

A photograph of two railway workers in bright orange safety suits and hard hats working on a railway track. One worker in the foreground is using a tool on the tracks, while another worker stands in the background. The scene is outdoors with green foliage in the background. A large red semi-transparent banner is overlaid on the bottom left of the image.

# Eu protejo-me!

Segurança na zona dos carris.

## Segurança acima de tudo.

A segurança diz respeito a todos, quer trabalhemos em zonas de carris ou nos escritórios. Os trabalhadores dão um contributo para a segurança aplicando, a cem por cento, as medidas de segurança e comunicando situações perigosas à respectiva equipa e superiores. Os superiores, por sua vez, devem exigir comportamentos conscientes e contribuir para uma cultura de segurança efectiva através de auditorias regulares. Além disso, assumem o papel de modelos nas visitas às obras, utilizando o equipamento de segurança pessoal e comportando-se em conformidade com as regras.

Após verificar que o número de acidentes de trabalho em zonas de carris têm vindo a diminuir desde há alguns anos, mas tal não é motivo para descurar os nossos esforços no âmbito da segurança. O objectivo da SBB para todos os trabalhadores em zonas de carris é claro e ambicioso: continuar a diminuir o número de acidentes de trabalho.

Nas páginas seguintes, encontram-se as regras de segurança aplicáveis em trabalhos em zonas de carris. Cumpra sempre estas regras, pela sua e nossa segurança!



Philippe Gauderon  
Director da SBB Infrastruktur

## Vamos apresentar-nos.



### ← Director de segurança

Sou responsável pela estipulação das medidas de segurança.



### ← Chefe de segurança

Sou responsável pela aplicação das medidas de segurança.



### ← Controlador de segurança

Sou responsável pela protecção do pessoal contra os perigos existentes no trabalho em carris.



### ← Chefe de trabalho

Sou responsável pela execução profissional do trabalho.



*Equipamento geral de advertência e protecção.*

→ Eu e os meus colegas protegemo-nos através do cumprimento das medidas de segurança estipuladas.

→ Quando estou no trabalho ou em zonas de carris, observo as normas sobre equipamentos de advertência e protecção.

→ Quando desempenho actividades especiais, utilizo o equipamento de protecção adicional necessário!



*Comportamento em zonas de carris.*

→ Não permanecer em zonas de carris sem a devida autorização.

→ Só trabalhamos em zonas de carris com medidas de segurança estabelecidas.



### Comportamento na Zona de segurança.

- Conheço a minha Zona de segurança.
- Se sou surpreendido e não tenho possibilidade de chegar à Zona de segurança deito-me com a cabeça ao lado dos carris e na direcção contrária à do comboio.



### Comportamento na Zona de segurança.

- Quando um comboio se aproxima, paramos e ficamos a observá-lo. Com um gesto da mão, indicamos ao maquinista que o vimos.



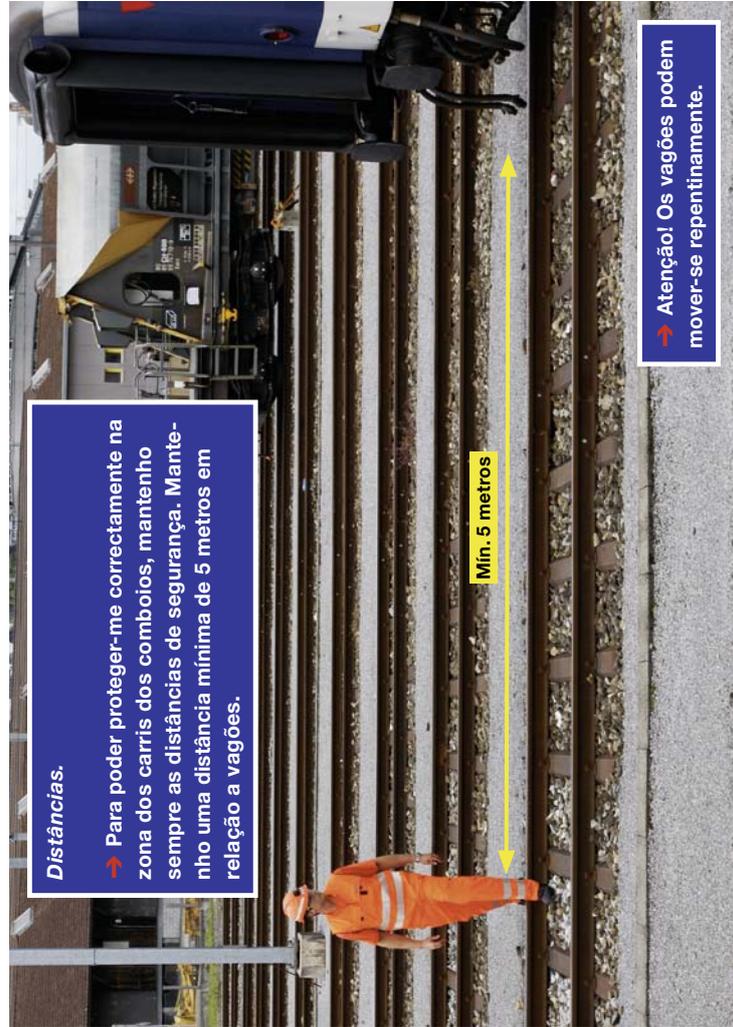


*Perigo de ficar preso.*

→ Não coloco o pé nem as mãos entre a Língua dos carris. A pressão é superior a 300 kg.

*Perigo de escorregar.*

→ Ao atravessar os carris, não piso carris nem travessas.



*Distâncias.*

→ Para poder proteger-me correctamente na zona dos carris dos comboios, mantenho sempre as distâncias de segurança. Mantenho uma distância mínima de 5 metros em relação a vagões.

Min. 5 metros

→ **Atenção!** Os vagões podem mover-se repentinamente.

## Sinais de alarme.

### Comportamento.

#### Sinal de alarme 1: ■■■

O pessoal deve interromper o trabalho na zona em causa e deslocar-se para o carril fechado.

#### Sinal de alarme 2: ■■■■

O pessoal deve desocupar todos os carris e deslocar-se para a Zona de segurança definido.

#### Sinal de perigo: ■■■■■

O pessoal deve abandonar imediatamente todos os carris.



Alarmamos os locais de trabalho por meio de sinais sonoros e/ou visuais.

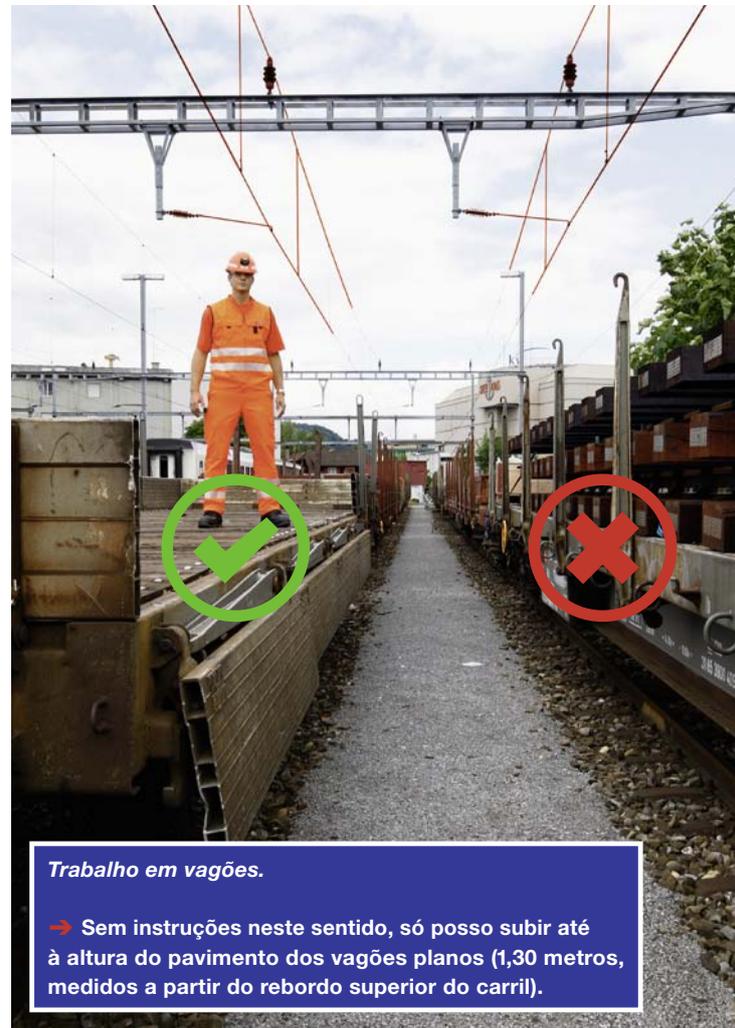


### Perigos de alta tensão.

→ Devo contar sempre que a catenária e os seus componentes (de cor vermelha) podem estar sob tensão. Sei que a minha aproximação, mesmo com objectos, implica um perigo mortal.

### Trabalho com máquinas.

→ Sempre que haja a possibilidade de não se poder cumprir a distância de 5 metros entre as máquinas e os componentes sob tensão, é necessário estipular medidas de segurança especiais.



### Trabalho em vagões.

→ Sem instruções neste sentido, só posso subir até à altura do pavimento dos vagões planos (1,30 metros, medidos a partir do rebordo superior do carril).



*Outras normas de segurança.*

→ Deço sempre do lado da Zone de segurança e de costas. É proibido saltar dos vagões, tanto para subir como para descer!



*Outras normas de segurança.*

→ Durante o trabalho e nos intervalos, não bebemos álcool nem consumimos drogas.

→ No início do trabalho, devem registrar-se 0.00‰.



→ Só realizo actividades que me distraiam na Zona de segurança.



→ Cumprimos as regras de segurança para terminar o dia de trabalho com saúde.

**SBB**

**Infrastruktur Risiko, Sicherheit, Qualität, Umwelt**

**Brückfeldstrasse 16**

**3000 Bern 65**

**Bestellungen per E-Mail an:**

**[xbe007@sbb.ch](mailto:xbe007@sbb.ch)**

Maio 2012