon ved ankomst er hvordan vi skal ferdes på anlegget, og hva vi skal gjøre hvis ulykke eller brann inntreffer.

Det finnes varslings- og beredskapsplaner for hvert anlegg. I tillegg er det overordnede varslingsplaner som gjelder for hele organisasjonen. Disse planene beskriver hvordan du gjennomfører varsling og håndtering av uønskede hendelser.

I forkant av arbeid skal du alltid få en sikkerhetsintroduksjon. Dette får du vanligvis ved gjennomgang i et oppstartsmøte eller tilsvarende. I prosjekter skal alle ha en gjennomgang av prosjektets plan for sikkerhet, helse og arbeidsmiljø (SHA-plan) før igangsetting av arbeid.

Det er viktig at leverandører etterlever regler og planer gjeldende for prosjektet/anlegget i tillegg til internkontrollsystemet/HMS-planen i eget selskap.

Sikre arbeidsplassen

Hver arbeidsgiver er ansvarlig for å sikre eget anlegg/arbeidsplass. Ved behov skal det settes opp sperringer rundt området der arbeidet foregår. Eidsiva-konsernet har det overordnede ansvaret som byggherre og må påse at dette blir etterlevd.



Miljø

Orden og renhold

Alle som arbeider for Eidsiva-konsernet, skal være minst mulig til belastning for omgivelsene. Du må derfor minimere rot, støy, støv og rystelser. Du er Eidsiva-konsernets ansikt utad – ta derfor hensyn til miljøet rundt deg.

En ryddig og ren arbeidsplass legger til rette for sikkert og effektivt arbeid. Rømningsveier skal ikke blokkeres av verktøy eller annet utstyr. Du har et ansvar for å holde arbeidsplassen din ren og ryddig, enten det er på kontor eller på bygge- og anleggsplassen.

Ytre miljø – forurensing og kjemikalier

Eidsiva-konsernet skal forebygge forurensing og verne miljøet. Hver enkelt har ansvar for å medvirke i miljøarbeidet.

- o Avfallshåndteringen må planlegges slik at miljøbelastning minimeres
- o Det skal etableres tiltak for å forhindre utilsiktet utslipp til luft, vann og jord
- o Det skal planlegges for at støvplager fra vår virksomhet begrenses ved bruk av moderne metoder og maskiner, og ved å planlegge arbeidet slik at støyende aktiviteter i størst mulig grad kan gjennomføres på dagtid.
- o Ved risiko for høy konsentrasjon av støv i luften skal det etableres tiltak for å unngå eller redusere støvplager.
- o Hvis det er mistanke om funn av kulturminner eller rødlistede planter, organismer eller dyr skal pågående arbeid stanses og relevant myndighet varsles.

Kjemiske stoffer kan utgjøre en fare for mennesker og miljø dersom de ikke behandles på riktig måte.

- o Det skal finnes godkjente datablad for alle kjemikalier som benyttes.
- o Du må vite hvilket verneutstyr som er tilgjengelig og skal brukes, og hva du gjør ved uønsket personlig eksponering eller søl av kjemikalier.
- o Du skal vite hvordan avfallet håndteres og hvordan kjemikaliene oppbevares.

Informasjon om riktig håndtering finner du i sikkerhetsdatabladet som ligger i stoffkartoteket. Gjør deg kjent med sikkerhetsdatabladet og hvordan du finner det.

Helse og arbeidsmiljø

Støyende arbeider

Unngå å jobbe nær støykilder hvis det er mulig. Dersom du driver med støyende arbeid, eller oppholder deg i områder hvor det er mye støy, skal du bruke hørselvern.

Belastningsskader og vibrasjon

Noen arbeidsoppgaver kan føre til at du pådrar deg en skade eller utvikler sykdom over tid. For å unngå slike belastningsskader, er det viktig at arbeidet er organisert godt, og at du bruker ulike hjelpemidler du har til rådighet.

Kjemisk, fysisk og biologisk eksponering

Kjemikaliene du jobber med må håndteres på riktig måte. Du må vite hvordan du beskytter deg mot eksponering og hva du skal gjøre om du søler kjemikalier på deg. Pass på å bruke rett verneutstyr som oppgitt i sikkerhetsdatabladet.

Arbeidsmiljø

Et godt arbeidsmiljø bidrar til å skape en trygg arbeidsplass. Vær bevisst din egen påvirkningskraft. Du har både ansvar og mulighet til å bidra positivt til en god arbeidsdag for alle. Bidra til en god dialog og bry deg om din egen og andres sikkerhet og velvære.



Uønskede hendelser

HMS-arbeidet skal kjennetegnes av åpenhet og tillit. Din kunnskap og erfaring om farlige forhold gir oss læring om farlige forhold og forebyggende tiltak. Ved å varsle og rapportere bidrar du til læring og økt trygghet på arbeidsplassen.

Skader som fører til fravær, medisinsk behandling eller omplassering, og nestenulykker med høyt skadepotensiale skal varsles umiddelbart i henhold til Oppdragsgivers varslingsplan. Leverandører må selv melde personskader til Arbeidstilsyn, politi og NAV. Ansatte i Eidsiva-konsernet skal registrere uønskede hendelser i HMS-forbedringssystemet (EQS). Leverandører skal som minimum registrere H1/H2-skader og nestenulykker/farlige forhold med høyt skadepotensiale i EQS ([lenke til EQS for eksterne](#)). Hendelser skal registreres snarest i EQS og senest innen 24 timer.

Alternativt arbeid

I arbeid for Eidsiva-konsernet søker vi å tilrettelegge for alternativt arbeid dersom det er helsemessig forsvarlig og arbeidstaker kan tilby meningsfulle oppgaver. Det skal være etablert rutiner og planer for alternativt arbeid.

Beredskap

Alle alvorlige ulykker eller hendelser skal håndteres på en god og effektiv måte i Eidsiva-konsernet. Det er derfor viktig å være forberedt på hvordan en slik hendelse skal håndteres.

Kjenn ditt ansvar, og vit hvor du finner nødvendig utstyr dersom det skulle være behov for det. Denne kjennskapen sikrer at omfanget av skader og tap reduseres mest mulig etter en alvorlig hendelse. Gjør deg godt kjent med:

- o Riggplaner
- o Beredskaps- og varslingsplaner
- o Rømningsplaner

Livreddende førstehjelp

Ved ulykker skal følgende gjøres:

- o Sikre skadested og gi nødvendig førstehjelp.
- o Tilkall hjelp, ved personskader ring 113.
- o Ta vare på skadede personer inntil hjelpen kommer.
- o Varsle uønskede hendelser i henhold til varslingsplanen.

Hvis du er det minste i tvil om den bevisstløse puster normalt, skal du varsle 113 og starte hjerte-lungeredning (HLR) umiddelbart.

Ved behov for HLR:

30 kompresjoner og to innblåsing, repeter til hjelpen kommer.

Viktige telefonnummer

Ved varsling av alvorlige ulykker internt i Eidsiva-konsernet skal følgende telefonnummer benyttes:

- o Driftssentral Eidsiva Bioenergi: 48 11 55 00



Eidsiva.

Postboks 4100
2307 Hamar

eidsiva.no