

עשה ✓

- ✓ בדקו את הסולם לפני כל שימוש ואחריו.
- ✓ דאגו להשיג עזרה בעת טיפול בסולם כבד או ארוך.
- ✓ קישרו את חלקו העליון של הסולם לנקודת ההשענה בכל מיקרה שהדבר אפשרי, ואבטחו את חלקו התחתון, למניעת החלקה.
- ✓ בעת שימוש בסולם בכניסה או במעבר - הציבו מחסומים וסימוני אזהרה.
- ✓ לפני טיפוס על סולם- נקו סוליות נעליים. הימנעו מטיפוס על הסולם כאשר סוליות הנעלים רטובות. הקפידו שהנעליים תהיינה במצב טוב.
- ✓ בעת עלייה או ירידה מסולם, ובעת עבודה עליו- עימדו כשפניכם אל הסולם.
- ✓ עימדו על הסולם כשמשקל גופכם ממורכז בין הזקיפים (הקורות החיצוניות).
- ✓ הקפידו על מילוי דרישות התקנות והתקנים (ת"י 1847) בכל הנוגע למידותיו של הסולם.
- ✓ הציבו את רגלי הסולם במרחק מבסיס המבנה השווה ל-1/4 עד 1/2 מגובה נקודת המשען של הסולם. (ראה תמונה מטה)
- ✓ ראש הסולם צריך להזדקר לגובה של 1 מטר מעל למשטח שעליו הוא מושען, כאשר לא קיימת שם משענת-יד לאחיזה.
- ✓ מקמו את הסולם על קרקע מוצקה. ודאו שהוא מצויד ברגליות מונעות החלקה או במעצורי בטיחות. במקרה ותנאים אלו לא מתקיימים, דאגו שמישהו יחזיק את הסולם.
- ✓ השעינו את קצה העליון של זקיפי הסולם על התמיכה העליונה, ונקטו בכל האמצעים למניעת החלקה של הסולם.



אל תעשה ✗

- ✗ אל תשתמשו בסולם במצב אופקי כפיגום, כמעקה או כמסלול להליכה.
- ✗ אל תישאו חפצים בידיים כאשר אתם ניצבים על הסולם. הרימו את החומרים למעלה באמצעות חבל, או חברו את הכלים הנחוצים לחגורה.
- ✗ אל תתייצבו על אחד מ-3 השלבים העליונים של הסולם, כאשר אין משענת-יד לאחיזה עד לגובה של 1 מטר מעל לשלב העליון.
- ✗ אל תשתמשו באילתורים, כמו כיסא, חבית או ארגז, לתמיכת הסולם.
- ✗ אל תשתמשו בסולם נייד כאשר קיים במקום מיתקן מועדף, כגון: מדרגות קבועות או פיגום.
- ✗ אל תשתמשו בסולם פגום. תקנו את הסולם או הרחיקו/פרקו/השמידו אותו.



עשה ✓

- ✓ לפני הצבת סולם- בדקו האם עוברים באזור כבלי חשמל עיליים.
- ✓ נקו את השטח סביב בסיס הסולם וסביב קצהו העליון משאריות של חומרים, מכלים ומחפצים אחרים.
- ✓ כאשר אתם עובדים בסולם שגובהו יותר מ-4.5 מטר מהקרקע, או כאשר שתי ידיכם תפוסות ה- השתמשו בציוד מגן אישי (רתמות וחבלי קשירה) למניעת נפילה.
- ✓ על סולם בודד מותר שיימצא רק אדם אחד. על סולם כפול מותר שיהיו 2 אנשים- אחד בכל צד של הסולם.
- ✓ במהלך טיפוס על סולם- שימרו, בכל עת, על 3 נקודות מגע עם הסולם, בהצמדה לסולם של שתי הידיים ורגל אחת, או שתי רגליים ויד אחת.
- ✓ בעת טיפוס על סולם- עדיף לאחוז בשלבים ולא בזקיפים. במקרה שהרגל מחליקה על שלב בסולם, קל יותר להיאחז בשלבים מאשר לתפוס את הזקיפים.
- ✓ ודאו שהציוד החשמלי, המשמש במהלך העבודה על סולם, הוא תקני ובמצב תקין.
- ✓ נעלו נעלי בטיחות עם סוליות ועקבים מונעי החלקה.
- ✓ נוחו לעיתים קרובות- כדי שלא להתעייף ולהימנע מסחרחורת ומחוסר התמצאות במרחב, בעיקר כאשר ביצוע העבודה הנדרשת הוא מעל לגובה הראש.
- ✓ אם אתם חשים סחרחורת או נתקפים בפחד- תלו את הזרועות ברפיון מעל לאחד משלבי הסולם והשעינו את הראש על שלב אחר או על אחד מהזקיפים. כשיוטב לכם רדו מהסולם באיטיות.

אל תעשה ✗

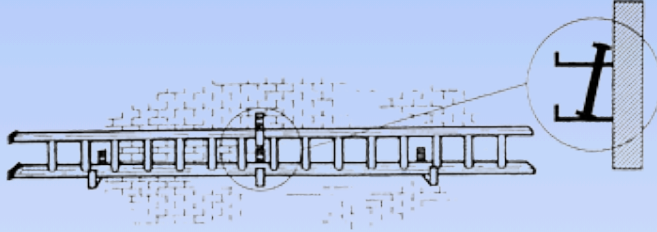
- ✗ אל תחברו יחד שני סולמות קצרים כדי ליצור סולם ארוך אחד.
- ✗ אל תשתמשו בסולם במעברים, בפתחי דלתות, על דרך, או במקומות אחרים שבה אנשים או כלי רכב עלולים להיתקל בו.
- ✗ אל תעמידו סולם על מישטחים נעים או גמישים.
- ✗ אל תעמדו בפישוק רגליים בין סולם לחפץ אחר.
- ✗ אל תעמידו סולם על ארגזים, עגלות, שולחנות, או מישטחים אחרים לא יציבים.
- ✗ אל תשעינו סולם על השלבים שלו. הסולם חייב לעמוד על הזקיפים (קורות הצד).
- ✗ אל תאפשרו לאף אחד לעמוד או לעבור מתחת לסולם.
- ✗ אל תעמידו סולם על מישטח רטוב או קפוא.
- ✗ אל תנסו למתוח את הגוף כדי להגיע למקום או לחפץ כלשהו כאשר אתם ניצבים על הסולם. שנו את מיקום הסולם כדי לאפשר זאת.
- ✗ אל תשתמשו בסולם סמוך לכבלי חשמל.



עשה ✓

✓ אחסנו סולמות במקום שבו הם לא יהיו חשופים לפגעי מזג האוויר.

✓ כדי למנוע התעקמות של הסולם- הניחו את הסולמות על כוננים, במצב אופקי. קיבעו תמיכה בכל 2 מטר.



✓ הקפידו שהסולמות יהיו נקיים ופנויים מחומרים זרים.

✓ ודאו שאזורי האחסון נגישים.

✓ שימרו סולמות עץ במקום מאוורר היטב, הרחק מלחות וטמפרטורות גבוהות.

✓ לאחר השימוש- החזירו את הסולמות לאחסון.

✓ בעת הובלת סולמות על כלי רכב, הקפידו שהסולמות לא יבלטו מעבר לנקודות התמיכה.

✓ על כלי רכב- רפדו את נקודת המגע בין הרכב לסולם בחומר רך, להקטנת הבלאי ולמניעת נזקים לסולם בטלטלות הדרך.

✓ בהובלת סולם על כלי רכב- קישרו את הסולמות בכל נקודת תמיכה, כדי למזער נזקים אפשריים. העמיסו ציוד אחר כך שהסולמות לא יינזקו במהלך ההובלה.

✓ סולמות הבולטים מעבר לקצה כלי הרכב- סמנו בדגל אדום או כתום.

✓ בנשיאת סולם- יש לאחוז במרכז הסולמות בעת נשיאה ע"י אדם אחד, או בסמוך לקצותיהם בנשיאה ע"י שניים.

✓ בעת נשיאת סולמות במעברים- היזהרו כאשר אתם עוברים דרך פתחים או בכל מקום אחר שבו שדה הראייה שלכם חסום.

✓ בנשיאת סולמות כבדים- היעזרו בשותף.

✓ בנשיאת סולם- ודאו שאתם ושותפכם נמצאים באותו צד של הסולם. הקפידו לנוח בשלבים. קיבעו ביניכם מראש סימנים מוסכמים, בתנועת יד או בקול, לתיאום עצירות או החלפת כיוון.

אל תעשה X

X אל תתלו סולמות על הזקיפים או על השלבים.

X אל תאחסנו על הסולמות חומרים למיניהם.

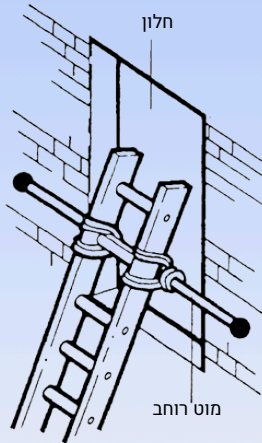
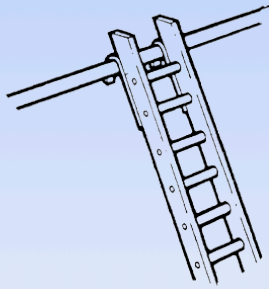
X אל תחשפו סולמות מפיברגלס לטמפרטורות גבוהות (מעל 90C).

X בעת נשיאת סולם- אל תחזיקו את חזית הסולמות בגובה הראש.



אבטחת סולמות ניידים

- **חיבור** וויים לראשי הזקיפים של הסולם, כאשר קיים רכיב המאפשר אחזיה בוויים, עשוי להבטיח בצורה טובה את יציבותו.

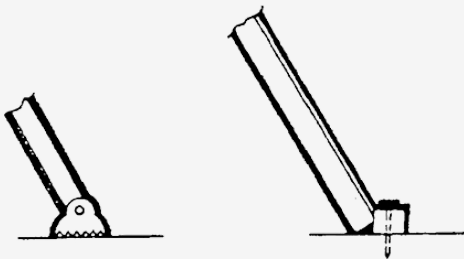


- **הניחו** את ראש הסולם כנגד מישטח מוצק ויציב אשר מסוגל לשאת את העומס.

- **חברו** מוט רחב איתן מאחורי הסולם, והשעינו אותו משני צידי הפתח/ המעבר, בנקודות אשר תוכלנה לשאת את העומס.

- **אל תשעינו** את הסולם על אחד מהשליבים. למטרה זו מיועדים רק הזקיפים.

- **אבטחו** את בסיס הסולם כנגד החלקה או תנועה מקרית.



- כאשר משתמשים בסולם באזור שבו עוברים אנשים- **העמידו** אדם להשגית, או הציבו גדר סביב הסולם.

- **אבטחו** את ראש הסולם בצורה איתנה למניעת תזוזות הצידה, ואת רגלי הסולם- למניעת החלקתן.

- כאשר לא ניתן להבטיח בצורה מושלמת את יציבות הסולם- **הציבו** אדם לרגלי הסולם.

- **ודאו** שהאדם לרגלי הסולם עומד כשפניו אל הסולם, לצד המיועד לטיפוס, ידיו אוחזות בזקיפים ורגל אחת שלו מונחת על השלב התחתון.

- **השתמשו** בסולם המצויד ברגליות המונעות החלקה. לחילופין, נעצו מסמר או זיז כמעצור ברצפה, או עגנו את הרגליים/תחתית זקיפי הסולם לרצפה.

