**Materiał dydaktyczny dla pracodawców**

**2013**

**Spis treści:**

1. Istota bezpieczeństwa i higieny pracy………………………………..………..………3
2. Obowiązki pracodawcy, art. 207 K.P………………………………..………..…….…3
3. Obowiązki osoby kierującej pracownikami …………………………………..8
4. Uprawnieniapracodawcy……………………………………………………………...8
5. Obowiązki pracownika……………………………………………………………....…8
6. Uprawnienia pracownika……………………………………………….…………..….9
7. Badania lekarskie dla celów Kodeksu Pracy……………………………10
8. Szkolenia BHP……………………………………………………………..11
9. Środki ochrony indywidualnej……………………………………………..11
10. Wypadki przy pracy i choroby zawodowe……………………………….12
11. Czynniki szkodliwe występujące w procesie pracy…………………….12
12. Transport ręczny…………………………………………………………..13
13. Ręczne przewożenie ciężarów………………………………………….14
14. Ochrona pracy kobiet……………………………………………………..16
15. Ochrona pracy młodocianych……………………………………………18
16. Pierwsza pomoc…………………………………………………………..24

16. Postępowanie w razie pożaru…………………………………..………..26

 17. Ewakuacja…………………………………………………………………..27

1. **Istota bezpieczeństwa i higieny pracy**

**System ochrony pracy**

 Stworzenie sprawnie funkcjonującego systemu zapewnienia bezpieczeństwa i ochrony zdrowia w procesie pracy jest podstawowym warunkiem realizacji zobowiązań państwa w zakresie zapobiegania wypadkom i zagrożeniom dla zdrowia, związanym z pracą lub występującym w trakcie pracy.

 **Ochrona pracy** - to całokształt norm prawnych oraz środków badawczych, organizacyjnych i technicznych, mających na celu ochronę praw pracownika oraz ochronę jego życia i zdrowia przed czynnikami niebezpiecznymi i szkodliwymi w środowisku pracy, a także stworzenie mu optymalnych warunków pracy z punktu widzenia ergonomii, fizjologii i psychologii pracy. W definicji pojęcia ochrona pracy mieści się pojęcie bezpieczeństwo i higiena pracy.

**Podmiotem ochrony w systemie ochrony pracy jest człowiek i jego zdrowie.** Dlatego na pojęcie ochrony pracy składają się gwarancje prawne, służące zabezpieczeniu zdrowia i życia ludzkiego w procesie pracy. W szerokim rozumieniu obejmują one treść wszystkich norm prawa pracy ustanowionych w interesie pracujących i służących ochronie tych interesów. W tym zakresie mieści się także część norm prawa pracy, które służą bezpośrednio celom ochrony zdrowia pracowników przed zagrożeniami, jakie mogą powstać w procesie pracy.

W polskim prawie te cele regulują przepisy bezpieczeństwa i higieny pracy. Ich zakres przedmiotowy jest bardzo szeroki i dotyczy między innymi zagrożeń związanych z obiektami i pomieszczeniami pracy, używaniem maszyn, urządzeń i narzędzi, procesami pracy szczególnie niebezpiecznymi i szkodliwymi, organizacji pracy, zagrożeń tkwiących w samych pracownikach, w ich właściwościach psychofizycznych, stanie zdrowia, kwalifikacjach.

**Przepisy bezpieczeństwa i higieny pracy stanowią więc podstawowy zbiór norm ochrony pracy**.

Ustawowo został on określony w dziale ***X Kodeksu Pracy***, a także w innych aktach prawnych niższego rzędu, tj. w rozporządzeniach. Mają one na celu przeciwdziałanie wszelkim powstającym w procesie pracy zagrożeniom dla zdrowia i życia ludzkiego. Stosowanie się do nich pracowników pozwoli na poprawę warunków pracy, a co za tym idzie - lepszą ochronę ich zdrowia i życia.

**2. Obowiązki pracodawcy, art. 207 K.P**

**Pracodawca ponosi odpowiedzialność za stan bezpieczeństwa i higieny pracy w zakładzie pracy.** (Art.207 § 1 Dz. U. 1998.21.94 z p. zm.)

W związku z tym pracodawca obowiązany jest chronić zdrowie i życie pracownika przez zapewnienie bezpiecznych i higienicznych warunków pracy, a w szczególności:

* organizować pracę w sposób zapewniający bezpieczne i higieniczne warunki pracy,
* zapewnić przestrzeganie w zakładzie pracy przepisów oraz zasad bezpieczeństwa i higieny pracy, wydawać polecenia usunięcia uchybień w tym zakresie oraz kontrolować wykonanie tych poleceń,
* zapewniać wykonanie nakazów, wystąpień, decyzji i zarządzeń wydawanych przez organy nadzoru nad warunkami pracy,
* zapewniać wykonanie zaleceń społecznego inspektora pracy.

***Pracodawca jest zobowiązany odbyć szkolenie i okresowo powtarzać w dziedzinie bezpieczeństwa i higieny pracy w zakresie niezbędnym do wykonywania ciążących na nim obowiązków. ( Art. 237³ § 21. Dz. U. 1998.21.94 z p.zm.)***

Pracodawca poprzez systematyczne szkolenie zaznajamiać pracowników z przepisami i zasadami BHP ( Art.94.4 oraz 2374 § 1 Dz. U. 1998.21.94 z p.zm.)

Do obowiązków pracodawców, art. 208 w przypadku, gdy w tym samym miejscu wykonują pracę pracownicy zatrudnieni przez różnych pracodawców, należy także:

* współpracować ze sobą,
* wyznaczyć koordynatora sprawującego nadzór nad bezpieczeństwem i higieną pracy wszystkich pracowników zatrudnionych w tym samym miejscu,
* ustalić zasady współdziałania uwzględniające sposoby postępowania w przypadku wystąpienia zagrożeń dla zdrowia lub życia pracowników

Ponadto Pracodawca:

* ocenia i dokumentuje ryzyko zawodowe, związane z wykonywaną pracą oraz stosuje niezbędne środki profilaktyczne zmniejszające ryzyko
* informuje pracowników o ryzyku zawodowym, które wiąże się z wykonywaną pracą oraz o zasadach ochrony przed zagrożeniami
* zapewnia pracownikom bezpieczeństwo i higieną pracy, w szczególności przez ograniczenie ryzyka zawodowego w wyniku właściwej organizacji pracy oraz stosowania koniecznych środków profilaktycznych, a także informowania i szkolenia pracowników. Działania te powinny być podejmowane na podstawie ogólnych zasad dotyczących zapobiegania wypadków i chorobom związanym z pracą, w szczególności przez:
1. ograniczanie ryzyka zawodowego
2. przeprowadzenie oceny ryzyka zawodowego
3. likwidowanie zagrożeń u źródeł ich powstawania
4. dostosowanie warunków i procesów pracy do możliwości pracownika, w szczególności przez odpowiednie projektowanie i organizowanie stanowisk pracy, dobór maszyn i innych urządzeń technicznych oraz narzędzi pracy, a także metod produkcji i pracy- z uwzględnieniem zmniejszenia uciążliwości pracy, zwłaszcza monotonnej i pracy z góry ustalonym tempie oraz ograniczenia negatywnego wpływu takiej pracy na zdrowie pracowników
5. stosowanie nowych rozwiązań technicznych
6. zastępowanie niebezpiecznych procesów technologicznych, urządzeń, substancji i innych materiałów bezpiecznymi lub mniej niebezpiecznymi
7. nadawanie priorytetu środkom ochrony zbiorowej przed środkami ochrony indywidualnej
8. instruowanie pracowników w zakresie bezpieczeństwa i higieny pracy
* zapewnia organizację pracy i stanowisk pracy w sposób zabezpieczający pracowników przed zagrożeniami wypadkowymi oraz oddziaływaniem czynników szkodliwych dla zdrowia oraz uciążliwości
* zapewnia likwidację uciążliwości zagrożeń dla zdrowia i życia pracowników głównie przez stosowanie technologii, urządzeń, materiałów i substancji nie powodujących tych zagrożeń. Jeżeli ze względu na rodzaj procesu pracy likwidacja zagrożeń nie jest możliwa należy stosować odpowiednie rozwiązania organizacyjne i techniczne, w tym odpowiednie środki ochrony zbiorowej, ograniczające wpływ zagrożeń na zdrowie i bezpieczeństwo pracowników
* informuje pracowników o istniejących zagrożeniach, w szczególności o zagrożeniach, przed którymi chronić ich będą środki ochrony indywidualnej oraz przekazuje informacje o tych środkach i sposobach ich stosowania
* systematycznie kontroluje stan bezpieczeństwa i higieny pracy ze szczególnym uwzględnieniem organizacji procesów pracy, stanu technicznego maszyn i urządzeń technicznych oraz ustala sposoby rejestracji nieprawidłowości i metody ich usuwania.

**Ważne!**

*W razie stwierdzenia bezpośredniego zagrożenia dla życia lub zdrowia pracowników* **osoba kierująca pracownikami***jest obowiązana do niezwłocznego wstrzymania prac i podjęcia działań w celu usunięcia tego zagrożenia.*

Zgodnie z Rozporządzeniem Ministra Pracy i Polityki Społecznej z dn. 23.09.1997 r. Dz. U. nr 127 z 1997 r. z późniejszymi zmianami w sprawie przepisów BHP:

1. Pracodawca powinien zapewnić, aby przy pracach stwarzających zagrożenia, gdy wymaga tego sytuacja, do kierowania ludźmi wykonującymi te czynności stosować sygnały bezpieczeństwa- ręczne lub komunikaty słowne, zgodnie z wymaganiami określonymi w załączniku rozporządzenia.
2. Pracodawca jest obowiązany udostępnić pracownikom do stałego korzystania **aktualne instrukcje bezpieczeństwa i higieny pracy** dotyczące ( Art. 2374 § 2 Dz. U. 1998.21.94, § 41.1 Dz. U. 2003.169.1650):
3. Stosowanych w zakładzie procesów technologicznych oraz wykonywania prac związanych z zagrożeniami wypadkowymi lub zagrożeniami zdrowia pracowników
4. Obsługi maszyn i urządzeń technicznych
5. Postępowanie z materiałami szkodliwymi dla zdrowia i niebezpiecznymi
6. Udzielania pierwszej pomocy
7. Zasad postępowania w razie powstania niebezpiecznych, nieprzewidzianych sytuacji powodujących poważne zagrożenia dla pracowników
8. **Instrukcje powinny określać:**
9. Czynności do wykonywania przed rozpoczęciem danej pracy
10. Zasady i sposoby bezpiecznego wykonywania danej pracy
11. Czynności do wykonania po jej zakończeniu
12. Zasady postępowania w sytuacjach awaryjnych stwarzających zagrożenie dla życia i zdrowia pracowników
13. Zmiany w procesie technologicznym, zmiany konstrukcyjne urządzeń technicznych oraz zmiany w sposobie użytkowania pomieszczeń powinny być poprzedzone oceną pod względem bezpieczeństwa i higieny pracy, w trybie ustalonym przez pracodawcę
14. Jeżeli w pomieszczeniach pracy, w którym zatrudniona jest jedna osoba, mogą w sytuacji awaryjnej wystąpić zagrożenia dla zdrowia i życia pracowników, a w szczególności zagrożenia: wybuchowe, pożarowe, porażenia prądem elektrycznym pracodawca wprowadza obowiązek meldowania się tej osoby w ustalony sposób w oznaczonych porach
15. Pracodawca jest obowiązany zapewnić pracownikom sprawnie funkcjonujący system pierwszej pomocy w razie wypadku oraz środki do udzielania pierwszej pomocy:
16. Punkt pierwszej pomocy w wydziałach (działach), w których wykonywane są prace powodujące duże ryzyko wypadku lub związane z wydzielaniem par, gazów albo pyłów
17. Apteczki w poszczególnych wydziałach (działach) zakładu pracy
18. Ilość , usytuowanie i wyposażenie punktów pierwszej pomocy powinno być ustalone w porozumieniu z lekarzem sprawującym profilaktyczną opiekę zdrowotną nad pracownikami, z uwzględnieniem rodzajów i nasilenia występujących zagrożeń
19. Obsługa punktów aptecznych na każdej zmianie powinna być powierzona wyznaczonym, przeszkolonym w udzielaniu pierwszej pomocy
20. W punktach pierwszej pomocy i przy apteczkach, w widocznym miejscu, powinny być wywieszone instrukcje o udzielaniu pierwszej pomocy w razie wypadku oraz wykazy wyznaczonych pracowników do jej obsługi
21. Pracodawca jest zobowiązany zapewnić pomieszczenia pracy przeznaczone na pobyt ludzi, w których:
22. Łączny czas przebywania pracowników w ciągu jednej zmiany roboczej jest krótszy niż 2 godziny, a wykonywane czynności mają charakter dorywczy, bądź praca polega na krótkotrwałym przebywaniu związanym z dozorem lub konserwacją urządzeń albo utrzymaniem czystości
23. Pomieszczenia pracy stałej, jeżeli łączny czas przebywania tego samego pracownika w pomieszczeniu w ciągu jednej doby trwa dłużej niż 4 godziny
24. Pomieszczenia pracy czasowej, jeżeli łączny czas przebywania tego samego pracownika w pomieszczeniu w ciągu jednej doby trwa od 2 do 4 godzin
25. W pomieszczeniach przeznaczonych na pobyt ludzi należy zapewnić odpowiednie:
* Oświetlenie na stanowiskach pracy ( naturalne i sztuczne) potwierdzone wynikami przeprowadzonych badań i pomiarów
* Odpowiednią temperaturę
* Odpowiednią wentylację
* Dla każdego z pracowników jednocześnie zatrudnionych w pomieszczeniu powinno przypadać co najmniej 13m³ wolnej objętości pomieszczenia oraz co najmniej 2m² wolnej powierzchni podłogi nie zajętej przez urządzenia techniczne, sprzęt, itp.
1. Stosowane maszyny i urządzenia techniczne powinny uwzględniać zasady ergonomii oraz zapewniać bezpieczne i higieniczne warunki pracy
2. Pracodawca jest zobowiązany zapewnić ochronę pracownika przed zagrożeniami związanymi z hałasem i drganiami mechanicznymi, dokonywać pomiarów, rejestrować je, przechowywać wyniki i udostępniać pracownikom. Narażenia na hałas nie mogą przekroczyć NDN.
3. Pracodawca jest zobowiązany do ustalenia czy na stanowisku pracy nie występują czynniki chemiczne stwarzające zagrożenie, ustalić niebezpieczne właściwości czynnika, wartości dopuszczalne i efekty działań zapobiegawczych
4. Pracodawca zatrudniający pracowników w warunkach narażenia na działanie substancji, preparatów, czynników lub procesów technologicznych o działaniu rakotwórczym lub mutagennym zobowiązany jest zastępować je mniej szkodliwymi dla zdrowia lub stosować inne dostępne środki ograniczające stopień narażenia (Art.222 § 1 Dz. U. 1998.21.94 z p. zm.) oraz wykonywać pomiary i prowadzić rejestry pracowników narażonych, czynników i prac, na bieżąco informować pracowników o wynikach pomiarów.
5. Pracodawca jest obowiązany chronić pracowników przed promieniowaniem jonizującym. ( Art. 223 § 1 Dz. U. 1998.21.94 z p. zm.)
6. Pracodawca zatrudniający pracowników w warunkach narażenia na działanie czynników biologicznych powinien stosować wszelkie dostępne środki eliminujące, a jeżeli to niemożliwe – ograniczające stopień narażenia. Prace zakwalifikowane do 3 i 4 grupy zagrożenia powinny być ujmowane w rejestrach, które powinny być przechowywane przez okres 10 lat.

Do innych równie ważnych obowiązków pracodawcy wynikających z Kodeksu pracy należy:

* zapewniać pomieszczenia pracy odpowiednie do rodzaju wykonywanych prac i liczby zatrudnionych pracowników,
* w razie zatrudniania pracownika w warunkach narażenia na działanie substancji i czynników rakotwórczych, zastępować te substancje i czynniki mniej szkodliwymi dla zdrowia lub stosować inne dostępne środki ograniczające stopień tego narażenia,
* rejestrować wszystkie rodzaje prac w kontakcie z substancjami i czynnikami o działaniu rakotwórczym, a także z substancjami i czynnikami o prawdopodobnym działaniu rakotwórczym,
* chronić pracowników przed promieniowaniem jonizującym, występującym w środowisku pracy,
* w przypadku wystąpienia nagłego niebezpieczeństwa dla zdrowia lub życia pracowników, podejmować działania zapobiegające takiemu niebezpieczeństwu poprzez:
1. zapewnienie odpowiednich do rodzaju niebezpieczeństwa urządzeń i sprzętu ratowniczego oraz ich obsługi przez osoby należycie przeszkolone,
2. udzielenie pierwszej pomocy poszkodowanym,
* zapewnić, aby prace, przy których istnieje możliwość wystąpienia szczególnego zagrożenia dla zdrowia lub życia ludzkiego, były wykonywane przez co najmniej dwie osoby, w celu zapewnienia asekuracji,
* informować pracowników o ryzyku zawodowym, które wiąże się z wykonywaną pracą, oraz o zasadach ochrony przed zagrożeniami,
* stosować środki zapobiegające chorobom zawodowym i innym chorobom związanym z wykonywaną pracą, w szczególności:
1. utrzymywać w stanie stałej sprawności urządzenia ograniczające lub eliminujące szkodliwe dla zdrowia czynniki środowiska pracy oraz urządzenia służące do pomiarów tych czynników,
2. przeprowadzać, na swój koszt, badania i pomiary czynników szkodliwych dla zdrowia, rejestrować i przechowywać wyniki tych badań i pomiarów oraz udostępniać je pracownikom,
* stosować środki zapobiegające chorobom zawodowym i innym chorobom związanym z wykonywaną pracą, w szczególności:
1. utrzymywać w stanie stałej sprawności urządzenia ograniczające lub eliminujące szkodliwe dla zdrowia czynniki środowiska pracy oraz urządzenia służące do pomiarów tych czynników,
2. przeprowadzać, na swój koszt, badania i pomiary czynników szkodliwych dla zdrowia, rejestrować i przechowywać wyniki tych badań i pomiarów oraz udostępniać je pracownikom,
* nieodpłatnie zapewnić pracownikom zatrudnionym w warunkach szczególnie uciążliwych odpowiednie posiłki i napoje, jeżeli jest to niezbędne ze wzglądów profilaktycznych; Rada Ministrów określi w drodze rozporządzenia rodzaje tych posiłków i napojów oraz wymagania, jakie powinny spełniać, a także przypadki i warunki ich wydawania,
* zapewnić pracownikom odpowiednie urządzenia higieniczno-sanitarne oraz dostarczyć niezbędne środki higieny osobistej, a także zapewnić środki do udzielania pierwszej pomocy w razie wypadku,
* w razie wypadku przy pracy podjąć niezbędne działania eliminujące lub ograniczające zagrożenie, zapewnić udzielenie pierwszej pomocy osobom poszkodowanym i ustalenie w przewidzianym trybie okoliczności i przyczyn wypadku oraz zastosować odpowiednie środki zapobiegające podobnym wypadkom,
* **zapewnić przeszkolenie pracownika w zakresie bezpieczeństwa i higieny pracy przed dopuszczeniem go do pracy oraz prowadzenie okresowych szkoleń w tym zakresie,**
* nieodpłatnie dostarczyć pracownikowi środki ochrony indywidualnej zabezpieczające przed działaniem niebezpiecznych i szkodliwych dla zdrowia czynników występujących w środowisku pracy, które spełniają wymagania dotyczące oceny zgodności, oraz informować go o sposobach posługiwania się tymi środkami,
* nieodpłatnie dostarczyć pracownikowi odzież i obuwie robocze:
1. jeżeli odzież własna pracownika może ulec zniszczeniu lub znacznemu zabrudzeniu,
2. ze względu na wymagania technologiczne, sanitarne lub wymagania bezpieczeństwa i higieny pracy.

**Dodatkowe obowiązki pracodawcy to:**

* zaznajamiaćpracowników podejmujących pracę z zakresem ich obowiązków, sposobem wykonywania pracy na wyznaczonych stanowiskach oraz ich podstawowymi uprawnieniami,
* organizować pracę w sposób zapewniający pełne wykorzystanie czasu pracy, jak również osiąganie przez pracowników, przy wykorzystaniu ich uzdolnień i kwalifikacji, wysokiej wydajności i należytej jakości pracy,
* organizować pracę w sposób zapewniający zmniejszenie uciążliwości pracy, zwłaszcza pracy monotonnej i pracy w ustalonym z góry tempie,
* przeciwdziałać dyskryminacji w zatrudnieniu, w szczególności ze względu na płeć, wiek, niepełnosprawność, rasę, religię, narodowość, przekonania polityczne, przynależność związkową, pochodzenie etniczne, wyznanie, orientację seksualną, a także ze względu na zatrudnienie na czas określony lub nieokreślony albo w pełnym lub w niepełnym wymiarze czasu pracy,
* zapewniać bezpieczne i higieniczne warunki pracy oraz prowadzić systematyczne szkolenie pracowników w zakresie bezpieczeństwa i higieny pracy,
* terminowo i prawidłowo wypłacać wynagrodzenie,
* ułatwiać pracownikom podnoszenie kwalifikacji zawodowych,
* stwarzać pracownikom podejmującym zatrudnienie po ukończeniu szkoły prowadzącej kształcenie zawodowe lub szkoły wyższej warunki sprzyjające przystosowaniu się do należytego wykonywania pracy,
* zaspokajać w miarę posiadanych środków socjalne potrzeby pracowników,
* stosować obiektywne i sprawiedliwe kryteria oceny pracowników oraz wyników ich pracy,
* prowadzić dokumentację w sprawach związanych ze stosunkiem pracy oraz akta osobowe pracowników,
* wpływać na kształtowanie w zakładzie pracy zasad współżycia społecznego.
* usprawiedliwienia, stawienie się do pracy w stanie nietrzeźwości lub spożywanie alkoholu w czasie pracy.

**3.Obowiązki osoby kierującej pracownikami :**

 organizować stanowiska pracy zgodnie z przepisami i zasadami bezpieczeństwa i higieny pracy,

 dbać o sprawność środków ochrony indywidualnej oraz ich stosowanie zgodnie z przeznaczeniem,

 organizować, przygotowywać i prowadzić prace, uwzględniając zabezpieczenie pracowników przed wypadkami przy pracy, chorobami zawodowymi i innymi chorobami związanymi z warunkami środowiska pracy,

 dbać o bezpieczny i higieniczny stan pomieszczeń pracy i wyposażenia technicznego, a także o sprawność środków ochrony zbiorowej i ich stosowanie zgodnie z przeznaczeniem,

 egzekwować przestrzeganie przez pracowników przepisów i zasad bezpieczeństwa i higieny pracy,

 zapewniać wykonanie zaleceń lekarza sprawującego opiekę zdrowotną nad pracownikami.

1. **Uprawnienia pracodawcy**

Pracodawca jest uprawniony do:

 **nagradzania** i wyróżniania pracowników,

stosowania **kary upomnienia i kary nagany** za nieprzestrzeganie przez pracownika ustalonego porządku, regulaminu pracy, przepisów bezpieczeństwa i higieny pracy oraz przepisów przeciwpożarowych,

stosowania **kary pieniężnej** za nieprzestrzeganie przepisów bezpieczeństwa i higieny pracy, opuszczenie pracy bez usprawiedliwienia, stawienie się do pracy w stanie nietrzeźwości lub spożywanie alkoholu w czasie pracy.

1. **Obowiązki pracownika**

Pracownik jest obowiązany wykonywać pracę sumiennie i starannie oraz stosować się do poleceń przełożonych, które dotyczą pracy, jeżeli nie są one sprzeczne z przepisami prawa lub z umową o pracę. Pracow­nik jest obowiązany w szczególności:

 przestrzegać czasu pracy ustalonego w zakładzie pracy,

 przestrzegać regulaminu pracy i ustalonego w zakładzie pracy porządku,

 przestrzegać przepisów oraz zasad bezpieczeństwa i higieny pracy, a także przepisów przeciwpożarowych,

 dbać o dobro zakładu pracy, chronić jego mienie oraz zachować w tajemnicy informacje, których ujawnienie mogłoby narazić pracodawcę na szkodę,

 przestrzegać tajemnicy określonej w odrębnych przepisach,

 przestrzegać w zakładzie pracy zasad współżycia społecznego.

**Podstawowym obowiązkiem każdego pracownika jest przestrzeganie przepisów i zasad bezpieczeństwa i higieny pracy. W szczególności pracownik jest zobowiązany:**

 znać przepisy i zasady bezpieczeństwa i higieny pracy,

 brać udział w szkoleniu i instruktażu z tego zakresu oraz poddawać się wymaganym egzaminom sprawdzającym,

 wykonywać pracę w sposób zgodny z przepisami i zasadami bezpieczeństwa i higieny pracy,

 stosować się do wydawanych w tym zakresie poleceń i wskazówek przełożonych,

 dbać o należyty stan maszyn, urządzeń, narzędzi i sprzętu oraz o porządek i ład w miejscu pracy,

 stosować środki ochrony zbiorowej,

 używać przydzielonych środków ochrony indywidualnej oraz odzieży i obuwia roboczego, zgodnie z ich przeznaczeniem,

 poddawać się wstępnym, okresowym i kontrolnym oraz innym zaleconym badaniom lekarskim i stosować się do wskazań lekarskich,

 niezwłocznie zawiadomić przełożonego o zauważonym w zakładzie pracy wypadku albo zagrożeniu życia lub zdrowia ludzkiego oraz ostrzec współpracowników, a także inne osoby znajdujące się w rejonie zagrożenia, o grożącym im niebezpieczeństwie,

 współdziałać z pracodawcą i przełożonymi w wypełnianiu obowiązków dotyczących bezpieczeństwa i higieny pracy.

1. **Uprawnienia pracownika**

Pracownik **ma prawo powstrzymać się od wykonywania pracy, zawiadamiając o tym niezwłocznie przełożonego,** w razie gdy warunki pracy nie odpowiadają przepisom bezpieczeństwa i higieny pracy i stwarzają bezpośrednie zagrożenie dla zdrowia lub życia pracownika albo gdy wykonywana przez niego praca grozi takim niebezpieczeństwem innym osobom.

Pracownik **ma prawo oddalić się z miejsca zagrożenia, zawiadamiając o tym niezwłocznie przełożonego,** jeżeli powstrzymanie się od wykonywania pracy nie usuwa bezpośredniego zagrożenia dla zdrowia lub życia pracownika.

|  |  |
| --- | --- |
| uwaga | **Za czas powstrzymywania się od wykonywania pracy lub oddalenia się z miejsca zagrożenia w przypadkach, o których mowa powyżej, pracownik zachowuje prawo do wynagrodzenia.** |

Pracownik **ma prawo, po uprzednim zawiadomieniu przełożonego, powstrzymać się od wykonywania pracy wymagającej szczególnej sprawności psychofizycznej w przypadku, gdy jego .stan psychofizyczny nie zapewnia bezpiecznego wykonania pracy i stwarza zagrożenie dla innych osób.**

Rodzaje prac wymagających szczególnej sprawności psychofizycznej zostały podane w rozporządzeniu Ministra Pracy i Polityki Socjalnej z dnia 28 maja 1996 r. w sprawie rodzajów prac wymagających szczególnej sprawności psychofizycznej (Dz.U. Nr 62, poz. 287).

|  |  |
| --- | --- |
| uwaga | **Podane powyżej prawa pracownika nie dotyczą pracownika, którego obowiązkiem pracowniczym jest ratowanie życia ludzkiego lub mienia.** |

**7.Badania lekarskie dla celów Kodeksu Pracy**

(Art. 229 § 1 Dz. U. 1998.21.94 z p. zm.)

* Wstępne dotyczą:

-osób przyjmowanych do pracy

-pracowników przenoszonych na inne stanowiska pracy, na których występują czynniki szkodliwe dla zdrowia lub warunki uciążliwe

-pracownicy młodociani przenoszeni na inne stanowiska

-osoba przyjmowana na to samo stanowisko, jeśli przerwa w zatrudnieniu trwała chociaż jeden dzień roboczy

* Okresowym podlega:

-pracownik pozostający w stosunku pracy, przed datą wyznaczoną przez lekarza w pozycji „ data następnego badania”

* Kontrolne dotyczą:

-pracowników powracających do pracy po trwającej dłużej niż 30 dni przerwie spowodowanej chorobą

*Pracownik badaniom lekarski poddawany jest na podstawie skierowania wystawionego przez pracodawcę. Skierowanie powinno zawierać informacje o czynnikach szkodliwych bądź uciążliwych występujących w środowisku pracy*.

**8.Szkolenia BHP**

**Ważne! Nie wolno dopuścić do pracy pracownika bez aktualnych szkoleń BHP**

1. **Szkolenie wstępne** przed dopuszczeniem do pracy obejmuje:

 **instruktaż ogólny** przeprowadzany przez specjalistę BHP, czas trwania 3 godziny, podczas którego pracownik zostaje zapoznany z podstawowymi przepisami BHP oraz zasadami udzielania pierwszej pomocy oraz

**instruktaż stanowiskowy** przeprowadzany przez bezpośredniego przełożonego, posiadającego uprawnienia w dziedzinie metodyki instruktażu stanowiskowego. Podczas instruktażu pracownik zapoznawany jest z zagrożeniami występującymi na stanowisku pracy, sposobami ochrony przed zagrożeniami oraz metodami bezpiecznego wykonywania pracy na tym stanowisku.

Odbycie szkolenia potwierdzone jest podpisem na **karcie szkolenia wstępnego w dziedzinie BHP**

1. **Szkolenie okresowe.**

Dla aktualizacji wiedzy w dziedzinie BHP przeprowadzane są szkolenia okresowe.

Pierwsze szkolenie okresowe przeprowadza się w terminach:

Pracodawca- 1 miesiąc od założenia firmy

Kierownik- 6 miesięcy od podpisania umowy

Inne stanowiska- 1 rok od podpisania umowy

**Częstotliwość szkoleń:**

* Nie rzadziej niż raz w roku- pracownicy zatrudnieni na stanowiskach robotniczych, na których występują szczególnie duże zagrożenia dla zdrowia i życia
* Nie rzadziej niż raz na 3 lata- pracownicy zatrudnieni na stanowiskach robotniczych
* Nie rzadziej niż raz na 6 lat- pracownicy zatrudnieni na stanowiskach administracyjno-biurowych
* Nie rzadziej niż raz na 5 lat-pracodawca oraz stanowiska kierownicze

Szkolenie okresowe powinno być zakończone egzaminem

Wszystkie szkolenia w zakresie BHP odbywają się w czasie pracy i na koszt Pracodawcy

1. **Środki ochrony indywidualnej**
2. Pracodawca jest obowiązany dostarczyć pracownikowi nieodpłatnie:
* Środki ochrony indywidualnej oraz informować go o sposobach posługiwania się tymi środkami. Dostarczane pracownikowi środki ochrony indywidualnej muszą spełniać wymagania dotyczące oceny zgodności,
* Odzież i obuwie robocze, które spełniać muszą wymagania określone w Polskich Normach w przypadku gdy:

-odzież własna pracownika może ulec zniszczeniu lub znacznemu zabrudzeniu

- ze względów technologicznych , sanitarnych lub bezpieczeństwa i higieny pracy

Pracodawca ustala stanowiska, na których dopuszcza się używanie przez pracowników, własnej odzieży i obuwia roboczego, spełniającego wymagania BHP.

Niedopuszczalne jest używanie przez pracowników własnej odzieży i obuwia roboczego na stanowiskach, na których wykonywane są prace powodujące intensywne brudzenie lub skażenie odzieży i obuwia roboczego środkami chemicznymi lub promieniotwórczymi albo materiałami biologicznie skażonymi.

Pracownikowi używającemu własnej odzieży i obuwia pracodawca ekwiwalent pieniężny w wysokości uwzględniającej ich aktualne ceny.

**Ważne!** Nie wolno dopuścić do pracy pracownika bez środków ochrony indywidualnej oraz odzieży i obuwia roboczego

Środki ochrony indywidualnej oraz odzież robocza i obuwie, dostarczane pracownikowi stanowią własność pracodawcy.

Pranie i konserwacja odzieży należy do obowiązków pracodawcy

Można zobowiązać pracownika do prania odzieży we własnym zakresie, lecz w tym przypadku pracodawca wypłaca ekwiwalent pieniężny uwzględniający aktualne ceny.

1. **Wypadki przy pracy i choroby zawodowe**

W razie wypadku przy pracy pracodawca jest obowiązany podjąć niezbędne działania eliminujące lub ograniczające zagrożenie, zapewnić udzielenie pierwszej pomocy osobom poszkodowanym i ustalenie w przewidzianym trybie okoliczności i przyczyn wypadku.

Pracodawca jest obowiązany niezwłocznie zawiadomić właściwego inspektora pracy i prokuratora o śmiertelnym, ciężkim lub zbiorowym wypadku przy pracy.

 Pracodawca jest obowiązany prowadzić rejestr wypadków przy pracy. Koszty związane z ustalaniem okoliczności i przyczyn wypadków przy pracy ponosi pracodawca.

1. **Czynniki szkodliwe występujące w procesie pracy**

Pracodawca ustala na podstawie badań procesów technologicznych szkodliwość czynników, które mogą doprowadzić do schorzenia lub choroby zawodowej.

 **Podział czynników:**

1. Chemiczne

- żrące, drażniące, uczulające, toksyczne, upośledzające funkcje rozrodcze, mutagenne, rakotwórcze

1. Fizyczne

-oświetlenie, hałas, wibracja, mikroklimat, promieniowanie jonizujące, pole elektrostatyczne, promieniowanie cieplne, elektromagnetyczne

1. Biologiczne

-mikroorganizmy, toksyny, bakterie, wirusy, grzyby

 4. Pyły

 5. Psychofizyczne

 **Czynniki urazowe:**

* Przemieszczanie się ludzi
* Porażenie prądem elektrycznym
* Poruszające się maszyny
* Ruchome elementy urządzeń technicznych
* Naruszenie konstrukcji
* Ostrza i ostre krawędzie
* Transport ręczny
* Prace na wysokości
* Spadające przedmioty
* Zagrożenie pożarem, wybuchem
1. **Transport ręczny**

**Podstawowe zasady**

Do przenoszenia ręcznego mogą być dopuszczeni pracownicy posiadający przeszkolenie ogólne oraz stanowiskowe BHP, aktualne świadectwo lekarskie, po zapoznaniu z instrukcjami BHP oraz oceną ryzyka zawodowego dla danego stanowiska pracy.

**Wymagania co do miejsca pracy przy ręcznym przemieszczaniu przedmiotów:**

1. Niedopuszczalne jest ręczne przemieszczanie przedmiotów przez pomieszczenia, schody, korytarze albo drzwi zbyt wąskie w stosunku do rozmiarów tych przedmiotów, jeżeli stwarza to zagrożenia wypadkowe.

2. Niedopuszczalne jest przenoszenie i przetaczanie przedmiotów po pochylniach, nie związanych w sposób stały z budynkiem, o kącie nachylenia ponad 15°, oraz przenoszenie po schodach o kącie nachylenia ponad 60°.

**1. Dopuszczalne normy dźwigania przedmiotów ciężkich przez mężczyzn:**

**1.1. Praca indywidualna**

Masa przedmiotów przenoszonych przez jednego pracownika nie może przekraczać:

30 kg - przy pracy stałej, oraz 50 kg - przy pracy dorywczej.

Niedopuszczalne jest ręczne przenoszenie przedmiotów o masie przekraczającej 30 kg na wysokość powyżej 4 m lub na odległość przekraczającą 25 m.

Dopuszczalne jest ręczne przetaczanie przedmiotów o kształtach okrągłych (w szczególności beczek, rur o dużych średnicach), pod warunkiem zachowania wartości określonych sił, a ponadto przy spełnieniu następujących wymagań:

1) masa ręcznie przetaczanych przedmiotów po terenie poziomym nie może przekraczać 300 kg na jednego pracownika,

2) masa ręcznie wtaczanych przedmiotów na pochylnie przez jednego pracownika nie może przekraczać 50 kg.

**1.2.** **Praca w zespole**

Przenoszenie przedmiotów, których długość przekracza 4 m i masa 30 kg, powinno odbywać się zespołowo, pod warunkiem aby na jednego pracownika przypadała masa nie przekraczająca:

1) 25 kg - przy pracy stałej,

2) 42 kg - przy pracy dorywczej.

**2. Najwyższe dopuszczalne normy dźwigania przedmiotów ciężkich przez kobiety:**

2.1. Masa ręczne przenoszonych i podnoszonych ciężarów nie może przekroczyć:

1) 12 kg - przy pracy stałej,

2) 20 kg - przy pracy dorywczej (do 4 razy na godzinę w czasie zmiany roboczej).

2.2. Masa ręczne przenoszonych ciężarów pod górę - po pochylniach, schodach itp., których maksymalny kąt nachylenia przekracza 30ş, a wysokość 5 m – nie może przekroczyć :

1) 8 kg - przy pracy stałej,

2) 15 kg - przy pracy dorywczej (do 4 razy na godzinę w czasie zmiany roboczej).

2.3. Dla kobiet w ciąży lub karmiących piersią - masa ręczne przemieszczanych ciężarów nie może przekroczyć 1/4 określonych wyżej wartości.

**3. Najwyższe dopuszczalne normy dźwigania przedmiotów ciężkich przez młodocianych:**

Wzbronione jest zatrudnianie młodocianych przy ręcznym dźwiganiu i przenoszeniu na odległość powyżej 25 m ciężarów o masie przekraczającej następujące wartości:

|  |  |
| --- | --- |
|  **Wiek** | **Dopuszczalny ciężar przy obciążeniu jednostkowym** |
|   | dziewczęta | chłopcy |
| Do ukończenia 16 roku życia | 10 kg | 15 kg |
|  Do 16 do ukończenia 18 roku życia | 20 kg | 25 kg |
|  | Po powtarzalnym obciążeniu |
|  Do ukończenia 16 roku życia | 5 kg | 8 kg |
|  Do 16 do ukończenia 18 roku życia | 8 kg | 12 kg |

**Postępowanie w przypadku uszkodzenia i innych wypadków**

1. Awarie oraz inne wypadki (np. przy pracy) należy natychmiast zgłosić przełożonemu

2. W wypadku zdarzenia zagrażającego zdrowiu lub życiu pracowników należy powiadomić odpowiednie służby ratownicze oraz osoby narażone i wspólnie opuścić pomieszczenia.

Szczegółowe zasady są określone w : Rozporządzeniu w sprawie bhp przy ręcznych pracach transportowych (Dz. U. z 2000 r. Nr 26 poz.313.) oraz Rozporządzeniu w sprawie wykazu prac wzbronionych młodocianym. (Dz. U. z 1990 Nr 85 poz.500) oraz Rozporządzeniu w sprawie wykazu prac szczególnie uciążliwych lub szkodliwych dla zdrowia kobiet. ( Dz. U. z 1996 Nr114 poz.5451) .

1. **Ręczne przewożenie ciężarów**

**Podstawowe zasady**

Do ręcznego przewożenia mogą być dopuszczeni pracownicy posiadający przeszkolenie ogólne oraz stanowiskowe BHP, aktualne świadectwo lekarskie, po zapoznaniu z instrukcjami BHP oraz oceną ryzyka zawodowego dla danego stanowiska pracy.

**1. Dopuszczalne normy przewożenia ciężarów przez mężczyzn:**

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
|  **Rodzaj pracy** | **Dopuszczalna masa ładunku \*** |  **Uwagi** |
|  Przemieszczanie na wózku  | 450 kg | teren płaski, twarda nawierzchnia |
|  | 350 kg | po pochyleniach większych niż 5% |
|  Przemieszczanie na wózku szynowym | 600 kg | teren poziomy |
|  | 450 kg | na pochyleniach torów większych niż 2% |
|  Przemieszczane na taczce | 100 kg | twarda nawierzchnia |
|  | 75 kg | nawierzchnia nieutwardzona |

**2. Najwyższe dopuszczalne normy przewożenia ciężarów przez kobiety:**

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| **Rodzaj pracy** | **Dopuszczalna masa ładunku\*** | **Uwagi** |
| Przy przewożeniu na taczkach jednokołowych |  50 kg |  powierzchnia równa, twarda i gładka o pochyleniu do 2% |
| Przy przewożeniu na wózkach 2, 3 i 4-kołowych |  80 kg |  |
| Przy przewożeniu na wózkach po szynach |  300 kg |  pochylenie toru do 1% |

**3. Najwyższe dopuszczalne normy przewożenia ciężarów przez młodocianych:**

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| **Rodzaj pracy** | **Dopuszczalny ciężar \*** | **Uwagi** | **Płeć / Wiek** |
|  Przewożenie ciężarów na taczkach jednokołowych |   do 50 kg | na odległość do 50 m po powierzchni gładkiej, utwardzonej, jeżeli pochylenie powierzchni nie przekracza 2%. |  chłopcy po ukończeniu 16 lat, dziewczęta po ukończeniu 18 lat |
|  Przewożenie ciężarów na wózkach 2-kołowych poruszanych ręcznie |   do 80 kg | na odległość do 100 m po powierzchni gładkiej ładunków o masie, jeżeli pochylenie powierzchni nie przekracza 2%. |  chłopcy po ukończeniu 16 lat, dziewczęta po ukończeniu 18 lat |

 *\* Uwaga: Wielkość wymienionych ciężarów obejmuje również wagę urządzenia transportowego.*

**4. Zasady bezpiecznego transportowania ładunków**

4.1. Sposób ładowania oraz rozmieszczenia ładunków na wózkach i taczkach powinien zapewniać ich
 równowagę i stabilność podczas przemieszczania.

4.2. Przedmioty przewożone na wózkach nie powinny wystawać poza obrys wózka i przysłaniać pola
 widzenia.

**Postępowanie w przypadku uszkodzenia i innych wypadków**

1. Awarie oraz inne wypadki (np. przy pracy) należy natychmiast zgłosić przełożonemu

2. W wypadku zdarzenia zagrażającego zdrowiu lub życiu pracowników należy powiadomić odpowiednie
 służby ratownicze oraz osoby narażone i wspólnie opuścić pomieszczenia.

**Na stanowisku pracy zabrania się:**

**1. Używania wózków lub taczek uszkodzonych oraz nie odpowiadających normom
i warunkom technicznym.**

**2. Palenia tytoniu, spożywania posiłków oraz alkoholu.**

**3. Obciążania urządzenia transportowego ponad dopuszczalną wielkość.**

**4. Usuwania urządzeń zabezpieczających z wózków.**

**5. Transportowania materiałów niebezpiecznych bez środków ochrony osobistej.**

1. **OCHRONA PRACY KOBIET**

Przejawem ochrony jest wykaz prac wzbronionych kobietom

**Wykaz prac szczególnie uciążliwych lub szkodliwych dla zdrowia kobiet**

**I. Prace związane z wysiłkiem fizycznym i transportem ciężarów oraz wymuszoną pozycją ciała**

1. Wszystkie prace, przy których najwyższe wartości obciążenia pracą fizyczną, mierzone wydatkiem energetycznym netto na wykonanie pracy, przekraczają 5.000 kJ na zmianę roboczą, a przy pracy dorywczej - 20 kJ/min. Uwaga: 1 kJ = 0,24 kcal. 2. Ręczne podnoszenie i przenoszenie ciężarów o masie przekraczającej: 1) 12 kg - przy pracy stałej, 2) 20 kg - przy pracy dorywczej (do 4 razy na godzinę w czasie zmiany roboczej). 3. Ręczna obsługa elementów urządzeń (dźwigni, korb, kół sterowniczych itp.), przy której wymagane jest użycie siły przekraczającej: 1) 50 N - przy pracy stałej, 2) 100 N - przy pracy dorywczej (do 4 razy na godzinę w czasie zmiany roboczej). 4. Nożna obsługa elementów urządzeń (pedałów, przycisków itp.), przy której wymagane jest użycie siły przekraczającej: 1) 120 N - przy pracy stałej, 2) 200 N - przy pracy dorywczej (do 4 razy na godzinę w czasie zmiany roboczej). 5. Ręczne przenoszenie pod górę - po pochylniach, schodach itp., których maksymalny kąt nachylenia przekracza 30o, a wysokość 5 m - ciężarów o masie przekraczającej: 1) 8 kg - przy pracy stałej, 2) 15 kg - przy pracy dorywczej (do 4 razy na godzinę w czasie zmiany roboczej). 6. Przewożenie ciężarów o masie przekraczającej: 1) 50 kg - przy przewożeniu na taczkach jednokołowych, 2) 80 kg - przy przewożeniu na wózkach 2, 3 i 4-kołowych, 3) 300 kg - przy przewożeniu na wózkach po szynach. Wyżej podane dopuszczalne masy ciężarów obejmują również masę urządzenia transportowego i dotyczą przewożenia ciężarów po powierzchni równej, twardej i gładkiej o pochyleniu nie przekraczającym: 2% - przy pracach wymienionych w pkt 1 i 2, 1% - przy pracach wymienionych w pkt 3. W przypadku przewożenia ciężarów po powierzchni nierównej w sposób określony w pkt 1 i 2, masa ciężarów nie może przekraczać 60% wielkości podanych w tych punktach. 7. Dla kobiet w ciąży lub karmiących piersią: 1) wszystkie prace, przy których najwyższe wartości obciążenia pracą fizyczną, mierzone wydatkiem energetycznym netto na wykonanie pracy, przekraczają 2.900 kJ na zmianę roboczą, 2) prace wymienione w ust. 2-6, jeżeli występuje przekroczenie 1/4 określonych w nich wartości, 3) prace w pozycji wymuszonej, 4) prace w pozycji stojącej łącznie ponad 3 godziny w czasie zmiany roboczej.

**II. Prace w mikroklimacie zimnym, gorącym i zmiennym**

Dla kobiet w ciąży lub karmiących piersią: 1) prace w warunkach, w których wskaźnik PMV (przewidywana ocena średnia), określany zgodnie z Polską Normą, jest większy od 1,5, 2) prace w warunkach, których wskaźnik PMV (przewidywana ocena średnia), określany zgodnie z Polską Normą, jest mniejszy od -1,5, 3) prace w środowisku, w którym występują nagłe zmiany temperatury powietrza w zakresie przekraczającym 15oC.

**III. Prace w hałasie i drganiach**

Dla kobiet w ciąży:

1) prace w warunkach narażenia na hałas, którego:

a) poziom ekspozycji odniesiony do 8-godzinnego dobowego lub do przeciętnego tygodniowego, określonego w Kodeksie pracy, wymiaru czasu pracy przekracza wartość 65 dB,

b) szczytowy poziom dźwięku C przekracza wartość 130 dB,

c) maksymalny poziom dźwięku A przekracza wartość 110 dB,

2) prace w warunkach narażenia na hałas infradźwiękowy, którego:

a) równoważny poziom ciśnienia akustycznego skorygowany charakterystyką częstotliwościową G, odniesiony do 8-godzinnego dobowego lub przeciętnego tygodniowego, określonego w Kodeksie pracy, wymiaru czasu pracy przekracza wartość 86 dB,

b) szczytowy nieskorygowany poziom ciśnienia akustycznego przekracza wartość 135 dB,

3) prace w warunkach narażenia na hałas ultradźwiękowy, którego:

a) równoważne poziomy ciśnienia akustycznego w pasmach tercjowych o częstotliwościach środkowych od 10 kHz do 40 kHz, odniesione do 8-godzinnego dobowego lub do przeciętnego tygodniowego, określonego w Kodeksie pracy, wymiaru czasu pracy,

b) maksymalne poziomy ciśnienia akustycznego w pasmach tercjowych o częstotliwościowych środkowych od 10 kHz do 40 kHz

* przekraczają wartości podane w tabeli:

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| Częstotliwość środkowa pasm tercjowych (kHz) | Równoważny poziom ciśnienia akustycznego odniesiony do 8-godzinnego dobowego lub do przeciętnego tygodniowego, określonego w Kodeksie pracy, wymiaru czasu pracy (dB) | Maksymalny poziom ciśnienia akustycznego (dB) |
| 10; 12,5; 16 | 77  | 100 |
| 20 | 87 | 110 |
| 25 | 102 | 125 |
| 31,5; 40 | 107 | 130 |

4) prace w warunkach narażenia na drgania działające na organizm przez kończyny górne, których:

a) wartość sumy wektorowej skutecznych, ważonych częstotliwościowe przyśpieszeń drgań wyznaczonych dla trzech składowych kierunkowych X, Y, Z, przy 8-godzinnym działaniu drgań na organizm, przekracza 1 m/s2,

b) maksymalna wartość sumy wektorowej skutecznych, ważonych częstotliwościowe przyśpieszeń drgań wyznaczonych dla trzech składowych kierunkowych X, Y, Z, dla ekspozycji trwających 30 minut i krótszych, przekracza 4 m/s2,

5) wszystkie prace w warunkach narażenia na drgania o ogólnym oddziaływaniu na organizm człowieka.

**IV. Prace narażające na działanie pól elektromagnetycznych, promieniowania jonizującego i nadfioletowego oraz prace przy monitorach ekranowych**

1. Dla kobiet w ciąży: 1) prace w zasięgu pól elektromagnetycznych o natężeniach przekraczających wartości dla sfery bezpiecznej, 2) prace w środowisku, w którym występuje przekroczenie 1/4 wartości najwyższych dopuszczalnych natężeń promieniowania nadfioletowego, określonych w przepisach w sprawie najwyższych dopuszczalnych stężeń i natężeń czynników szkodliwych dla zdrowia w środowisku pracy, 3) prace w warunkach narażenia na promieniowanie jonizujące określonych w przepisach prawa atomowego, 4) prace przy obsłudze monitorów ekranowych - powyżej 4 godzin na dobę. 2. Dla kobiet karmiących piersią – prace w warunkach narażenia na promieniowanie jonizujące określonych w przepisach prawa atomowego.

**V. Prace pod ziemią, poniżej poziomu gruntu i na wysokości**

1. Prace pod ziemią we wszystkich kopalniach, z wyjątkiem pracy: 1) na stanowiskach kierowniczych, nie wymagającej stałego przebywania pod ziemią i wykonywania pracy fizycznej, 2) w służbie zdrowia, 3) w okresie studiów, w ramach szkolenia zawodowego, 4) wykonywanej dorywczo i nie wymagającej pracy fizycznej. 2. Dla kobiet w ciąży: 1) praca na wysokości - poza stałymi galeriami, pomostami, podestami i innymi stałymi podwyższeniami, posiadającymi pełne zabezpieczenie przed upadkiem (bez potrzeby stosowania środków ochrony indywidualnej przed upadkiem), oraz wchodzenie i schodzenie po drabinach i klamrach, 2) prace w wykopach oraz w zbiornikach otwartych.

**VI. Prace w podwyższonym lub obniżonym ciśnieniu**

Dla kobiet w ciąży lub karmiących piersią - prace nurków oraz wszystkie prace w warunkach podwyższonego lub obniżonego ciśnienia.

**VII. Prace w kontakcie ze szkodliwymi czynnikami biologicznymi**

Dla kobiet w ciąży lub karmiących piersią: 1) prace stwarzające ryzyko zakażenia: wirusem zapalenia wątroby typu B, wirusem ospy wietrznej i półpaśca, wirusem różyczki, wirusem HIV, wirusem cytomegalii, pałeczką listeriozy, toksoplazmozą, 2) prace przy obsłudze zwierząt dotkniętych chorobami zakaźnymi i inwazyjnymi.

**VIII. Prace w narażeniu na działanie szkodliwych substancji chemicznych**

Dla kobiet w ciąży lub karmiących piersią: 1) prace w narażeniu na działanie czynników rakotwórczych i o prawdopodobnym działaniu rakotwórczym, określonych w odrębnych przepisach, 2) prace w narażeniu na niżej wymienione substancje chemiczne niezależnie od ich stężenia w środowisku pracy: - chloropren, - 2-etoksyetanol, - etylenu dwubromek, - leki cytostatyczne, - mangan, - 2-metoksyetanol, - ołów i jego związki organiczne i nieorganiczne, - rtęć i jej związki organiczne i nieorganiczne, - styren, - syntetyczne estrogeny i progesterony, - węgla dwusiarczek, - preparaty od ochrony roślin, 3) prace w narażeniu na działanie rozpuszczalników organicznych, jeżeli ich stężenia w środowisku pracy przekraczają wartości 1/3 najwyższych dopuszczalnych stężeń.

**IX. Prace grożące ciężkimi urazami fizycznymi i psychicznymi**

Dla kobiet w ciąży lub karmiących piersią: 1) prace w wymuszonym rytmie pracy (na przykład na taśmie), 2) prace wewnątrz zbiorników i kanałów, 3) prace stwarzające ryzyko ciężkiego urazu fizycznego lub psychicznego, np. gaszenie pożarów, udział w akcjach ratownictwa chemicznego, usuwanie skutków awarii, prace z materiałami wybuchowymi, prace przy uboju zwierząt hodowlanych oraz obsłudze rozpłodników.

1. **Ochrona pracy młodocianych**

**Wykaz prac wzbronionych młodocianym**

1.l. Prace związane z nadmiernym wysiłkiem fizycznym, wymuszoną pozycją ciała oraz zagrażające prawidłowemu rozwojowi psychicznemu

1. Prace związane z nadmiernym wysiłkiem fizycznym

1) Prace polegające wyłącznie na podnoszeniu, przenoszeniu i przewożeniu ciężarów oraz prace wymagające powtarzania dużej liczby jednorodnych ruchów.

2) Prace, przy których najwyższe wartości obciążenia pracą fizyczną, mierzone wydatkiem energetycznym netto na wykonywanie pracy, przekraczają:

a) dla dziewcząt – w odniesieniu do 6-godzinnego dobowego czasu pracy – 2300 kJ, a w odniesieniu do wysiłków krótkotrwałych 10,5 kJ na minutę,

b) dla chłopców – w odniesieniu do 6-godzinnego dobowego czasu pracy – 3030 kJ, a w odniesieniu do wysiłków krótkotrwałych 12,6 kJ na minutę.

3) Prace załadunkowe i wyładunkowe, przy przewożeniu ciężarów środkami transportu, przy przetaczaniu beczek, bali, kloców itp.

4) Ręczna obsługa dźwigni, korb i kół sterowniczych, przy której niezbędna jest siła przekraczająca:

a) przy pracy dorywczej (wykonywanej do 4 razy na godzinę, jeżeli łączny czas wykonywania prac nie przekracza połowy dobowego wymiaru czasu pracy młodocianych):

– dla dziewcząt – 70 N,

– dla chłopców – 100 N,

b) przy obciążeniu powtarzalnym:

– dla dziewcząt – 40 N,

– dla chłopców – 60 N.

5) Nożna obsługa elementów urządzeń (pedałów, przycisków nożnych itp.) wymagająca siły przekraczającej:

a) przy obsłudze dorywczej:

– dla dziewcząt – 100 N,

– dla chłopców – 170 N,

b) przy obciążeniu powtarzalnym:

– dla dziewcząt – 70 N,

– dla chłopców – 130 N.

6) Ręczne dźwiganie i przenoszenie przez jedną osobę na odległość powyżej 25 m przedmiotów o masie przekraczającej:

a) przy pracy dorywczej:

– dla dziewcząt – 14 kg,

– dla chłopców – 20 kg,

b) przy obciążeniu powtarzalnym:

– dla dziewcząt – 8 kg,

– dla chłopców – 12 kg.

7) Ręczne przenoszenie pod górę, w szczególności po schodach, których wysokość przekracza 5 m, a kąt nachylenia – 30°, ciężarów o masie przekraczającej:

a) przy pracy dorywczej:

– dla dziewcząt – 10 kg,

– dla chłopców – 15 kg,

b) przy obciążeniu powtarzalnym:

– dla dziewcząt – 5 kg,

– dla chłopców – 8 kg.

8) Przewożenie przez dziewczęta ciężarów na taczkach i wózkach 2-kołowych poruszanych ręcznie.

2. Prace wymagające stale wymuszonej i niewygodnej pozycji ciała

1) Prace wykonywane w pozycji pochylonej lub w przysiadzie.

2) Prace wykonywane w pozycji leżącej, na boku lub na wznak, w tym w szczególności przy naprawach pojazdów mechanicznych.

3) Prace wykonywane na kolanach, w tym w szczególności przy ręcznym cyklinowaniu podłóg, przy pracach brukarskich i posadzkarskich.

3. Prace zagrażające prawidłowemu rozwojowi psychicznemu

1) Prace, przy których mógłby być zagrożony dalszy prawidłowy rozwój psychiczny młodocianych, w szczególności:

a) prace związane z produkcją, sprzedażą i konsumpcją wyrobów alkoholowych, w tym obsługa konsumentów w zakładach gastronomicznych,

b) prace związane z produkcją, sprzedażą i reklamą wyrobów tytoniowych,

c) prace związane z ubojem i obróbką poubojową zwierząt,

d) obsługa zakładów kąpielowych i łaźni,

e) prace rakarzy,

f) prace przy sztucznym unasiennianiu zwierząt,

g) prace w szpitalach (oddziałach) dla nerwowo i psychicznie chorych.

2) Prace w warunkach mogących stanowić nadmierne obciążenie psychiczne, w szczególności:

a) wymagające odbioru i przetwarzania dużej liczby lub szybko po sobie następujących informacji i podejmowania decyzji mogących spowodować groźne następstwa, szczególnie w sytuacjach przymusu czasowego, w tym związane z obsługą urządzeń sterowniczych,

b) wymuszone przez rytm pracy maszyn i wynagradzane w zależności od osiąganych rezultatów.

3) Prace pokojowych w domach wczasowych i turystycznych, pensjonatach i hotelach, w tym hotelach robotniczych.

4) Udział w występach tancerzy w zakładach gastronomicznych.

II. Prace w narażeniu na szkodliwe działanie czynników chemicznych, fizycznych i biologicznych

1. Prace w narażeniu na szkodliwe działanie czynników chemicznych

1) Prace w narażeniu na działanie substancji i preparatów chemicznych, w tym środków ochrony roślin, sklasyfikowanych w przepisach w sprawie kryteriów i sposobu klasyfikacji substancji i preparatów chemicznych jako: toksyczne (T), bardzo toksyczne (T+), żrące (C) lub wybuchowe (E).

2) Prace w narażeniu na działanie substancji i preparatów chemicznych, w tym środków ochrony roślin, sklasyfikowanych w przepisach w sprawie kryteriów i sposobu klasyfikacji substancji i preparatów chemicznych jako szkodliwe (Xn), którym przypisano jeden lub więcej następujących zwrotów zagrożeń:

a) zagraża powstaniem bardzo poważnych nieodwracalnych zmian w stanie zdrowia (R39),

b) może powodować uczulenie w następstwie narażenia drogą oddechową (R42),

c) może powodować uczulenie w kontakcie ze skórą (R43),

d) może powodować raka (R45),

e) może powodować dziedziczne wady genetyczne (R46),

f) stwarza poważne zagrożenie zdrowia w następstwie długotrwałego narażenia (R48),

g) może upośledzać płodność (R60),

h) może działać szkodliwie na dziecko w łonie matki (R61),

i) możliwe ryzyko powstania nieodwracalnych zmian w stanie zdrowia (R68).

3) Prace w narażeniu na działanie substancji i preparatów chemicznych, w tym środków ochrony roślin, sklasyfikowanych w przepisach w sprawie kryteriów i sposobu klasyfikacji substancji i preparatów chemicznych jako drażniące (Xi), którym przypisano jeden lub więcej następujących zwrotów zagrożeń:

a) produkt skrajnie łatwo palny (R12),

b) może powodować uczulenie w następstwie narażenia drogą oddechową (R42),

c) może powodować uczulenie w kontakcie ze skórą (R43).

4) Prace w narażeniu na działanie czynników i procesów technologicznych o działaniu rakotwórczym lub mutagennym, określonych w odrębnych przepisach.

5) Prace w kontakcie z lekami psychotropowymi.

6) Prace związane z używaniem kadzi, zbiorników lub pojemników szklanych zawierających czynniki chemiczne, o których mowa w pkt 1–4.

2. Prace w narażeniu na szkodliwe działanie pyłów

Prace w środowisku, w którym występuje narażenie na szkodliwy wpływ:

1) pyłów o działaniu zwłókniającym i drażniącym, których stężenia przekraczają 2/3 wartości najwyższych dopuszczalnych stężeń określonych w przepisach w sprawie najwyższych dopuszczalnych stężeń i natężeń czynników szkodliwych dla zdrowia w środowisku pracy;

2) pyłów o działaniu uczulającym;

3) pyłów o działaniu rakotwórczym lub mutagennym, określonych w odrębnych przepisach.

3. Prace w narażeniu na szkodliwe działanie czynników fizycznych

1) Prace w zasięgu pól elektromagnetycznych o natężeniach przekraczających wartości dla strefy bezpiecznej, określone w przepisach w sprawie najwyższych dopuszczalnych stężeń i natężeń czynników szkodliwych dla zdrowia w środowisku pracy.

2) Prace w warunkach narażenia na promieniowanie jonizujące na poziomie przekraczającym dopuszczalne wartości dawek granicznych określone w przepisach prawa atomowego.

3) Prace w warunkach narażenia na promieniowanie laserowe.

4) Prace w warunkach narażenia na promieniowanie nadfioletowe, zwłaszcza emitowane przez technologiczne urządzenia przemysłowe, w tym w szczególności przy spawaniu, cięciu i napawaniu metali.

5) Prace w warunkach narażenia na promieniowanie podczerwone, w tym w szczególności przy piecach hutniczych i grzewczych oraz spiekaniu, odlewaniu, walcowaniu i kuciu metali.

6) Prace w warunkach narażenia na hałas, którego:

a) poziom ekspozycji odniesiony do 8-godzinnego dobowego lub do przeciętnego tygodniowego, określonego w Kodeksie pracy, wymiaru czasu pracy przekracza wartość 80 dB,

b) szczytowy poziom dźwięku C przekracza wartość 130 dB,

c) maksymalny poziom dźwięku A przekracza wartość 110 dB.

7) Prace w warunkach narażenia na hałas infradźwiękowy, którego:

a) równoważny poziom ciśnienia akustycznego skorygowany charakterystyką częstotliwościową G odniesiony do 8-godzinnego dobowego lub do przeciętnego tygodniowego, określonego w Kodeksie pracy, wymiaru czasu pracy przekracza wartość 86 dB,

b) szczytowy nieskorygowany poziom ciśnienia akustycznego przekracza wartość 135 dB.

8) Prace w warunkach narażenia na hałas ultradźwiękowy, którego:

a) równoważne poziomy ciśnienia akustycznego w pasmach tercjowych o częstotliwościach środkowych od 10 kHz do 40 kHz odniesione do 8-godzinnego dobowego lub do przeciętnego tygodniowego, określonego w Kodeksie pracy, wymiaru czasu pracy,

b) maksymalne poziomy ciśnienia akustycznego w pasmach tercjowych o częstotliwościach środkowych od 10 kHz do 40 kHz

przekraczają wartości podane w tabeli:

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| Częstotliwość środkowa pasm tercjowych (kHz) | Równoważny poziom ciśnienia akustycznego odniesionydo 8-godzinnego dobowego lub do przeciętnego tygodniowego, określonego w Kodeksie pracy, wymiaru czasu pracy (dB) | Maksymalny poziom ciśnienia akustycznego (dB) |
| 1 | 2 | 3 |
| 10; 12,5; 16 | 75 | 100 |
| 20 | 85 | 110 |
| 25 | 100 | 125 |
| 31,5; 40 | 105 | 130 |

9) Prace w warunkach narażenia na drgania działające na organizm człowieka przez kończyny górne, przy których:

a) wartość ekspozycji dziennej wyrażonej w postaci równoważnej energetycznie dla 8 godzin działania sumy wektorowej skutecznych, ważonych częstotliwościowo przyspieszeń drgań wyznaczonych dla trzech składowych kierunkowych (ahwx, ahwy, ahwz), przekracza 1 m/s2,

b) wartość ekspozycji trwającej 30 minut i krócej, wyrażonej w postaci sumy wektorowej skutecznych, ważonych częstotliwościowo przyspieszeń drgań wyznaczonych dla trzech składowych kierunkowych (ahwx, ahwy, ahwz), przekracza 4 m/s2.

10) Prace w warunkach narażenia na drgania o ogólnym działaniu na organizm człowieka, przy których:

a) wartość ekspozycji dziennej wyrażonej w postaci równoważnego energetycznie dla 8 godzin działania skutecznego, ważonego częstotliwościowo przyspieszenia drgań dominującego wśród przyspieszeń drgań wyznaczonych dla trzech składowych kierunkowych, z uwzględnieniem właściwych współczynników (1,4 awx, 1,4 awy, awz), przekracza 0,19 m/s2,

b) wartość ekspozycji trwającej 30 minut i krócej, wyrażonej w postaci skutecznego ważonego częstotliwościowo przyspieszenia drgań dominującego wśród przyspieszeń drgań wyznaczonych dla trzech składowych kierunkowych, z uwzględnieniem właściwych współczynników (1,4 awx, 1,4 awy, awz), przekracza 0,76 m/s2."

2) w załączniku nr 2 do rozporządzenia w dziale III w pkt 9 lit. e otrzymuje brzmienie:

“e) wykonywane w warsztatach szkolnych lub na stanowiskach szkoleniowych w zakładach pracy przystosowanych do prowadzenia praktycznej nauki zawodu:

– przy obsłudze młotów mechanicznych, pras, walców, nożyc, krajalnic, szarpaczy oraz napędów i przystawek przenoszących ruch na maszyny,

– przy obróbce drewna z użyciem pilarek łańcuchowych z napędem elektrycznym lub mechanicznym, pilarek tarczowych, taśmowych lub ramowych (traków), maszyn do obróbki drewna o bezpośrednim ręcznym posuwie materiału, przy zrywce oraz pozyskiwaniu i transporcie drewna.11) Prace w pomieszczeniach, w których temperatura powietrza przekracza 30 °C, a wilgotność względna powietrza przekracza 65 %, a także w warunkach bezpośredniego oddziaływania otwartego źródła promieniowania, w tym w szczególności: obsługa suszarni, spiekanie i prażenie rud, walcowanie, wytapianie, rozlewanie i odlewanie metali lub ich stopów, naprawa pieców hutniczych, obsługa pieców do termicznej obsługi cieplnej, w hutach szkła i przetwórniach szkła – obsługa pieców do wytapiania i odprężania, naprawa pieców szklarskich, formowanie szkła oraz wszelkie prace na pomostach czynnych pieców do wytapiania szkła, prace przy wypalaniu dolomitu i wapna, gotowanie asfaltu i prace z gorącym asfaltem, bezpośrednia obsługa pieców piekarniczych, prace przy przygotowaniu karmelu w kociołkach.

12) Prace w temperaturze powietrza niższej niż 14 °C, a także przy wilgotności względnej wyższej niż 65 %, w tym w szczególności: prace w chłodniach, przechowalniach produktów żywnościowych, zamrażalniach, w stałym kontakcie z wodą, solanką i innymi płynami, przy robotach ziemnych w mokrym gruncie – osuszanie i nawadnianie, a także prace w warunkach narażających na stałe przemakanie odzieży, powodujące naruszenie bilansu cieplnego u młodych pracowników.

13) Prace w środowisku o dużych wahaniach parametrów mikroklimatu, szczególnie przy występowaniu nagłych zmian temperatury powietrza w zakresie przekraczającym 15 °C, przy braku możliwości stosowania co najmniej 15-minutowej adaptacji w pomieszczeniach o temperaturze pośredniej.

14) Prace w warunkach podwyższonego ciśnienia, w tym w szczególności:

a) w komorach wysokich ciśnień lub w innych urządzeniach hiperbarycznych nawodnych albo naziemnych,

b) w urządzeniach komunikacji lotniczej,

c) prace nurków i płetwonurków,

d) prace w kesonach.

15) Prace w warunkach obniżonego ciśnienia, w tym w szczególności w komorach niskich ciśnień lub w innych urządzeniach hipobarycznych nawodnych lub naziemnych.

4. Prace w narażeniu na szkodliwe działanie czynników biologicznych

1) Prace, przy których źródłem zakażenia lub zarażenia może być chory człowiek lub materiał zakaźny pochodzenia ludzkiego, tj. krew, tkanki, mocz, kał itp., w tym w szczególności wszelkie prace w szpitalach (oddziałach) zakaźnych.

2) Prace, przy których występują zagrożenia czynnikami biologicznymi, przenoszonymi na człowieka przez kontakt ze zwierzętami lub produktami pochodzenia zwierzęcego, w tym szczególnie:

a) drobnoustrojami chorób odzwierzęcych, tj. zoonozami,

b) alergenami pochodzenia zwierzęcego: wydalinami, roztoczem, sierścią, łupieżem zwierząt hodowlanych, pyłem jedwabiu naturalnego, pierzem ptaków, mączką rybną itp., występującymi w hodowli i przetwórstwie.

3) Prace, przy których występują zagrożenia czynnikami biologicznymi pochodzenia roślinnego lub mikroorganizmami przenoszonymi przez rośliny:

a) drobnoustrojami występującymi w roślinach, tj. bakteriami, promieniowcami, grzybami itp., które stanowią zagrożenie w trakcie procesów magazynowania, przetwarzania i użytkowania różnych surowców roślinnych,

b) pytami pochodzenia roślinnego, powodującymi stany uczuleniowe, w tym w szczególności pyłami zbożowymi, paszowymi, tytoniowymi i z ziół leczniczych.

III. Prace stwarzające zagrożenia wypadkowe

1) Prace, podczas których młodociani są narażeni na zwiększone niebezpieczeństwo urazów, w tym w szczególności związane z:

a) obsługą młotów mechanicznych, pras, walców, nożyc, krajalnic, szarpaczy oraz napędów i przystawek przenoszących ruch na maszyny,

b) uruchamianiem maszyn i innych urządzeń bezpośrednio po ich naprawie,

c) połowem ryb, ich patroszeniem i filetowaniem oraz wszelkimi pracami w działach produkcyjnych fabryk przetworów rybnych,

d) rozbiorem, trybowaniem i mieleniem mięsa,

e) obsługą ciągników i maszyn samojezdnych, bezpośrednią obsługą młockarni, sieczkarni i innych maszyn rolniczych, przy których występują zagrożenia wypadkowe, oraz koszeniem kosą,

f) prowadzeniem maszyn budowlanych i drogowych oraz obsługą dźwignic, kafarów i kołowrotów,

g) obsługą kotłów parowych, urządzeń i naczyń, w których występuje ciśnienie powyżej 0,5 bara, obsługą generatorów gazowych i innych urządzeń, których eksploatacja, uszkodzenie i nieprawidłowa czynność zagraża bezpieczeństwu obsługującego i innych osób znajdujących się w pobliżu,

h) obróbką drewna przy użyciu pilarek łańcuchowych z napędem elektrycznym lub mechanicznym, obsługą pilarek tarczowych, taśmowych, ramowych (traków), maszyn do obróbki drewna o bezpośrednim ręcznym posuwie materiału oraz wszelkich pracach przy zrywce, pozyskiwaniu i transporcie drewna.

i) kontaktem ze zwierzętami dzikimi lub jadowitymi, obsługą buhajów, ogierów, knurów i tryków oraz wywozem obornika i gnojowic

2) Prace związane z wytwarzaniem i stosowaniem środków wybuchowych i łatwo palnych oraz wyrobów zawierających te środki.

3) Prace obejmujące wytwarzanie, stosowanie i przechowywanie sprężonych, płynnych i rozpuszczonych gazów.

4) Prace zagrażające porażeniem prądem elektrycznym, w tym w szczególności: prace przy liniach energetycznych będących pod napięciem lub w pobliżu tych linii, prace w rozdzielniach prądu elektrycznego, w elektrycznych podstacjach, przy transformatorach i nastawniach, wszelkie prace przy obsłudze urządzeń energetycznych znajdujących się pod napięciem, z wyjątkiem napięcia obniżonego (bezpiecznego) oraz prac konserwacyjnych przy urządzeniach central telefonicznych, wykonywanych przez absolwentów szkół zawodowych.

5) Prace w transporcie kolejowym, w tym w szczególności: na stanowiskach związanych z prowadzeniem ruchu kolejowego, zwłaszcza prace maszynistów pojazdów trakcyjnych i drezyn motorowych, dyżurnych ruchu, konduktorów, manewrowych, ustawiaczy, nastawniczych, zwrotniczych, operatorów maszyn torowych, sprzątaczy wagonów oraz przy budowie i utrzymaniu sieci trakcyjnej.

6) Prace w transporcie oraz komunikacji samochodowej i tramwajowej, w tym w szczególności:

a) prace kierowców pojazdów silnikowych i ich pomocników,

b) prace konduktorów w autobusach i trolejbusach,

c) przy ręcznym przetaczaniu, spinaniu i odczepianiu wagonów i przyczep,

d) przy zdejmowaniu, nakładaniu i pompowaniu opon samochodowych i ciągnikowych,

e) prace konwojentów.

7) Prace w żegludze, w tym w szczególności: wszelkie prace na jednostkach pływających oraz prace w portach związane z obsługą techniczną statków, prace na pogłębiarkach i przy wydobywaniu wraków.

8) Prace w lotnictwie, w tym w szczególności: prace mechaników, pilotów samolotów oraz prace związane z obsługą pasażerów w samolocie.

9) Prace grożące zawaleniem, w tym w szczególności:

a) prace pod ziemią,

b) prace w zagłębieniach o głębokości większej niż 0,7 m, których szerokość jest mniejsza niż dwukrotna głębokość,

c) prace przy budowie i rozbiórce obiektów budowlanych.

10) Prace na wysokości powyżej 3 m grożące upadkiem z wysokości, w tym w szczególności:

a) przy budowie, naprawie i czyszczeniu kominów,

b) związane z przymusową pozycją ciała, w przestrzeni ograniczonej,

c) narażające na zmienny mikroklimat, prowadzone na zewnątrz budynku.

11) Prace w kamieniołomach i kopalniach odkrywkowych oraz przy wydobywaniu i przerobie siarki.

12) Prace przy nieodpowiednim oświetleniu, przy których wykonywaniu parametry oświetlenia nie odpowiadają wymaganiom określonym w Polskich Normach.

1. **Pierwsza pomoc**

**Instrukcja pierwszej pomocy przedmedycznej**

**Nagły wypadek**

1. Ocenić stan poszkodowanego – przytomność, oddech, tętno, krwawienia. Nieprzytomnego ułożyć w pozycji na boku

2. W przypadku braku oddechu lub tętna przeprowadzić reanimację

a) ułożyć poszkodowanego na plecach, na twardym podłożu

b) udrożnić drogi oddechowe (odgiąć głowę do tyłu, otworzyć usta, usunąć obce ciała z ust,
 zapobiec zapadaniu się języka)

c) przy braku oddech przeprowadzić masaż serca: na dolnej części mostku ułożyć dłoń na dłoni i nie dotykając palcami klatki piersiowej naciskać na mostek ~ 100 razy na min. w sposób powodujący każdorazowo jego ugięcie o 3 – 5 cm.

d) przy braku oddechu po wykonaniu 30 uciśnięć klatki piersiowej zacisnąć skrzydełka nosa i przystąpić do sztucznego oddychania metodą usta - usta, 2 wdechy na 30 uciśnięć klatki piersiowej.

3. Jednocześnie **wezwać lekarza** – pogotowie tel. **999 lub 112**

|  |
| --- |
| **Omdlenia** (krótka utrata przytomności, silne osłabienie)1. otworzyć okna lub wynieść chorego na wolne powietrze2. ułożyć na plecach z nogami powyżej głowy 3. w miarę potrzeby wezwać lekarza**Zranienia**1. przemyć ranę wodą utlenioną, brzegi odkazić jodyną2. ranę opatrzyć jałową gazą, plastrem lub bandażem3. w wypadku większych zranień wezwać lekarza |
| **Krwotoki**1. wewnętrzne: ułożyć chorego w pozycji leżącej, wezwać lekarza2. zewnętrzne: założyć opatrunek uciskowy, wezwać lekarza**Złamania, zwichnięcia**1. unieruchomić kończynę, podać środki, przeciwbólowe, wezwać lekarza2. w razie otwartego złamanie założyć jałowy opatrunek  |
| **Porażenie prądem elektrycznym**1. wyłączyć zasilanie lub odciągnąć porażonego przy pomocy izolatorów2. stosować procedury pierwszej pomocy właściwe dla stanu poszkodowanego**Oparzenia**1. Termiczne: natychmiast polewać miejsce oparzone zimną wodą lub obłożyć lodem,2. Kwasami: natychmiast polewać miejsca oparzone zimna wodą przez 10 min, posmarować 3% roztworem sody oczyszczonej3. Ługami: usunąć resztki ługu jałową gazą, polewać strumieniem wody, posmarować kwasem bornym(3%) lub octowym (1%)4. Oczu: usunąć środek żrący, płukać 15 min wodą, lub fizjologicznym roztworem soli, lekką, zimna herbatą, wezwać lekarza**Zatrucia chemiczne**1. Przez układ oddechowy:usunąć poszkodowanego poza działanie truciznrozluźnić odzież, zdjąć zatrutąusunąć strumieniem wody resztki substancji trującej z powierzchni ciała poszkodowanegociepło okryć poszkodowanegowezwać lekarza2. Przez układ pokarmowy:wywołać wymioty (podając duże ilości letniej wody lub drażniąc śluzówkę gardła)podać odtrutkę(wodną zawiesinę węgla aktywnego lub roztwór kurzych białek ( 2/szklankę wody)wywołać ponowne wymiotywezwać lekarzaUwaga: nie wywoływać wymiotów, gdy chory jest nieprzytomny lub zatrucie pochodzi od kwasów lub zasad3. Przez skórę: rozebrać zatrutego, spłukać truciznę strumieniem wody, wezwać lekarza |

**PIERWSZA POMOC PRZY PORAŻENIACH
PRĄDEM ELEKTRYCZNYM**

1. Skutki porażenia prądem zależą od natężenia i czasu oddziaływania na organizm człowieka. Dlatego ratowanie porażonego musi być natychmiastowe.
2. Przede wszystkim należy wyłączyć urządzenie spod napięcia, np. przez wyjęcie wtyczki z gniazda wtyczkowego, wykręcenie bezpieczników lub wyłączenie wyłącznika samoczynnego (nadmiarowoprądowego).
3. Jeżeli porażony znajduje się na pewnej wysokości nad ziemią, należy pamiętać, że może on spaść po wyłączeniu prądu. Dlatego trzeba pod nim trzymać naprężony koc lub dostatecznie mocną płachtę, aby zabezpieczyć go przed potłuczeniem.
4. Jeśli porażony stracił przytomność, należy natychmiast przenieść go w ciepłe miejsce i starać się ocucić, a przy braku oddechu, trzeba natychmiast zastosować sztuczne oddychanie. Częstotliwość wdmuchiwania powietrza powinna wynosić 10-12 razy na minutę, a w przypadku dzieci - dwukrotnie częściej.

***Uwaga! Przed wyłączeniem urządzenia spod napięcia nie wolno dotykać porażonego, gdyż samemu można ulec porażeniu.
Jeżeli mamy trudności z wyłączeniem prądu można porażonego odciągnąć za pomocą suchego kija lub stojąc na suchej desce (odizolowanie od ziemi) pociągnąć go za odzież.***

5. Jeżeli u porażonego nastąpiło zatrzymanie akcji serca, to równolegle ze sztucznym oddychaniem należy wykonywać masaż serca oburącz uciskając okolicę środkowej części mostka w tempie 60-70 razy na minutę.

**Czynności te należy prowadzić aż do przybycia lekarza.** **W każdym przypadku należy natychmiast wezwać lekarza, ponieważ nawet, gdy porażony jest przytomny, stan jego zdrowia może być poważnie zagrożony.**

**16. Postępowanie w razie pożaru**

1. Właściciel, zarządca lub użytkownik budynku, obiektu lub terenu, a także osoby fizyczne, prawne, organizacje

i instytucje obowiązane są zabezpieczyć użytkowane środowisko, budynek, obiekt lub teren przed zagrożeniem pożarowym i ponoszą odpowiedzialność za naruszenie przepisów.

2. Osoby i podmioty wymienione w pkt 1 obowiązane są zaznajomić pracowników z przepisami przeciwpożarowymi, a w szczególności z:

a) instrukcją bezpieczeństwa pożarowego,

b) instrukcją technologiczno ruchową,

c) sposobami alarmowania na wypadek pożaru,

d) rozmieszczeniem i obsługą podręcznego sprzętu gaśniczego,

e) sposobami ewakuacji na wypadek pożaru oraz postępowania do czasu przybycia jednostki ratowniczo gaśniczej.

3. Właściciele, zarządcy lub użytkownicy budynków oraz placów składowych i wiat, z wyjątkiem budynków mieszkalnych jednorodzinnych, są zobowiązani do:

3.1. Umieszczenia w widocznych miejscach wykazu telefonów alarmowych oraz instrukcji postępowania na wypadek pożaru,

3.2. Oznakowania, zgodnie z Polskimi Normami:

a) dróg ewakuacyjnych oraz pomieszczeń, w których w myśl przepisów wymagane są co najmniej 2 wyjścia ewakuacyjne,

b) miejsc usytuowania urządzeń przeciwpożarowych, elementów sterujących urządzeniami przeciwpożarowymi,

c) lokalizacji przeciwpożarowych wyłączników prądu, głównych zaworów gazu oraz materiałów niebezpiecznych pożarowo,

d) pomieszczeń, w których występują materiały niebezpieczne pożarowo.

4. W obiektach oraz na terenach przyległych zabronione jest wykonywanie czynności, które mogą spowodować pożar, jego rozprzestrzenianie się, utrudnienie prowadzenia działań ratowniczych lub ewakuacji, a w szczególności:

4.1. Używania otwartego ognia, palenia tytoniu w strefie zagrożenia wybuchem, pożarem.

4.2. Garażowania pojazdów silnikowych w obiektach i pomieszczeniach nieprzeznaczonych do tego celu, jeżeli nie opróżniono zbiornika paliwa pojazdu i nie odłączono na stałe zasilania akumulatorowego pojazdu.

4.3. Przechowywanie materiałów palnych w odległości mniejszej niż 0,5 m od:

a) urządzeń i instalacji, których powierzchnie zewnętrzne mogą nagrzewać się do temperatury przekraczającej 100 stopni C,

b) linii kablowych o napięciu powyżej 1 kV, przewodów uziemiających oraz przewodów odprowadzających instalacji odgromowej,

4.4. Składowania materiałów palnych na drogach komunikacji ogólnej służących do ewakuacji,

4.5. Ustawiania na klatkach schodowych jakichkolwiek przedmiotów utrudniających ewakuację,

4.6. Uniemożliwiania lub ograniczania dostępu do:

a) urządzeń przeciwpożarowych, takich jak urządzenia gaśnicze i zabezpieczające, urządzenia odciążające, instalacje sygnalizacyjno-alarmowe, hydranty oraz zawory , suche piony, przeciwpożarowe zbiorniki wodne, klapy przeciwpożarowe, urządzenia do usuwania dymów i gazów pożarowych,

b) urządzeń uruchamiających instalacje gaśnicze i sterujących takimi instalacjami,

c) wyjść ewakuacyjnych,

d) wyłączników i tablic rozdzielczych prądu elektrycznego oraz głównych zaworów gazu.

4.7. Przekraczania dobowego zapotrzebowania materiałów niebezpiecznych na stanowisku pracy.

4.8. W celu zapewnienia ewakuacji ludzi z obiektów i pomieszczeń należy uwzględniać liczbę przebywających w nich ludzi, ich stan sprawności oraz funkcję, wielkość i wysokość pomieszczeń i obiektów.

**Telefon Państwowej Straży Pożarnej 998**

**Telefon alarmowy 112**

**Sankcje karne**

Pracownicy nieprzestrzegający przepisów przeciwpożarowych podlegają sankcjom kodeksu karnego i kodeksu wykroczeń.

**17. Ewakuacja**

**1. Konieczność ewakuacji.**

1) Konieczność przeprowadzenia ewakuacji zachodzi zawsze w następujących okolicznościach:

a) gdy pożar, wybuch, lub inny wypadek losowy zdarza się w pomieszczeniu przebywania ludzi lub gdy znajduje się ono w układzie łączności bezpośredniej z innymi pomieszczeniami bez odrębnych wyjść na drogę ewakuacyjną,

b) gdy pożar, wybuch lub inny wypadek losowy przerasta możliwości opanowania w zarodku lub zapobieżenia skutkom przez znajdujących się w miejscu wypadku pracowników w okresie nie dłuższym niż jest to konieczne do wyprowadzenia osób zagrożonych przez wypadek lub jego następstwo (max. do 3 minut),

c) gdy siły pomocy z zewnątrz lub straż pożarna nie mogą stawić się w czasie gwarantującym zbędność ewakuacji,

d) gdy warunki ewakuacji są niekorzystne, niezgodne z obowiązującymi przepisami stwarzając utrudnienia ewakuacji ludzi,

e) gdy okoliczności pożaru, jego nasilanie się, gwałtowność rozszerzania się i zadymienie stworzyły już z chwila ujawnienia, zagrożenia osobiste życia i zdrowia ludzi lub zmieniająca się sytuacja wskazuje na takie niebezpieczeństwo.

**2. Podstawowe zasady ewakuacji:**

1) W przypadku wystąpienia zagrożenia powodującego konieczność przeprowadzenia ewakuacji osób i mienia z budynków szkolnych, decyzję o podjęciu ewakuacji podejmuje dyrektor Zespołu lub jego zastępca.

2) Decyzja o zarządzeniu ewakuacji musi zawierać informacje o zakresie ewakuacji, liczbie osób przewidzianych do ewakuacji, sposobach i kolejności opuszczania obiektu (kondygnacji, budynku), a także musi określać drogi i kierunki ewakuacji.

3) Po podjęciu decyzji o ewakuacji osób i mienia należy:

a) niezwłocznie powiadomić wszystkich pracowników przebywających na terenie ewakuowanego odcinka o powstaniu i charakterze zagrożenia oraz konieczności przeprowadzenia ewakuacji,

b) kierujący akcją ewakuacyjną wyznacza osoby odpowiedzialne za przebieg ewakuacji grup uczniów, ponadto ustala ewentualną potrzebę ewakuacji sprzętu i mienia, określając w tym celu sposoby, kolejność i rodzaj ewakuowanego mienia,

c) w pierwszej kolejności należy ewakuować osoby z tych pomieszczeń, w których powstał pożar, lub które znajdują się na drodze rozprzestrzeniania się ognia oraz pomieszczeń, z których wyjście lub dotarcie do bezpiecznych dróg ewakuacji może zostać odcięte przez pożar lub zadymienie; następnie należy ewakuować osoby poczynając od najwyższych kondygnacji. Należy dążyć do tego, aby wśród ewakuowanych w pierwszej kolejności były osoby o ograniczonej z różnych względów zdolności poruszania się, natomiast zamykać strumień ruchu powinny osoby, które mogą poruszać się o własnych siłach.

d) podczas ewakuacji z pomieszczeń strumienie ludzi należy kierować na poziome drogi ewakuacyjne (korytarze), a następnie zgodnie z kierunkami określonymi przez znaki ewakuacyjne na klatki schodowe i wyjścia poza obszar zagrożony pożarem lub na zewnątrz obiektów.

e) osoby z ograniczoną zdolnością poruszania się należy ewakuować przy wykorzystaniu wózków bądź przenosić na rękach,

f) w przypadku blokady dróg ewakuacyjnych należy niezwłocznie, dostępnymi środkami, bezpośrednio lub przy pomocy osób znajdujących się na zewnątrz odciętej strefy, powiadomić kierownika akcji ewakuacyjnej. Ludzi odciętych od wyjścia, a znajdujących się w strefie zagrożenia, należy zebrać w pomieszczeniu najbardziej oddalonym od źródła pożaru i w miarę posiadanych środków oraz istniejących warunków ewakuować z zewnątrz przy pomocy sprzętu ratowniczego przybyłych jednostek ratowniczych,

g) przy silnym zadymieniu dróg ewakuacyjnych należy poruszać się w pozycji pochylonej, starając się trzymać głowę jak najniżej, ze względu na mniejsze zadymienie panujące w dolnych partiach pomieszczeń i korytarzy. Usta i drogi oddechowe należy w miarę możliwości zasłaniać chustką zmoczoną w wodzie – sposób ten ułatwia oddychanie. Podczas ruchu przez mocno zadymione odcinki dróg ewakuacyjnych należy poruszać się wzdłuż ścian, by nie stracić orientacji co do kierunku ruchu.

h) ewakuacja mienia nie może odbywać się kosztem sił i środków niezbędnych do ewakuacji i ratowania ludzi. Ewakuacje mienia należy rozpocząć od najcenniejszych urządzeń , dokumentacji i przedmiotów. Należy wykorzystać wszystkie sprawne fizycznie osoby, nadające się do demontażu i ewakuacji mienia.

i) po zakończeniu ewakuacji, tj. opuszczeniu budynku szkolnego czy zagrożonej strefy, opiekun danej grupy osób zobowiązany jest do sprawdzenia, czy wszyscy ludzie opuścili poszczególne pomieszczenia. W razie podejrzenia, że ktoś został w zagrożonej strefie, należy natychmiast zgłosić ten fakt jednostkom ratowniczym przybyłym na miejsce akcji i przeprowadzić ponowne sprawdzenie pomieszczeń budynku.

j) w przypadku przybycia jednostek Państwowej Straży Pożarnej w trakcie akcji ewakuacyjnej, kierujący przebiegiem akcji zobowiązany jest do złożenia krótkiej informacji o przebiegu akcji, a następnie podporządkowania się poleceniom dowódcy przybyłej jednostki taktycznej straży pożarnej.

**3. Przebieg ewakuacji.**

1) W budynku :

a) ogłosić sygnał alarmowy „EWAKUACJA” :

- głosem ( wskazane wykorzystanie aparatury nagłaśniającej),

- dostępną sygnalizacją dzwonkową (lub inną) – przerywane dzwonienie,

b) otworzyć drzwi sal i pokoi powiadamiając o charakterze zagrożenia i konieczności ewakuacji – apelować o zachowanie spokoju,

c) określić kolejność ewakuacji z pomieszczeń i kondygnacji przy zachowaniu zasady:

- w pierwszej kolejności należy ewakuować osoby z tych pomieszczeń, w których powstał pożar, lub które znajdują się na drodze rozprzestrzeniania się ognia oraz pomieszczeń, z których wyjście lub dotarcie do bezpiecznych dróg ewakuacji może zostać odcięte przez pożar lub zadymienie,

- następnie należy ewakuować osoby poczynając od pierwszego piętra budynku.

d) uformować grupy ewakuacyjne na korytarzach,

e) wskazać kierunek ruchu oraz określić miejsce zbiórki,

f) sprawdzić, zgodnie z listą - obecność,

g) o ile to jest możliwe, sprawdzić pomieszczenia, czy wszyscy je opuścili,

h) ludzi odciętych od dróg wyjścia, a znajdujących się w strefie zagrożenia (taka możliwość może zaistnieć na I piętrze) zebrać w pomieszczeniu najbardziej oddalonym od źródła pożaru,

i) w przypadku bezpośredniego zagrożenia życia tych ludzi przed przybyciem jednostek ratowniczych, podjąć próbę ich ewakuacji przez okna, np. przy pomocy drabin,

j) po zakończeniu ewakuacji osób przystąpić do ewakuacji mienia, począwszy od pomieszczeń zagrożonych pożarem, w następującej kolejności:

- dokumentacja (w tym druki), - pieczątki, klucze,- sprzęt elektroniczny, w tym komputerowy,- sprzęt o znacznej wartości,- księgozbiór,- pozostałe wyposażenie i sprzęt.