



Estas normas tienen el objeto de conseguir que las actividades que se realizan en Mercaolid (Mercado del Pescado) no pueden comprometer la seguridad la seguridad y salud de las personas.

Como usuarios de esta instalación, las tienen que respetar para garantizar su propia seguridad, así como la del resto de personas que realizan actividades en el Mercado

**Normas Generales**



La asistencia al Mercado de Pescado está reservada a profesionales y a empresas de servicios, debidamente coordinadas por las empresas usuarias y autorizadas por la inspección de mercado y servicio de vigilancia. Eviten venir con personas ajenas a la actividad, especialmente niños.

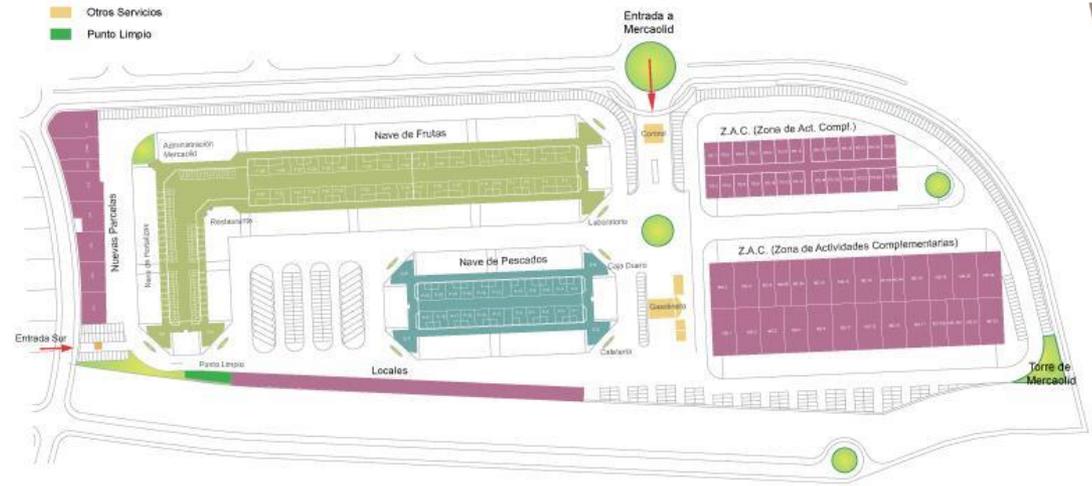
Respeten el calendario del mercado y los horarios de mercado. Atiendan las indicaciones e instrucciones del personal de vigilancia de Mercaolid.



Respeten los elementos de seguridad existentes en el Mercado del Pescado: barandillas, señalización, equipos de alarma y extinción, etc.

Ante cualquier incidencia o emergencia, avisen inmediatamente al personal de vigilancia 983 362 116

- Frutas y Hortalizas
- Pescados y Mariscos
- Zona de Actividades Complementarias
- Otros Servicios
- Punto Limpio



**Normas de Circulación**



No excedan dentro del perímetro a más de 20 Km./h. No efectúen giros ni maniobras bruscas.



No se debe circular con puertas o portones abiertos. Está prohibido circular dentro del camión. Extremen las precauciones al estacionar el vehículo, sobre todo al acercarse. Utilicen los espejos retrovisores y aseguren se de que no hay nadie alrededor. Abran las puertas del camión antes de estacionar en el muelle.

Hagan la maniobra de marcha atrás. Apoyen la plataforma del muelle dentro de la caja del camión. Si su camión dispone de plataforma elevadora, no maniobre con la plataforma bajada. Antes de bajar del vehículo paren el motor, dejen el vehículo frenado correctamente, llévense la llave y calcen el vehículo.

**Equipos de protección**



Para venir al Mercado de Pescado es recomendable que lleven calzado de seguridad antideslizante, el suelo puede estar húmedo las 24 horas del día.

Si realiza alguna operación en zonas de tránsito de mercancías (muelles y accesos a muelles), donde se pueda comprometer su seguridad, póngase un chaleco reflectante.



## Orden y limpieza



Mantengan el material acumulado bien apilado, de manera que se garantice la adecuada seguridad.

No dejar materiales que obstaculicen zonas de paso, señalización, protección contra incendios, salidas de emergencia, así como pueda reducir la visibilidad.

Mantener cada zona de trabajo en buenas condiciones de orden y limpieza, sobretodo en los espacios compartidos.

Recoger los restos de materiales (flejes, plásticos, restos de embases, etc.) o mercancías (restos de pescados, grasas, etc.) que puedan inducir a resbalones y tropezones.

## Manipulación manual de cargas

Inspeccionar la carga (forma, dimensión y peso).

En el caso de transportar cargas manualmente pesadas o en posturas forzadas, cumplir las siguientes normas.

-Solicite ayuda.

- Siempre que sea posible usar un carro, transpaleta o medios mecánicos de carga y transporte.

-- Evitar coger cargas pesadas sobre la espalda.



-Separar las piernas

--Mantener la espalda recta.

--Doblar las piernas y mantener los brazos re

--Evitar adoptar posturas forzadas.

--Colocar la carga cerca del cuerpo.

--Sujetar la carga firmemente

-- No hacer movimientos, ni giros bruscos



## Carretillas elevadoras



A la hora de utilizar carretillas elevadoras, la usará personal autorizado y adiestrado. Utilizar botas de seguridad con suela antideslizantes y puntera reforzada y guantes

No sobrecargue la carretilla

Compruebe que la carga está equilibrada, estabilizada y no se puede desmoronar.

Utilizar cajas y paletas en buen estado.

Mantener la horquillas centradas y hasta el final de las mismas, a una distancia de aproximadamente 15 cm. del suelo.

No coger la carga con una sola horquilla, en rampas descienda marcha atrás y ascienda frontalmente.

Evite transportar cargas que sobresalgan ampliamente el ancho del vehículo.

Vigile que no haya personas alrededor, mientras se realizan maniobras.

Está prohibido llevar o transportar personas en la carretilla..

Desconecte y retire las llaves de la carretilla cuando deje de usarla.

Durante la noche las carretillas mantendrán la iluminación encendida.

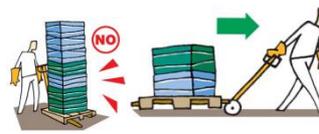
No dejar la carretilla en lugares donde pueda entorpecer la circulación, delante de equipos contra incendios, salidas de emergencia, etc.

Prepare la carga y descargue tal como se indica en la figura

No realice giros bruscos



## Transpaletas



A la hora de utilizar transpaletas, utilizar botas de seguridad con suela antideslizantes y puntera reforzada y guantes.

No sobrecargue la transpaleta.

Compruebe que la carga está equilibrada, estabilizada y no se puede desmoronar.

Utilizar cajas y paletas en buen estado.

Mantener la horquillas centradas y hasta el final de las mismas.

No coger la carga con una sola horquilla.

Conducir la transpaleta cogida por la empuñadura y el brazo recto.

Conducir la transpaleta mirando en dirección de la marcha.

Empujar el conjunto progresivamente sin brusquedades.

Vigilar la carga cuando se vayan a realizar giros.

Extremar la precaución cuando se circular por rampas o cerca de los muelles.

No dejar la transpaleta en lugares donde pueda entorpecer la circulación, delante de equipos contra incendios, salidas de emergencia, etc.

No utilizar la transpaleta como transporte de personas, ni como patinete.

RECUERDA EL PESO MAXIMO RECOMENDADO

Para jóvenes, mayores y mujeres 15 Kg.

Para hombres sanos 25 Kg.

Para hombres sanos y entrenados 40 Kg.

