

Nom Acció (*) A DEFINIR PER L'ENTITAT	PRL SECTOR METALL I TREBALLS EN ALÇADA
UNITAT COMPETÈNCIA (UC) RELACIONADA	MRR_SEAD_UC0409_362 Avaluar i controlar els riscos derivats de les condicions de seguretat
c.1) OBJECTIUS (*)	<p>OBJECTIUS GENERALS: Identificar, analitzar i verificar els riscos i les accions preventives en el propi lloc de treball i el seu entorn Treballar en condicions de seguretat en alçada</p> <p>OBJECTIUS ESPECÍFICS: Utilitzar de manera segura els diferents dispositius de treball en alçada. Conèixer la normativa existent pel que fa al treball en altura dins l'àmbit laboral, així com a drets i obligacions. Evitar de forma pràctiques els vicis i errors més comuns en treballs en alçada. Conscienciació del risc intrínsec que suposa el treball en altura sense observar les normes de seguretat. Situar la normativa referent a riscos i mesures preventives al lloc de treball Descriure procediments i processos a seguir en matèria de riscos laborals Sensibilitzar-se per la prevenció de riscos laborals</p>
c.2) CONTINGUTS (**)	<ul style="list-style-type: none"> • Conèixer quins son els diferents tipus de riscos que hi ha en un lloc de treball i el seu entorn i quines són les mesures preventives que es poden assumir per a evitar-los. (6 hores) Riscos i mesures preventives; Coneixement de l' entorn del lloc de treball. Planificació de les tasques des d' un punt de vista preventiu; Emmagatzematge i abassegament de material; Manipulació de productes químics. Fitxa de dades de seguretat. Simbologia; Ordre i neteja; Senyalització. Trànsit pel centre de treball. • Marc normatiu general i específic en prevenció de riscos. Drets i obligacions del treballador. (3 hores) Com s'organitza la prevenció al lloc de treball. Presa de consciència sobre la importància en prevenció de riscos laborals. Participació, informació, consulta i propostes. • Seguretat viària. Primers auxilis i mesures d'emergència. Coneixements específics bàsics. (3 hores) • Descripció dels procediments i processos segurs del treball i tècniques preventives específiques del lloc de treball. (8 hores) Aplicació del pla de seguretat i salut en la tasca concreta; Avaluació i informació específica de riscos i mesures preventives; Proteccions col·lectives i individuals; Mitjans auxiliars, equips i eines i els riscos que se'n deriven del seu ús. Caigudes i cops; Regs derivats de la manipulació manual de càrregues, d'eines manuals, riscos posturals, Moviments repetitius. Sobreexforços. Contactes tèrmics. Exposició a sorolls. Exposició a vibracions. Fatiga mental. • PRINCIPALS RISCOS EN ELS TREBALLS EN ALÇADA. 1h • EQUIPS I MATERIALS EN ELS TREBALLS EN ALÇADA. 1h • MANTENIMENT DELS EQUIPS. 1h • PROCEDIMENTS DE TREBALLS SEGURS: 2H <ul style="list-style-type: none"> ○ TREBALLS SOBRE COBERTES. ○ TREBALLS EN ANDAMIS. ○ TREBALLS EN ESCALES. ○ PLA DE RESCATAMENT. ○ PRIMERS AUXILIS.

	<ul style="list-style-type: none"> • EXERCICIS I PART PRÀCTICA EN ELS TREBALLS EN ALÇADA. 4H <ul style="list-style-type: none"> ○ COL·LOCACIÓ CORRECTA DE L'ARNÈS DE SEGURETAT I LA SEVA UTILITZACIÓ. INTRODUCCIÓ AL MATERIAL TÈCNIC. ○ UTILITZACIÓ I EXERCICIS PRÀCTICS AMB ARNESOS DE SEGURETAT I LÍNIES DE SUBJECCIÓ. ○ MUNTATGE I DESMUNTATGE DE LÍNIES DE VIDA TEMPORALS VERTICALS I HORIZONTALS. ○ ASCENS I DESCENS A COBERTA. ○ TREBALLS EN CONDICIONS SEGURES EN COBERTES, ESCALES MANUALS I ANDAMIS.
Continguts sostenibilitat o economia verda (***)	Accions preventives sostenibles en el lloc de treball, estalvi en gestió de recursos. (1 hores)
DURADA (HORES)	30