

STAROSTWO POWIATOWE  
w Ząbkowicach Śląskich  
ul. H. Sienkiewicza 11  
57-200 Ząbkowice Śląskie  
NIP 887-15-58-241

Pieczęć nagłówkowa pracodawcy

# OCENA RYZYKA ZAWODOWEGO

Starostwo Powiatowe w Ząbkowicach Śląskich

DLA STANOWISK:

Stanowisko ds. nadzoru nad ośrodkami szkolenia kierowców

Stanowisko ds. nadzoru nad stacjami kontroli pojazdów

Stanowisko ds. transportu drogowego



ST. SPECJALISTA DS. BHP

Inspektor P. POZ

*Katarzyna Walulik*  
mgr Katarzyna Walulik

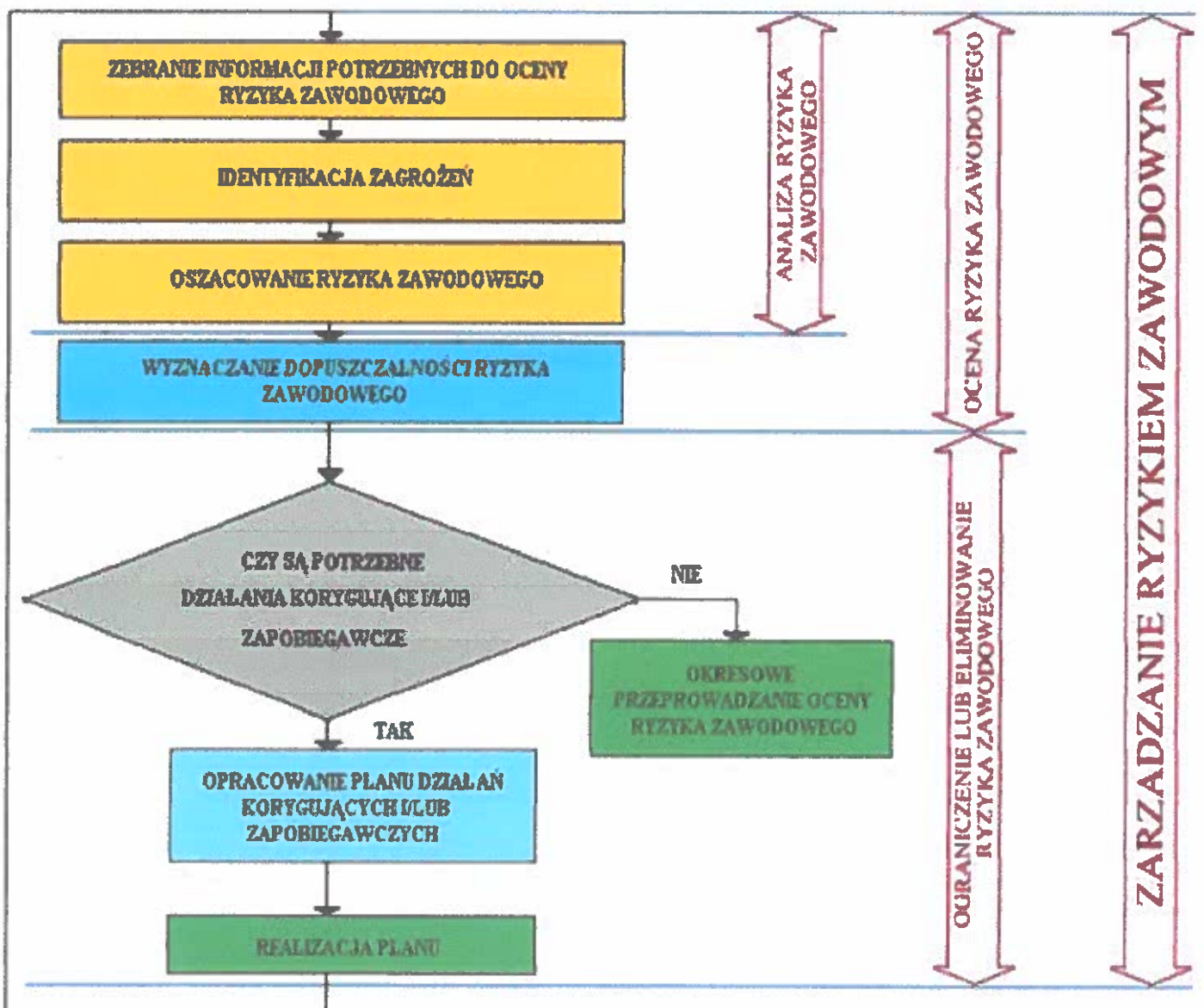
Oceny dokonał:.....

Data *10.05.2021*.....

# RYZIKO ZAWODOWE



**PRAWDOPODOBIENSTWO WYSTĄPIENIA  
NIEPOŻĄDANYCH ZDARZEŃ  
ZWIĄZANYCH Z WYKONYWANĄ PRACĄ  
POWODUJĄCYCH STRATY,  
W SZCZEGÓLNOŚCI WYSTĄPIENIE  
NIEKORZYSTNYCH SKUTKÓW  
ZDROWOTNYCH W WYNIKU ZAGROŻEŃ  
ZAWODOWYCH WYSTĘPUJĄCYCH  
W ŚRODOWISKU PRACY LUB SPOSOBU  
WYKONYWANIA PRACY**



## **Warunki dokonywania oceny ryzyka zawodowego**

Ocenę ryzyka zawodowego należy wykonywać dla wszystkich stanowisk pracy, dla których ocena nie była wykonywana oraz wtedy, kiedy w miejscu pracy została wprowadzona zmiana, która mogła spowodować zmianę poziomu ryzyka lub zmianę jego oceny oraz przestrzegania.

**Ocenę ryzyka zawodowego należy przeprowadzić zawsze gdy:**

- **tworzone są nowe stanowiska pracy,**
- **wprowadzane są zmiany na stanowiskach pracy,**
- **wprowadzono zmiany związane z zastosowaniem środków ochrony,**
- **wystąpiło zdarzenie wypadkowe lub awaria, które uwidoczniły nowe zagrożenia,**
- **zmiana w przepisach prawnych.**

**Przy tworzeniu nowych stanowisk** pracy należy uwzględnić wymagania związane z warunkami materialnego środowiska pracy – z pomieszczeniem pracy, zastosowaniem materiałów, narzędzi oraz organizacji.

**Wprowadzenie zmian na stanowisku pracy** wiąże się z zastosowaniem nowych materiałów, narzędzi i organizacji. Każda taka zmiana może spowodować wystąpienie innych czynników środowiska pracy będących źródłem nowych zagrożeń. Zmiana na stanowisku prac, przy występowaniu tych samych czynników i wynikających z nich zagrożeń, spowodować może zmianę poziomu ryzyka.

**Opracowywanie nowych standardów w dziedzinie bhp** – nowe przepisy, normy, oraz zasady obowiązujące na stanowiskach pracy; powodują konieczność weryfikacji oceny stanu bezpieczeństwa oraz wykonanie ponownie oceny ryzyka zawodowego, zgodnie z nowymi wymaganiami. Wprowadzenie nowych zasad ochrony lub zastosowanie nowych środków ochrony zmienia najczęściej charakterystykę środowiska pracy, a zatem również ryzyko związane z pracą.

Analiza ryzyka kończy się podaniem wymaganej informacji potrzebnej do określenia wartości ryzyka. Na podstawie tych informacji przeprowadza się wartościowanie ryzyka, tzn. określa się poziom (wartość ryzyka). Podejmowana jest decyzja o poziomie bezpieczeństwa badanego obiektu (stanowiska pracy, procesu lub urządzenia) oraz o podjęciu odpowiednich działań profilaktycznych. Po wprowadzeniu działań profilaktycznych w celu sprawdzenia ich skuteczności należy przeprowadzić powtórnie ocenę ryzyka uwzględniając wszystkie jej kroki.

## **Dokumentowanie oceny ryzyka zawodowego.**

Dokumentacja oceny ryzyka zawodowego powinna zawierać następujące informacyjne:

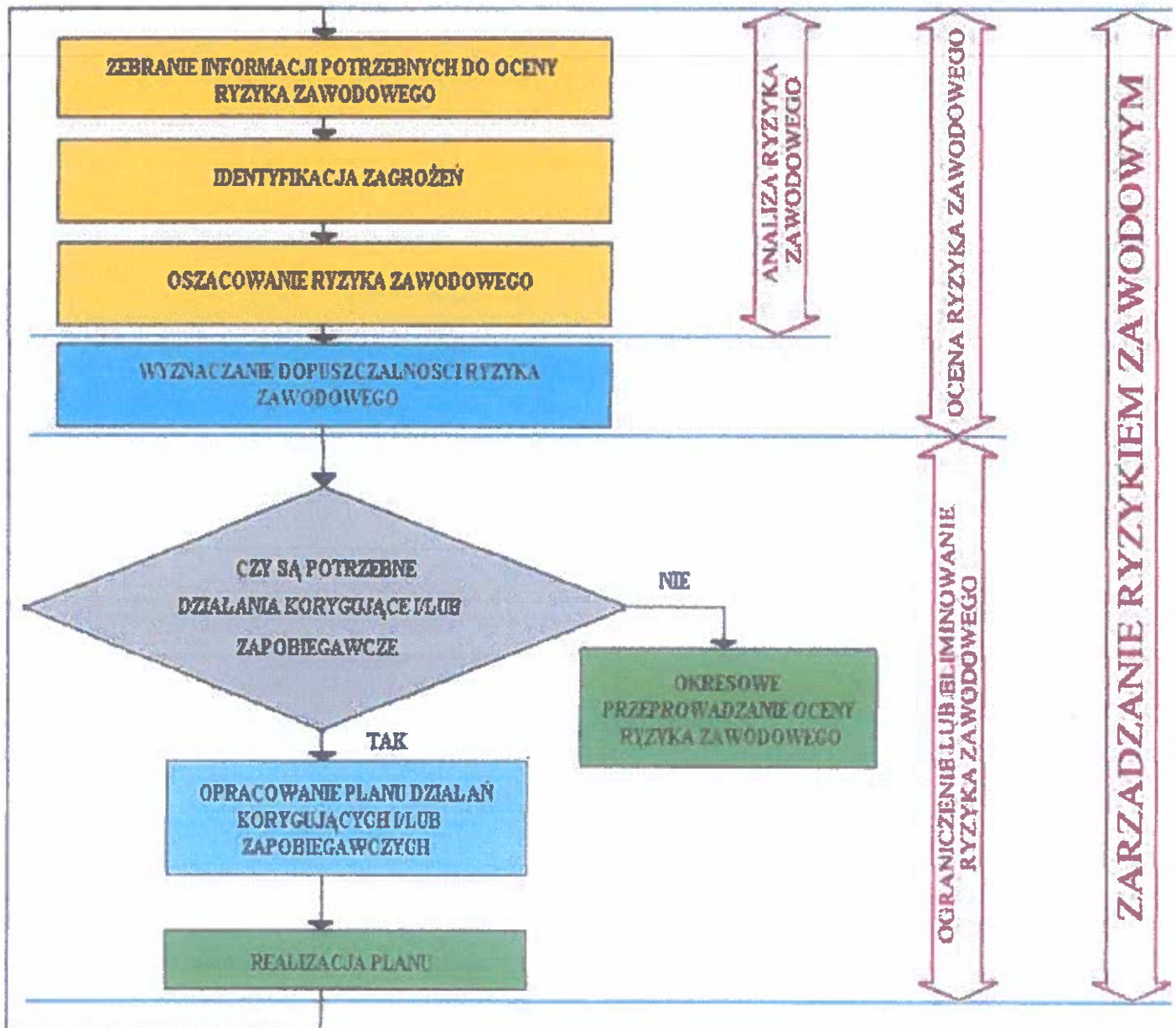
- charakterystykę stanowiska pracy,
- informacje dotyczące identyfikacji zagrożeń,
- szacowanie parametrów ryzyka i jego wartościowanie,
- informacje dotyczące kryteriów akceptacji oraz poziomu ryzyka akceptowalnego,
- środki ochrony konieczne do zlikwidowania zagrożeń lub zmniejszenia ryzyka,
- wyniki przeprowadzonej oceny ryzyka zawodowego dla każdego z czynników środowiska pracy oraz niezbędne środki profilaktyczne zmniejszające ryzyko,

- wynik końcowy oceny ryzyka oraz zalecenia dotyczące monitorowania ryzyka i jego okresowej oceny,
- wytyczne stosowane przy ocenie ryzyka (metoda oceny ryzyka zawodowego).

**Informując o ryzyku zawodowym należy:**

- poinformować o ryzyku zawodowym wszystkich pracowników,
- pracownicy powinni potwierdzić swoim podpisem fakt poinformowania ich o ryzyku zawodowym.

Rys.1 Schemat oceny ryzyka zawodowego-etapy.



**Wstępna analiza zagrożeń PHA** (*Preliminary Hazard Analysis*) jest metodą indukcyjną, pozwalającą na jakościowe oszacowanie ryzyka. Przeznaczona jest do szacowania ryzyka związanego z zagrożeniami, sytuacjami niebezpiecznymi i zdarzeniami niebezpiecznymi, występującymi przy urządzeniach, maszynach oraz ich systemach i podsystemach.

Metoda zakłada możliwość powstania wypadku i szacuje jakościowo możliwe skutki wypadku lub możliwą utratę zdrowia. Może być stosowana na wszystkich etapach badań, konstruowania i budowy, tzn. w fazach prowadzenia prac rozwojowych, projektu wstępnego i technicznego oraz przy modyfikacjach maszyn i urządzeń. Ma również zastosowanie w eksploatacji. Można nią szacować ryzyko po zastosowaniu zaproponowanych środków ochronnych.

Szacowanie ryzyka metodą PHA powinno być korygowane i aktualizowane, według potrzeb w kolejnych krokach procedury analizy ryzyka, w każdym z etapów badań konstrukcji, budowy i eksploatacji.

Metoda PHA jest najczęściej przeprowadzana w czasie rozwijania projektu, gdy występuje niewiele informacji co do szczegółów projektowych lub procedur działania i może często być prekursorem dalszych badań. Może być również użyteczna, gdy analizowane są istniejące systemy lub do określania priorytetowych zagrożeń, gdy okoliczności nie pozwalają na użycie bardziej rozbudowanej techniki.

**Etapy oceny ryzyka.** Analiza ryzyka prowadzona metodą PHA obejmuje etapy:

- określenie granic obiektu, dla którego wykonywana jest ocena ryzyka,
- sporządzenie listy zidentyfikowanych zagrożeń,
- oszacowanie ryzyka, tzn. określenie możliwych strat poprzez stopień szkód S i prawdopodobieństwa szkód zdarzenia P, z jakim szkody mogą wystąpić.
- wartościowanie ryzyka wyrażone poprzez wskaźnik ryzyka W, które określa zależność:

$$W = S \cdot P$$

gdzie: S – stopień szkód,

P – prawdopodobieństwo szkód zdarzenia.

Listę zagrożeń i podstawowych sytuacji zagrażających tworzy się na podstawie:

- materiałów użytych lub produkowanych i ich reaktywności,
- zastosowanego wyposażenia,
- środowiska działania,
- sposobów organizacji.

Szacowanie stopnia szkód S i prawdopodobieństwa szkód P odbywa się według skali na sześciu poziomach dla każdego zidentyfikowanego zagrożenia. Charakterystykę poszczególnych poziomów przedstawiono poniżej.

**Uwaga:** Poziom 1–5 dotyczy oceny stopnia szkód i prawdopodobieństwa szkód dla zdarzeń na terenie zakładu, poziom 6 poza terenem zakładu.

S – Stopień szkód	
Poziom szkód	Charakterystyka
1	Znikome urazy, lekkie szkody
2	Lekkie obrażenia, wymiarne szkody
3	Ciężkie obrażenia, znaczne szkody
4	Pojedyncze wypadki śmiertelne, ciężkie szkody
5	Zbiorowe wypadki śmiertelne, szkody na bardzo dużą skalę na terenie zakładu
6	Zbiorowe wypadki śmiertelne, szkody na dużą skalę poza terenem zakładu

P – Prawdopodobieństwo szkód

Poziom szkód	Charakterystyka
1	Bardzo nieprawdopodobne
2	Mало prawdopodobne, zdarzające się raz na 10 lat
3	Doraźne wydarzenia, zdarzające się raz w roku
4	Dosyć częste wydarzenia, zdarzające się raz w miesiącu
5	Częste, regularne wydarzenia, zdarzające się raz w tygodniu
6	Duże prawdopodobieństwo wydarzenia

Macryca wartościowania ryzyka metodą PFA

		P – Prawdopodobieństwo szkód						
		Poziom	1	2	3	4	5	6
S – Stopień szkód	1		1	2	3	4	5	6
	2		2	4	6	8	10	12
	3		3	6	9	12	15	18
	4		4	8	12	16	20	24
	5		5	10	15	20	25	30
	6		6	12	18	24	30	36

Ryzyko wartościowane jest na trzech poziomach:

1-3 – ryzyko akceptowalne.

4-9 – dopuszczalna akceptacja ryzyka po ocenie,

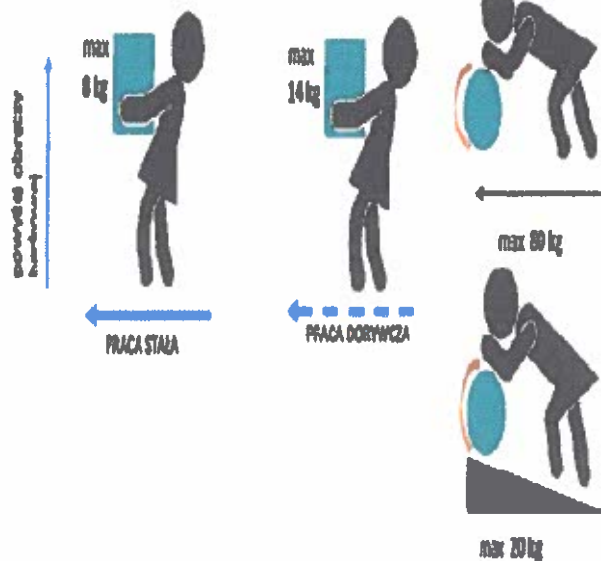
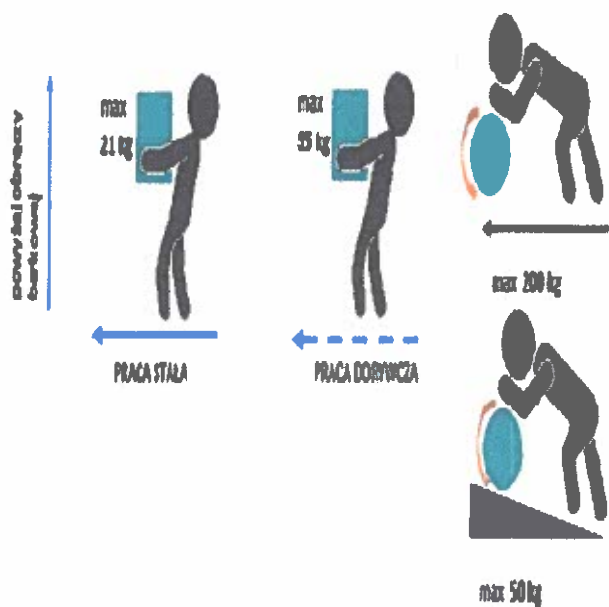
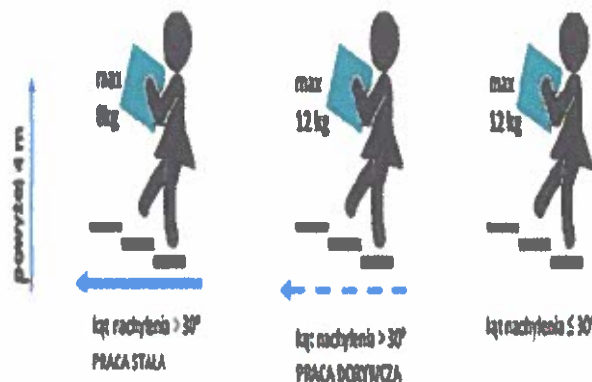
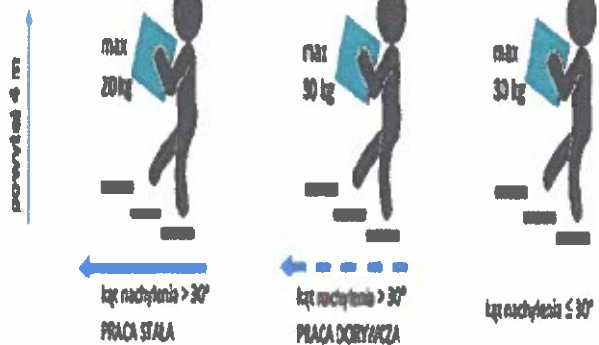
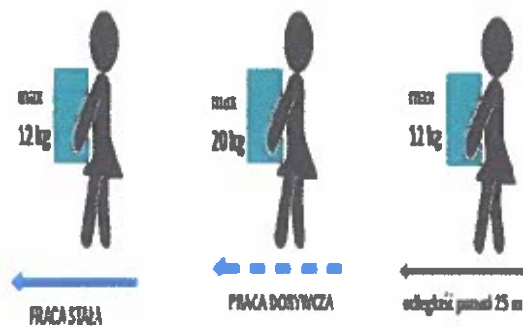
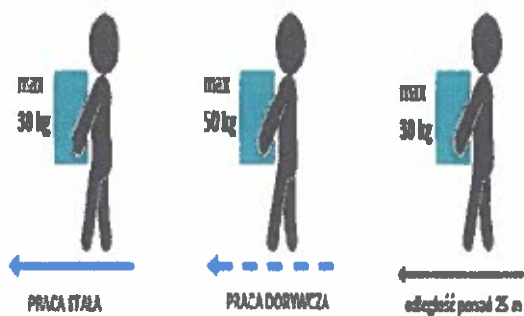
10-25 (36) – ryzyko niedopuszczalne – wymagane zmniejszenie ryzyka.

Uwaga : Wartość wskaźnika ryzyka poniżej 25 dotyczy szacowania stopnia szkód dla szkód na stanowiskach pracy na terenie zakładu.

# RĘCZNE PRZENOSZENIE PRZEDMIOTÓW PRZEZ JEDNEGO PRACOWNIKA

## MĘŻCZYŹNI

## KOBIETY



Ocena ryzyka zawodowego:  
Identyfikacja zagrożeń

Stanowisko ds. nadzoru nad ośrodkami szkolenia kierowców  
Stanowisko ds. nadzoru nad stacjami kontroli pojazdów

Stanowisko ds. transportu drogowego

Lp.	Zagrożenie lub czynnik niebezpieczny, szkodliwy, uciążliwy	Zródło zagrożenia	Możliwe skutki
1	2	3	4
1.	Porażeniem prądem elektrycznym.	Biurowe urządzenia elektryczne. Gniazdka elektryczne. Źle użytkowe, niesprawne urządzenia elektryczne np. czajnik elektryczny.	Poparzenia, stłuczenia ciała, w skrajnych przypadkach porażenie ze skutkiem śmiertelnym.
2.	Pożar, wybuch.	Używanie otwartego ognia, palenie tytoniu w miejscach do tego nie przeznaczonych., Użytkowanie niesprawnych urządzeń elektrycznych, niesprawna Źle dobrane parametry instalacji elektrycznej, niedbale wykonane prace instalacyjne, materiały łatwopalne umieszczone obok rozgrzanych przedmiotów lub urządzeń elektrycznych.	Poparzenia termiczne, zatrucia, a nawet uduszenie.
3.	Obciążenie układu mięśniowo szkieletowego.	Praca na komputerze (4h).	Długotrwałe dolegliwości układu mięśniowo-szkieletowego, schorzenia o charakterze zwyrodnieniowym.
4.	Oslabieniem wzroku.	Prace na komputerze (4h).	Pięczenie, zaczerwienienie oczu. Konieczność noszenia szkielek korekcyjnych, soczewek.
5.	Stres. Decyzyjność.	Złożone, terminowe zadania. Odpowiedzialność za poprawność dokumentacji. Odpowiedzialność za udzielenie informacji.	Choroby układu krążenia i układu nerwowego.
6	Upadek, potknięcie, poślizgnięcie	Śliska, zabrudzona, zaśmiecona posadzka, schody, dojeżdża, przejścia. Ubytki nawierzchni. Zastawione przejścia.	Urazy głównie kończyn (najczęściej złamanie i zwichnięcia), ale także potłuczenia ciała (w tym najgroźniejsze stłuczenia głowy).



7	Upadek na niższy poziom (z wysokości do 1 m).	Brak, uszkodzony lub niewłaściwy sprzęt, ewentualnie sprzęt źle wykorzystywany do pracy na wysokości do 1 m. Zabrudzone stopnie, śliskie schody.			Ziarnienia, zwichnięcia, stłuczenia, otarcia, a nawet kalectwo.
8	Kontakt z ostrymi, szorstkimi powłóczkami.	Ostre powierzchninie opakowań zbiorczych, taśmy opakowań, krawędzie.			Urazy dłoni – skaleczenia i otarcia.
9	Kontakt z ostrymi przedmiotami.	Kawałki szkła. Stłuczone, uszkodzone szklanki, kubki itp. Nożyczki, noże.			Urazy dłoni – skaleczenia, stłuczenia i przekucia.
10	Uderzenie o nieruchome elementy wyposażenia.	Elementy wystroju biur, pomieszczeń.			Ogólne potłuczenia ciała, skaleczenia.
11	Grąjące płyny.	Kawa i herbata parzona oraz spożywana w miejscach przypadkowych.			Oparzenia (najczęściej dłoni).
12	Zagrożenia biologiczne.	Wirusy, bakterie: • przenoszone na banknotach, • w kontakcie z petentami – choroby przenoszone drogą kropelkową.			Alergie, podrażnienia skóry i oczu. Choroby układu pokarmowego, grypa.
13	Zmienny mikroklimat.	Przeziągi w okresie jesienno-zimowym. Praca na otwartej przestrzeni.			Przeziębienie oraz choroby typu: angina, grypa.
14	Praca w terenie.	Dojazd do klientów , petentów. Konieczność poruszenia się autem.			Wypadek drogowy, napady i pobicia, agresywne zwierzęta.
15	Podnoszenie, przenoszenie.	Podnoszenie, przenoszenie, układanie wszelkiego rodzaju materiałów biurowych, segregatorów, kartonów, pudełek, akt itp.			Zwyrodnienia kręgosłupa, przepuklina. Urazy układu mięśniowo -szkieletowego. Stosowanie się do zalecanych norm ręcznego przemieszczania przedmiotów.
16	Kontakt ze środkami czyszczącymi.	Środki dezynfekujące, czyszczące żele: • używane do utrzymania czystości na stanowisku pracy. • używane do dezynfekcji rąk.			Alergie, podrażnienia skóry i oczu.

17	<p><b>ZAGROŻENIE BIOLOGICZNE- wirus. WIRUS - KORONAWIRUS SARS- Cov-2, wywołującym chorobę o nazwie COVID-19.</b></p>	<p>Kontakt ze współpracownikami, petentami, narażenie kropelkowe lub bezpośrednie.</p>	<p>COVID – 19- bóle mięśni, kaszel, utrata wężchu, smaku, wysoka temperatura ciała, choroby układu oddechowego zapalenie płuc, zapalenie mięśnia sercowego, śmierć. Śrres, depresja, lęk, obawa przed zarażeniem. W 80% przypadków choroba przebiega łagodnie. Ciężki przebieg choroby obserwuje się u ok. 15–20% osób. Do zgonów dochodzi u 2–3% osób chorych. Według Światowej Organizacji Zdrowia (WHO) okres inkubacji, czyli okres od zarażenia pacjenta a początkiem występowania u niego objawów, w przypadku wirusa powodującego COVID-19 waha się pomiędzy 1-14 dni, najczęściej jest to około 5 dni Natomiast u części zarażonych objawy mogą w ogóle nie występować. Niestety osoby bez objawów mogą być źródłem zakażenia.</p>
----	--	--	--

# KARTA OCENY RYZYKA NA STANOWISKU PRACY

Stanowisko ds. nadzoru nad ośrodkami szkolenia kierowców

Stanowisko ds. nadzoru nad stacjami kontroli pojazdów

Stanowisko ds. transportu drogowego

Numer Karty A) Sds.N   5   21	Data 10.05.21
Szacowanie szkód i prawdopodobieństwa szkód oraz wartościowanie ryzyka wykonano metoda PHA. Liczba narazonych	SPECAJALISTA DS. BHP INSPEKTOR ds. BHP Inspektor P.POZ mgr Katarzyna Walulik Grażyna Fleszar
<p><b>CHARAKTERYSTYKA MIEJSCA PRACY</b></p> <ol style="list-style-type: none"><li>1. Wykonywanie pracy przez 8 godzin dziennie, praca z monitorem ekranowym 4h.</li><li>2. Praca w pozycji siedzącej powodująca statyczne obciążenie mięśni oraz kręgosłupa,</li><li>3. Możliwość czasowego poruszania się po schodach i ciągach komunikacyjnych,</li><li>4. Monotonia i konieczność skupienia uwagi na wykonywanej czynności,</li><li>5. Obsługa monitora ekranowego polegającego na wprowadzaniu danych, tworzeniu dokumentów w postaci elektronicznej, analizowanie wyświetlonych informacji na ekranie monitora, drukowanie dokumentów.</li><li>6. Zmienne warunki oświetlenia – naturalne, sztuczne.</li><li>7. Wyężona praca wzroku.</li><li>8. Hałas wytwarzany przez urządzenia biurowe.</li><li>9. Możliwość wystąpienia zmiennego mikroklimatu – zbyt niska lub wysoka temperatura w pomieszczeniu, wilgotność, praca w terenie.</li><li>10. Dorywcze przenoszenie ciężarów: kobiety 15kg, mężczyźni 50kg.</li><li>11. Możliwość pracy na wysokości w przypadku wykonywania czynności związanych z składowaniem dokumentów w wysokich szafach i regałach.</li><li>12. Ryzyko uczestnictwa w wypadkach komunikacyjnych w związku z przemieszczaniem się samochodem w sprawach służbowych. Praca w terenie.</li></ol> <p>Wszelkie prace zlecone przez pracodawcę w ramach zajmowanego stanowiska pracy.</p> <p>1) Profilaktyka medyczna:</p> <ol style="list-style-type: none"><li>a. badania wstępne – ogólne w przypadku pozytywnych wyników badań o terminie następnym decyduje lekarz</li><li>b. badani okresowe jak wyżej, w zależności od wskazań lekarza neurolog , ortopeda, dermatolog, psycholog</li><li>c. badania kontrolne po 30 dniach niezdolności do pracy. Zakres badań określa uprawniony lekarz</li></ol> <p>2) Profilaktyka organizacyjna:</p> <ol style="list-style-type: none"><li>a. szkolenia pracowników z zakresu bhp</li><li>b. świadczenia profilaktyczne</li><li>c. ochrona pracy kobiet</li></ol>	<p>- Rozporządzenie MPiPS z 26 września 1997 r. w sprawie ogólnych przepisów bezpieczeństwa i higieny pracy. (t.j. Dz. U. 2003 nr 169 poz. 1650).</p> <p>- Rozporządzenie MZiOS z 30 maja 1996 r. w sprawie przeprowadzania badań lekarskich pracowników, zakresu profilaktycznej opieki zdrowotnej nad pracownikami oraz orzeczeń lekarskich wydawanych do celów przewidzianych w Kodeksie pracy. (Dz. U. nr 69 poz. 332).</p> <p>- Rozporządzenie MPiPS z dnia 1 grudnia 1998 r. w sprawie bezpieczeństwa i higieny na stanowiskach wyposażonych w monitory ekranowe. (Dz. U. nr 148, poz. 973).</p> <p>- Rozporządzenie RM z dnia 10 września 1996 r. w sprawie wykazu prac szczególnie uciążliwych lub szkodliwych dla zdrowia kobiet (Dz. U. 1996 nr 114 poz. 545) ze zm. (Dz. U. 2002 nr 127 poz. 1092).</p> <p>– przepisy wewnątrzzakładowe, – instrukcje stanowiskowe.</p>

### **ELEMENTY WYPOSAŻENIA MIEJSCA PRACY:**

Wyposażenie miejsca pracy to biurko, krzesła, regały.

### **POZYCJA PRACOWNIKA PRZY PRACY:**

siedząca niewymuszona ze zmianą na inną, chodząca niewymuszona ze zmianą na inną, stojąca niewymuszona ze zmianą na inną.

### **SYSTEM PRACY: jedno zmianowy**

### **CZYNNIKI SZKODLIWE I UCIAŻLIWE MOGĄCE WYSTĄPIĆ NA STANOWISKU PRACY**

#### **Czynniki fizyczne:**

- a) Oświetlenie na stanowiskach pracy
- b) Zmienny mikroklimat
- c) Pole elektromagnetyczne
- d) Czynniki psychofizyczne
- e) Obciążenie fizyczne, statyczne i dynamiczne
- f) Obciążenie nerwowo – psychiczne, obciążenie umysłu, obciążenie emocjonalne

### **Czynniki środowiska pracy**

#### **Biologiczne**

- mikroorganizmy
  - bakterie
  - wirusy
  - grzyby
  - pierwotniaki
- substancje wytwarzane przez mikroorganizmy
  - toksyny
  - alergeny
- makroorganizmy
  - rośliny
  - zwierzęta

#### **Psychofizyczne**

- obciążenie fizyczne (statyczne i dynamiczne)
- obciążenie nerwowo-psychiczne:
  - obciążenie umysłu
  - obciążenie lub niedociążenie percepcyjne
  - obciążenie emocjonalne



## KARTA OCENY RYZYKA NA STANOWISKU PRACY


Zagrożenie		Zródło zagrożenia Wyniki pomiarów	Ciężkość szkod	Prawdopodob- ność	Oszacowanie ryzyka	Działania profilaktyczne
1.	Porażeniem prądem elektrycznym.	Biurowe urządzenia elektryczne. Gniazdko elektryczne.	Lekkie obrażenia, wymierne szkody. S=2	Mało prawdopodobne zdarzające się raz na 10 lat P=2	Dopuszczalne  W=4	Regularne kontrole i przeglądy instalacji i urządzeń elektrycznych. Zakaz naprawiania instalacji przez osoby nieupoważnione.
2	Pożar, wybuch.	Używanie otwartego ognia, palenie tytoniu w miejscach do tego nie przeznaczonych., Użytkowanie niesprawnych urządzeń elektrycznych, niesprawna Żle dobrane parametry instalacji elektrycznej, niedbale wykonane prace instalacyjne, materiały łatwopalne umieszczone obok rozgrzanych przedmiotów lub urządzeń elektrycznych.	ciężkie obrażenia, znaczne szkody S=3	Mało prawdopodobne zdarzające się raz na 10 lat	Akceptowalne  W=6	Prace wykonywać ściśle według zatwierdzonego projektu robót stosowanie właściwie dobranych zabezpieczeń nadprądowych, wyposazenie stanowiska w wymagany sprzęt ppoż., zachowanie szczególnej ostrożności.
3.	Obciążenie układu mięśniowo szkieletowego.	Praca na komputerze (4h).	Lekkie obrażenia, wymierne szkody. S=2	Mało prawdopodobne zdarzające się raz na 10 lat P=2	Dopuszczalne  W=4	Właściwe przygotowanie stanowiska pracy (wysokość krzesła, ustawienie monitora).
4.	Oslabieniem wzroku.	Prace na komputerze (4h).	Znikome urazy, lekkie szkody S=1	Mało prawdopodobne zdarzające się raz na 10 lat P=2	Akceptowalne  W=2	Zalecenie używania okularów korekcyjnych. Badania okresowe wzroku. Przerwy w pracy.

5. Stres. Decyzyjność.	Złożone, terminowe zadania. Odpowiedzialność za poprawność dokumentacji. Odpowiedzialność za udzielone informacje, porady.	Znikome urazy, lekkie szkody S=1	Mało prawdopodobne zdarzające się raz na 10 lat P=2	Akceptowalne W=2	Prawidłowa organizacja pracy, ograniczanie pośpiechu. Umiejętność prowadzenia rozmów z klientami. Asertywność. Umiejętność radzenia sobie w sytuacjach stresowych- wzywanie odpowiednich Służb Ratunkowych.
6 Upadek, potknięcie, poślizgnięcie .	Śliśka, zabrudzona, zaśnieżona posadzka, schody, dojścia, przejścia. Ubytki nawierzchni. Zastawione przejścia.	Lekkie obrażenia, wymierne szkody. S=2	Mało prawdopodobne zdarzające się raz na 10 lat P=2	Dopuszczalne W=4	Regularna kontrola stanu posadzek. Dbłość o porządek w sklepie, zwłaszcza na ciągach komunikacyjnych. Eliminowanie progów. Zalecenie ostrożności. Ograniczanie pośpiechu.
7. Upadek na niższy poziom (z wysokości do 1 m).	Brak, uszkodzony lub niewłaściwy sprzęt, ewentualnie sprzęt źle wykorzystywany do pracy na wysokości do 1 m. Zabrudzone stopnie. Śliskie schody.	Lekkie obrażenia, wymierne szkody. S=2	Mało prawdopodobne zdarzające się raz na 10 lat P=2	Dopuszczalne W=4	Wyposażenie biura w sprzęt umożliwiający swobodne i bezpieczne sięganie do wyższych półek, np. w: • podesty, • drabinki. Stosowanie właściwego obuwia. Dbłość o ład i porządek. Zalecenie szczególnej ostrożności.
8. Kontakt z ostrymi, szorstkimi powierzchniami.	Ostre powierzchnie opakowań zbiorczych, taśmy opakowań, krawędzie..	Znikome urazy, lekkie szkody S=1	Mało prawdopodobne zdarzające się raz na 10 lat P=2	Akceptowalne W=2	Zalecenie ostrożności w trakcie otwierania opakowań zbiorczych towarów. Ograniczanie pośpiechu.
9. Kontakt z ostrymi przedmiotami.	Kawałki szkła. Stłuczone, uszkodzone szklanki, kubki itp. Nożyczki, noże.	Lekkie obrażenia, wymierne szkody. S=2	Mało prawdopodobne zdarzające się raz na 10 lat P=2	Dopuszczalne W=4	Zalecenie szczególnej ostrożności i ograniczanie pośpiechu przy wykonywaniu prac powodujących narażenie wynikające z kontaktu z wadliwymi, uszkodzonymi opakowaniami.

	10. <b>Uderzenie o nieruchoome elementy wyposażenia.</b>	Elementy wystroju biur, pomieszczeń.	Znikome urazy, lekkie szkody S=1	Mało prawdopodobne zdarzające się raz na 10 lat P=2	Akceptowalne  W=2	Właściwa organizacja stanowisk pracy. Dostateczna szerokość przejść i odstępów pomiędzy elementami wyposażenia biura, wyeksponowanym towarem itp. Zalecenie ostrożności. Ograniczanie pośpiechu.
	11. <b>Gorące płyny.</b>	Kawa i herbata parzona oraz spożywana w miejscach przypadkowych.	Znikome urazy, lekkie szkody S=1	Mało prawdopodobne zdarzające się raz na 10 lat P=2	Akceptowalne  W=2	Przestrzeżenie zakazu spożywania posiłków poza miejscem do tego celu przeznaczonym.
	12. <b>Zagrożenia biologiczne.</b>	Wirusy, bakterie: • przenoszone na banknotach, • w kontakcie z petentami – choroby przenoszone drogą kropelkową.	Znikome urazy, lekkie szkody S=1	Mało prawdopodobne zdarzające się raz na 10 lat P=2	Akceptowalne  W=2	Zwrócenie uwagi na higienę osobistą. Regularne kontrole stanu zdrowia. Poddawanie się pracownikom zalecanym szczepieniom ochronnym.
	13. <b>Zmienny mikroklimat.</b>	Przeziągi w okresie jesienno-zimowym. Praca na otwartej przestrzeni.	Znikome urazy, lekkie szkody S=1	Mało prawdopodobne zdarzające się raz na 10 lat P=2	Akceptowalne  W=2	Stosowanie odzieży ochronnej zwłaszcza zimowej.
	14 <b>Praca w terenie.</b>	Konieczność poruszania się autem. Wypadek drogowy, napady i pobicia, agresywne zwierzęta, ludzie.	lekkie obrażenia, wymierne szkody S=2	Mało prawdopodobne zdarzające się raz na 10 lat P=2	Akceptowalne W=4	Czułość ostrożność podczas wchodzenia, przebywania na prywatnej posesji. Ostrożność podczas uczestniczenia w ruchu drogowym. Dostosowanie się, przestrzeżenie zasad Kodeksu drogowego. Stosowanie odpowiedniego ubioru do warunków atmosferycznych. Każdorazowe informowanie przełożonych o miejscu pracy w terenie.

16	Podnoszenie, przenoszenie, układanie wszelkiego rodzaju materiałów biurowych, segregatorów, kartonów, pudełek, akt itp. Stosowanie się do zalecanych norm ręcznego przemieszczania przedmiotów.	Znikome urazy, lekkie szkody S=1	Mato prawdopodobne zdarzające się raz na 10 lat P=2	Akceptowalne  W=2	Stosowanie się do zalecanych norm ręcznego przemieszczania przedmiotów. Szacowanie własnych sił, możliwość w stosunku do przenoszonego ciężaru.
17	Kontakt ze środkami czyszczącymi.	Znikome urazy, lekkie szkody S=1	Mato prawdopodobne zdarzające się raz na 10 lat P=2	Akceptowalne  W=2	Stosowanie lateksowych rękawic ochronnych. • Dobór „przyjaznego” środka do utrzymania czystości na stanowisku pracy, do dezynfekcji rąk.
18	ZAGROŻENIE BIOLOGICZNE- wirus. WIRUS - KORONAWIRUS SARS-Cov-2, wywołującym chorobę o nazwie COVID-19.	Droga kropelkowa lub bezpośrednia - kontakt ze współpracownikami, petentami.	SZACOWANIE RYZYKA ZAWODOWEGO analiza zagrożeń - PHA Preliminary Hazard Analysis. Ryzyko pracowników związane z KORONAWIRUS SARS-Cov-2, wywołującym chorobę o nazwie COVID-19, biorąc pod uwagę możliwy skutek- <b>zarażenie</b> - szacuje się zgodnie z metodą PHA: <b>Stopień szkód: S = 3 -Ciężkie obrażenia, znaczące szkody.</b> <b>Prawdopodobieństwo szkód P = 3 - doraźne wydarzenie, zdarzające się raz w roku.</b> <b>Ryzyko W = 9 - ryzyko akceptowalne po ocenie.</b> Ryzyko pracowników związane z KORONAWIRUS SARS-Cov-2, wywołującym chorobę o nazwie COVID-19, biorąc pod uwagę największy możliwy skutek- <b>śmierć</b> , w związku z czym szacuje się zgodnie z metodą PHA: <b>Stopień szkód S = 4 - poledyncze wypadki śmiertelne.</b> <b>Prawdopodobieństwo szkód P = 1 - bardzo nieprawdopodobne.</b>	OBOWIĄZEK - ZASŁANIANIE UST I NOBA-Dyżans, Dezynfekcja, Maseczka- - Zwroćenie uwagi na higienę osobistą. - Często dezynfekcja powierzchni pracy, mycie rąk minimum przez 30 sekund. - Ograniczone zaufani do kazdej osoby kichającej, kaszającej. Kichaj „w łokieć” lub „w chusteczkę” jednorazową”. Unikaj dotykania oczu, nosa i ust. W przypadku złego samopoczucia skontaktuj się z lekarzem, powiadom pracodawcę, zostań w domu. - Witamy się na odległość, nie podjemy ręki. - Stosujmy rękawiczki jednorazowe. Zredukuj, na tyle, na ile to możliwe, kontakt fizyczny z innymi pracownikami w czasie	



		<p>Dla tak oszacowanych parametrów:  <b>Ryzyko W = 4 - dopuszczalna akceptacja ryzyka.</b>  Przyjmując zastosowanie środków zapobiegawczych, działań prewencyjnych.</p>	<p>korzystanie z pomieszczeń higieniczno – sanitarnych, socjalnych, kuchni, łazienki i szatni. Obsługuj klienta z za szyby, pleksy.</p>
<p><b>Uwagi:</b> Brak lub niestosowanie zabezpieczeń powoduje podwyższenie kategorii ryzyka, tzn. zwiększa prawdopodobieństwo zaistnienia wypadku, choroby. Bezwzględnie stosowanie instrukcji, środków ochrony osobistej, wzmocniona uwaga, utrzymywanie porządku na stanowisku pracy, zmniejsza prawdopodobieństwo zaistnienia wypadku, choroby.</p>		<p>Zatwierdził:</p>  <p>STAROSTA ZABKOWICKI Roman Fleszar</p>	

ST. SPECJALISTA DS. BHP

Inspektor P. POZ

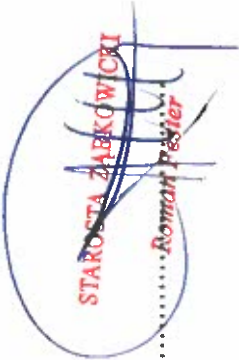
*Katarzyna Walulik*  
mgr Katarzyna Walulik

Opracował.....

INSPEKTOR ds. BHP

*Fleszar*

Grażyna Fleszar



STAROSTA ZABKOWICKI  
Roman Fleszar

Zaakceptował.....

## DZIAŁANIA PROFILAKTYCZNE

Minimalizowanie narażenia na wirus SARS-CoV-2 powodującego chorobę COVID-19 w miejscu pracy:

**OBOWIĄZEK - ZASŁANIANIE UST I NOSA.  
Dystans - Dezynfekcja - Maseczka.**



1. **UNIKAJ KONTAKTU** z każdym, kto ma objawy przeziębienia LUB GRYPY. Ogranicz zaufani do każdej osoby kichającej, kaszającej. Jeżeli źle się czujesz, skontaktuj się z lekarzem, powiadom pracodawcę zostań w domu.
2. Stosuj płyny i żele do dezynfekcji dłoni tak często jak jest to konieczne, jeżeli nie zastosowałeś rękawiczek ochronnych.



3. Witaj się na odległość, nie podawaj ręki.



Pomachaj na przywitanie



4. Używaj rękawiczek ochronnych jednorazowych.

Zdejmując je, załóż nowe za każdym bezpośrednim kontakcie z klientem nie dotykaj dłonią zewnętrzną ich części.



## 5. Regularnie i dokładnie myj ręce.

Zgodnie z instrukcją mycia rąk, używając mydła i wody, przez 30 sekund. Nie dotykaj twarzy, ust i nosa rękoma, jeśli wcześniej ich nie umyłeś. Upewnij się, że dozowniki środków higieny są regularnie napełniane.

# Jak skutecznie myć ręce?



1 Zwilż ręce ciepłą wodą. Natłóż mydło w zagłębienie dłoni.



2 Namydl obydwie wewnętrzne powierzchnie dłoni.



3 Spleć palce i namydl je.



4 Namydl kciuk jednej dłoni drugą ręką i na przemian.



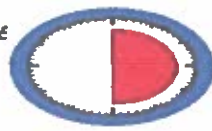
5 Namydl wierzch jednej dłoni wnętrzem drugiej dłoni i na przemian.



6 Namydl obydwa nadgarstki.



7 Spłucz starannie dłonie, żeby usunąć mydło. Wyszusz je starannie.



Całkowity czas: 30 sekund

Nie zapomnij umyć tych obszarów:



Główny Inspektorat Sanitarny



/GIS.gov



/GIS.gov.pl



/GIS.gov.pl



/pjs.gov.pl

## 6. Zdezynfekuj blat, biurko, powierzchnie pracy, których dotykał klient.



To oznacza, że należy myć i dezynfekować wszystkie powierzchnie w pomieszczeniach, których mógł dotknąć zarażony koronawirusem. Będą to np. klamki, poręcze, włączniki świateł, biurka, drzwi, uchwyty itp.

W przypadku preparatów do szybkiej dezynfekcji gotowych do użycia (bez rozcieńczania) typu spray, dezynfekowane powierzchnie należy spryskać w takiej ilości w ilości (30-50 ml/m<sup>2</sup>), aby dezynfekowana powierzchnia pozostawała wilgotna przez cały czas wymagany do osiągnięcia pełnej skuteczności bójczej. Powierzchnie należy spryskiwać w odległości około 20-30 cm.

Powierzchnie zabrudzone, zanieczyszczone, zatłuszczone, należy przemyć środkiem myjącym, a następnie zebrać zanieczyszczenia ściereczką lub ręcznikiem papierowym, a następnie tak wyczyszczoną powierzchnię spryskać środkiem dezynfekcyjnym i pozostawić do odparowania

cienkiego filmu. Czas ulotnienia się warstwy cieczy zależy od temperatury otoczenia i cyrkulacji powietrza.

**Zwróć uwagę jakiego preparatu używasz, stosuj się do wskazówek, instrukcji producenta !**

**7. Zredukuj, na tyle, na ile to możliwe, kontakt fizyczny z innymi pracownikami w czasie korzystania z pomieszczeń higieniczno – sanitarnych, socjalnych, kuchni, łazienki i szatni.**

**8. Pozostaw swoje miejsca pracy w czystości.** Kosze na śmieci powinny mieć worki foliowe, aby mogły być opróżniane bez kontaktu z zawartością.

**9. Obsługuj klienta zza szyby, pleksy.**



**10. Stosuj odpowiednie zasady ochrony podczas kaszlu i kichania.**

Gdy kichasz lub kaszlesz zakrywaj usta lub nos zgiętym łokciem albo chusteczką, którą natychmiast musisz wyrzucić do zamkniętego kosza.

**Uwaga!**

Nie zakrywaj nosa i ust dłońmi, w ten sposób możesz przenieść zarazki na przedmioty i osoby, których dotykasz.



----- Kichaj „w łokieć” lub „wchusteczkę” jednorazową”. -----

**11. Unikaj dotykania oczu, nosa i ust.**

Ministerstwo Zdrowia przypomina, że dłońmi dotyka się wielu powierzchni, także takich, które mogą być skażone wirusem. A jeśli zanieczyszczonymi rękami dotkniesz oczu, nosa lub ust, możemy przenieść wirusa na siebie.

**Stosuj się do ustalonych w Zakładzie pracy wskazań, zaleceń pracodawcy - przestrzegaj ich.**

**12. Nie lekceważ pierwszych objawów !! – natychmiast powiadom służby !!-**

# Infolinia NFZ 800 190 590.

**MASZ OBJAWY** 

 <b>GORĄCZKA</b>	 <b>KASZEL</b>
 <b>DUSZNOŚĆ</b>	 <b>PROBLEMY Z ODDYCHANIEM</b>

**BEZZWŁOCZNIE**, telefonicznie powiadom stację sanitarno-epidemiologiczną lub zgłoś się bezpośrednio do oddziału zakaźnego lub oddziału obserwacyjno-zakaźnego

**14 DNI**  **NIE MASZ OBJAWÓW**

przez kolejne **14 DNI** kontroluj swój stan zdrowia **CODZIENNIE** mierz temperaturę

 **MIAŁEŚ KONTAKT Z OSOBĄ CHORĄ LUB ZAKAŻONĄ KORONAWIRUSEM**

**BEZZWŁOCZNIE** telefonicznie powiadom stację sanitarno-epidemiologiczną

 Ministerstwo Zdrowia

**Ważne!**

Działa infolinia Narodowego Funduszu Zdrowia 800 190 590, gdzie można uzyskać informacje dotyczące postępowania w sytuacji podejrzenia zakażenia koronawirusem.

### Zakłady pracy

**Należy jednak stosować w nich szczególnie ostre zalecenia Głównego Inspektora Sanitarnego w zakresie zachowania odległości pracowników, środków dezynfekcji.**

<https://gis.gov.pl>

**Podstawa prawna:** Rozporządzenie Ministra Zdrowia z dnia 24 marca 2020 r. zmieniające rozporządzenie w sprawie ogłoszenia na obszarze Rzeczypospolitej Polskiej stanu epidemii

### **Zgłoś kwarantannę**

Główny Inspektorat Sanitarny - Portal Gov.pl (www.gov.pl)

Formularz zgłoszeniowy pozwala na szybki kontakt z sanepidem i usprawnia przeprowadzenie wywiadu epidemiologicznego. Kiedy korzystać z formularza zgłoszeniowego:

- 1. Masz pozytywny wynik testu na koronawirusa? Jak najszybciej wypełnij formularz.**
- 2. Miałeś (-aś) bliski kontakt z osobą zakażoną SARS-CoV-2? Jak najszybciej wypełnij formularz.**
- 3. Otrzymałeś (-aś) pozytywny wynik testu na koronawirusa, a nie masz narzędzi lub wiedzy by wypełnić formularz samodzielnie? Może to za ciebie zrobić ktoś inny.**
- 4. Miałeś (-aś) bliski kontakt z osobą zakażoną SARS-CoV-2, a nie masz narzędzi lub wiedzy by wypełnić formularz samodzielnie? Może to za ciebie zrobić ktoś inny.**

Wynik testu na koronawirusa znajdziesz na Internetowym Koncie Pacjenta.

Aby wysłać zgłoszenie potrzebujesz profilu zaufanego, który możesz szybko założyć np. za pośrednictwem bankowości elektronicznej <https://www.gov.pl/web/gov/zaloz-profil-zaufany>

STAROSTWO POWIATOWE  
w Ząbkowicach Śląskich  
ul. H. Sienkiewicza 11  
57-200 Ząbkowice Śląskie  
NIP 887-15-58-241

.....  
Pieczęć nagłówkowa pracodawcy

# OCENA RYZYKA ZAWODOWEGO

Starostwo Powiatowe w Ząbkowicach Śląskich

DLA STANOWISK:

**Inspektor ds. leśnictwa, łowiectwa, rolnictwa.  
Stanowisko ds. ochrony środowiska**



ST. SPECJALISTA DS. BHP  
Inspektor P. POZ

*Katarzyna Walulik*  
mgr Katarzyna Walulik

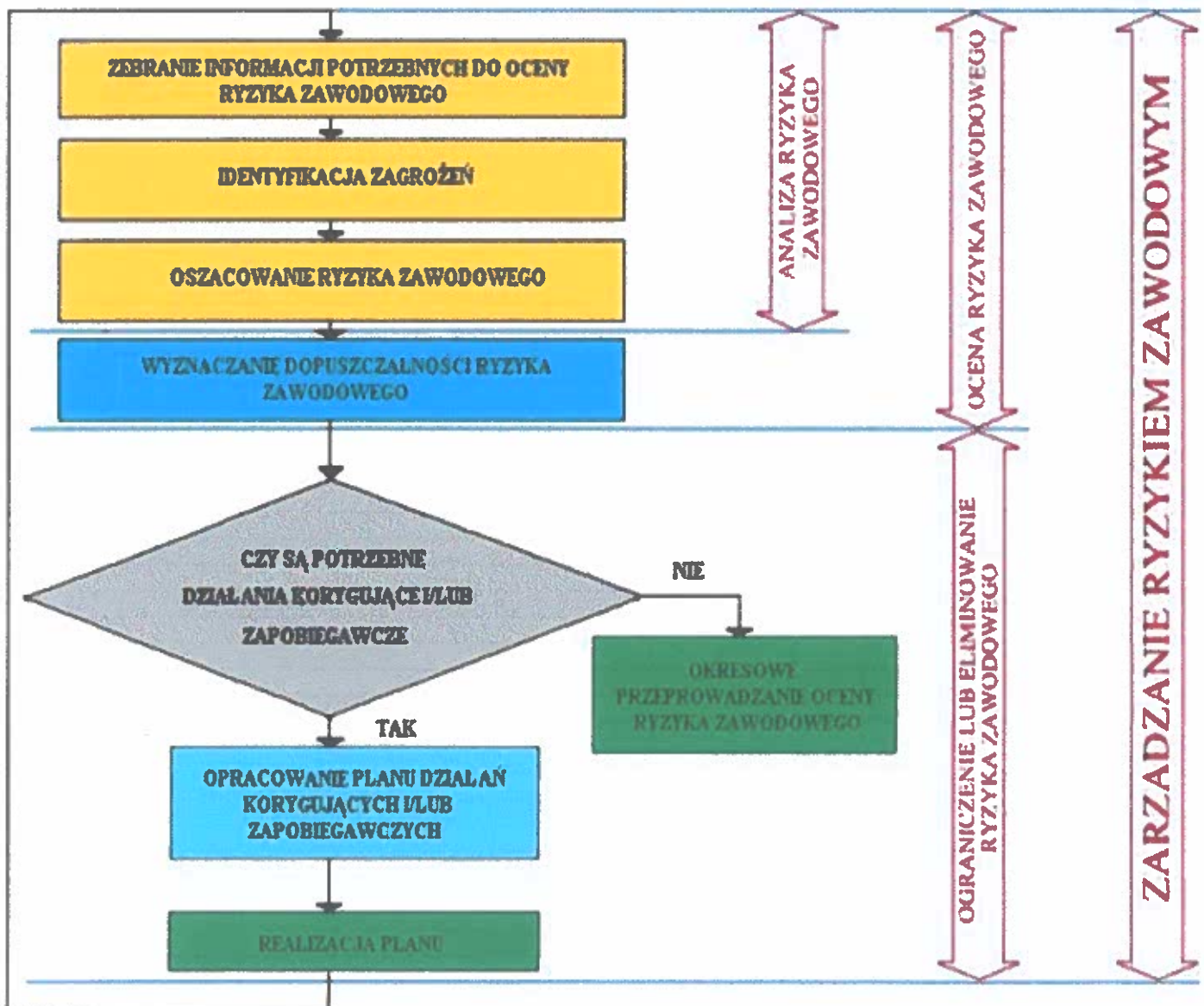
Oceny dokonał:.....

Data 10.05.2021.....

# RYZIKO ZAWODOWE



**PRAWDOPODOBIEŃSTWO WYSTĄPIENIA  
NIEPOŻĄDANYCH ZDARZEŃ  
ZWIĄZANYCH Z WYKONYWANĄ PRACĄ  
POWODUJĄCYCH STRATY,  
W SZCZEGÓLNOŚCI WYSTĄPIENIE  
NIEKORZYSTNYCH SKUTKÓW  
ZDROWOTNYCH W WYNIKU ZAGROZEŃ  
ZAWODOWYCH WYSTĘPUJĄCYCH  
W ŚRODOWISKU PRACY LUB SPOSOBU  
WYKONYWANIA PRACY**



## **Warunki dokonywania oceny ryzyka zawodowego**

Ocenę ryzyka zawodowego należy wykonywać dla wszystkich stanowisk pracy, dla których ocena nie była wykonywana oraz wtedy, kiedy w miejscu pracy została wprowadzona zmiana, która mogła spowodować zmianę poziomu ryzyka lub zmianę jego oceny oraz przestrzegania.

**Ocenę ryzyka zawodowego należy przeprowadzić zawsze gdy:**

- **tworzone są nowe stanowiska pracy,**
- **wprowadzane są zmiany na stanowiskach pracy,**
- **wprowadzono zmiany związane z zastosowaniem środków ochrony,**
- **wystąpiło zdarzenie wypadkowego lub awaria, które uwidoczniły nowe zagrożenia,**
- **zmiana w przepisach prawnych.**

**Przy tworzeniu nowych stanowisk** pracy należy uwzględnić wymagania związane z warunkami materialnego środowiska pracy – z pomieszczeniem pracy, zastosowaniem materiałów, narzędzi oraz organizacji.

**Wprowadzenie zmian na stanowisku pracy** wiąże się z zastosowaniem nowych materiałów, narzędzi i organizacji. Każda taka zmiana może spowodować wystąpienie innych czynników środowiska pracy będących źródłem nowych zagrożeń. Zmiana na stanowisku prac, przy występowaniu tych samych czynników i wynikających z nich zagrożeń, spowodować może zmianę poziomu ryzyka.

**Opracowywanie nowych standardów w dziedzinie bhp** – nowe przepisy, normy, oraz zasady obowiązujące na stanowiskach pracy; powodują konieczność weryfikacji oceny stanu bezpieczeństwa oraz wykonanie ponownie oceny ryzyka zawodowego, zgodnie z nowymi wymaganiami. Wprowadzenie nowych zasad ochrony lub zastosowanie nowych środków ochrony zmienia najczęściej charakterystykę środowiska pracy, a zatem również ryzyko związane z pracą.

Analiza ryzyka kończy się podaniem wymaganej informacji potrzebnej do określenia wartości ryzyka. Na podstawie tych informacji przeprowadza się wartościowanie ryzyka, tzn. określa się poziom (wartość ryzyka). Podejmowana jest decyzja o poziomie bezpieczeństwa badanego obiektu (stanowiska pracy, procesu lub urządzenia) oraz o podjęciu odpowiednich działań profilaktycznych. Po wprowadzeniu działań profilaktycznych w celu sprawdzenia ich skuteczności należy przeprowadzić powtórnie ocenę ryzyka uwzględniając wszystkie jej kroki.

## **Dokumentowanie oceny ryzyka zawodowego.**

Dokumentacja oceny ryzyka zawodowego powinna zawierać następujące informacyjne:

- charakterystykę stanowiska pracy,
- informacje dotyczące identyfikacji zagrożeń,
- szacowanie parametrów ryzyka i jego wartościowanie,
- informacje dotyczące kryteriów akceptacji oraz poziomu ryzyka akceptowalnego,
- środki ochrony konieczne do zlikwidowania zagrożeń lub zmniejszenia ryzyka,
- wyniki przeprowadzonej oceny ryzyka zawodowego dla każdego z czynników środowiska pracy oraz niezbędne środki profilaktyczne zmniejszające ryzyko,

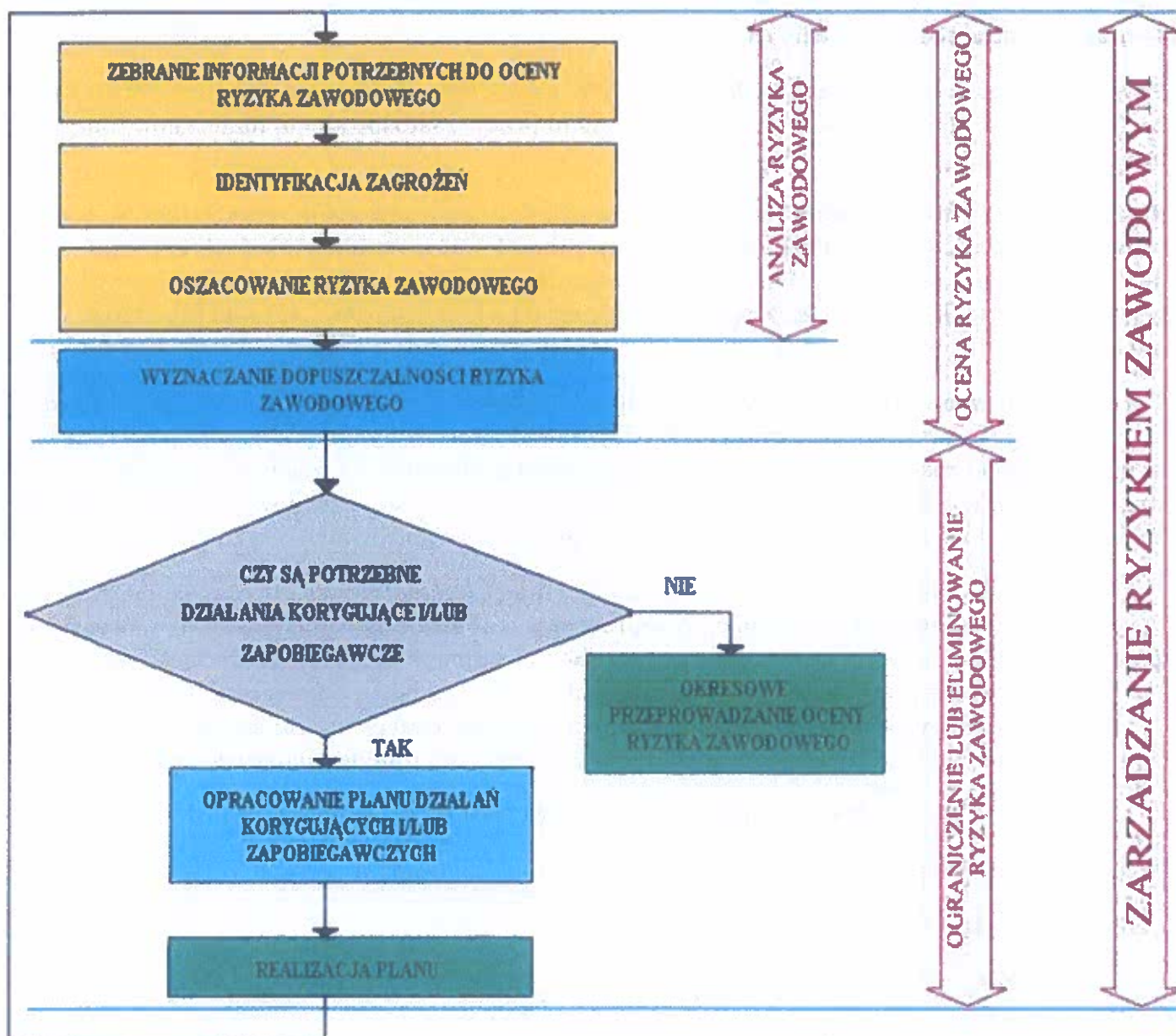


- wynik końcowy oceny ryzyka oraz zalecenia dotyczące monitorowania ryzyka i jego okresowej oceny,
- wytyczne stosowane przy ocenie ryzyka (metoda oceny ryzyka zawodowego).

**Informując o ryzyku zawodowym należy:**

- poinformować o ryzyku zawodowym wszystkich pracowników,
- pracownicy powinni potwierdzić swoim podpisem fakt poinformowania ich o ryzyku zawodowym.

Rys.1 Schemat oceny ryzyka zawodowego-etapy.



**Wstępna analiza zagrożeń PHA (Preliminary Hazard Analysis)** jest metodą indukcyjną, pozwalającą na jakościowe oszacowanie ryzyka. Przeznaczona jest do szacowania ryzyka związanego z zagrożeniami, sytuacjami niebezpiecznymi i zdarzeniami niebezpiecznymi, występującymi przy urządzeniach, maszynach oraz ich systemach i podsystemach.

Metoda zakłada możliwość powstania wypadku i szacuje jakościowo możliwe skutki wypadku lub możliwą utratę zdrowia. Może być stosowana na wszystkich etapach badań, konstruowania i budowy, tzn. w fazach prowadzenia prac rozwojowych, projektu wstępnego i technicznego oraz przy modyfikacjach maszyn i urządzeń. Ma również zastosowanie w eksploatacji. Można nią szacować ryzyko po zastosowaniu zaproponowanych środków ochronnych.

Szacowanie ryzyka metodą PHA powinno być korygowane i aktualizowane, według potrzeb w kolejnych krokach procedury analizy ryzyka, w każdym z etapów badań konstrukcji, budowy i eksploatacji.

Metoda PHA jest najczęściej przeprowadzana w czasie rozwijania projektu, gdy występuje niewiele informacji co do szczegółów projektowych lub procedur działania i może często być prekursorem dalszych badań. Może być również użyteczna, gdy analizowane są istniejące systemy lub do określania priorytetowych zagrożeń, gdy okoliczności nie pozwalają na użycie bardziej rozbudowanej techniki.

**Etapy oceny ryzyka.** Analiza ryzyka prowadzona metodą PHA obejmuje etapy:

- określenie granic obiektu, dla którego wykonywana jest ocena ryzyka,
- sporządzenie listy zidentyfikowanych zagrożeń,
- oszacowanie ryzyka, tzn. określenie możliwych strat poprzez stopień szkód S i prawdopodobieństwa szkód zdarzenia P, z jakim szkody mogą wystąpić,
- wartościowanie ryzyka wyrażone poprzez wskaźnik ryzyka W, które określa zależność:

$$W = S \cdot P$$

gdzie: S – stopień szkód,

P – prawdopodobieństwo szkód zdarzenia.

Listę zagrożeń i podstawowych sytuacji zagrażających tworzy się na podstawie:

- materiałów użytych lub produkowanych i ich reaktywności,
- zastosowanego wyposażenia,
- środowiska działania,
- sposobów organizacji.

Szacowanie stopnia szkód S i prawdopodobieństwa szkód P odbywa się według skali na sześciu poziomach dla każdego zidentyfikowanego zagrożenia. Charakterystykę poszczególnych poziomów przedstawiono poniżej.

**Uwaga:** Poziom 1–5 dotyczy oceny stopnia szkód i prawdopodobieństwa szkód dla zdarzeń na terenie zakładu, poziom 6 poza terenem zakładu.

S – Stopień szkód	
Poziom szkód	Charakterystyka
1	Znikome urazy, lekkie szkody
2	Lekkie obrażenia, wymierne szkody
3	Ciężkie obrażenia, znaczne szkody
4	Pojedyncze wypadki śmiertelne, ciężkie szkody
5	Zbiorowe wypadki śmiertelne, szkody na bardzo dużą skalę na terenie zakładu
6	Zbiorowe wypadki śmiertelne, szkody na dużą skalę poza terenem zakładu

P – Prawdopodobieństwo szkód

Poziom szkód	Charakterystyka
1	Bardzo nieprawdopodobne
2	Mало prawdopodobne, zdarzające się raz na 10 lat
3	Doraźne wydarzenia, zdarzające się raz w roku
4	Dosyć częste wydarzenia, zdarzające się raz w miesiącu
5	Częste, regularne wydarzenia, zdarzające się raz w tygodniu
6	Duże prawdopodobieństwo wydarzenia

Matryca wartościowania ryzyka metoda PFA

		P – Prawdopodobieństwo szkód						
		Poziom	1	2	3	4	5	6
S – Stopień szkód	1		1	2	3	4	5	6
	2		2	4	6	8	10	12
	3		3	6	9	12	15	18
	4		4	8	12	16	20	24
	5		5	10	15	20	25	30
	6		6	12	18	24	30	36

Ryzyko wartościowane jest na trzech poziomach:

1-3 – ryzyko akceptowalne,

4-9 – dopuszczalna akceptacja ryzyka po ocenie,

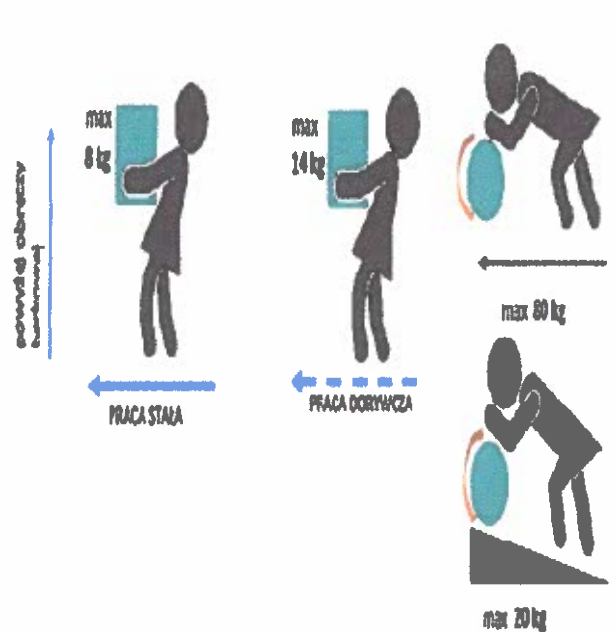
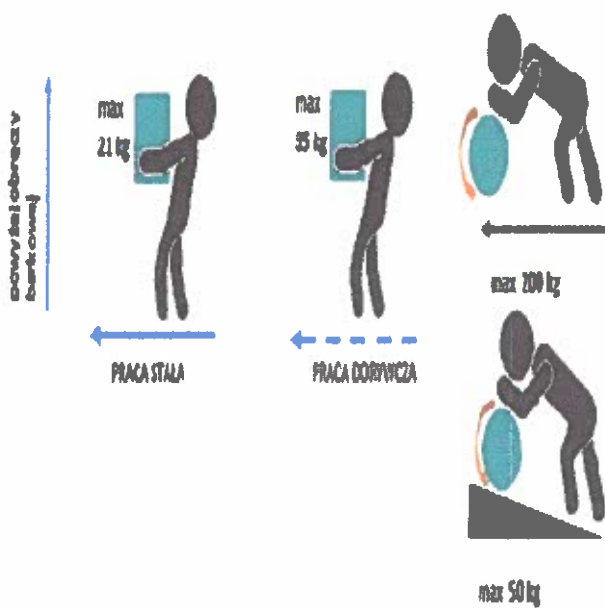
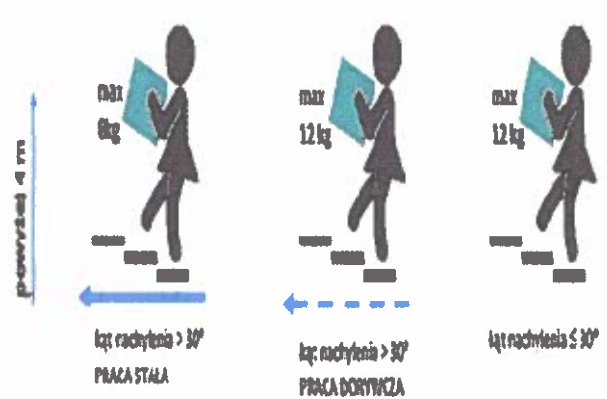
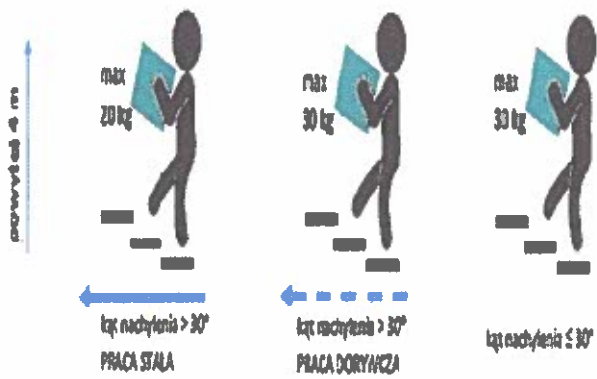
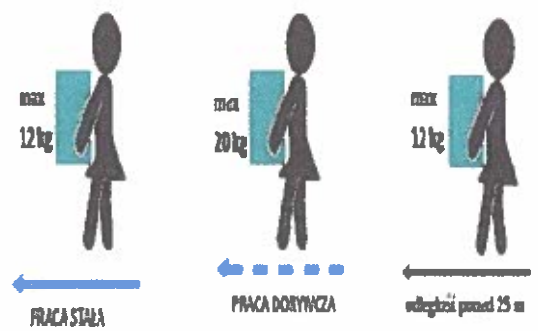
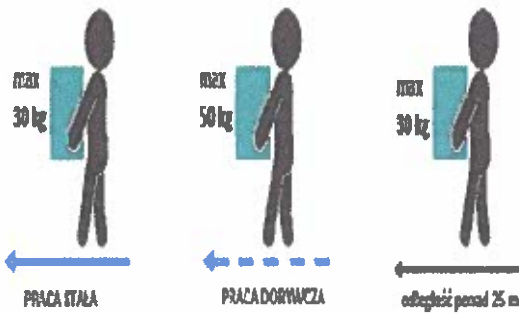
10-25 (36) – ryzyko niedopuszczalne – wymagane zmniejszenie ryzyka.

Uwaga : Wartość wskaźnika ryzyka poniżej 25 dotyczy szacowania stopnia szkód dla szkód na stanowiskach pracy na terenie zakładu.

# RĘCZNE PRZENOSZENIE PRZEDMIOTÓW PRZEZ JEDNEGO PRACOWNIKA

## MĘDZYŻYNI

## KOBIETY



## Ocena ryzyka zawodowego:

### Identyfikacja zagrożeń

Lp.	Zagrożenie lub czynnik niebezpieczny, szkodliwy, uciążliwy	Źródło zagrożenia	Możliwe skutki
1	2	3	4
1.	Porażeniem prądem elektrycznym.	Blurowe urządzenia elektryczne. Gniazdka elektryczne. Źle użytkowe, niesprawne urządzenia elektryczne np. czajnik elektryczny.	Poparzenia, stłuczenia ciała, w skrajnych przypadkach porażenie ze skutkiem śmiertelnym.
2.	Pożar, wybuch.	Używanie otwartego ognia, palenie tytoniu w miejscach do tego nie przeznaczonych., Użytkowanie niesprawnych urządzeń elektrycznych, niesprawna źle dobrane parametry instalacji elektrycznej, niedbale wykonane prace instalacyjne, materiały łatwopalne umieszczone obok rozgrzanych przedmiotów lub urządzeń elektrycznych.	Poparzenia termiczne, zatrucia, a nawet uduszenia.
3.	Obciążenie układu mięśniowo szkieletowego.	Praca na komputerze (4h).	Długotrwałe dolegliwości układu mięśniowo-szkieletowego, schorzenia o charakterze zwyrodnieniowym.
4.	Oslabieniem wzroku.	Prace na komputerze (4h).	Pięczenie, zaczerwienienie oczu. Konieczność noszenia szkieł korekcyjnych, soczewek.
5.	Stres. Decyzyjność.	Złożone, terminowe zadania. Odpowiedzialność za poprawność dokumentacji. Odpowiedzialność za udzielenie informacji.	Choroby układu krążenia i układu nerwowego.
6.	Upadek, potknięcie, poślizgnięcie	Śliska, zabrudzona, zaśmiecona posadzka, schody, dojścia, przejścia. Ubytki nawierzchni. Zastawione przejścia.	Urazy głównie kończyn (najczęściej złamanie i zwichnięcia), ale także potłuczenia ciała (w tym najgroźniejsze stłuczenia głowy).
7.	Upadek na niższy poziom (z wysokości do 1 m).	Brak, uszkodzony lub niewłaściwy sprzęt, ewentualnie sprzęt źle wykorzystywany do pracy na wysokości do 1 m. Zabrudzone stopnie. Śliskie schody.	Złamanie, zwichnięcia, stłuczenia, otarcia, a nawet kalectwo.
8.	Kontakt z ostrymi, szorstkimi powierzchniami.	Ostre powierzchnie opakowań zbiorczych, taśmy opakowań, krawędzie.	Urazy dłoni – skaleczenia i otarcia.
9.	Kontakt z ostrymi przedmiotami.	Kawałki szkła. Stłuczone, uszkodzone szklanki, kubki itp. Nożyczki, noże.	Urazy dłoni – skaleczenia, stłuczenia i przekucia.

10	Uderzenie o nleruchome elementy wyposażenia.	Elementy wystroju biur, pomieszczeń.	Ogólne potłuczenia ciała, skaleczenia.
11	Gojące płyny.	Kawa i herbata parzona oraz spożywana w miejscach przypadkowych.	Oparzenia (najczęściej dłoni).
12	Zagrożenia biologiczne.	Wirusy, bakterie: <ul style="list-style-type: none"> <li>• przenoszone na banknotach,</li> <li>• w kontakcie z petentami – choroby przenoszone drogą kropelkową.</li> </ul>	Alergie, podrażnienia skóry i oczu. Choroby układu pokarmowego, grypa.
13	Zmienny mikroklimat.	Przeziągi w okresie jesienno-zimowym. Praca na otwartej przestrzeni.	Przeziębienie oraz choroby typu: angina, grypa.
14	Praca w terenie.	Dojazd do klientów , petentów. Konieczność poruszania się autem.	Wypadek drogowy, napady i pobicia, agresywne zwierzęta.
15	Ugryzienie przez kleszcza.	Praca na otwartej przestrzeni – tereny zielone, zalesione - las, łąka itp. Kontakt z kleszczami. Bezpośrednia - ugryzienie.	Choroba - borelioza lub zapalenie mózgu.
16	Podnoszenie, przenoszenie.	Podnoszenie, przenoszenie, układanie wszelkiego rodzaju materiałów biurowych, segregatorów, kartonów, pudełek, akt itp.	Zwyrodnienia kręgosłupa, przepuklina. Urazy układu mięśniowo -szkieletowego. Stosowanie się do zalecanych norm ręcznego przemieszczania przedmiotów.
17	Kontakt ze środkami czyszczącymi.	Środki dezynfekujące, czyszczące żele: <ul style="list-style-type: none"> <li>• używane do utrzymania czystości na stanowisku pracy.</li> <li>• używane do dezynfekcji rąk.</li> </ul>	Alergie, podrażnienia skóry i oczu.
18	ZAGROŻENIE BIOLOGICZNE- wirus. WIRUS - KORONAWIRUS SARS-Cov-2, wywołującym chorobę o nazwie COVID-19.	Kontakt ze współpracownikami, petentami, narazenie kropelkowe lub bezpośrednie.	COVID – 19- bóle mięśni, kaszel, utrata węchu, smaku, wysoka temperatura ciała, choroby układu oddechowego zapalenie płuc, zapalenie mięśnia sercowego, śmiertć. Stres, depresja, lęk, obawa przed zarażeniem. W 80% przypadków choroba przebiega łagodnie. Ciężki przebieg choroby obserwuje się u ok. 15–20% osób. Do zgonów dochodzi u 2–3% osób chorych. Według Światowej Organizacji Zdrowia (WHO) okres inkubacji, czyli okres od zarażenia pacjenta a początkiem występowania u niego objawów, w przypadku wirusa powodującego COVID-19 waha się pomiędzy 1-14 dni, najczęściej jest to około 5 dni Natomiast u części zarażonych objawy mogą w ogóle nie występować. Niestety osoby bez objawów mogą być źródłem zakażenia.

**KARTA OCENY RYZYKA NA STANOWISKU PRACY****Inspektor ds. leśnictwa, łowiectwa, rolnictwa.  
Stanowisko ds. ochrony środowiska.**

<p>Numer Karty</p> <p>105/5/21</p>	<p>SPÓŁDZIELNIA PRACOWNIKÓW BHP INSPEKTOR ds. BHP Inspektor P. POZ mgr Katarzyna Walulik Grażyna Fleszar</p>
<p>Data 10.05.2016</p> <p>Liczba narazonych</p>	<p>ST. SPÓŁDZIELNIA PRACOWNIKÓW BHP INSPEKTOR ds. BHP Inspektor P. POZ mgr Katarzyna Walulik Grażyna Fleszar</p>
<p><b>Szacowanie szkód i prawdopodobieństwa szkód oraz wartosciowanie ryzyka wykonano metoda PHA.</b></p> <p><b>CHARAKTERYSTYKA MIEJSCA PRACY</b></p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1. Wykonywanie pracy przez 8 godzin dziennie, praca z monitorem ekranowym 4h.</li> <li>2. Praca w pozycji siedzącej powodująca statyczne obciążenie mięśni oraz kręgosłupa,</li> <li>3. Możliwość czasowego poruszania się po schodach i ciągach komunikacyjnych,</li> <li>4. Monotonia i konieczność skupienia uwagi na wykonywanej czynności,</li> <li>5. Obsługa monitora ekranowego polegającego na wprowadzaniu danych, tworzeniu dokumentów w postaci elektronicznej, analizowanie wyświetlonych informacji na ekranie monitora, drukowanie dokumentów.</li> <li>6. Zmienne warunki oświetlenia – naturalne, sztuczne.</li> <li>7. Wyężona praca wzroku.</li> <li>8. Hałas wytwarzany przez urządzenia biurowe.</li> <li>9. Możliwość wystąpienia zmiennego mikroklimatu – zbyt niska lub wysoka temperatura w pomieszczeniu, wilgotność, praca w terenie.</li> <li>10. Dorywcze przenoszenie ciężarów: kobiety 15kg, mężczyźni 50kg.</li> <li>11. Możliwość pracy na wysokości w przypadku wykonywania czynności związanych z składowaniem dokumentów w wysokich szafach i regałach.</li> <li>12. Ryzyko uczestnictwa w wypadkach komunikacyjnych w związku z przemieszczaniem się samochodem w sprawach służbowych. Praca w terenie.</li> </ol> <p>Wszelkie prace zlecone przez pracodawcę w ramach zajmowanego stanowiska pracy.</p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1) Profilaktyka medyczna:       <ol style="list-style-type: none"> <li>a. badania wstępne – ogólne w przypadku pozytywnych wyników badań o terminie następnym decyduje lekarz</li> <li>b. badania okresowe jak wyżej, w zależności od wskazań lekarza neurolog , ortopeda, dermatolog, psycholog</li> <li>c. badania kontrolne po 30 dniach niezdolności do pracy. Zakres badań określa uprawniony lekarz</li> </ol> </li> <li>2) Profilaktyka organizacyjna:       <ol style="list-style-type: none"> <li>a. szkolenia pracowników z zakresu bhp</li> <li>b. świadczenia profilaktyczne</li> <li>c. ochrona pracy kobiet</li> </ol> </li> </ol>	<p>- Rozporządzenie MPIPS z 26 września 1997 r. w sprawie ogólnych przepisów bezpieczeństwa i higieny pracy. (t.j. Dz. U. 2003 nr 169 poz. 1650).</p> <p>- Rozporządzenie MZiOS z 30 maja 1996 r. w sprawie przeprowadzania badań lekarskich pracowników, zakresu profilaktycznej opieki zdrowotnej nad pracownikami oraz orzeczeń lekarskich wydawanych do celów przewidzianych w Kodeksie pracy. (Dz. U. nr 69 poz. 332).</p> <p>- Rozporządzenie MPIPS z dnia 1 grudnia 1998 r. w sprawie bezpieczeństwa i higieny na stanowiskach wyposażonych w monitory ekranowe. (Dz. U. nr 148, poz. 973).</p> <p>- Rozporządzenie RM z dnia 10 września 1996 r. w sprawie wykazu prac szczególnie uciążliwych lub szkodliwych dla zdrowia kobiet (Dz. U. 1996 nr 114 poz. 545) ze zm. (Dz. U. 2002 nr 127 poz. 1092).</p> <p>– przepisy wewnątrzzakładowe, – Instrukcje stanowiskowe.</p>

## Czynniki środowiska pracy

### Biologiczne

- mikroorganizmy
  - bakterie
  - wirusy
  - grzyby
  - pierwotniaki
- substancje wytwarzane przez mikroorganizmy
  - toksyny
  - alergeny
- makroorganizmy
  - rośliny
  - zwierzęta

### Psychofizyczne

- obciążenie fizyczne (statyczne i dynamiczne)
- obciążenie nerwowo-psychiczne:
  - obciążenie umysłu
  - obciążenie lub niedociążenie percepcyjne
  - obciążenie emocjonalne





## KARTA OCENY RYZYKA NA STANOWISKU PRACY

Lp.	Zagrożenie	Źródło zagrożenia Wyniki pomiarów	Ciężkość szkód	Prawdopodo- bieństwo	Oszacowanie ryzyka	Działania profilaktyczne
1.	Porażeniem prądem elektrycznym.	Biurowe urządzenia elektryczne. Gniazdka elektryczne.	Lekkie obrażenia, wymierne szkody. S=2	Mało prawdopodobne zdarzające się raz na 10 lat P=2	Dopuszczalne W=4	Regularne kontrole i przeglądy instalacji i urządzeń elektrycznych. Zakaz naprawiania instalacji przez osoby nieupoważnione.
2	Pożar, wybuch.	Używanie otwartego ognia, palenie tytoniu w miejscach do tego nie przeznaczonych., Użytkowanie niesprawnych urządzeń elektrycznych, niesprawna źle dobrane parametry instalacji elektrycznej, niedbale wykonane prace instalacyjne, materiały łatwopalne umieszczone obok rozgrzanych przedmiotów lub urządzeń elektrycznych.	ciężkie obrażenia, znaczne szkody S=3	Mało prawdopodobne zdarzające się raz na 10 lat	Akceptowalne W=6	Prace wykonywać ściśle według zatwierdzonego projektu robót stosowanie właściwie dobranych zabezpieczeń nadprądowych, wyposażenie stanowiska w wymagany sprzęt ppoż., zachowanie szczególnej ostrożności.
3.	Obciążenie układu mięśniowo szkieletowego.	Praca na komputerze (4h).	Lekkie obrażenia, wymierne szkody. S=2	Mało prawdopodobne zdarzające się raz na 10 lat P=2	Dopuszczalne W=4	Właściwe przygotowanie stanowiska pracy (wysokość krzesła, ustawienie monitora).
4.	Oslabieniem wzroku.	Prace na komputerze (4h).	Znikome urazy, lekkie szkody S=1	Mało prawdopodobne zdarzające się raz na 10 lat P=2	Akceptowalne W=2	Zalecenie używania okularów korekcyjnych. Badania okresowe wzroku. Przerwy w pracy.

5. <b>Stres. Decyzyjność.</b>	Złożone, terminowe zadania. Odpowiedzialność za poprawność dokumentacji. Odpowiedzialność za udzielone informacje, porady.	Znikome urazy, lekkie szkody S=1	Mało prawdopodobne zdarzające się raz na 10 lat P=2	Akceptowalne W=2	Prawidłowa organizacja pracy, ograniczanie pośpiechu. Umiejętność prowadzenia rozmów z klientami. Asertywność. Umiejętność radzenia sobie w sytuacjach stresowych- wzywianie odpowiednich Służb Ratunkowych.
6 <b>Upadek, potknięcie, poślizgnięcie.</b>	Śliska, zabrudzona, zaśmiecona posadzka, schody, dojścia, przejścia. Ubytki nawierzchni. Zastawione przejścia.	Lekkie obrażenia, wymierne szkody. S=2	Mało prawdopodobne zdarzające się raz na 10 lat P=2	Dopuszczalne W=4	Regularna kontrola stanu posadzek. Dbałość o porządek w sklepie, zwłaszcza na ciągach komunikacyjnych. Eliminowanie progów. Zalecenie ostrożności. Ograniczanie pośpiechu.
7. <b>Upadek na niższy poziom (z wysokości do 1 m).</b>	Brak, uszkodzony lub niewłaściwy sprzęt, ewentualnie sprzęt źle wykorzystywany do pracy na wysokości do 1 m. Zabrudzone stopnie. Śliskie schody.	Lekkie obrażenia, wymierne szkody. S=2	Mało prawdopodobne zdarzające się raz na 10 lat P=2	Dopuszczalne W=4	Wyposażenie biura w sprzęt umożliwiający swobodne i bezpieczne sięganie do wyższych półek, np. w: • podesty, • drabinki. Stosowanie właściwego obuwia. Dbałość o ład i porządek. Zalecenie szczególnej ostrożności.
8. <b>Kontakt z ostrymi, szorstkimi powierzchniami.</b>	Ostre powierzchnie opakowań zbiorczych, taśmy opakowań, krawędzie..	Znikome urazy, lekkie szkody S=1	Mało prawdopodobne zdarzające się raz na 10 lat P=2	Akceptowalne W=2	Zalecenie ostrożności w trakcie otwierania opakowań zbiorczych towarów. Ograniczanie pośpiechu.
9. <b>Kontakt z ostrymi przedmiotami.</b>	Kawałki szkła. Stłuczone, uszkodzone szklanki, kubki itp. Nożyczki, noże.	Lekkie obrażenia, wymierne szkody. S=2	Mało prawdopodobne zdarzające się raz na 10 lat P=2	Dopuszczalne W=4	Zalecenie szczególnej ostrożności i ograniczanie pośpiechu przy wykonywaniu prac powodujących narażenie wynikające z kontaktu z wadliwymi, uszkodzonymi opakowaniami.

10.	Uderzenie o nieruchome elementy wyposażenia.	Elementy wystroju biur, pomieszczeń.	Znikome urazy, lekkie szkody S=1	Mało prawdopodobne zdarzające się raz na 10 lat P=2	Akceptowalne W=2	Właściwa organizacja stanowisk pracy. Dostateczna szerokość przejść i odstępów pomiędzy elementami wyposażenia biura, wyeksponowanym towarem itp. Zalecenie ostrożności. Ograniczanie pośpiechu.
11.	Gojące płyny.	Kawa i herbata parzona oraz spożywana w miejscach przypadkowych.	Znikome urazy, lekkie szkody S=1	Mało prawdopodobne zdarzające się raz na 10 lat P=2	Akceptowalne W=2	Przestrzeżenie zakazu spożywania posiłków poza miejscem do tego celu przeznaczonym.
12.	Zagrożenia biologiczne.	Wirusy, bakterie: • przenoszone na banknotach, • w kontakcie z petentami – choroby przenoszone drogą kropelkową.	Znikome urazy, lekkie szkody S=1	Mało prawdopodobne zdarzające się raz na 10 lat P=2	Akceptowalne W=2	Zwrócenie uwagi na higienę osobistą. Regularne kontrole stanu zdrowia. Poddawanie się pracowników zalecanym szczepieniom ochronnym.
13.	Zmienny mikroklimat.	Przeziągi w okresie jesienno-zimowym. Praca na otwartej przestrzeni.	Znikome urazy, lekkie szkody S=1	Mało prawdopodobne zdarzające się raz na 10 lat P=2	Akceptowalne W=2	Stosowanie odzieży ochronnej zwłaszcza zimowej.
14.	Praca w terenie.	Konieczność poruszania się autem. Wypadek drogowy, napady i pobicia, agresywne zwierzęta, ludzie.	lekkie obrażenia, wymierne szkody S=2	Mało prawdopodobne zdarzające się raz na 10 lat P=2	Akceptowalne W=4	Czułość ostrożność podczas wchodzenia, przebywania na prywatnej posesji. Ostrożność podczas uczestniczenia w ruchu drogowym. Dostosowanie się, przestrzeganie zasad Kodeksu drogowego. Stosowanie odpowiedniego ubioru do warunków atmosferycznych. Każdorazowe informowanie przełożonych o miejscu pracy w terenie.

15 Ugrzyzenie przez kleszcza.	Praca na otwartej przestrzeni – tereny zielone, zalesione - las, łąka itp. Kontakt z kleszczami. Bezpośrednia - ugrzyzienie.	ciężkie obrażenia, znaczne szkody S=3	mało prawdopodobne zdarzające się raz na 10 lat P=2	ryzyko akceptowalne po ocenie W=6	Odzież dostosowana do pracy w terenie. Stosowani preparatów szkodzących do odstraszania kleszczy. Samokontrola osobista.  Stosowanie się do zalecanych norm ręcznego przemieszczania przedmiotów. Szacowanie własnych sił, możliwość w stosunku do przenoszonego ciężaru.
16 Podnoszenie, przenoszenie.	Podnoszenie, przenoszenie, układanie wszelkiego rodzaju materiałów biurowych, segregatorów, kartonów, pudełek, akt itp. Stosowanie się do zalecanych norm ręcznego przemieszczania przedmiotów.	Znikome urazy, lekkie szkody S=1	Mało prawdopodobne zdarzające się raz na 10 lat P=2	Akceptowalne  W=2	Stosowanie lateksowych rękawic ochronnych. • Dobór „przyjaznego” środka do utrzymania czystości na stanowisku pracy, do dezynfekcji rąk.
17 Kontakt ze środkami czyszczącymi.	Środki dezynfekujące, czyszczące żele: • używane do utrzymania czystości na stanowisku pracy. • używane do dezynfekcji rąk.	Znikome urazy, lekkie szkody S=1	Mało prawdopodobne zdarzające się raz na 10 lat P=2	Akceptowalne  W=2	Stosowanie lateksowych rękawic ochronnych. • Dobór „przyjaznego” środka do utrzymania czystości na stanowisku pracy, do dezynfekcji rąk.
18 ZAGROŻENIE BIOLOGICZNE- wirus. WIRUS - KORONAWIRUS SARS-Cov-2, wywołującym chorobę o nazwie COVID-19.	Droga kropelkowa lub bezpośrednia - kontakt ze współpracownikami, petentami.	SZACOWANIE RYZYKA ZAWODOWEGO analiza zagrożeń - PHA Preliminary Hazard Analysis.  Ryzyko pracowników związane z KORONAWIRUS SARS-Cov-2, wywołującym chorobę o nazwie COVID-19, biorąc pod uwagę możliwy skutek- <b>zarażenie</b> - szacuje się zgodnie z metodą PHA: <b>Stopień szkód: S = 3 -Ciężkie obrażenia, znaczne szkody.</b> <b>Prawdopodobieństwo szkód P = 3 - doraźne wydarzenia, zdarzające się raz w roku.</b> <b>Ryzyko W = 9 - ryzyko akceptowalne po ocenie.</b> Ryzyko pracowników związane z KORONAWIRUS SARS-Cov-2, wywołującym chorobę o nazwie COVID-19, biorąc pod uwagę największy możliwy skutek- <b>śmierć</b> , w związku z czym szacuje się zgodnie z metodą PHA:	SZACOWANIE RYZYKA ZAWODOWEGO analiza zagrożeń - PHA Preliminary Hazard Analysis.  Ryzyko pracowników związane z KORONAWIRUS SARS-Cov-2, wywołującym chorobę o nazwie COVID-19, biorąc pod uwagę możliwy skutek- <b>zarażenie</b> - szacuje się zgodnie z metodą PHA: <b>Stopień szkód: S = 3 -Ciężkie obrażenia, znaczne szkody.</b> <b>Prawdopodobieństwo szkód P = 3 - doraźne wydarzenia, zdarzające się raz w roku.</b> <b>Ryzyko W = 9 - ryzyko akceptowalne po ocenie.</b> Ryzyko pracowników związane z KORONAWIRUS SARS-Cov-2, wywołującym chorobę o nazwie COVID-19, biorąc pod uwagę największy możliwy skutek- <b>śmierć</b> , w związku z czym szacuje się zgodnie z metodą PHA:	SZACOWANIE RYZYKA ZAWODOWEGO analiza zagrożeń - PHA Preliminary Hazard Analysis.  Ryzyko pracowników związane z KORONAWIRUS SARS-Cov-2, wywołującym chorobę o nazwie COVID-19, biorąc pod uwagę możliwy skutek- <b>zarażenie</b> - szacuje się zgodnie z metodą PHA: <b>Stopień szkód: S = 3 -Ciężkie obrażenia, znaczne szkody.</b> <b>Prawdopodobieństwo szkód P = 3 - doraźne wydarzenia, zdarzające się raz w roku.</b> <b>Ryzyko W = 9 - ryzyko akceptowalne po ocenie.</b> Ryzyko pracowników związane z KORONAWIRUS SARS-Cov-2, wywołującym chorobę o nazwie COVID-19, biorąc pod uwagę największy możliwy skutek- <b>śmierć</b> , w związku z czym szacuje się zgodnie z metodą PHA:	OBOWIĄZEK - ZASŁANIANIE UST I NOSA-Dystans, Dezynfekcja, Maseczka- - Zwrócenie uwagi na higienę osobistą. - Często dezynfekcja powierzchni pracy, mycie rąk minimum przez 30 sekund. - Ograniczone zaufani do każdej osoby kichającej, kaszającej. Kichaj „w łokcie” lub „ w chusteczkę” jednorazową”. Unikaj dotykania oczu, nosa i ust. W przypadku złego samopoczucia skontaktuj się z lekarzem, powiadom pracodawcę, zostań w domu.

<p>Witamy się na odległość, nie podjemy ręki. - Stosujemy rękawiczki jednorazowe. Zredukuj, na tyle, na ile to możliwe, kontakt fizyczny z innymi pracownikami w czasie korzystania z pomieszczeń higieniczno – sanitarnych, socjalnych, kuchni, łazienki i szatni. Obsługuj klienta zza szyby, pleksy. Zatwierdził:</p>	<p><u>Stopień szkód S = 4 - poledyncze wypadki śmiertelne.</u> <u>Prawdopodobieństwo szkód P = 1 - bardzo nieprawdopodobne.</u> Dla tak oszacowanych parametrów: <u>Ryzyko W = 4 - dopuszczalna akceptacja ryzyka.</u> Przyjmując zastosowanie środków zapobiegawczych, działań prewencyjnych.</p>	<p>Uwagi: Brak lub niestosowanie zabezpieczeń powoduje podwyższenie kategorii ryzyka, tzn. zwiększa prawdopodobieństwo zaistnienia wypadku, choroby. Bezwzględne stosowanie instrukcji, środków ochrony osobistej, wzmożona uwaga, utrzymywanie porządku na stanowisku pracy, zmniejsza prawdopodobieństwo zaistnienia wypadku, choroby.</p>
<p>STAROSTA ZABKOWICKI Roman Fester</p>		

ST. SPECJALISTA DS. BHP

Inspektor P. POZ

*Katarzyna Walulik*  
mgr Katarzyna Walulik

Opracował.....

INSPEKTOR ds. BHP

*Grażyna Fleszar*

Grażyna Fleszar

Zaakceptował.....

STAROSTA ZABKOWICKI  
Roman Fester

## DZIAŁANIA PROFILAKTYCZNE

Minimalizowanie narażenia na wirus SARS-CoV-2 powodującego chorobę COVID-19 w miejscu pracy:

**OBOWIĄZEK - ZASŁANIANIE UST I NOSA.**

**Dystans - Dezynfekcja - Maseczka.**



1. **UNIKAJ KONTAKTU** z każdym, kto ma objawy przeziębienia LUB GRYPY. Ogranicz zaufani do każdej osoby kichającej, kaszającej. Jeżeli źle się czujesz, skontaktuj się z lekarzem, powiadom pracodawcę zostań w domu.
2. **Stosuj płyny i żele do dezynfekcji dłoni** tak często jak jest to konieczne, **jeże nie zastosowałeś rękawiczek ochronnych.**



3. **Witaj się na odległość, nie podawaj ręki.**



**Pomachaj na przywitanie**



4. **Używaj rękawiczek ochronnych jednorazowych.**

Zdejmując je, załóż nowe za każdym bezpośrednim kontakcie z klientem nie dotykaj dłonią zewnętrzną ich części.



## 5. Regularnie i dokładnie myj ręce.

Zgodnie z instrukcją mycia rąk, używając mydła i wody, przez 30 sekund. Nie dotykaj twarzy, ust i nosa rękoma, jeśli wcześniej ich nie umyłeś. Upewnij się, że dozowniki środków higieny są regularnie napełniane.

# Jak skutecznie myć ręce?



1 Zwilż ręce ciepłą wodą. Natóż mydło w płynie w zagłębienie dłoni.



2 Namydl obydwie wewnętrzne powierzchnie dłoni.



3 Spleć palce i namydl je.



4 Namydl kciuk jednej dłoni drugą ręką i na przemian.



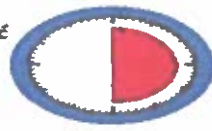
5 Namydl wierzch jednej dłoni wnętrzem drugiej dłoni i na przemian.



6 Namydl obydwa nadgarstki.



7 Splucz starannie dłonie, żeby usunąć mydło. Wyszusz je starannie.



Całkowity czas: 30 sekund

Nie zapomnij umyć tych obszarów:



Główny Inspektorat Sanitarny



/GIS.gov



/GIS.gov.pl



/GIS.gov.pl



/gis.gov.pl

## 6. Zdezynfekuj blat, biurko, powierzchnie pracy, których dotykał klient.



To oznacza, że należy myć i dezynfekować wszystkie powierzchnie w pomieszczeniach, których mógł dotknąć zarażony koronawirusem. Będą to np. klamki, poręcze, włączniki światel, biurka, drzwi, uchwyty itp.

W przypadku preparatów do szybkiej dezynfekcji gotowych do użycia (bez rozcieńczania) typu spray, dezynfekowane powierzchnie należy spryskać w takiej ilości w ilości (30-50 ml/m<sup>2</sup>), aby dezynfekowana powierzchnia pozostawała wilgotna przez cały czas wymagany do osiągnięcia pełnej skuteczności bójczej. Powierzchnie należy spryskiwać w odległości około 20-30 cm.

Powierzchnie zabrudzone, zanieczyszczone, zatłuszczone, należy przemyć środkiem myjącym, a następnie zebrać zanieczyszczenia ściereczką lub ręcznikiem papierowym, a następnie tak wyczyszczoną powierzchnię spryskać środkiem dezynfekcyjnym i pozostawić do odparowania

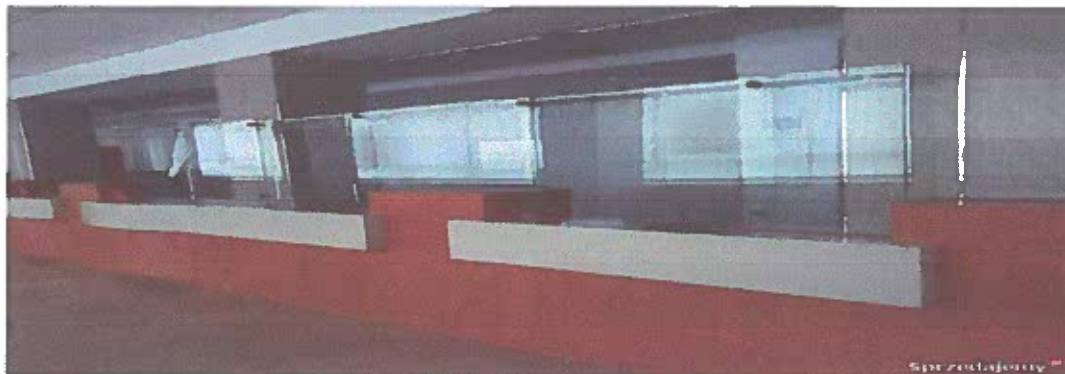
cienkiego filmu. Czas ulotnienia się warstwy cieczy zależy od temperatury otoczenia i cyrkulacji powietrza.

**Zwróć uwagę jakiego preparatu używasz, stosuj się do wskazówek, instrukcji producenta !**

**7. Zredukuj, na tyle, na ile to możliwe, kontakt fizyczny z innymi pracownikami w czasie korzystania z pomieszczeń higieniczno – sanitarnych, socjalnych, kuchni, łazienki i szatni.**

**8. Pozostaw swoje miejsca pracy w czystości. Kosze na śmieci powinny mieć worki foliowe, aby mogły być opróżniane bez kontaktu z zawartością.**

**9. Obsługuj klienta zza szyby, pleksy.**



**10. Stosuj odpowiednie zasady ochrony podczas kaszlu i kichania.**

Gdy kichasz lub kaszlesz zakrywaj usta lub nos zgiętym łokciem albo chusteczką, którą natychmiast musisz wyrzucić do zamkniętego kosza.

**Uwaga!**

Nie zakrywaj nosa i ust dłońmi, w ten sposób możesz przenieść zarazki na przedmioty i osoby, których dotykasz.



----- Kichaj „w łokieć” lub „wchusteczkę” jednorazową”. -----

**11. Unikaj dotykania oczu, nosa i ust.**

Ministerstwo Zdrowia przypomina, że dłońmi dotyka się wielu powierzchni, także takich, które mogą być skażone wirusem. A jeśli zanieczyszczonymi rękami dotkniesz oczu, nosa lub ust, możemy przenieść wirusa na siebie.

**Stosuj się do ustalonych w Zakładzie pracy wskazań, zaleceń pracodawcy - przestrzegaj ich.**



**12. Nie lekceważ pierwszych objawów !! – natychmiast powiadom służby !!–**

**Infolinia NFZ 800 190 590.**

**MASZ OBJAWY**

**GORĄCZKA**      **KASZEL**

**DUSZNOŚĆ**      **PROBLEMY Z ODDYCHANIEM**

**BEZZWŁOCZNIE**, telefonicznie powiadom stację sanitarno-epidemiologiczną lub zgłoś się bezpośrednio do oddziału zakaźnego lub oddziału obserwacyjno-zakaźnego

**14 DNI** **NIE MASZ OBJAWÓW**  
przez kolejne **14 DNI** kontroluj swój stan zdrowia **CODZIENNIE** mierz temperaturę

**MIAŁEŚ KONTAKT Z OSOBĄ CHORĄ LUB ZAKAŻONĄ KORONAWIRUSEM**  
**BEZZWŁOCZNIE** telefonicznie powiadom stację sanitarno-epidemiologiczną

**Ważne!**

Działa infolinia Narodowego Funduszu Zdrowia 800 190 590, gdzie można uzyskać informacje dotyczące postępowania w sytuacji podejrzenia zakażenia koronawirusem.

#### **Zakłady pracy**

**Należy jednak stosować w nich szczególnie ostre zalecenia Głównego Inspektora Sanitarnego w zakresie zachowania odległości pracowników, środków dezynfekcji.**

<https://gis.gov.pl/>

**Podstawa prawna:** [Rozporządzenie Ministra Zdrowia z dnia 24 marca 2020 r. zmieniające rozporządzenie w sprawie ogłoszenia na obszarze Rzeczypospolitej Polskiej stanu epidemii](#)

#### **Zgłoś kwarantannę**

[Główny Inspektorat Sanitarny - Portal Gov.pl \(www.gov.pl\)](#)

Formularz zgłoszeniowy pozwala na szybki kontakt z sanepidem i usprawnia przeprowadzenie wywiadu epidemiologicznego. Kiedy korzystać z formularza zgłoszeniowego:

- 1. Masz pozytywny wynik testu na koronawirusa? Jak najszybciej [wypełnij formularz](#).**
- 2. Miałeś (-aś) bliski kontakt z osobą zakażoną SARS-CoV-2? Jak najszybciej [wypełnij formularz](#).**
- 3. Otrzymałeś (-aś) pozytywny wynik testu na koronawirusa, a nie masz narzędzi lub wiedzy by wypełnić formularz samodzielnie? Może to za ciebie zrobić ktoś inny.**
- 4. Miałeś (-aś) bliski kontakt z osobą zakażoną SARS-CoV-2, a nie masz narzędzi lub wiedzy by wypełnić formularz samodzielnie? Może to za ciebie zrobić ktoś inny.**

Wynik testu na koronawirusa znajdziesz na [Internetowym Koncie Pacjenta](#).

Aby wysłać zgłoszenie potrzebujesz profilu zaufanego, który możesz szybko założyć np. za pośrednictwem bankowości elektronicznej <https://www.gov.pl/web/gov/zaloz-profil-zaufany>

STAROSTWO POWIATOWE  
w Ząbkowicach Śląskich  
ul. H. Sienkiewicza 11  
57-200 Ząbkowice Śląskie  
NIP 887-15-58-241

.....  
Pieczęć nagłówkowa pracodawcy

# OCENA RYZYKA ZAWODOWEGO

Starostwo Powiatowe w Ząbkowicach Śląskich

DLA STANOWISKA:

**Stanowisko ds. inwestycji**



ST. SPECJALISTA DS. BHP

Inspektor P. POZ

*Katarzyna Walulik*  
mgr Katarzyna Walulik

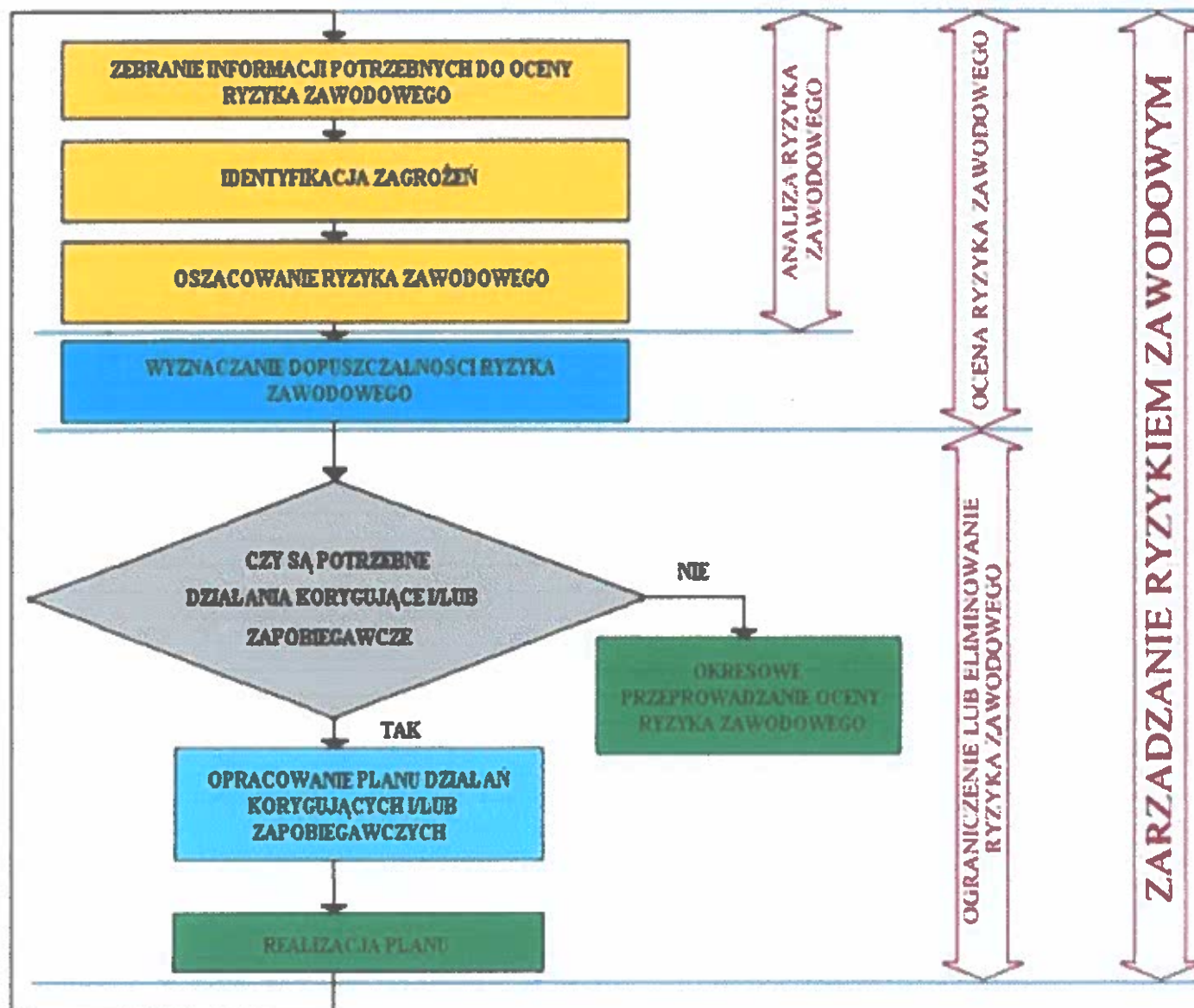
Oceny dokonał:.....

Data 10.05.2021.....

# RYZYSKO ZAWODOWE



**PRAWDOPODOBIENSTWO WYSTĄPIENIA  
NIEPOŻĄDANYCH ZDARZEŃ  
ZWIĄZANYCH Z WYKONYWANĄ PRACĄ  
POWODUJĄCYCH STRATY,  
W SZCZEGÓLNOŚCI WYSTĄPIENIE  
NIEKORZYSTNYCH SKUTKÓW  
ZDROWOTNYCH W WYNIKU ZAGROZEŃ  
ZAWODOWYCH WYSTĘPUJĄCYCH  
W ŚRODOWISKU PRACY LUB SPOSOBU  
WYKONYWANIA PRACY**



## **Warunki dokonywania oceny ryzyka zawodowego**

Ocenę ryzyka zawodowego należy wykonywać dla wszystkich stanowisk pracy, dla których ocena nie była wykonywana oraz wtedy, kiedy w miejscu pracy została wprowadzona zmiana, która mogła spowodować zmianę poziomu ryzyka lub zmianę jego oceny oraz przestrzegania.

**Ocenę ryzyka zawodowego należy przeprowadzić zawsze gdy:**

- **tworzone są nowe stanowiska pracy,**
- **wprowadzane są zmiany na stanowiskach pracy,**
- **wprowadzono zmiany związane z zastosowaniem środków ochrony,**
- **wystąpiło zdarzenie wypadkowe lub awaria, które uwidoczniły nowe zagrożenia,**
- **zmiana w przepisach prawnych.**

**Przy tworzeniu nowych stanowisk** pracy należy uwzględnić wymagania związane z warunkami materialnego środowiska pracy – z pomieszczeniem pracy, zastosowaniem materiałów, narzędzi oraz organizacji.

**Wprowadzenie zmian na stanowisku pracy** wiąże się z zastosowaniem nowych materiałów, narzędzi i organizacji. Każda taka zmiana może spowodować wystąpienie innych czynników środowiska pracy będących źródłem nowych zagrożeń. Zmiana na stanowisku prac, przy występowaniu tych samych czynników i wynikających z nich zagrożeń, spowodować może zmianę poziomu ryzyka.

**Opracowywanie nowych standardów w dziedzinie bhp** – nowe przepisy, normy, oraz zasady obowiązujące na stanowiskach pracy; powodują konieczność weryfikacji oceny stanu bezpieczeństwa oraz wykonanie ponownie oceny ryzyka zawodowego, zgodnie z nowymi wymaganiami. Wprowadzenie nowych zasad ochrony lub zastosowanie nowych środków ochrony zmienia najczęściej charakterystykę środowiska pracy, a zatem również ryzyko związane z pracą.

Analiza ryzyka kończy się podaniem wymaganej informacji potrzebnej do określenia wartości ryzyka. Na podstawie tych informacji przeprowadza się wartościowanie ryzyka, tzn. określa się poziom (wartość ryzyka). Podejmowana jest decyzja o poziomie bezpieczeństwa badanego obiektu (stanowiska pracy, procesu lub urządzenia) oraz o podjęciu odpowiednich działań profilaktycznych. Po wprowadzeniu działań profilaktycznych w celu sprawdzenia ich skuteczności należy przeprowadzić powtórnie ocenę ryzyka uwzględniając wszystkie jej kroki.

## **Dokumentowanie oceny ryzyka zawodowego.**

Dokumentacja oceny ryzyka zawodowego powinna zawierać następujące informacje:

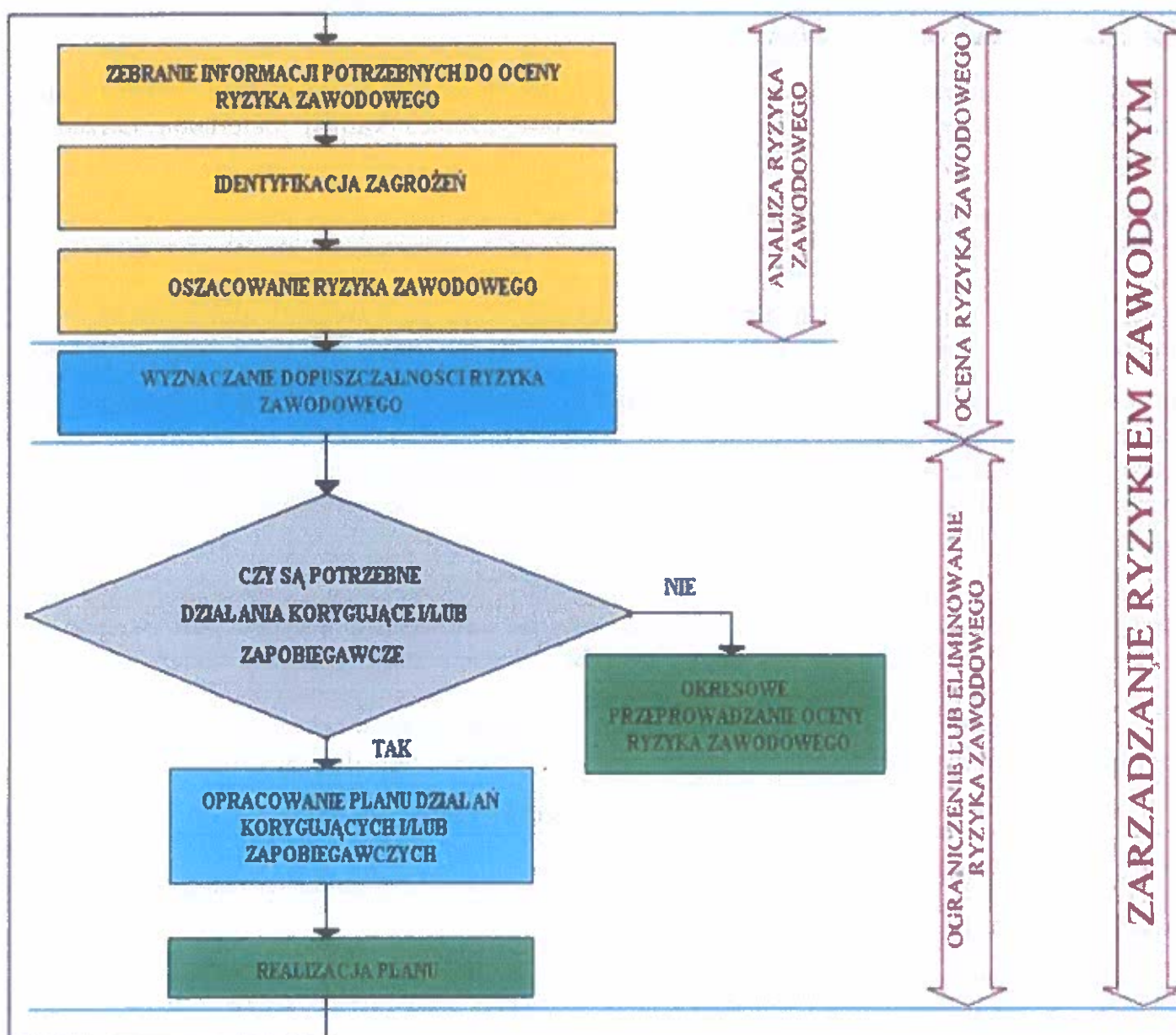
- charakterystykę stanowiska pracy,
- informacje dotyczące identyfikacji zagrożeń,
- szacowanie parametrów ryzyka i jego wartościowanie,
- informacje dotyczące kryteriów akceptacji oraz poziomu ryzyka akceptowalnego,
- środki ochrony konieczne do zlikwidowania zagrożeń lub zmniejszenia ryzyka,
- wyniki przeprowadzonej oceny ryzyka zawodowego dla każdego z czynników środowiska pracy oraz niezbędne środki profilaktyczne zmniejszające ryzyko,

- wynik końcowy oceny ryzyka oraz zalecenia dotyczące monitorowania ryzyka i jego okresowej oceny,
- wytyczne stosowane przy ocenie ryzyka (metoda oceny ryzyka zawodowego).

**Informując o ryzyku zawodowym należy:**

- poinformować o ryzyku zawodowym wszystkich pracowników,
- pracownicy powinni potwierdzić swoim podpisem fakt poinformowania ich o ryzyku zawodowym.

Rys.1 Schemat oceny ryzyka zawodowego-etapy.



**Wstępna analiza zagrożeń PHA** (*Preliminary Hazard Analysis*) jest metodą indukcyjną, pozwalającą na jakościowe oszacowanie ryzyka. Przeznaczona jest do szacowania ryzyka związanego z zagrożeniami, sytuacjami niebezpiecznymi i zdarzeniami niebezpiecznymi, występującymi przy urządzeniach, maszynach oraz ich systemach i podsystemach.

Metoda zakłada możliwość powstania wypadku i szacuje jakościowo możliwe skutki wypadku lub możliwą utratę zdrowia. Może być stosowana na wszystkich etapach badań, konstruowania i budowy, tzn. w fazach prowadzenia prac rozwojowych, projektu wstępnego i technicznego oraz przy modyfikacjach maszyn i urządzeń. Ma również zastosowanie w eksploatacji. Można nią szacować ryzyko po zastosowaniu zaproponowanych środków ochronnych.

Szacowanie ryzyka metodą PHA powinno być korygowane i aktualizowane, według potrzeb w kolejnych krokach procedury analizy ryzyka, w każdym z etapów badań konstrukcji, budowy i eksploatacji.

Metoda PHA jest najczęściej przeprowadzana w czasie rozwijania projektu, gdy występuje niewiele informacji co do szczegółów projektowych lub procedur działania i może często być prekursorem dalszych badań. Może być również użyteczna, gdy analizowane są istniejące systemy lub do określania priorytetowych zagrożeń, gdy okoliczności nie pozwalają na użycie bardziej rozbudowanej techniki.

**Etapy oceny ryzyka.** Analiza ryzyka prowadzona metodą PHA obejmuje etapy:

- określenie granic obiektu, dla którego wykonywana jest ocena ryzyka,
- sporządzenie listy zidentyfikowanych zagrożeń,
- oszacowanie ryzyka, tzn. określenie możliwych strat poprzez stopień szkód **S** i prawdopodobieństwa szkód zdarzenia **P**, z jakim szkody mogą wystąpić,
- wartościowanie ryzyka wyrażone poprzez wskaźnik ryzyka **W**, które określa zależność:

$$W = S \cdot P$$

gdzie: **S** – stopień szkód,

**P** – prawdopodobieństwo szkód zdarzenia.

Listę zagrożeń i podstawowych sytuacji zagrażających tworzy się na podstawie:

- materiałów użytych lub produkowanych i ich reaktywności,
- zastosowanego wyposażenia,
- środowiska działania,
- sposobów organizacji.

Szacowanie stopnia szkód **S** i prawdopodobieństwa szkód **P** odbywa się według skali na sześciu poziomach dla każdego zidentyfikowanego zagrożenia. Charakterystykę poszczególnych poziomów przedstawiono poniżej.

**Uwaga:** Poziom 1–5 dotyczy oceny stopnia szkód i prawdopodobieństwa szkód dla zdarzeń na terenie zakładu, poziom 6 poza terenem zakładu.

S – Stopień szkód	
Poziom szkód	Charakterystyka
1	Znikome urazy, lekkie szkody
2	Lekkie obrażenia, wymierne szkody
3	Ciężkie obrażenia, znaczne szkody
4	Pojedyncze wypadki śmiertelne, ciężkie szkody
5	Zbiorowe wypadki śmiertelne, szkody na bardzo dużą skalę na terenie zakładu
6	Zbiorowe wypadki śmiertelne, szkody na dużą skalę poza terenem zakładu

P – Prawdopodobieństwo szkód

Poziom szkód	Charakterystyka
1	Bardzo nieprawdopodobne
2	Mało prawdopodobne, zdarzające się raz na 10 lat
3	Doraźne wydarzenia, zdarzające się raz w roku
4	Dosyć częste wydarzenia, zdarzające się raz w miesiącu
5	Częste, regularne wydarzenia, zdarzające się raz w tygodniu
6	Duże prawdopodobieństwo wydarzenia

Matryca wartościowania ryzyka metoda PHA

		P – Prawdopodobieństwo szkód						
		Poziom	1	2	3	4	5	6
S – Stopień szkód	1		1	2	3	4	5	6
	2		2	4	6	8	10	12
	3		3	6	9	12	15	18
	4		4	8	12	16	20	24
	5		5	10	15	20	25	30
	6		6	12	18	24	30	36

Ryzyko wartościowane jest na trzech poziomach;

1-3 – ryzyko akceptowalne,

4-9 – dopuszczalna akceptacja ryzyka po ocenie,

10-25 (36) – ryzyko niedopuszczalne – wymagane zmniejszenie ryzyka.

Uwaga : Wartość wskaźnika ryzyka poniżej 25 dotyczy szacowania stopnia szkód dla szkód na stanowiskach pracy na terenie zakładu.

**Ocena ryzyka zawodowego:  
Identyfikacja zagrożeń**

Lp.	Zagrożenie lub czynnik niebezpieczny, szkodliwy, uciążliwy	Źródło zagrożenia	Możliwe skutki
1	2	3	4
1.	Porażeniem prądem elektrycznym.	Biurowe urządzenia elektryczne. Gniazdka elektryczne. Źłe użytkowe, niesprawne urządzenia elektryczne np. czajnik elektryczny.	Poparzenia, stłuczenia ciała, w skrajnych przypadkach porażenie ze skutkiem śmiertelnym.
2.	Pożar, wybuch.	Używanie otwartego ognia, palenie tytoniu w miejscach do tego nie przeznaczonych., Użytkowanie niesprawnych urządzeń elektrycznych, niesprawna Źle dobrane parametry instalacji elektrycznej, niedbale wykonane prace instalacyjne, materiały łatwopalne umieszczone obok rozgrzanych przedmiotów lub urządzeń elektrycznych.	Poparzenia termiczne, zatrucia, a nawet uduszenie.
3.	Obciążenie układu mięśniowo szkieletowego.	Praca na komputerze (4h).	Długotrwałe dolegliwości układu mięśniowo-szkieletowego, schorzenia o charakterze zwyrodnieniowym.
4.	Oslabieniem wzroku.	Prace na komputerze (4h).	Pieczenie, zaczerwienienie oczu. Konieczność noszenia szkieł korekcyjnych, soczewek.
5.	Stres. Decyzyjność.	Złożone, terminowe zadania. Odpowiedzialność za poprawność dokumentacji. Odpowiedzialność za udzielone informacje.	Choroby układu krążenia i układu nerwowego.
6	Upadek, potknięcie, poślizgnięcie	Śliska, zabrudzona, zaśmiecona posadzka, schody, dojścia, przejścia. Ubytki nawierzchni. Zastawione przejścia.	Urazy głównie kończyn (najczęściej złamania i zwichnięcia), ale także potłuczenia ciała (w tym najgroźniejsze stłuczenia głowy).
7	Upadek na niższy poziom (z wysokości do 1 m).	Brak, uszkodzony lub niewłaściwy sprzęt, ewentualnie sprzęt źle wykorzystywany do pracy na wysokości do 1 m. Zabrudzone stopnie. Śliskie schody.	Złamania, zwichnięcia, stłuczenia, otarcia, a nawet kalectwo.
8	Kontakt z ostrymi, szorstkimi powierzchniami.	Ostre powierzchnie opakowań zbiorczych, taśmy opakowań, krawędzie.	Urazy dłoni – skaleczenia i otarcia.
9	Kontakt z ostrymi przedmiotami.	Kawałki szkła. Stłuczone, uszkodzone szklanki, kubki itp. Nożyczki, noże.	Urazy dłoni – skaleczenia, stłuczenia i przekłucia.



10	<b>Uderzenie o nieruchome elementy wyposażenia.</b>	Elementy wystroju biur, pomieszczeń.	Ogólne potłuczenia ciała, skaleczenia.
11	<b>Gorące płyny.</b>	Kawa i herbata parzona oraz spożywana w miejscach przypadkowych.	Oparzenia (najczęściej dłoni).
12	<b>Zagrożenia biologiczne.</b>	Wirusy, bakterie: <ul style="list-style-type: none"> <li>• przenoszone na banknotach,</li> <li>• w kontakcie z petentami – choroby przenoszone drogą kropelkową.</li> </ul>	Alergie, podrażnienia skóry i oczu. Choroby układu pokarmowego, grypa.
13	<b>Zmienny mikroklimat.</b>	Przeziągi w okresie jesienno-zimowym. Praca na otwartej przestrzeni.	Przeziębienie oraz choroby typu: angina, grypa.
14	<b>Praca w terenie.</b>	Dojazd do klientów , petentów. Konieczność poruszania się autem.	Wypadek drogowy, napady i pobicia, agresywne zwierzęta.
15	<b>Podnoszenie, przenoszenie.</b>	Podnoszenie, przenoszenie, układanie wszelkiego rodzaju materiałów biurowych, segregatorów, kartonów, pudełek, akt itp.	Zwrodnienia kręgosłupa, przepuklina. Urazy układu mięśniowo -szkieletowego. Stosowanie się do zalecanych norm ręcznego przemieszczania przedmiotów.
16	<b>Kontakt ze środkami czyszczącymi.</b>	Środki dezynfekujące, czyszczące żele: <ul style="list-style-type: none"> <li>• używane do utrzymania czystości na stanowisku pracy.</li> <li>• używane do dezynfekcji rąk.</li> </ul>	Alergie, podrażnienia skóry i oczu.
17	<b>ZAGROŻENIE BIOLOGICZNE- wirus. WIRUS - KORONAWIRUS SARS-Cov-2, wywołującym chorobę o nazwie COVID-19.</b>	Kontakt ze współpracownikami, petentami, narażenie kropelkowe lub bezpośrednie.	COVID – 19- bóle mięśni, kaszel, utrata wężu, smaku, wysoka temperatura ciała, choroby układu oddechowego zapalenie płuc, zapalenie mięśnia sercowego, śmierć. Stres, depresja, lęk, obawa przed zarażeniem. W 80% przypadków choroba przebiega łagodnie. Ciężki przebieg choroby obserwuje się u ok. 15–20% osób. Do zgonów dochodzi u 2–3% osób chorych. Według Światowej Organizacji Zdrowia (WHO) okres inkubacji, czyli okres od zarażenia pacjenta a początkiem występowania u niego objawów, w przypadku wirusa powodującego COVID-19 waha się pomiędzy 1-14 dni, najczęściej jest to około 5 dni Natomiast u części zarażonych objawy mogą w ogóle nie występować. Niestety osoby bez objawów mogą być źródłem zakażenia.

**KARTA OCENY RYZYKA NA STANOWISKU PRACY**

**Stanowisko ds. inwestycji**

Szacowanie szkód i prawdopodobieństwa szkód oraz wartościowanie ryzyka wykonano metodą PHA.

**CHARAKTERYSTYKA MIEJSCA PRACY**

1. Wykonywanie pracy przez 8 godzin dziennie, praca z monitorem ekranowym 4h.
2. Praca w pozycji siedzącej powodująca statyczne obciążenie mięśni oraz kręgosłupa,
3. Możliwość czasowego poruszania się po schodach i ciągach komunikacyjnych,
4. Monotonia i konieczność skupienia uwagi na wykonywanej czynności,
5. Obsługa monitora ekranowego polegającego na wprowadzaniu danych, tworzeniu dokumentów w postaci elektronicznej, analizowanie wyświetlonych informacji na ekranie monitora, drukowanie dokumentów.
6. Zmienne warunki oświetlenia – naturalne, sztuczne.
7. Wyężona praca wzroku.
8. Hałas wytwarzany przez urządzenia biurowe.
9. Możliwość wystąpienia zmiennego mikroklimatu – zbyt niska lub wysoka temperatura w pomieszczeniu, wilgotność, praca w terenie.
10. Dorywcze przenoszenie ciężarów: kobiety 15kg, mężczyźni 50kg.
11. Możliwość pracy na wysokości w przypadku wykonywania czynności związanych z składowaniem dokumentów w wysokich szafach i regałach.
12. Ryzyko uczestnictwa w wypadkach komunikacyjnych w związku z przemieszczaniem się samochodem w sprawach służbowych. Praca w terenie.

Wszelkie prace zlecone przez pracodawcę w ramach zajmowanego stanowiska pracy.

- 1) Profilaktyka medyczna:
  - a. badania wstępne – ogólne w przypadku pozytywnych wyników badań o terminie następnym decyduje lekarz
  - b. badania okresowe jak wyżej, w zależności od wskazań lekarza neurolog , ortopeda, dermatolog, psycholog
  - c. badania kontrolne po 30 dniach niezdolności do pracy. Zakres badań określa uprawniony lekarz
- 2) Profilaktyka organizacyjna:
  - a. szkolenia pracowników z zakresu bhp
  - b. świadczenia profilaktyczne

Data 10.05.2016

Numer Karty

115052/5/21

Sporządził zespół

ST. SPECJALISTA DS.

INSPEKTOR W. POZ

mgr Katarzyna Walulik

STAROSTWO POWIATOWE  
w Zabkowicach Śląskich  
ul. H. Sienkiewicza 11  
57-200 Zabkowice Śląskie  
NIP 887-15-58-241  
**INSPEKTOR ds. BHP**

26 września 1997 r. w. *Krzysztof Pleszar*  
*Grażyna Pleszar*  
Grażyna Pleszar

- Rozporządzenie MPIPS z 26 września 1997 r. w sprawie ogólnych przepisów bezpieczeństwa i higieny pracy. (t.j. Dz. U. 2003 nr 169 poz. 1650).  
- Rozporządzenie MZIOS z 30 maja 1996 r. w sprawie przeprowadzania badań lekarskich pracowników, zakresu profilaktycznej opieki zdrowotnej nad pracownikami oraz orzeczeń lekarskich wydawanych do celów przewidzianych w Kodeksie pracy. (Dz. U. nr 69 poz. 332).

- Rozporządzenie MPIPS z dnia 1 grudnia 1998 r. w sprawie bezpieczeństwa i higieny na stanowiskach wyposażonych w monitory ekranowe. (Dz. U. nr 148, poz. 973).

- Rozporządzenie RM z dnia 10 września 1996 r. w sprawie wykazu prac szczególnie uciążliwych lub szkodliwych dla zdrowia kobiet (Dz. U. 1996 nr 114 poz. 545) ze zm. (Dz. U. 2002 nr 127 poz. 1092).

- przepisy wewnątrzzakładowe,
- instrukcje stanowiskowe.

## c. ochrona pracy kobiet

### Czynniki środowiska pracy

#### Biologiczne

- mikroorganizmy
  - bakterie
  - wirusy
  - grzyby
  - pierwotniaki
- substancje wytwarzane przez mikroorganizmy
  - toksyny
  - alergeny
- makroorganizmy
  - rośliny
  - zwierzęta

#### Psychofizyczne

- obciążenie fizyczne (statyczne i dynamiczne)
- obciążenie nerwowo-psychiczne:
  - obciążenie umysłu
  - obciążenie lub niedociążenie percepcyjne
  - obciążenie emocjonalne




## KARTA OCENY RYZYKA NA STANOWISKU PRACY

Lp.	Zagrożenie	Źródło zagrożenia Wyniki pomiarów	Ciężkość szkód	Prawdopodo- bieństwo	Oszacowanie ryzyka	Działania profilaktyczne
1.	Porażeniem prądem elektrycznym.	Biurowe urządzenia elektryczne. Gniazdka elektryczne.	Lekkie obrażenia, wymierne szkody. S=2	Mało prawdopodobne zdarzające się raz na 10 lat P=2	Dopuszczalne  W=4	Regularne kontrole i przeglądy instalacji i urządzeń elektrycznych. Zakaz naprawiania instalacji przez osoby nieupoważnione.
2	Pożar, wybuch.	Używanie otwartego ognia, palenie tytoniu w miejscach do tego nie przeznaczonych., Użytkowanie niesprawnych urządzeń elektrycznych, niesprawna Źle dobrane parametry instalacji elektrycznej, niedbale wykonane prace instalacyjne, materiały łatwopalne umieszczone obok rozgrzanych przedmiotów lub urządzeń elektrycznych.	ciężkie obrażenia, znaczne szkody S=3	Mało prawdopodobne zdarzające się raz na 10 lat	Akceptowalne W=6	Prace wykonywać ściśle według zatwierzonego projektu robót stosowanie właściwie dobranych zabezpieczeń nadprądowych, wyposażeń stanowiska w wymagany sprzęt ppoż., zachowanie szczególnej ostrożności.
3.	Obciążenie układu mięśniowo szkieletowego.	Praca na komputerze (4h).	Lekkie obrażenia, wymierne szkody. S=2	Mało prawdopodobne zdarzające się raz na 10 lat P=2	Dopuszczalne  W=4	Właściwe przygotowanie stanowiska pracy (wysokość krzesła, ustawienie monitora).
4.	Ostabiением wzroku.	Prace na komputerze (4h).	Znikome urazy, lekkie szkody S=1	Mało prawdopodobne zdarzające się raz na 10 lat P=2	Akceptowalne  W=2	Zalecenie używania okularów korekcyjnych. Badania okresowe wzroku. Przerwy w pracy.

5. Stres. Decyzyjność.	Złożone, terminowe zadania. Odpowiedzialność za poprawność dokumentacji. Odpowiedzialność za udzielone informacje, porady.	Znikome urazy, lekkie szkody S=1	Mało prawdopodobne zdarzające się raz na 10 lat P=2	Akceptowalne W=2	Prawidłowa organizacja pracy, ograniczanie pośpiechu. Umiejętność prowadzenia rozmów z klientami. Asertywność. Umiejętność radzenia sobie w sytuacjach stresowych- wzywanie odpowiednich Służb Ratunkowych.
6 Upadek, potknięcie, poślizgnięcie .	Śliska, zabrudzona, zaśmiecona posadzka, schody, dojścia, przejścia. Ubytki nawierzchni. Zastawione przejścia.	Lekkie obrażenia, wymierne szkody. S=2	Mało prawdopodobne zdarzające się raz na 10 lat P=2	Dopuszczalne W=4	Regularna kontrola stanu posadzek. Dbłość o porządek w sklepie, zwłaszcza na ciągach komunikacyjnych. Eliminowanie progów. Zalecenie ostrożności. Ograniczanie pośpiechu.
7. Upadek na niższy poziom (z wysokości do 1 m).	Brak, uszkodzony lub niewłaściwy sprzęt, ewentualnie sprzęt źle wykorzystywany do pracy na wysokości do 1 m. Zabrudzone stopnie. Śliskie schody.	Lekkie obrażenia, wymierne szkody. S=2	Mało prawdopodobne zdarzające się raz na 10 lat P=2	Dopuszczalne W=4	Wyposażenie biura w sprzęt umożliwiający swobodne i bezpieczne sięganie do wyższych półek, np. w: • podesty, • drabinki. Stosowanie właściwego obuwia. Dbłość o ład i porządek. Zalecenie szczególnej ostrożności.
8. Kontakt z ostrymi, szorstkimi powierzchniami.	Ostre powierzchnie opakowań zbiorczych, taśmy opakowań, krawędzie..	Znikome urazy, lekkie szkody S=1	Mało prawdopodobne zdarzające się raz na 10 lat P=2	Akceptowalne W=2	Zalecenie ostrożności w trakcie otwierania opakowań zbiorczych towarów. Ograniczanie pośpiechu.
9. Kontakt z ostrymi przedmiotami.	Kawałki szkła. Stłuczone, uszkodzone szklanki, kubki itp. Nożyczki, noże.	Lekkie obrażenia, wymierne szkody. S=2	Mało prawdopodobne zdarzające się raz na 10 lat P=2	Dopuszczalne W=4	Zalecenie szczególnej ostrożności i ograniczanie pośpiechu przy wykonywaniu prac powodujących narażenie wynikające z kontaktu z wadliwymi, uszkodzonymi opakowaniami.

10.	Uderzenie o nieruchome elementy wyposażenia.	Elementy wystroju biur, pomieszczeń.	Znikome urazy, lekkie szkody S=1	Mało prawdopodobne zdarzające się raz na 10 lat P=2	Akceptowalne W=2	Właściwa organizacja stanowisk pracy. Dostateczna szerokość przejść i odstępów pomiędzy elementami wyposażenia biura, wyekspozowanym towarem itp. Zalecenie ostrożności. Ograniczanie pośpiechu.
11.	Gorące płyny.	Kawa i herbata parzona oraz spożywana w miejscach przypadkowych.	Znikome urazy, lekkie szkody S=1	Mało prawdopodobne zdarzające się raz na 10 lat P=2	Akceptowalne W=2	Przestrzeżenie zakazu spożywania posiłków poza miejscem do tego celu przeznaczonym.
12.	Zagrożenia biologiczne.	Wirusy, bakterie: • przenoszone na banknotach, • w kontakcie z petentami – choroby przenoszone drogą kropelkową.	Znikome urazy, lekkie szkody S=1	Mało prawdopodobne zdarzające się raz na 10 lat P=2	Akceptowalne W=2	Zwrócenie uwagi na higienę osobistą. Regularne kontrole stanu zdrowia. Poddawanie się pracowników zalecanym szczepieniom ochronnym.
13.	Zmienny mikroklimat.	Przeziągi w okresie jesienno-zimowym. Praca na otwartej przestrzeni.	Znikome urazy, lekkie szkody S=1	Mało prawdopodobne zdarzające się raz na 10 lat P=2	Akceptowalne W=2	Stosowanie odzieży ochronnej zwłaszcza zimowej.
14.	Praca w terenie.	Konieczność poruszania się autem w celach służbowych. Wypadek drogowy, agresywne zwierzęta, ludzie.	lekkie obrażenia, wymierne szkody S=2	Mało prawdopodobne zdarzające się raz na 10 lat P=2	Akceptowalne W=4	Czułość ostrożność podczas wchodzenia, przebywania na prywatnej posesji. Ostrożność podczas uczestniczenia w ruchu drogowym. Dostosowanie się, przestrzeżenie zasad Kodeksu drogowego. Stosowanie odpowiedniego ubioru do warunków atmosferycznych. Każdorazowe informowanie przełożonych o miejscu pracy w terenie.

15	Podnoszenie, przenoszenie, układanie wszelkiego rodzaju materiałów biurowych, segregatorów, kartonów, pudełek, akt itp. Stosowanie się do zalecanych norm ręcznego przemieszczania przedmiotów.	Znikome urazy, lekkie szkody S=1	Mało prawdopodobne zdarzające się raz na 10 lat P=2	Akceptowalne W=2	Stosowanie się do zalecanych norm ręcznego przemieszczania przedmiotów. Szacowanie własnych sił, możliwość w stosunku do przenieszonego ciężaru.	
17	Kontakt ze środkami czyszczącymi.	Znikome urazy, lekkie szkody S=1	Mało prawdopodobne zdarzające się raz na 10 lat P=2	Akceptowalne W=2	Stosowanie lateksowych rękawic ochronnych. • Dobór „przyjaznego” środka do utrzymania czystości na stanowisku pracy, do dezynfekcji rąk.	
18	<b>ZAGROŻENIE BIOLOGICZNE- wirus.</b> WIRUS - KORONAWIRUS SARS-Cov-2, wywołującym chorobę o nazwie COVID-19.	SZACOWANIE RYZYKA ZAWODOWEGO analiza zagrożeń - PHA Preliminary Hazard Analysis. Ryzyko pracowników związane z KORONAWIRUS SARS-Cov-2, wywołującym chorobę o nazwie COVID-19, biorąc pod uwagę możliwy skutek- <b>zarażenie</b> - szacuje się zgodnie z metodą PHA: <b>Stoień szkód: S = 3 -Ciężkie obrażenia, znaczne szkody.</b> <b>Prawdopodobieństwo szkód P = 3 - doraźne wydarzenia, zdarzające się raz w roku.</b> <b>Ryzyko W = 9 - ryzyko akceptowalne po ocenie.</b> Ryzyko pracowników związane z KORONAWIRUSSARS-Cov-2, wywołującym chorobę o nazwie COVID-19, biorąc pod uwagę największy możliwy skutek- <b>śmierć</b> , w związku z czym szacuje się zgodnie z metodą PHA: <b>Stoień szkód S = 4 - pojedyncze wypadki śmiertelne.</b> <b>Prawdopodobieństwo szkód P = 1 - bardzo nieprawdopodobne.</b> Dla tak oszacowanych parametrów: <b>Ryzyko W = 4 - dopuszczalna akceptacja ryzyka.</b> Przyjmując zastosowanie środków zapobiegawczych, działań prewencyjnych.				OBOWIĄZEK - ZASŁANIANIE UST I NOSA-Dystans, Dezynfekcja, Maseczka- - Zwrócenie uwagi na higienę osobistą. - Często dezynfekcja powierzchni pracy, mycie rąk minimum przez 30 sekund. - Ograniczone zaufani do każdej osoby kichającej, kaszającej. <b>Kichaj „w łokieć” lub „ w chusteczkę” jednorazową”.</b> <b>Unikaj dotykania oczu, nosa i ust.</b> W przypadku złego samopoczucia skontaktuj się z lekarzem, powiadom pracodawcę, zostań w domu. Witamy się na odległość, nie podjemy ręki. - Stosujmy rękawiczki jednorazowe. Zredukuj, na tyle, na ile to możliwe, kontakt fizyczny z innymi pracownikami w czasie

		<p>korzystanie z pomieszczeń higieniczno – sanitarnych, socjalnych, kuchni, łazienki i szatni. Obsługuj klienta zza szyby, pleksy. Zatwierdził:</p>
<p>Uwagi: Brak lub niestosowanie zabezpieczeń powoduje podwyższenie kategorii ryzyka, tzn. zwiększa prawdopodobieństwo zaistnienia wypadku, choroby. Bezwzględne stosowanie instrukcji, środków ochrony osobistej, wzmożona uwaga, utrzymywanie porządku na stanowisku pracy, zmniejsza prawdopodobieństwo zaistnienia wypadku, choroby.</p>		<p>Zatwierdził:  STAROSTA ZĄBKOWICKI Roman Fleszar</p>

ST. SPECJALISTA DS. BHP  
Inspektor P. POŻ

  
mgr Katarzyna Walulik

Opracował.....

STAROSTWO POWIATOWE  
w Zabkowiecach Śląskich  
ul. H. Sienkiewicza 11  
57-200 Zabkowiec Śląskie  
NIP 887-15-58-241

INSPEKTOR ds. BHP



Grazyna Fleszar

Zaakceptował.....

STAROSTA ZĄBKOWICKI

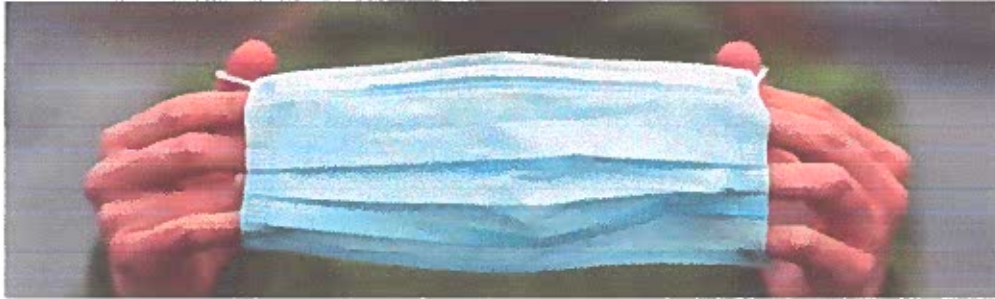
  
Roman Fleszar



## DZIAŁANIA PROFILAKTYCZNE

Minimalizowanie narażenia na wirus SARS-CoV-2 powodującego chorobę COVID-19 w miejscu pracy:

**OBOWIĄZEK - ZASŁANIANIE UST I NOSA.  
Dystans - Dezynfekcja - Maseczka.**



- 1. UNIKAJ KONTAKTU** z każdym, kto ma objawy przeziębienia LUB GRYPY. Ogranicz zaufani do każdej osoby kichającej, kaszającej. Jeżeli źle się czujesz, skontaktuj się z lekarzem, powiadom pracodawcę zostań w domu.
- 2. Stosuj płyny i żele do dezynfekcji dłoni** tak często jak jest to konieczne, jeżeli nie zastosowałeś rękawiczek ochronnych.



- 3. Witaj się na odległość, nie podawaj ręki.**



Pomachaj na przywitanie



- 4. Używaj rękawiczek ochronnych jednorazowych.**

Zdejmując je, załóż nowe za każdym bezpośrednim kontakcie z klientem nie dotykaj dłonią zewnętrzną ich części.



## 5. Regularnie i dokładnie myj ręce.

Zgodnie z instrukcją mycia rąk, używając mydła i wody, przez **30 sekund**. Nie dotykaj twarzy, ust i nosa rękoma, jeśli wcześniej ich nie umyłeś. Upewnij się, że dozowniki środków higieny są regularnie napełniane.

# Jak skutecznie myć ręce?



1 Zwilż ręce ciepłą wodą. Natóź mydło w płynie w zagłębienie dłoni.



2 Namydl obydwie wewnętrzne powierzchnie dłoni.



3 Spień palce i namydl je.



4 Namydl kciuk jednej dłoni drugą ręką i na przemian.



5 Namydl wierzch jednej dłoni wnętrzem drugiej dłoni i na przemian.



6 Namydl obydwa nadgarstki.



7 Sptucz starannie dłonie, żeby usunąć mydło. Wyszusz je starannie.



Całkowity czas:  
30 sekund

Nie zapomnij umyć tych obszarów!



Główny Inspektorat Sanitarny



/GIS.gov



/GIS.gov.pl



/GIS.gov.pl



/gis.gov.pl

## 6. Zdezynfekuj blat, biurko, powierzchnie pracy, których dotykał klient.



To oznacza, że należy myć i dezynfekować **wszystkie powierzchnie w pomieszczeniach, których mógł dotknąć zarażony koronawirusem**. Będą to np. klamki, poręcze, włączniki świateł, biurka, drzwi, uchwyty itp.

W przypadku preparatów do szybkiej dezynfekcji gotowych do użycia (bez rozcieńczania) typu spray, dezynfekowane powierzchnie należy spryskać w takiej ilości w ilości (30-50 ml/m<sup>2</sup>), aby dezynfekowana powierzchnia pozostawała wilgotna przez cały czas wymagany do osiągnięcia pełnej skuteczności bójczej. Powierzchnie należy spryskiwać w odległości około 20-30 cm.

Powierzchnie zabrudzone, zanieczyszczone, zatłuszczone, należy przemyć środkiem myjącym, a następnie zebrać zanieczyszczenia ściereczką lub ręcznikiem papierowym, a następnie tak wyczyszczonej powierzchnię spryskać środkiem dezynfekcyjnym i pozostawić do odparowania

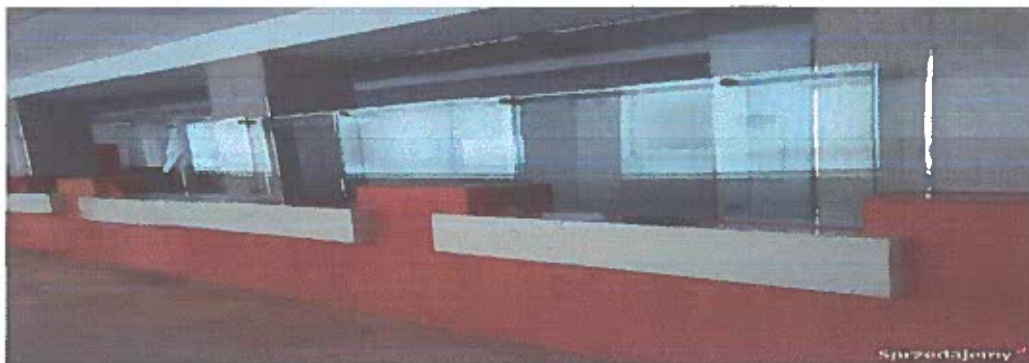
cienkiego filmu. Czas ulotnienia się warstwy cieczy zależy od temperatury otoczenia i cyrkulacji powietrza.

**Zwróć uwagę jakiego preparatu używasz, stosuj się do wskazówek, instrukcji producenta !**

**7. Zredukuj, na tyle, na ile to możliwe, kontakt fizyczny z innymi pracownikami w czasie korzystania z pomieszczeń higieniczno – sanitarnych, socjalnych, kuchni, łazienki i szatni.**

**8. Pozostaw swoje miejsca pracy w czystości.** Kosze na śmieci powinny mieć worki foliowe, aby mogły być opróżniane bez kontaktu z zawartością.

**9. Obsługuj klienta zza szyby, pleksy.**



**10. Stosuj odpowiednie zasady ochrony podczas kaszlu i kichania.**

Gdy kichasz lub kaszlesz zakrywaj usta lub nos zgiętym łokciem albo chusteczką, którą natychmiast musisz wyrzucić do zamkniętego kosza.

**Uwaga!**

Nie zakrywaj nosa i ust dłońmi, w ten sposób możesz przenieść zarazki na przedmioty i osoby, których dotykasz.



----- Kichaj „w łokieć” lub „wchusteczkę” jednorazową”. -----

**11. Unikaj dotykania oczu, nosa i ust.**

Ministerstwo Zdrowia przypomina, że dłońmi dotyka się wielu powierzchni, także takich, które mogą być skażone wirusem. A jeśli zanieczyszczonymi rękami dotkniesz oczu, nosa lub ust, możemy przenieść wirusa na siebie.

**Stosuj się do ustalonych w Zakładzie pracy wskazań, zaleceń pracodawcy - przestrzegaj ich.**

**12. Nie lekceważ pierwszych objawów !! – natychmiast powiadom służby !!-**

# Infolinia NFZ 800 190 590.

**MASZ OBJAWY**

**GORĄCZKA**      **KASZEL**

**DUSZNOŚĆ**      **PROBLEMY Z ODDYCHANIEM**

**BEZZWŁOCZNIE**, telefonicznie powiadom stację sanitarno-epidemiologiczną lub zgłoś się bezpośrednio do oddziału zakaźnego lub oddziału obserwacyjno-zakaźnego

**14 DNI** **NIE MASZ OBJAWÓW**

przez kolejne **14 DNI** kontroluj swój stan zdrowia **CODZIENNIE** mierz temperaturę

**MIAŁEŚ KONTAKT Z OSOBĄ CHORĄ LUB ZAKAŻONĄ KORONAWIRUSEM**

**BEZZWŁOCZNIE** telefonicznie powiadom stację sanitarno-epidemiologiczną

**Ważne!**

Działa infolinia Narodowego Funduszu Zdrowia 800 190 590, gdzie można uzyskać informacje dotyczące postępowania w sytuacji podejrzenia zakażenia koronawirusem.

### Zakłady pracy

**Należy jednak stosować w nich szczególnie ostre zalecenia Głównego Inspektora Sanitarnego w zakresie zachowania odległości pracowników, środków dezynfekcji.**

<https://gis.gov.pl/>

**Podstawa prawna:** Rozporządzenie Ministra Zdrowia z dnia 24 marca 2020 r. zmieniające rozporządzenie w sprawie ogłoszenia na obszarze Rzeczypospolitej Polskiej stanu epidemii

### **Zgłoś kwarantannę**

Główny Inspektorat Sanitarny - Portal Gov.pl (www.gov.pl)

Formularz zgłoszeniowy pozwala na szybki kontakt z sanepidem i usprawnia przeprowadzenie wywiadu epidemiologicznego. Kiedy korzystać z formularza zgłoszeniowego:

- 1. Masz pozytywny wynik testu na koronawirusa? Jak najszybciej wypełnij formularz.**
- 2. Miałeś (-aś) bliski kontakt z osobą zakażoną SARS-CoV-2? Jak najszybciej wypełnij formularz.**
- 3. Otrzymałeś (-aś) pozytywny wynik testu na koronawirusa, a nie masz narzędzi lub wiedzy by wypełnić formularz samodzielnie? Może to za ciebie zrobić ktoś inny.**
- 4. Miałeś (-aś) bliski kontakt z osobą zakażoną SARS-CoV-2, a nie masz narzędzi lub wiedzy by wypełnić formularz samodzielnie? Może to za ciebie zrobić ktoś inny.**

Wynik testu na koronawirusa znajdziesz na Internetowym Koncie Pacjenta.

Aby wysłać zgłoszenie potrzebujesz profilu zaufanego, który możesz szybko założyć np. za pośrednictwem bankowości elektronicznej <https://www.gov.pl/web/gov/zaloz-profil-zaufany>

STAROSTWO POWIATOWE  
w Ząbkowicach Śląskich  
ul. H. Sienkiewicza 11  
57-200 Ząbkowice Śląskie  
NIP 887-15-58-241

Pieczęć nagłówkowa pracodawcy

# OCENA RYZYKA ZAWODOWEGO

Starostwo Powiatowe w Ząbkowicach Śląskich

DLA STANOWISKA:

Pracownik ds. archiwum  
Inspektor ds. BHP



ST. SPECJALISTA DS. BHP

Inspektor P. POZ

*Katarzyna Walulik*  
mgr Katarzyna Walulik

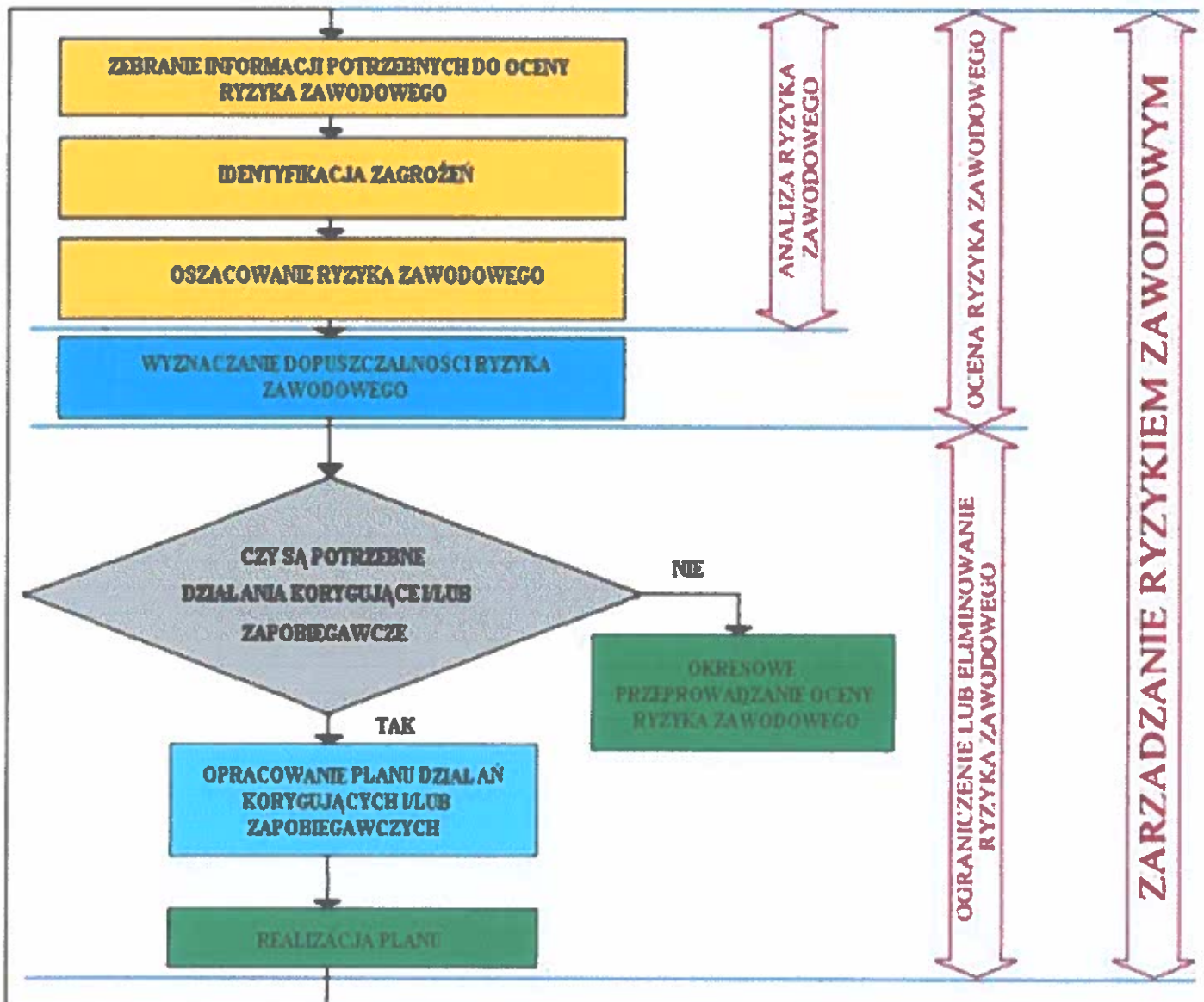
Oceny dokonał:.....

Data *10.05.2021*.....

# RYZYSKO ZAWODOWE



**PRAWDOPODOBIEŃSTWO WYSTĄPIENIA  
NIEPOŻĄDANYCH ZDARZEŃ  
ZWIĄZANYCH Z WYKONYWANĄ PRACĄ  
POWODUJĄCYCH STRATY,  
W SZCZEGÓLNOŚCI WYSTĄPIENIE  
NIKKORZYSTNYCH SKUTKÓW  
ZDROWOTNYCH W WYNIKU ZAGROZEŃ  
ZAWODOWYCH WYSTĘPUJĄCYCH  
W ŚRODOWISKU PRACY LUB SPOSOBU  
WYKONYWANIA PRACY**



## **Warunki dokonywania oceny ryzyka zawodowego**

Ocenę ryzyka zawodowego należy wykonywać dla wszystkich stanowisk pracy, dla których ocena nie była wykonywana oraz wtedy, kiedy w miejscu pracy została wprowadzona zmiana, która mogła spowodować zmianę poziomu ryzyka lub zmianę jego oceny oraz przestrzegania.

**Ocenę ryzyka zawodowego należy przeprowadzić zawsze gdy:**

- **tworzone są nowe stanowiska pracy,**
- **wprowadzane są zmiany na stanowiskach pracy,**
- **wprowadzono zmiany związane z zastosowaniem środków ochrony,**
- **wystąpiło zdarzenie wypadkowego lub awaria, które uwidoczniły nowe zagrożenia,**
- **zmiana w przepisach prawnych.**

**Przy tworzeniu nowych stanowisk pracy** należy uwzględnić wymagania związane z warunkami materialnego środowiska pracy – z pomieszczeniem pracy, zastosowaniem materiałów, narzędzi oraz organizacji.

**Wprowadzenie zmian na stanowisku pracy** wiąże się z zastosowaniem nowych materiałów, narzędzi i organizacji. Każda taka zmiana może spowodować wystąpienie innych czynników środowiska pracy będących źródłem nowych zagrożeń. Zmiana na stanowisku prac, przy występowaniu tych samych czynników i wynikających z nich zagrożeń, spowodować może zmianę poziomu ryzyka.

**Opracowywanie nowych standardów w dziedzinie bhp** – nowe przepisy, normy, oraz zasady obowiązujące na stanowiskach pracy; powodują konieczność weryfikacji oceny stanu bezpieczeństwa oraz wykonanie ponownie oceny ryzyka zawodowego, zgodnie z nowymi wymaganiami. Wprowadzenie nowych zasad ochrony lub zastosowanie nowych środków ochrony zmienia najczęściej charakterystykę środowiska pracy, a zatem również ryzyko związane z pracą.

Analiza ryzyka kończy się podaniem wymaganej informacji potrzebnej do określenia wartości ryzyka. Na podstawie tych informacji przeprowadza się wartościowanie ryzyka, tzn. określa się poziom (wartość ryzyka). Podejmowana jest decyzja o poziomie bezpieczeństwa badanego obiektu (stanowiska pracy, procesu lub urządzenia) oraz o podjęciu odpowiednich działań profilaktycznych. Po wprowadzeniu działań profilaktycznych w celu sprawdzenia ich skuteczności należy przeprowadzić powtórnie ocenę ryzyka uwzględniając wszystkie jej kroki.

## **Dokumentowanie oceny ryzyka zawodowego.**

Dokumentacja oceny ryzyka zawodowego powinna zawierać następujące informacyjne:

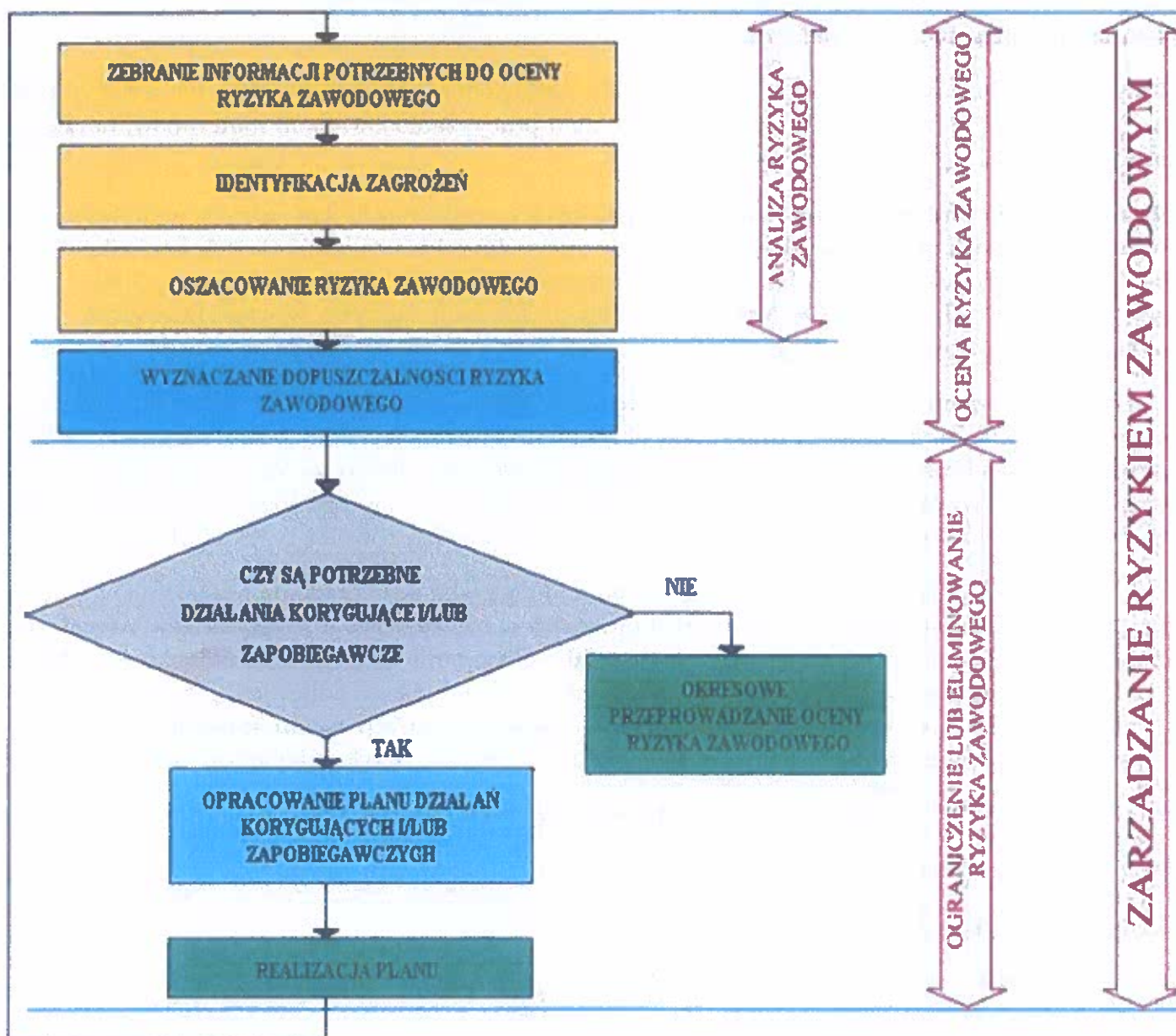
- charakterystykę stanowiska pracy,
- informacje dotyczące identyfikacji zagrożeń,
- szacowanie parametrów ryzyka i jego wartościowanie,
- informacje dotyczące kryteriów akceptacji oraz poziomu ryzyka akceptowalnego,
- środki ochrony konieczne do zlikwidowania zagrożeń lub zmniejszenia ryzyka,
- wyniki przeprowadzonej oceny ryzyka zawodowego dla każdego z czynników środowiska pracy oraz niezbędne środki profilaktyczne zmniejszające ryzyko,

- wynik końcowy oceny ryzyka oraz zalecenia dotyczące monitorowania ryzyka i jego okresowej oceny,
- wytyczne stosowane przy ocenie ryzyka (metoda oceny ryzyka zawodowego).

**Informując o ryzyku zawodowym należy:**

- poinformować o ryzyku zawodowym wszystkich pracowników,
- pracownicy powinni potwierdzić swoim podpisem fakt poinformowania ich o ryzyku zawodowym.

Rys.1 Schemat oceny ryzyka zawodowego-etapy.





**Wstępna analiza zagrożeń PHA (Preliminary Hazard Analysis)** jest metodą indukcyjną, pozwalającą na jakościowe oszacowanie ryzyka. Przeznaczona jest do szacowania ryzyka związanego z zagrożeniami, sytuacjami niebezpiecznymi i zdarzeniami niebezpiecznymi, występującymi przy urządzeniach, maszynach oraz ich systemach i podsystemach.

Metoda zakłada możliwość powstania wypadku i szacuje jakościowo możliwe skutki wypadku lub możliwą utratę zdrowia. Może być stosowana na wszystkich etapach badań, konstruowania i budowy, tzn. w fazach prowadzenia prac rozwojowych, projektu wstępnego i technicznego oraz przy modyfikacjach maszyn i urządzeń. Ma również zastosowanie w eksploatacji. Można nią szacować ryzyko po zastosowaniu zaproponowanych środków ochronnych.

Szacowanie ryzyka metodą PHA powinno być korygowane i aktualizowane, według potrzeb w kolejnych krokach procedury analizy ryzyka, w każdym z etapów badań konstrukcji, budowy i eksploatacji.

Metoda PHA jest najczęściej przeprowadzana w czasie rozwijania projektu, gdy występuje niewiele informacji co do szczegółów projektowych lub procedur działania i może często być prekursorem dalszych badań. Może być również użyteczna, gdy analizowane są istniejące systemy lub do określania priorytetowych zagrożeń, gdy okoliczności nie pozwalają na użycie bardziej rozbudowanej techniki.

**Etapy oceny ryzyka.** Analiza ryzyka prowadzona metodą PHA obejmuje etapy:

- określenie granic obiektu, dla którego wykonywana jest ocena ryzyka,
- sporządzenie listy zidentyfikowanych zagrożeń,
- oszacowanie ryzyka, tzn. określenie możliwych strat poprzez stopień szkód S i prawdopodobieństwa szkód zdarzenia P, z jakim szkody mogą wystąpić,
- wartościowanie ryzyka wyrażone poprzez wskaźnik ryzyka W, które określa zależność:

$$W = S \cdot P$$

gdzie: S – stopień szkód,

P – prawdopodobieństwo szkód zdarzenia.

Listę zagrożeń i podstawowych sytuacji zagrażających tworzy się na podstawie:

- materiałów użytych lub produkowanych i ich reaktywności,
- zastosowanego wyposażenia,
- środowiska działania,
- sposobów organizacji.

Szacowanie stopnia szkód S i prawdopodobieństwa szkód P odbywa się według skali na sześciu poziomach dla każdego zidentyfikowanego zagrożenia. Charakterystykę poszczególnych poziomów przedstawiono poniżej.

**Uwaga:** Poziom 1–5 dotyczy oceny stopnia szkód i prawdopodobieństwa szkód dla zdarzeń na terenie zakładu, poziom 6 poza terenem zakładu.

S – Stopień szkód	
Poziom szkód	Charakterystyka
1	Znikome urazy, lekkie szkody
2	Lekkie obrażenia, wymierne szkody
3	Ciężkie obrażenia, znaczne szkody
4	Pojedyncze wypadki śmiertelne, ciężkie szkody
5	Zbiorowe wypadki śmiertelne, szkody na bardzo dużą skalę na terenie zakładu
6	Zbiorowe wypadki śmiertelne, szkody na dużą skalę poza terenem zakładu

P – Prawdopodobieństwo szkód

Poziom szkód	Charakterystyka
1	Bardzo nieprawdopodobne
2	Mало prawdopodobne, zdarzające się raz na 10 lat
3	Doraźne wydarzenia, zdarzające się raz w roku
4	Dosyć częste wydarzenia, zdarzające się raz w miesiącu
5	Częste, regularne wydarzenia, zdarzające się raz w tygodniu
6	Duże prawdopodobieństwo wydarzenia

Matryca wartościowania ryzyka metoda PPA

		P – Prawdopodobieństwo szkód						
		Poziom	1	2	3	4	5	6
S – Stopień szkód	1		1	2	3	4	5	6
	2		2	4	6	8	10	12
	3		3	6	9	12	15	18
	4		4	8	12	16	20	24
	5		5	10	15	20	25	30
	6		6	12	18	24	30	36

Ryzyko wartościowane jest na trzech poziomach:

1-3 – ryzyko akceptowalne,

4-9 – dopuszczalna akceptacja ryzyka po ocenie,

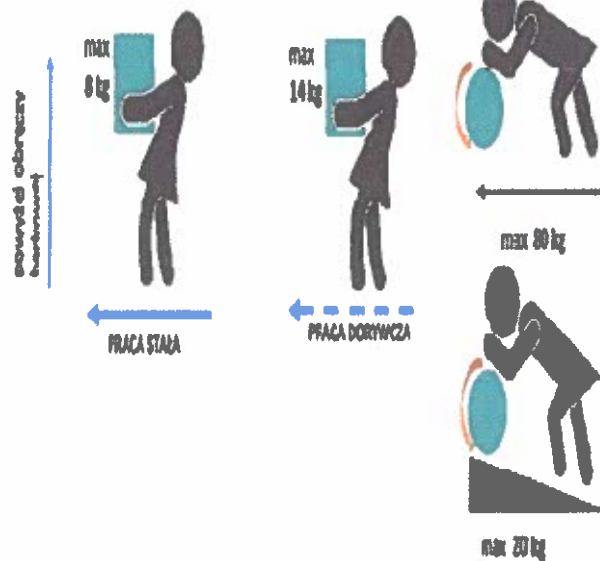
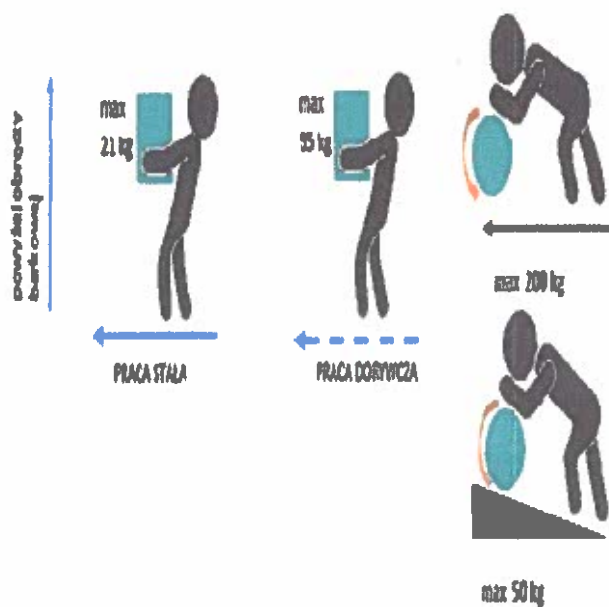
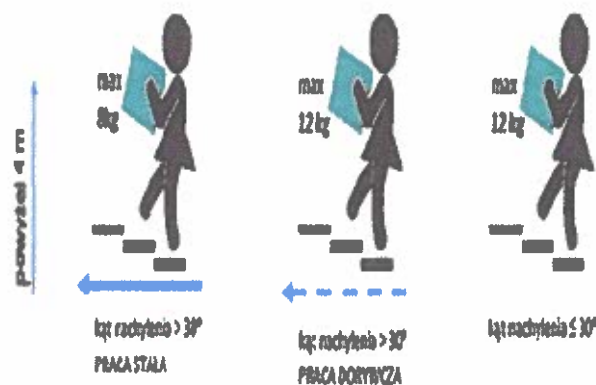
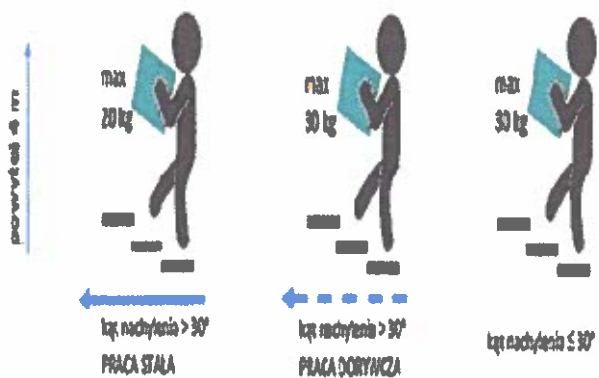
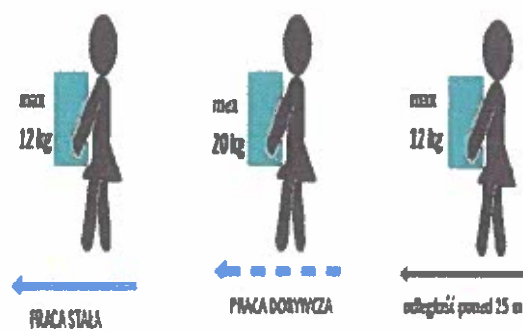
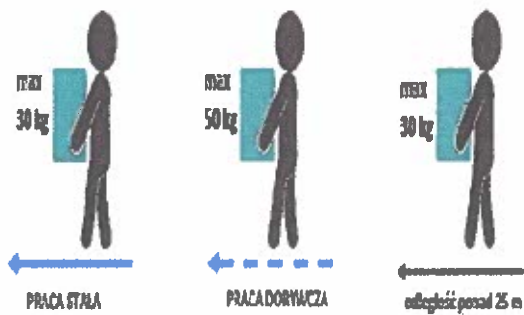
10-25 (36) – ryzyko niedopuszczalne – wymagane zmniejszenie ryzyka.

Uwaga : Wartość wskaźnika ryzyka poniżej 25 dotyczy szacowania stopnia szkód dla szkód na stanowiskach pracy na terenie zakładu.

# RĘCZNE PRZENOSZENIE PRZEDMIOTÓW PRZEZ JEDNEGO PRACOWNIKA

## MĘŻCZYŹNI

## KOBIETY



Ocena ryzyka zawodowego:  
Pracownik ds. archiwum  
Inspektor ds. BHP

Identyfikacja zagrożeń

Lp.	Zagrożenie lub czynnik niebezpieczny, szkodliwy, uciążliwy	Źródło zagrożenia	Możliwe skutki
1	2	3	4
1.	Porażeniem prądem elektrycznym.	Biurowe urządzenia elektryczne. Gniazdka elektryczne. Źle użytkowe, niesprawne urządzenia elektryczne np. czajnik elektryczny.	Poparzenia, stłuczenia ciała, w skrajnych przypadkach porażenie ze skutkiem śmiertelnym.
2.	Pożar, wybuch.	Używanie otwartego ognia, palenie tytoniu w miejscach do tego nie przeznaczonych., Użytkowanie niesprawnych urządzeń elektrycznych, niesprawna Źle dobrane parametry instalacji elektrycznej, niedbale wykonane prace instalacyjne, materiały łatwopalne umieszczone obok rozgrzanych przedmiotów lub urządzeń elektrycznych.	Poparzenia termiczne, zatrucia, a nawet uduszenie.
3.	Obciążenie układu mięśniowo-szkieletowego.	Praca na komputerze (4h). Dorywcze dźwiganie.	Długotrwałe dolegliwości układu mięśniowo-szkieletowego, schorzenia o charakterze zwyrodnieniowym.
4.	Oslabieniem wzroku.	Prace na komputerze (4h).	Piecznienie, zaczerwienienie oczu. Konieczność noszenia szkielek korekcyjnych, soczewek.
5.	Stres. Kontakt z petentami, współpracownikami.	Złożone, terminowe zadania. Odpowiedzialność za poprawność dokumentacji. Odpowiedzialność za udzielone informacje, porady.	Choroby układu krążenia i układu nerwowego.
6	Upadek, potknięcie, poślizgnięcie	Śliska, zabrudzona, zaśmiecona posadzka, schody, dojścia, przejścia. Ubytki nawierzchni. Zastawione przejścia.	Urazy głównie kończyn (najczęściej złamania i zwichnięcia), ale także potłuczenia ciała (w tym najgroźniejsze stłuczenia głowy).
7	Upadek na niższy poziom (z wysokości do 1 m).	Brak, uszkodzony lub niewłaściwy sprzęt, ewentualnie sprzęt źle wykorzystywany do pracy na wysokości do 1 m. Zabrudzone stopnie. Śliskie schody.	Złamania, zwichnięcia, stłuczenia, otarcia, a nawet kalectwo.
8	Kontakt z ostrymi, szorstkimi powierzchniami.	Ostre powierzchnie opakowań zbiorczych, taśmy opakowań, krawędzie.	Urazy dłoni – skaleczenia i otarcia.

9	Kontakt z ostrymi przedmiotami.	Kawałki szkła. Stłuczone, uszkodzone szklanki, kubki itp. Nożyczki, noże.		Urazy dłoni – skaleczenia, stłuczenia i przekłucia.
10	Uderzenie o nieruchome elementy wyposażenia.	Elementy wystroju biur, pomieszczeń.		Ogólne potłuczenia ciała, skaleczenia.
11	Gojące płyny.	Kawa i herbata parzona oraz spożywana w miejscach przypadkowych.		Oparzenia (najczęściej dłoni).
12	Zagrożenia biologiczne.	Wirusy, bakterie: • przenoszone na banknotach, • w kontakcie z petentami – choroby przenoszone drogą kropelkową.		Alergie, podrażnienia skóry i oczu. Choroby układu pokarmowego, grypa.
13	Zmienny mikroklimat.	Przeziągi w okresie jesienno-zimowym.		Przeziębienie oraz choroby typu: angina, grypa.
14	Podnoszenie, przenoszenie.	Podnoszenie, przenoszenie, układanie wszelkiego rodzaju materiałów biurowych, segregatorów, kartonów, pudełek, akt itp.		Zwyrodnienia kregostupa, przepuklina. Urazy układu mięśniowo -szkieletowego. Stosowanie się do zalecanych norm ręcznego przemieszczania przedmiotów.
15	Kontakt ze środkami czyszczącymi.	Środki dezynfekujące, czyszczące żele: • używane do utrzymania czystości na stanowisku pracy. • używane do dezynfekcji rąk.		Alergie, podrażnienia skóry i oczu.
16.	ZAGROŻENIE BIOLOGICZNE- wirus. WIRUS - KORONAWIRUS SARS-Cov-2, wywołującym chorobę o nazwie COVID-19.	Kontakt ze współpracownikami, petentami, narażenie kropelkowe lub bezpośrednie.		COVID – 19- bóle mięśni, kaszel, utrata wężu, smaku, wysoka temperatura ciała, choroby układu oddechowego zapalenie płuc, zapalenie mięśnia sercowego, śmiertel. Stres, depresja, lęk, obawa przed zarażeniem. W 80% przypadków choroba przebiega łagodnie. Ciężki przebieg choroby obserwuje się u ok. 15–20% osób. Do zgonów dochodzi u 2–3% osób chorych. Według Światowej Organizacji Zdrowia (WHO) okres inkubacji, czyli okres od zarażenia pacjenta a początkiem występowania u niego objawów, w przypadku wirusa powodującego COVID-19 waha się pomiędzy 1-14 dni,

**najczęściej jest to około 5 dni** Natomiast u części zarażonych objawy mogą w ogóle nie występować. Niestety osoby bez objawów mogą być źródłem zakażenia.

## ELEMENTY WYPOSAŻENIA MIEJSCA PRACY:

Wyposażenie miejsca pracy to biurko, krzesła, regały.

## POZYCJA PRACOWNIKA PRZY PRACY:

siedząca niewymuszona ze zmianą na inną, chodząca niewymuszona ze zmianą na inną, stojąca niewymuszona ze zmianą na inną.

SYSTEM PRACY: jedno zmianowy

## CZYNNIKI SZKODLIWE I UCIAŻLIWE MOGĄCE WYSTĄPIĆ NA STANOWISKU PRACY

Czynniki fizyczne:

- Oświetlenie na stanowiskach pracy
- Zmienny mikroklimat
- Pole elektromagnetyczne
- Czynniki psychofizyczne
- Obciążenie fizyczne, statyczne i dynamiczne
- Obciążenie nerwowo – psychiczne, obciążenie umysłu, obciążenie emocjonalne

## Czynniki środowiska pracy

### Biologiczne

- mikroorganizmy
  - bakterie
  - wirusy
  - grzyby
  - pierwotniaki
- substancje wytwarzane przez mikroorganizmy
  - toksyny
  - alergeny
- makroorganizmy
  - rośliny
  - zwierzęta

### Psychofizyczne

- obciążenie fizyczne (statyczne i dynamiczne)
- obciążenie nerwowo-psychiczne:
  - obciążenie umysłu
  - obciążenie lub niedociążenie percepcyjne
  - obciążenie emocjonalne



# KARTA OCENY RYZYKA NA STANOWISKU PRACY

Pracownik ds. archiwum

Inspektor ds. BHP

Data 10.05.2014r. 1/BHP/5/21	Numer Karty
Liczba narażonych	Sporządził zespół ST. SPECJALISTA DS. BHP INSPEKTOR ds. BHP Inspektor F. POZ Katarzyna Walulik Grażyna Flestar
Szacowanie szkód i prawdopodobieństwa szkód oraz wartościowanie ryzyka wykonano metodą PHA.	<p><b>CHARAKTERYSTYKA MIEJSCA PRACY</b></p> <ol style="list-style-type: none"><li>1. Wykonywanie pracy przez 8 godzin dziennie, praca z monitorem ekranowym 4h.</li><li>2. Praca w pozycji siedzącej powodująca statyczne obciążenie mięśni oraz kręgosłupa,</li><li>3. Możliwość czasowego poruszania się po schodach i ciągach komunikacyjnych,</li><li>4. Monotonia i konieczność skupienia uwagi na wykonywanej czynności,</li><li>5. Obsługa monitora ekranowego polegającego na wprowadzaniu danych, tworzeniu dokumentów w postaci elektronicznej, analizowanie wyświetlonych informacji na ekranie monitora, drukowanie dokumentów.</li><li>6. Zmienne warunki oświetlenia – naturalne, sztuczne.</li><li>7. Wyteżona praca wzroku.</li><li>8. Hałas wytwarzany przez urządzenie biurowe.</li><li>9. Możliwość wystąpienia zmiennego mikroklimatu na niektórych stanowiskach pracy – zbyt niska lub wysoka temperatura w pomieszczeniu, wilgotność.</li><li>10. Dorywcze przenoszenie ciężarów: kobiety 15kg, mężczyźni 50kg.</li><li>11. Możliwość pracy na wysokości w przypadku wykonywania czynności związanych z składowaniem dokumentów w wysokich szafach i regałach.</li><li>12. Podwyższone ryzyko uczestnictwa w wypadkach komunikacyjnych w związku z przemieszczaniem się samochodem w sprawach służbowych</li></ol> <p>Wszelkie prace zlecone przez pracodawcę w ramach zajmowanego stanowiska pracy.</p> <p>1) Profilaktyka medyczna:</p> <ol style="list-style-type: none"><li>a. badania wstępne – ogólne w przypadku pozytywnych wyników badań o terminie następnym decyduje lekarz</li><li>b. badania okresowe jak wyżej, w zależności od wskazań lekarza neurolog , ortopeda, dermatolog, psycholog</li><li>c. badania kontrolne po 30 dniach niezdolności do pracy. Zakres badań określa uprawniony lekarz</li></ol> <p>2) Profilaktyka organizacyjna:</p> <ol style="list-style-type: none"><li>a. szkolenia pracowników z zakresu bhp</li><li>b. świadectwa profilaktyczne</li><li>c. ochrona pracy kobiet</li></ol> <p>3) Profilaktyka techniczna:</p> <ul style="list-style-type: none"><li>- Rozporządzenie MPIPŚ z 26 września 1997 r. w sprawie ogólnych przepisów bezpieczeństwa i higieny pracy. (t.j. Dz. U. 2003 nr 169 poz. 1650).</li><li>- Rozporządzenie MZIOS z 30 maja 1996 r. w sprawie przeprowadzania badań lekarskich pracowników, zakresu profilaktycznej opieki zdrowotnej nad pracownikami oraz orzeczeń lekarskich wydawanych do celów przewidzianych w Kodeksie pracy. (Dz. U. nr 69 poz. 332).</li><li>- Rozporządzenie MPIPŚ z dnia 1 grudnia 1998 r. w sprawie bezpieczeństwa i higieny na stanowiskach wyposażonych w monitory ekranowe. (Dz. U. nr 148, poz. 973).</li><li>- Rozporządzenie RM z dnia 10 września 1996 r. w sprawie wykazu prac szczególnie uciążliwych lub szkodliwych dla zdrowia kobiet (Dz. U. 1996 nr 114 poz. 545) ze zm. (Dz. U. 2002 nr 127 poz. 1092).</li><li>- przepisy wewnętrzzakładowe,</li><li>- instrukcje stanowiskowe.</li></ul>




Lp.	Zagrożenie	Źródło zagrożenia Wyniki pomiarów	Ciężkość szkód	Prawdopodob- ność	Oszacowanie ryzyka	Działania profilaktyczne
1.	Porażeniem prądem elektrycznym.	Biurowe urządzenia elektryczne. Gniazdka elektryczne.	Lekkie obrażenia, wymierne szkody. S=2	Mało prawdopodobne zdarzające się raz na 10 lat P=2	Dopuszczalne  W=4	Regularne kontrole i przeglądy instalacji i urządzeń elektrycznych. Zakaz naprawiania instalacji przez osoby nieupoważnione.
2	Pożar, wybuch.	Używanie otwartego ognia, palenie tytoniu w miejscach do tego nie przeznaczonych., Użytkowanie niesprawnych urządzeń elektrycznych, niesprawna źle dobrane parametry instalacji elektrycznej, niedbale wykonane prace instalacyjne, materiały łatwopalne umieszczone obok rozgrzanych przedmiotów lub urządzeń elektrycznych.	ciężkie obrażenia, znaczące szkody S=3	Mało prawdopodobne zdarzające się raz na 10 lat P=2	Akceptowalne W=6	Prace wykonywać ściśle według zatwierzonego projektu robót stosowanie właściwie dobranych zabezpieczeń nadprądowych, wyposażenie stanowiska w wymagany sprzęt ppoż., zachowanie szczególnej ostrożności.
3.	Obciążenie układu mięśniowo szkieletowego.	Praca na komputerze (4h). Dorywcze dźwiganie.	Lekkie obrażenia, wymierne szkody. S=2	Mało prawdopodobne zdarzające się raz na 10 lat P=2	Dopuszczalne  W=4	Właściwe przygotowanie stanowiska pracy (wysokość krzesła, ustawienie monitora).
4.	Oslabieniem wzroku.	Prace na komputerze (4h).	Znikome urazy, lekkie szkody S=1	Mało prawdopodobne zdarzające się raz na 10 lat P=2	Akceptowalne  W=2	Zalecenie używania okularów korekcyjnych. Badania okresowe wzroku. Przerwy w pracy.

5. Stres.	Złożone, terminowe zadania. Odpowiedzialność za poprawność dokumentacji. Odpowiedzialność za udzielone informacje, porady.	Znikome urazy, lekkie szkody S=1	Mało prawdopodobne zdarzające się raz na 10 lat P=2	Akceptowalne  W=2	Prawidłowa organizacja pracy, ograniczenie pośpiechu. Umiejętność prowadzenia rozmów z klientami. Asertywność. Umiejętność radzenia sobie w sytuacjach stresowych- wzywianie odpowiednich Służb Ratunkowych.
6 Upadek, potknięcie, poślizgnięcie .	Śliska, zabrudzona, zaśmiecona posadzka, schody, dojścia, przejścia. Ubytki nawierzchni. Zastawione przejścia.	Lekkie obrażenia, wymierne szkody. S=2	Mało prawdopodobne zdarzające się raz na 10 lat P=2	Dopuszczalne  W=4	Regularna kontrola stanu posadzek. Dbałość o porządek w sklepie, zwłaszcza na ciągach komunikacyjnych. Eliminowanie progów. Zalecenie ostrożności. Ograniczanie pośpiechu.
7. Upadek na niższy poziom (z wysokości do 1 m).	Brak, uszkodzony lub niewłaściwy sprzęt, ewentualnie sprzęt źle wykorzystywany do pracy na wysokości do 1 m. Zabrudzone stopnie. Śliskie schody.	Lekkie obrażenia, wymierne szkody. S=2	Mało prawdopodobne zdarzające się raz na 10 lat P=2	Dopuszczalne  W=4	Wyposażenie biura w sprzęt umożliwiający swobodne i bezpieczne sięganie do wyższych półek, np. w: • podesty, • drabinki. Stosowanie właściwego obuwia. Dbałość o ład i porządek. Zalecenie szczególnej ostrożności.
8. Kontakt z ostrymi, szorstkimi powierzchniami.	Ostre powierzchnie opakowań zbiorczych, taśmy opakowań, krawędzie..	Znikome urazy, lekkie szkody S=1	Mało prawdopodobne zdarzające się raz na 10 lat P=2	Akceptowalne  W=2	Zalecenie ostrożności w trakcie otwierania opakowań zbiorczych towarów. Ograniczanie pośpiechu.
9. Kontakt z ostrymi przedmiotami.	Kawałki szkła. Stłuczone, uszkodzone szklanki, kubki itp. Nożyczki, noże.	Lekkie obrażenia, wymierne szkody. S=2	Mało prawdopodobne zdarzające się raz na 10 lat P=2	Dopuszczalne  W=4	Zalecenie szczególnej ostrożności i ograniczenie pośpiechu przy wykonywaniu prac powodujących narażenie wynikające z kontaktu z wadliwymi, uszkodzonymi opakowaniami.

10. Uderzenie o nieruchome elementy wyposażenia.	Elementy wystroju biur, pomieszczeń.	Znikome urazy, lekkie szkody S=1	Mało prawdopodobne zdarzające się raz na 10 lat P=2	Akceptowalne W=2	Właściwa organizacja stanowisk pracy. Dostateczna szerokość przejść i odstępów pomiędzy elementami wyposażenia biura, wyeksploatowanym towarem itp. Zalecenie ostrożności. Ograniczanie pośpiechu.
11. Gorące płyny.	Kawa i herbata parzona oraz spożywana w miejscach przypadkowych.	Znikome urazy, lekkie szkody S=1	Mało prawdopodobne zdarzające się raz na 10 lat P=2	Akceptowalne W=2	Przestrzeżenie zakazu spożywania posiłków poza miejscem do tego celu przeznaczonym.
12. Zagrożenia biologiczne.	Wirusy, bakterie: • przenoszone na banknotach, • w kontakcie z petentami – choroby przenoszone drogą kropelkową.	Znikome urazy, lekkie szkody S=1	Mało prawdopodobne zdarzające się raz na 10 lat P=2	Akceptowalne W=2	Zwrócenie uwagi na higienę osobistą. Regularne kontrole stanu zdrowia. Poddawanie się pracownikom zalecanym szczepieniom ochronnym.
13. Zmienny mikroklimat.	Przeziągi w okresie jesienno-zimowym.	Znikome urazy, lekkie szkody S=1	Mało prawdopodobne zdarzające się raz na 10 lat P=2	Akceptowalne W=2	Stosowanie odzieży ochronnej zwłaszcza zimowej.
14. Podnoszenie, przenoszenie.	Podnoszenie, przenoszenie, układanie wszelkiego rodzaju materiałów biurowych, segregatorów, kartonów, pudełek, akt itp. Stosowanie się do zalecanych norm ręcznego przemieszczania przedmiotów.	Znikome urazy, lekkie szkody S=1	Mało prawdopodobne zdarzające się raz na 10 lat P=2	Akceptowalne W=2	Stosowanie się do zalecanych norm ręcznego przemieszczania przedmiotów. Szacowanie własnych sił, możliwość w stosunku do przenoszonego ciężaru.

	<p>Środki dezynfekujące, czyszczące żele:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• używane do utrzymania czystości na stanowisku pracy.</li> <li>• używane do dezynfekcji rąk.</li> </ul>	<p>Znikome urazy, lekkie szkody S=1</p>	<p>Mało prawdopodobne zdarzające się raz na 10 lat P=2</p>	<p>Akceptowalne W=2</p>	<p>Stosowanie lateksowych rękawic ochronnych.</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Dobór „przyjaznego” środka do utrzymania czystości na stanowisku pracy, do dezynfekcji rąk.</li> </ul>
<p>16 <b>ZAGROŻENIE BIOLOGICZNE- wirus.</b> WIRUS - KORONAWIRUS SARS-Cov-2, wywołującym chorobę o nazwie COVID-19.</p>	<p>Droga kropelkowa lub bezpośrednia - kontakt ze współpracownikami, petentami.</p>	<p><b>SZACOWANIE RYZYKA ZAWODOWEGO analiza zagrożeń - PHA Preliminary Hazard Analysis.</b> Ryzyko pracowników związane z KORONAWIRUS SARS-Cov-2, wywołującym chorobę o nazwie COVID-19, biorąc pod uwagę możliwy skutek- <b>zarazenie</b> - szacuje się zgodnie z metodą PHA: <b>Stopień szkód: S = 3 -Ciekie obrżenia, znaczne szkody.</b> <b>Prawdopodobieństwo szkód P = 3 - doraźne wydarzenia, zdarzające się raz w roku.</b> <b>Ryzyko W = 9 - ryzyko akceptowalne po osenie.</b></p> <p>Ryzyko pracowników związane z KORONAWIRUS SARS-Cov-2, wywołującym chorobę o nazwie COVID-19, biorąc pod uwagę największy możliwy skutek- <b>śmierć</b> w związku z czym szacuje się zgodnie z metodą PHA: <b>Stopień szkód S = 4 - pojedyncze wypadki śmiertelne.</b> <b>Prawdopodobieństwo szkód P = 1 - bardzo nieprawdopodobne.</b></p> <p>Dla tak oszacowanych parametrów: <b>Ryzyko W = 4 - dopuszczalna akceptacja ryzyka.</b> Przyjmując zastosowanie środków zapobiegawczych, działań prewencyjnych.</p>	<p><b>OBDZIAZEK - ZASŁANIANIE UST I NOSA-Dystans, Dezynfekcja, Maseczka-</b> - Zwrócenie uwagi na higienę osobistą. - Często dezynfekcja powierzchni pracy, mycie rąk minimum przez 30 sekund. - Ograniczone zaufani do każdej osoby kichającej, kaszającej. Kichaj „w łokcie” lub „w chusteczkę” jednorazową”. <b>Unikaj dotknięcia oczu, nosa i ust.</b> W przypadku zięgo samopoczucia skontaktuj się z lekarzem, powiadom pracodawcę, zostań w domu. - Witamy się na odległość, nie podjemy ręki. - Stosujmy rękawiczki jednorazowe. Zredukuj, na tyle, na ile to możliwe, kontakt fizyczny z innymi pracownikami w czasie korzystania z pomieszczeń higieniczno – sanitarnych, socjalnych, kuchni, łazienki i szatni. Obsługuj klienta zza szyby, pleksy.</p>		

	<p>Uwagi: Brak lub niestosowanie zabezpieczeń powoduje podwyższenie kategorii ryzyka, tzn. zwiększa prawdopodobieństwo zaistnienia wypadku, choroby. Bezwzględnie stosowanie instrukcji, środków ochrony osobistej, wzmożona uwaga, utrzymywanie porządku na stanowisku pracy, zmniejsza prawdopodobieństwo zaistnienia wypadku, choroby.</p>	<p>Zatwierdził:</p>  <p><del>STAROSTA ZABŁOŃCICKI</del> Roman Fester</p>
--	---	---

ST. SPECJALISTA DS. BHP

Inspektor P. POZ

*Katarzyna Walulik*  
mgr Katarzyna Walulik

10.05.21.

Opracował.....

INSPEKTOR ds. BHP

*Grażyna Fleszar*

Grażyna Fleszar

Zaakceptował.....

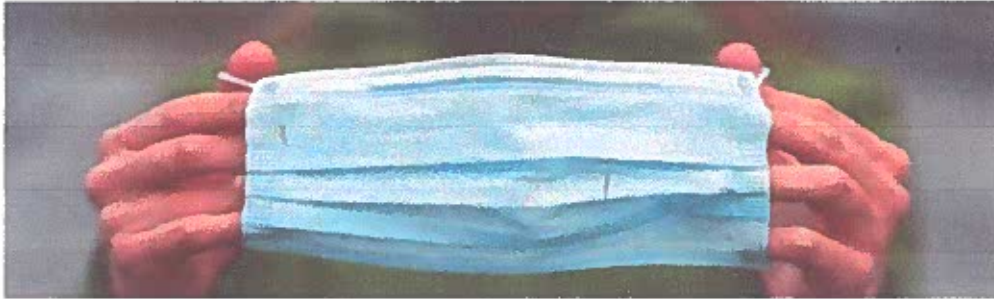


~~STAROSTA ZABŁOŃCICKI~~  
Roman Fester

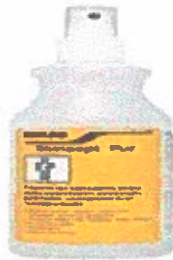
## DZIAŁANIA PROFILAKTYCZNE

Minimalizowanie narażenia na wirus SARS-CoV-2 powodującego chorobę COVID-19 w miejscu pracy:

**OBOWIĄZEK - ZASŁANIANIE UST I NOSA.  
Dystans - Dezynfekcja - Maseczka.**



1. **UNIKAJ KONTAKTU** z każdym, kto ma objawy przeziębienia LUB GRYPY. Ogranicz zaufani do każdej osoby kichającej, kaszającej. Jeżeli źle się czujesz, skontaktuj się z lekarzem, powiadom pracodawcę zostań w domu.
2. **Stosuj płyny i żele do dezynfekcji dłoni** tak często jak jest to konieczne, jeżeli nie zastosowałeś rękawiczek ochronnych.



3. **Witaj się na odległość, nie podawaj ręki.**



**Pomachaj na przywitanie**



4. **Używaj rękawiczek ochronnych jednorazowych.**

Zdejmując je, załóż nowe za każdym bezpośrednim kontakcie z klientem nie dotykaj dłonią zewnętrzną ich części.



## 5. Regularnie i dokładnie myj ręce.

Zgodnie z instrukcją mycia rąk, używając mydła i wody, przez **30 sekund**. Nie dotykaj twarzy, ust i nosa rękoma, jeśli wcześniej ich nie umyłeś. Upewnij się, że dozowniki środków higieny są regularnie napełniane.

# Jak skutecznie myć ręce?



1 Zwilż ręce ciepłą wodą. Natóż mydło w płynie w zagłębienie dłoni.



2 Namydl obydwie wewnętrzne powierzchnie dłoni.



3 Spłucz palce i namydl je.



4 Namydl kciuk jednej dłoni drugą ręką i na przemian.



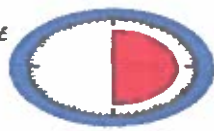
5 Namydl wierzch jednej dłoni wnętrzem drugiej dłoni i na przemian.



6 Namydl obydwa nadgarstki.



7 Spłucz starannie dłonie, żeby usunąć mydło. Wysusz je starannie.



Całkowity czas: 30 sekund

Nie zapomnij umyć tych obszarów:



Główny Inspektorat Sanitarny

 /GIS.gov

 /GIS.gov.pl

 /GIS.gov.pl

 /gis.gov.pl

## 6. Zdezynfekuj blat, biurko, powierzchnie pracy, których dotykał klient.



To oznacza, że należy myć i dezynfekować wszystkie powierzchnie w pomieszczeniach, których mógł dotknąć zarażony koronawirusem. Będą to np. klamki, poręcze, włączniki światel, biurka, drzwi, uchwyty itp.

W przypadku preparatów do szybkiej dezynfekcji gotowych do użycia (bez rozcieńczania) typu spray, dezynfekowane powierzchnie należy spryskać w takiej ilości w ilości (30-50 ml/m<sup>2</sup>), aby dezynfekowana powierzchnia pozostawała wilgotna przez cały czas wymagany do osiągnięcia pełnej skuteczności bójczej. Powierzchnie należy spryskiwać w odległości około 20-30 cm.

Powierzchnie zabrudzone, zanieczyszczone, zatłuszczone, należy przemyć środkiem myjącym, a następnie zebrać zanieczyszczenia ściereczką lub ręcznikiem papierowym, a następnie tak wyczyszczoną powierzchnię spryskać środkiem dezynfekcyjnym i pozostawić do odparowania

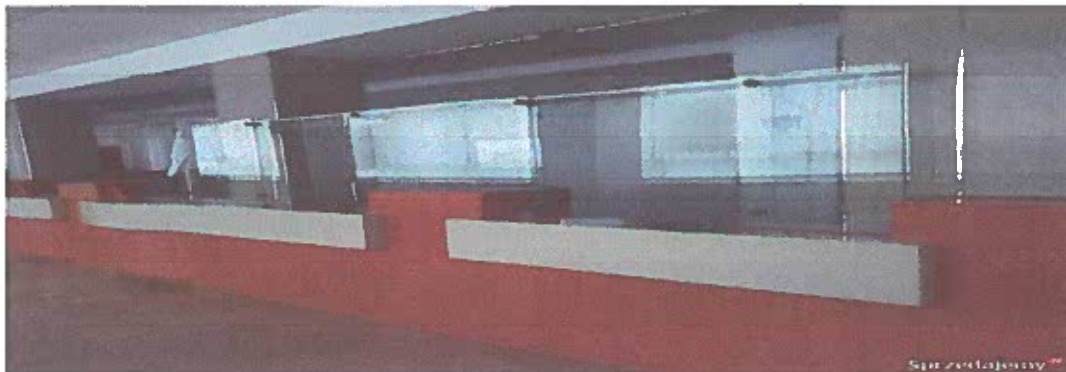
cienkiego filmu. Czas ulotnienia się warstwy cieczy zależy od temperatury otoczenia i cyrkulacji powietrza.

**Zwróć uwagę jakiego preparatu używasz, stosuj się do wskazówek, instrukcji producenta !**

**7. Zredukuj, na tyle, na ile to możliwe, kontakt fizyczny z innymi pracownikami w czasie korzystania z pomieszczeń higieniczno – sanitarnych, socjalnych, kuchni, łazienki i szatni.**

**8. Pozostaw swoje miejsca pracy w czystości. Kosze na śmieci powinny mieć worki foliowe, aby mogły być opróżniane bez kontaktu z zawartością.**

**9. Obsługuj klienta zza szyby, pleksy.**



**10. Stosuj odpowiednie zasady ochrony podczas kaszlu i kichania.**

Gdy kichasz lub kaszlesz zakrywaj usta lub nos zgiętym łokciem albo chusteczką, którą natychmiast musisz wyrzucić do zamkniętego kosza.

**Uwaga!**

Nie zakrywaj nosa i ust dłońmi, w ten sposób możesz przenieść zarazki na przedmioty i osoby, których dotykasz.



----- Kichaj „w łokieć” lub „wchusteczkę” jednorazową”. -----

**11. Unikaj dotykania oczu, nosa i ust.**

Ministerstwo Zdrowia przypomina, że dłońmi dotyka się wielu powierzchni, także takich, które mogą być skażone wirusem. A jeśli zanieczyszczonymi rękami dotkniesz oczu, nosa lub ust, możemy przenieść wirusa na siebie.

**Stosuj się do ustalonych w Zakładzie pracy wskazań, zaleceń pracodawcy - przestrzegaj ich.**



**12. Nie lekceważ pierwszych objawów !! – natychmiast powiadom służby !!-**

# Infolinia NFZ 800 190 590.

**MASZ OBJAWY** 

 <b>GORĄCZKA</b>	 <b>KASZEL</b>
 <b>DUSZNOŚĆ</b>	 <b>PROBLEMY Z ODDYCHANIEM</b>

**BEZZWŁOCZNIE**, telefonicznie powiadom stację sanitarno-epidemiologiczną lub zgłoś się bezpośrednio do oddziału zakaźnego lub oddziału obserwacyjno-zakaźnego

**14 DNI**  **NIE MASZ OBJAWÓW**

przez kolejne **14 DNI** kontroluj swój stan zdrowia **CODZIENNIE** mierz temperaturę

 **MIAŁEŚ KONTAKT Z OSOBĄ CHORĄ LUB ZAKAŻONĄ KORONAWIRUSEM**

**BEZZWŁOCZNIE** telefonicznie powiadom stację sanitarno-epidemiologiczną



**Ważne!**

Działa infolinia Narodowego Funduszu Zdrowia 800 190 590, gdzie można uzyskać informacje dotyczące postępowania w sytuacji podejrzenia zakażenia koronawirusem.

### Zakłady pracy

**Należy jednak stosować w nich szczególnie ostre zalecenia Głównego Inspektora Sanitarnego w zakresie zachowania odległości pracowników, środków dezynfekcji.**

<https://gis.gov.pl/>

**Podstawa prawna:** Rozporządzenie Ministra Zdrowia z dnia 24 marca 2020 r. zmieniające rozporządzenie w sprawie ogłoszenia na obszarze Rzeczypospolitej Polskiej stanu epidemii

### Zgłoś kwarantannę

Główny Inspektorat Sanitarny - Portal Gov.pl (www.gov.pl)

Formularz zgłoszeniowy pozwala na szybki kontakt z sanepidem i usprawnia przeprowadzenie wywiadu epidemiologicznego. Kiedy korzystać z formularza zgłoszeniowego:

1. **Masz pozytywny wynik testu na koronawirusa? Jak najszybciej wypełnij formularz.**
2. **Miałeś (-aś) bliski kontakt z osobą zakażoną SARS-CoV-2? Jak najszybciej wypełnij formularz.**
3. **Otrzymałeś (-aś) pozytywny wynik testu na koronawirusa, a nie masz narzędzi lub wiedzy by wypełnić formularz samodzielnie? Może to za ciebie zrobić ktoś inny.**
4. **Miałeś (-aś) bliski kontakt z osobą zakażoną SARS-CoV-2, a nie masz narzędzi lub wiedzy by wypełnić formularz samodzielnie? Może to za ciebie zrobić ktoś inny.**

Wynik testu na koronawirusa znajdziesz na Internetowym Koncie Pacjenta.

Aby wysłać zgłoszenie potrzebujesz profilu zaufanego, który możesz szybko założyć np. za pośrednictwem bankowości elektronicznej <https://www.gov.pl/web/gov/zaloz-profil-zaufany>

Zabkowice 9.10.05.21

miejsowości, dnia

STAROSTWO POWIATOWE  
w Zabkowieczech Śląskich  
ul. H. Sienkiewicza 11  
57-200 Zabkowice Śląskie  
NIP 887-15-58-241

Pieczętka Firmowa Nagłówkowa

## OŚWIADCZENIE

### O ZAPOZNANIU SIĘ Z OCENĄ RYZYKA ZAWODOWEGO

Oświadczam, że zostałam(em) zapoznana(y) z ryzykiem zawodowym, które wiąże się z wykonywaną pracą, oraz z zasadami ochrony przed zagrożeniami. Ocenę ryzyka i zasady ochrony przed zagrożeniami które wiąże się z wykonywaną pracą akceptuje, oraz zobowiązuje się do przestrzegania warunków i wskazań zawartych w ocenie ryzyka zawodowego.

Lp.	IMIE I NAZWISKO	DATA	PODPIS	STANOWISKO PRACY
1				
2				
3				
4				
5				
6				
7				
8				
9				
10				

STAROSTWO POWIATOWE  
w Ząbkowicach Śląskich  
ul. H. Sienkiewicza 11  
57-200 Ząbkowice Śląskie  
NIP 887-15-58-241

Pieczęć nagłówkowa pracodawcy

# OCENA RYZYKA ZAWODOWEGO

Starostwo Powiatowe w Ząbkowicach Śląskich

DLA STANOWISKA:

Pracownicy administracyjno-biurowi



ST. SPECJALISTA DS. BHP  
Inspektor P. POZ

*Katarzyna Walulik*  
mgr Katarzyna Walulik

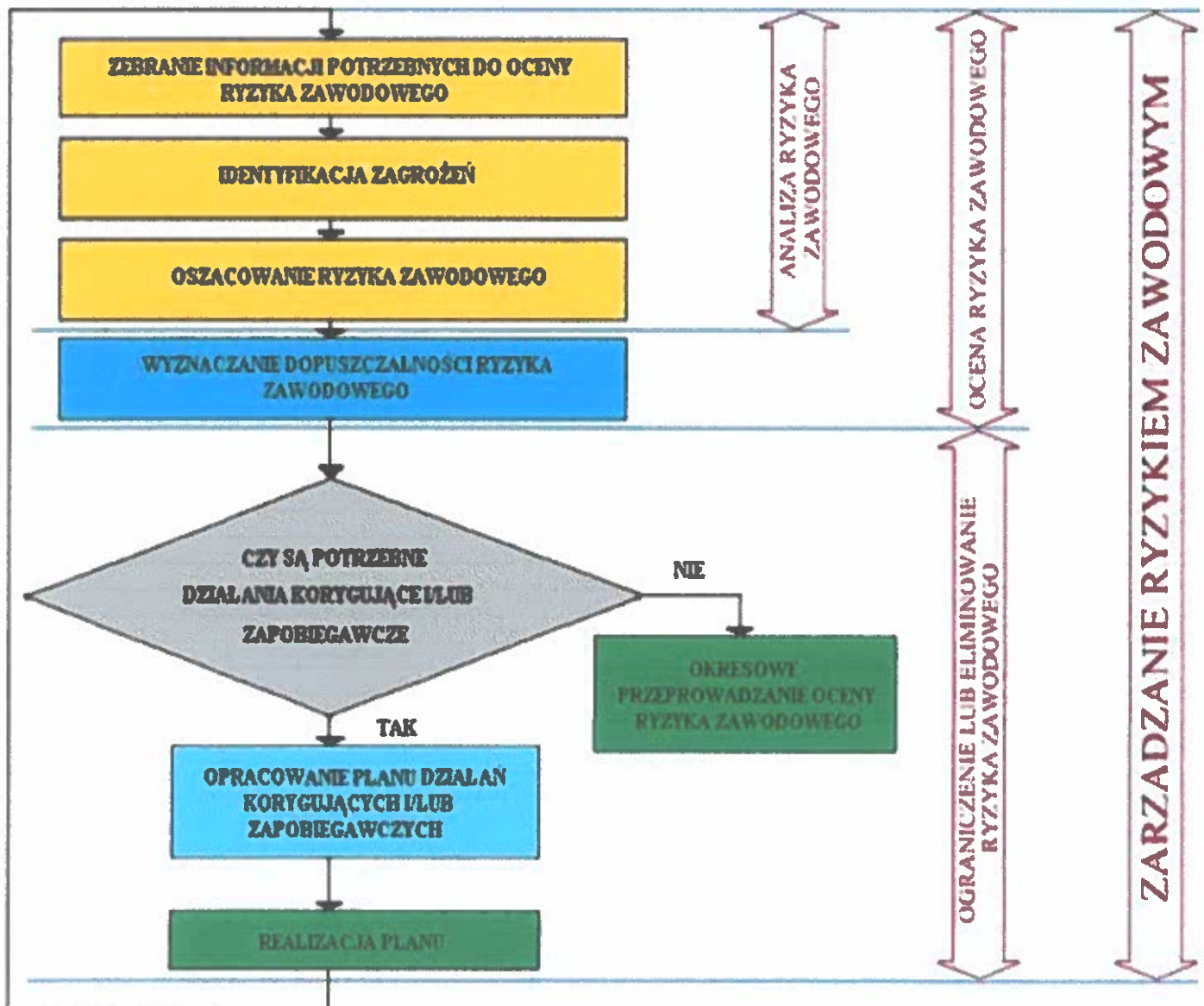
Oceny dokonał:.....

Data 10.05.2021.....

# RYZYZKO ZAWODOWE



**PRAWDOPODOBIEŃSTWO WYSTĄPIENIA  
NIEPOŻĄDANYCH ZDARZEŃ  
ZWIĄZANYCH Z WYKONYWANĄ PRACĄ  
POWODUJĄCYCH STRATY,  
W SZCZEGÓLNOŚCI WYSTĄPIENIE  
NIEKORZYSTNYCH SKUTKÓW  
ZDROWOTNYCH W WYNIKU ZAGROZEŃ  
ZAWODOWYCH WYSTĘPUJĄCYCH  
W ŚRODOWISKU PRACY LUB SPOSOBU  
WYKONYWANIA PRACY**



## **Warunki dokonywania oceny ryzyka zawodowego**

Ocenę ryzyka zawodowego należy wykonywać dla wszystkich stanowisk pracy, dla których ocena nie była wykonywana oraz wtedy, kiedy w miejscu pracy została wprowadzona zmiana, która mogła spowodować zmianę poziomu ryzyka lub zmianę jego oceny oraz przestrzegania.

Ocenę ryzyka zawodowego należy przeprowadzić zawsze gdy:

- tworzone są nowe stanowiska pracy,
- wprowadzane są zmiany na stanowiskach pracy,
- wprowadzono zmiany związane z zastosowaniem środków ochrony,
- wystąpiło zdarzenie wypadkowe lub awaria, które uwidoczniły nowe zagrożenia,
- zmiana w przepisach prawnych.

Przy tworzeniu nowych stanowisk pracy należy uwzględnić wymagania związane z warunkami materialnego środowiska pracy – z pomieszczeniem pracy, zastosowaniem materiałów, narzędzi oraz organizacji.

Wprowadzenie zmian na stanowisku pracy wiąże się z zastosowaniem nowych materiałów, narzędzi i organizacji. Każda taka zmiana może spowodować wystąpienie innych czynników środowiska pracy będących źródłem nowych zagrożeń. Zmiana na stanowisku prac, przy występowaniu tych samych czynników i wynikających z nich zagrożeń, spowodować może zmianę poziomu ryzyka.

Opracowywanie nowych standardów w dziedzinie bhp – nowe przepisy, normy, oraz zasady obowiązujące na stanowiskach pracy; powodują konieczność weryfikacji oceny stanu bezpieczeństwa oraz wykonanie ponownie oceny ryzyka zawodowego, zgodnie z nowymi wymaganiami. Wprowadzenie nowych zasad ochrony lub zastosowanie nowych środków ochrony zmienia najczęściej charakterystykę środowiska pracy, a zatem również ryzyko związane z pracą.

Analiza ryzyka kończy się podaniem wymaganej informacji potrzebnej do określenia wartości ryzyka. Na podstawie tych informacji przeprowadza się wartościowanie ryzyka, tzn. określa się poziom (wartość ryzyka). Podejmowana jest decyzja o poziomie bezpieczeństwa badanego obiektu (stanowiska pracy, procesu lub urządzenia) oraz o podjęciu odpowiednich działań profilaktycznych. Po wprowadzeniu działań profilaktycznych w celu sprawdzenia ich skuteczności należy przeprowadzić powtórnie ocenę ryzyka uwzględniając wszystkie jej kroki.

## **Dokumentowanie oceny ryzyka zawodowego.**

Dokumentacja oceny ryzyka zawodowego powinna zawierać następujące informacyjne:

- charakterystykę stanowiska pracy,
- informacje dotyczące identyfikacji zagrożeń,
- szacowanie parametrów ryzyka i jego wartościowanie,
- informacje dotyczące kryteriów akceptacji oraz poziomu ryzyka akceptowalnego,
- środki ochrony konieczne do zlikwidowania zagrożeń lub zmniejszenia ryzyka,
- wyniki przeprowadzonej oceny ryzyka zawodowego dla każdego z czynników środowiska pracy oraz niezbędne środki profilaktyczne zmniejszające ryzyko,

- wynik końcowy oceny ryzyka oraz zalecenia dotyczące monitorowania ryzyka i jego okresowej oceny,

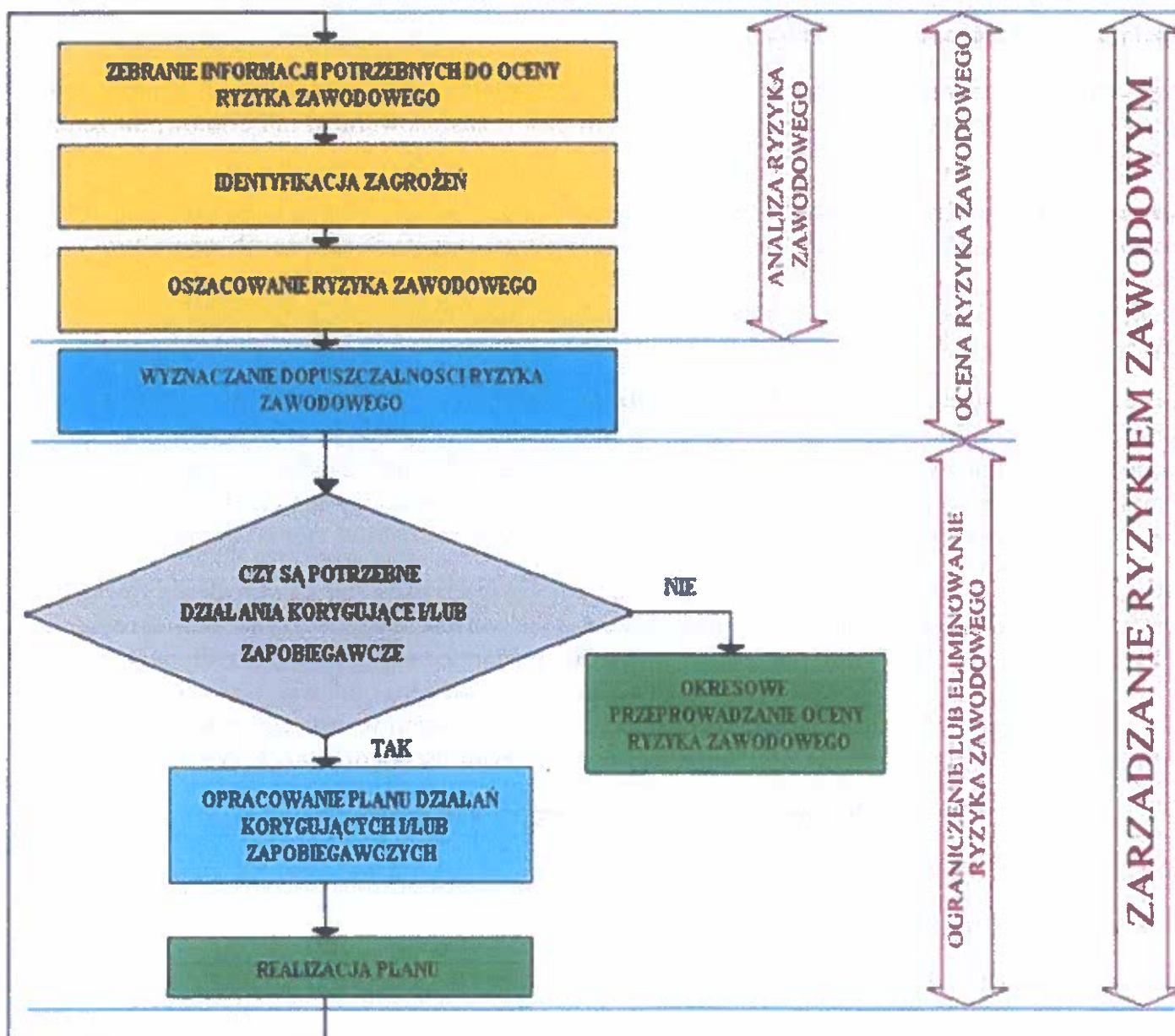
- wytyczne stosowane przy ocenie ryzyka (metoda oceny ryzyka zawodowego).

**Informując o ryzyku zawodowym należy:**

- poinformować o ryzyku zawodowym wszystkich pracowników,

- pracownicy powinni potwierdzić swoim podpisem fakt poinformowania ich o ryzyku zawodowym.

Rys.1 Schemat oceny ryzyka zawodowego-etapy.



**Wstępna analiza zagrożeń PHA (Preliminary Hazard Analysis)** jest metodą indukcyjną, pozwalającą na jakościowe oszacowanie ryzyka. Przeznaczona jest do szacowania ryzyka związanego z zagrożeniami, sytuacjami niebezpiecznymi i zdarzeniami niebezpiecznymi, występującymi przy urządzeniach, maszynach oraz ich systemach i podsystemach.

Metoda zakłada możliwość powstania wypadku i szacuje jakościowo możliwe skutki wypadku lub możliwą utratę zdrowia. Może być stosowana na wszystkich etapach badań, konstruowania i budowy, tzn. w fazach prowadzenia prac rozwojowych, projektu wstępnego i technicznego oraz przy modyfikacjach maszyn i urządzeń. Ma również zastosowanie w eksploatacji. Można nią szacować ryzyko po zastosowaniu zaproponowanych środków ochronnych.

Szacowanie ryzyka metodą PHA powinno być korygowane i aktualizowane, według potrzeb w kolejnych krokach procedury analizy ryzyka, w każdym z etapów badań konstrukcji, budowy i eksploatacji.

Metoda PHA jest najczęściej przeprowadzana w czasie rozwijania projektu, gdy występuje niewiele informacji co do szczegółów projektowych lub procedur działania i może często być prekursorem dalszych badań. Może być również użyteczna, gdy analizowane są istniejące systemy lub do określania priorytetowych zagrożeń, gdy okoliczności nie pozwalają na użycie bardziej rozbudowanej techniki.

**Etapy oceny ryzyka.** Analiza ryzyka prowadzona metodą PHA obejmuje etapy:

- określenie granic obiektu, dla którego wykonywana jest ocena ryzyka,
- sporządzenie listy zidentyfikowanych zagrożeń,
- oszacowanie ryzyka, tzn. określenie możliwych strat poprzez stopień szkód S i prawdopodobieństwa szkód zdarzenia P, z jakim szkody mogą wystąpić,
- wartościowanie ryzyka wyrażone poprzez wskaźnik ryzyka W, które określa zależność:

$$W = S \cdot P$$

gdzie: S – stopień szkód,

P – prawdopodobieństwo szkód zdarzenia.

Listę zagrożeń i podstawowych sytuacji zagrażających tworzy się na podstawie:

- materiałów użytych lub produkowanych i ich reaktywności,
- zastosowanego wyposażenia,
- środowiska działania,
- sposobów organizacji.

Szacowanie stopnia szkód S i prawdopodobieństwa szkód P odbywa się według skali na sześciu poziomach dla każdego zidentyfikowanego zagrożenia. Charakterystykę poszczególnych poziomów przedstawiono poniżej.

**Uwaga:** Poziom 1-5 dotyczy oceny stopnia szkód i prawdopodobieństwa szkód dla zdarzeń na terenie zakładu, poziom 6 poza terenem zakładu.

S – Stopień szkód	
Poziom szkód	Charakterystyka
1	Znikome urazy, lekkie szkody
2	Lekkie obrażenia, wymierne szkody
3	Ciężkie obrażenia, znaczne szkody
4	Pojedyncze wypadki śmiertelne, ciężkie szkody
5	Zbiorowe wypadki śmiertelne, szkody na bardzo dużą skalę na terenie zakładu
6	Zbiorowe wypadki śmiertelne, szkody na dużą skalę poza terenem zakładu

P – Prawdopodobieństwo szkód

Poziom szkód	Charakterystyka
1	Bardzo nieprawdopodobne
2	Mało prawdopodobne, zdarzające się raz na 10 lat
3	Doraźne wydarzenia, zdarzające się raz w roku
4	Dosyć częste wydarzenia, zdarzające się raz w miesiącu
5	Częste, regularne wydarzenia, zdarzające się raz w tygodniu
6	Dużo prawdopodobieństwo wydarzenia

Matryca wartościowania ryzyka metoda PHA

		P – Prawdopodobieństwo szkód						
		Poziom	1	2	3	4	5	6
S – Stopień szkód	1		1	2	3	4	5	6
	2		2	4	6	8	10	12
	3		3	6	9	12	15	18
	4		4	8	12	16	20	24
	5		5	10	15	20	25	30
	6		6	12	18	24	30	36

Ryzyko wartościowane jest na trzech poziomach:

1-3 – ryzyko akceptowalne,

4-9 – dopuszczalna akceptacja ryzyka po ocenie,

10-25 (36) – ryzyko niedopuszczalne – wymagane zmniejszenie ryzyka.

Uwaga : Wartość wskaźnika ryzyka poniżej 25 dotyczy szacowania stopnia szkód dla szkód na stanowiskach pracy na terenie zakładu.



## Ocena ryzyka zawodowego:

Lp.	Zagrożenie lub czynnik niebezpieczny, szkodliwy, uciążliwy	Identyfikacja zagrożeń Źródło zagrożenia	Możliwe skutki
1	2	3	4
1.	Porażeniem prądem elektrycznym.	Biurowe urządzenia elektryczne. Gniazdka elektryczne. Źle użytkowe, niesprawne urządzenia elektryczne np. czajnik elektryczny.	Poparzenia, stłuczenia ciała, w skrajnych przypadkach porażenie ze skutkiem śmiertelnym.
2.	Pożar, wybuch.	Używanie otwartego ognia, palenie tytoniu w miejscach do tego nie przeznaczonych., Użytkowanie niesprawnych urządzeń elektrycznych, niesprawna źle dobrane parametry instalacji elektrycznej, niedbale wykonane prace instalacyjne, materiały łatwopalne umieszczone obok rozgrzanych przedmiotów lub urządzeń elektrycznych.	Poparzenia termiczne, zatrucia, a nawet uduszenie.
3.	Obciążenie układu mięśniowo-szkieletowego.	Praca na komputerze (4h).	Długotrwałe dolegliwości układu mięśniowo-szkieletowego, schorzenia o charakterze zwyrodnieniowym.
4.	Osłabieniem wzroku.	Prace na komputerze (4h).	Pieczenie, zacerwieniele oczu. Konieczność noszenia szkieł korekcyjnych, soczewek.
5.	Stres. Kontakt z klientami.	Złożone, terminowe zadania. Odpowiedzialność za poprawność dokumentacji. Odpowiedzialność za udzielone informacje, porady.	Choroby układu krążenia i układu nerwowego.
6	Upadek, potknięcie, poślizgnięcie	Śliska, zabrudzona, zaśnieżona posadzka, schody, dojsčia, przejścia. Ubytki nawierzchni. Zastawione przejścia.	Urazy głównie kończyn (najczęściej złamania i zwichnięcia), ale także potłuczenia ciała (w tym najgroźniejsze stłuczenia głowy).
7	Upadek na niższy poziom (z wysokości do 1 m).	Brak, uszkodzony lub niewłaściwy sprzęt, ewentualnie sprzęt źle wykorzystywany do pracy na wysokości do 1 m. Zabrudzone stopnie. Śliskie schody.	Złamania, zwichnięcia, stłuczenia, otarcia, a nawet kalectwo.
8	Kontakt z ostrymi, szorstkimi powierzchniami.	Ostre powierzchninie opakowań zbiorczych, taśmy opakowań, krawędzie.	Urazy dłoni – skaleczenia i otarcia.

9	Kontakt z ostrymi przedmiotami.	Kawałki szkła. Stłuczone, uszkodzone szklanki, kubki itp. Nożycki, noże.	Urazy dłoni – skaleczenia, stłuczenia i przekłucia.
10	Uderzenie o nieruchome elementy wyposażenia.	Elementy wystroju biur, pomieszczeń.	Ogólne potłuczenia ciała, skaleczenia.
11	Gorące płyny.	Kawa i herbata parzona oraz spożywana w mlejskach przypadkowych.	Oparzenia (najczęściej dłoni).
12	Zagrożenia biologiczne.	Wirusy, bakterie: • przenoszone na banknotach, • w kontakcie z petentami – choroby przenoszone drogą kropelkową.	Alergie, podrażnienia skóry i oczu. Choroby układu pokarmowego, grypa.
13	Zmienny mikroklimat.	Przeziągi w okresie jesienno-zimowym.	Przeziębienie oraz choroby typu: angina, grypa.
14	Kontakt ze środkami czyszczącymi.	Środki dezynfekujące, czyszczące żele: • używane do utrzymania czystości na stanowisku pracy. • używane do dezynfekcji rąk.	Alergie, podrażnienia skóry i oczu.
15	Podnoszenie, przenoszenie.	Podnoszenie, przenoszenie, układanie wszelkiego rodzaju materiałów biurowych, segregatorów, kartonów, pudełek, akt itp.	Zwyrodnienia kręgosłupa, przepuklina. Urazy układu mięśniowo -szkieletowego. Stosowanie się do zalecanych norm ręcznego przemieszczania przedmiotów.
16.	ZAGROŻENIE BIOLOGICZNE- wirus. WIRUS - KORONAWIRUS SARS-Cov-2, wywołującym chorobą o nazwie COVID-19.	Kontakt ze współpracownikami, petentami, narażenie kropelkowe lub bezpośrednie.	COVID – 19- bóle mięśni, kaszel, utrata wachu, smaku, wysoka temperatura ciała, choroby układu oddechowego zapalenie płuc, zapalenie mięśnia sercowego, śmierć. Stres, depresja, lęk, obawa przed zarażeniem. W 80% przypadków choroba przebiega łagodnie. Ciężki przebieg choroby obserwuje się u ok. 15–20% osób. Do zgonów dochodzi u 2–3% osób chorych. Według Światowej Organizacji Zdrowia (WHO) okres inkubacji, czyli okres od zarażenia pacjenta a początkiem występowania u niego objawów, w przypadku wirusa powodującego COVID-19 waha się pomiędzy 1-14 dni, najczęściej jest to około 5 dni. Natomiast w części zarażonych objawy mogą w ogóle nie występować. Niestety osoby bez objawów mogą być źródłem zakażenia.

# KARTA OCENY RYZYKA NA STANOWISKU PRACY

Pracownicy administracyjno –biurowi.

	Data ..... 10.05.24 .....	Numer Karty ..... 11.A.B.15.12.A .....
<p>Szacowanie szkód i prawdopodobieństwa szkód oraz wartościowanie ryzyka wykonano metodą PHA.</p> <p><b>CHARAKTERYSTYKA MIEJSCA PRACY</b></p> <ol style="list-style-type: none"><li>1. Wykonywanie pracy przez 8 godzin dziennie, praca z monitorem ekranowym 4h.</li><li>2. Praca w pozycji siedzącej powodująca statyczne obciążenie mięśni oraz kregostupa,</li><li>3. Możliwość czasowego poruszania się po schodach i ciągach komunikacyjnych,</li><li>4. Monotonie i konieczność skupienia uwagi na wykonywanej czynności,</li><li>5. Obsługa monitora ekranowego polegającego na wprowadzaniu danych, tworzeniu dokumentów w postaci elektronicznej, analizowanie wyświetlonych informacji na ekranie monitora, drukowanie dokumentów.</li><li>6. Zmienne warunki oświetlenia – naturalne, sztuczne.</li><li>7. Wyężona praca wzroku.</li><li>8. Hałas wytwarzany przez urządzenia biurowe.</li><li>9. Możliwość wystąpienia zmiennego mikroklimatu na niektórych stanowiskach pracy – zbyt niska lub wysoka temperatura w pomieszczeniu, wilgotność.</li><li>10. Dorywcze przenoszenie ciężarów: kobiety 15kg, mężczyźni 50kg.</li><li>11. Możliwość pracy na wysokości w przypadku wykonywania czynności związanych z składowaniem dokumentów w wysokich szafach i regałach.</li></ol> <p>Wszelkie prace zlecone przez pracodawcę w ramach zajmowanego stanowiska pracy.</p> <p>1) Profilaktyka medyczna:</p> <ol style="list-style-type: none"><li>a. badania wstępne – ogólne w przypadku pozytywnych wyników badań o terminie następnym decyduje lekarz</li><li>b. badani okresowe jak wyżej, w zależności od wskazań lekarza neurolog , ortopeda, dermatolog, psycholog</li><li>c. badania kontrolne po 30 dniach niezdolności do pracy. Zakres badań określa uprawniony lekarz</li></ol> <p>2) Profilaktyka organizacyjna:</p> <ol style="list-style-type: none"><li>a. szkolenia pracowników z zakresu bhp</li><li>b. świadczenia profilaktyczne</li><li>c. ochrona pracy kobiet</li></ol>	Liczba narazonych ..... - Rozporządzenie MPIPS z 26 września 1997 r. w sprawie ogólnych przepisów bezpieczeństwa i higieny pracy. (t.j. Dz. U. 2003 nr 169 poz. 1650). - Rozporządzenie MZIOS z 30 maja 1996 r. w sprawie przeprowadzania badań lekarskich pracowników, zakresu profilaktycznej opieki zdrowotnej nad pracownikami oraz orzeczeń lekarskich wydawanych do celów przewidzianych w Kodeksie pracy. (Dz. U. nr 69 poz. 332). - Rozporządzenie MPIPS z dnia 1 grudnia 1998 r. w sprawie bezpieczeństwa i higieny na stanowiskach wyposażonych w monitory ekranowe. (Dz. U. nr 148, poz. 973). - Rozporządzenie RM z dnia 10 września 1996 r. w sprawie wykazu prac szczególnie uciążliwych lub szkodliwych dla zdrowia kobiet (Dz. U. 1996 nr 114 poz. 545) ze zm. (Dz. U. 2002 nr 127 poz. 1092). - przepisy wewnętrzzakładowe, - instrukcje stanowiskowe.	Sporządził zespół BHP SPECJALISTA DS. BHP INSPEKTOR P. POZI Katarzyna Walulik Grazyna Fleszar

## Czynniki środowiska pracy

### Biologiczne

- mikroorganizmy
  - bakterie
  - wirusy
  - grzyby
  - pierwotniaki
- substancje wytwarzane przez mikroorganizmy
  - toksyny
  - alergen
- makroorganizmy
  - rośliny
  - zwierzęta

### Psychofizyczne

- obciążenie fizyczne (statyczne i dynamiczne)
- obciążenie nerwowo-psychiczne:
  - obciążenie umysłu
  - obciążenie lub niedociążenie percepcyjne
  - obciążenie emocjonalne



## KARTA OCENY RYZYKA NA STANOWISKU PRACY


Lp.	Zagrozenie	Źródło zagrożenia Wyniki pomiarów	Ciężkość szkod	Prawdopodo- bieństwo	Ozacowanie ryzyka	Działania profilaktyczne
1.	Porażeniem prądem elektrycznym.	Biurowe urządzenia elektryczne. Gniazdka elektryczne.	Lekkie obrażenia, wymierne szkody. S=2	Mało prawdopodobne zdarzające się raz na 10 lat P=2	Dopuszczalne  W=4	Regularne kontrole i przeglądy instalacji i urządzeń elektrycznych. Zakaz naprawiania instalacji przez osoby nieupoważnione.
2	Pożar, wybuch.	Używanie otwartego ognia, palenie tytoniu w miejscach do tego nie przeznaczonych., Użytkowanie niesprawnych urządzeń elektrycznych, niesprawna źle dobrane parametry instalacji elektrycznej, niedbale wykonane prace instalacyjne, materiały łatwopalne umieszczone obok rozgrzanych przedmiotów lub urządzeń elektrycznych.	ciężkie obrażenia, znaczne szkody S=3	mało prawdopodobne, zdarzające się raz na 10 lat P=2	Akceptowalne W=6	Prace wykonywać ściśle według zatwierdzonego projektu robót stosowanie właściwie dobranych zabezpieczeń nadprądowych, wyposażenie stanowiska w wymagany sprzęt ppoż., zachowanie szczególnej ostrożności.
3.	Obciążenie układu mięśniowo szkieletowego.	Praca na komputerze (4h).	Lekkie obrażenia, wymierne szkody. S=2	Mało prawdopodobne zdarzające się raz na 10 lat P=2	Dopuszczalne  W=4	Właściwe przygotowanie stanowiska pracy (wysokość krzesła, ustawienie monitora).
4.	Oslabieniem wzroku.	Prace na komputerze (4h).	Znikome urazy, lekkie szkody S=1	Mało prawdopodobne zdarzające się raz na 10 lat P=2	Akceptowalne  W=2	Zalecenie używania okularów korekcyjnych. Badania okresowe wzroku. Przerwy w pracy.


5.	Stres. Kontakt z klientami.	Złożone, terminowe zadania. Odpowiedzialność za poprawność dokumentacji. Odpowiedzialność za udzielenie informacji, porady.	Znikome urazy, lekkie szkody S=1	Mało prawdopodobne zdarzające się raz na 10 lat P=2	Akceptowalne W=2	Prawidłowa organizacja pracy, ograniczanie pośpiechu. Umiejętność prowadzenia rozmów z klientami. Asertywność. Umiejętność radzenia sobie w sytuacjach stresowych - wzywanie odpowiednich Służb Ratunkowych.
6	Upadek, potknięcie, poślizgnięcie .	Śliska, zabrudzona, zaśmiecona posadzka, schody, dojścia, przejścia. Ubytki nawierzchni. Zastawione przejścia.	Lekkie obrażenia, wymierne szkody. S=2	Mało prawdopodobne zdarzające się raz na 10 lat P=2	Dopuszczalne W=4	Regularna kontrola stanu posadzek. Dbałość o porządek w sklepie, zwłaszcza na ciągach komunikacyjnych. Eliminowanie progów. Zalecenie ostrożności. Ograniczanie pośpiechu.
7.	Upadek na niższy poziom (z wysokości do 1 m).	Brak, uszkodzony lub niewłaściwy sprzęt, ewentualnie sprzęt źle wykorzystywany do pracy na wysokości do 1 m. Zabrudzone stopnie. Śliskie schody.	Lekkie obrażenia, wymierne szkody. S=2	Mało prawdopodobne zdarzające się raz na 10 lat P=2	Dopuszczalne W=4	Wypożyczenie biura w sprzęt umożliwiający swobodne i bezpieczne sięganie do wyższych półek, np. w: • podesty, • drabinki. Stosowanie właściwego obuwia. Dbałość o ład i porządek. Zalecenie szczególnej ostrożności.
8.	Kontakt z ostrymi, szorstkimi powierzchniami.	Ostre powierzchnie opakowań zbiorczych, taśmy opakowań, krawędzie.	Znikome urazy, lekkie szkody S=1	Mało prawdopodobne zdarzające się raz na 10 lat P=2	Akceptowalne W=2	Zalecenie ostrożności w trakcie otwierania opakowań zbiorczych towarów. Ograniczanie pośpiechu

9.	Kontakt z ostrymi przedmiotami.	Kawałki szkła. Stłuczone, uszkodzone szklanki, kubki itp. Nożyczki, noże.	Lekkie obrażenia, wymierne szkody. S=2	Mало prawdopodobne zdarzające się raz na 10 lat P=2	Dopuszczalne  W=4	Zalecenie szczególnej ostrożności i ograniczenie pośpiechu przy wykonywaniu prac powodujących narażenie wynikające z kontaktu z wadliwymi, uszkodzonymi opakowaniami.
10.	Uderzenie o nieruchome elementy wyposażenia.	Elementy wystroju biur, pomieszczeń.	Znikome urazy, lekkie szkody S=1	Mало prawdopodobne zdarzające się raz na 10 lat P=2	Akceptowalne  W=2	Właściwa organizacja stanowisk pracy. Dostateczna szerokość przejść i odstępów pomiędzy elementami wyposażenia biura, wyeksponowanym towarem itp. Zalecenie ostrożności. Ograniczanie pośpiechu.
11.	Gojące płyny.	Kawa i herbata parzona oraz spożywana w miejscach przypadkowych.	Znikome urazy, lekkie szkody S=1	Mало prawdopodobne zdarzające się raz na 10 lat P=2	Akceptowalne  W=2	Przestrzeganie zakazu spożywania posiłków poza miejscem do tego celu przeznaczonym.
12.	Zagrożenia biologiczne.	Wirusy, bakterie: • przenoszone na banknotach, • w kontakcie z pentami – choroby przenoszone drogą kropelkową.	Znikome urazy, lekkie szkody S=1	Mало prawdopodobne zdarzające się raz na 10 lat P=2	Akceptowalne  W=2	Zwrócenie uwagi na higienę osobistą. Regularne kontrole stanu zdrowia. Poddawanie się pracownikom zalecanym szczepieniom ochronnym.
13.	Zmienny mikroklimat.	Przeziągi w okresie jesienno-zimowym.	Znikome urazy, lekkie szkody S=1	Mало prawdopodobne zdarzające się raz na 10 lat P=2	Akceptowalne  W=2	Stosowanie odzieży ochronnej zwłaszcza zimowej.

14	Podnoszenie, przenoszenie.	Podnoszenie, przenoszenie, układanie wszelkiego rodzaju materiałów biurowych, segregatorów, kartonów, pudełek, akt itp. Stosowanie się do zalecanych norm ręcznego przemieszczania przedmiotów.	Znikome urazy, lekkie szkody S=1	Mало prawdopodobne zdarzające się raz na 10 lat P=2	Akceptowalne W=2	Stosowanie się do zalecanych norm ręcznego przemieszczania przedmiotów. Szacowanie własnych sił, możliwość w stosunku do przenoszonego ciężaru.
15	Kontakt ze środkami czyszczącymi.	Środki dezynfekujące, czyszczące żele: • używane do utrzymania czystości na stanowisku pracy. • używane do dezynfekcji rąk.	Znikome urazy, lekkie szkody S=1	Mало prawdopodobne zdarzające się raz na 10 lat P=2	Akceptowalne W=2	Stosowanie lateksowych rękawic ochronnych. • Dobór „przyjaznego” środka do utrzymania czystości na stanowisku pracy, do dezynfekcji rąk.
16	ZAGROŻENIE BIOLOGICZNE-wirus. WIRUS - KORONAWIRUS SARS-Cov-2, wywołującym chorobę o nazwie COVID-19.	Droga kropelkowa lub bezpośrednia - kontakt ze współpracownikami, petentami.	<b>SZACOWANIE RYZYKA ZAWODOWEGO</b> analiza zagrożeń - PHA Preliminary Hazard Analysis. Ryzyko pracowników związane z KORONAWIRUS SARS-Cov-2, wywołującym chorobą o nazwie COVID-19, biorąc pod uwagę możliwy skutek- <b>zarażenie</b> - szacuje się zgodnie z metodą PHA: <b>Stoień szkód: S = 3 - Ciekłe obrażenia, znaczna szkody.</b> <b>Prawdopodobieństwo szkód P = 3 - doraźne wydarzenia, zdarzające się raz w roku.</b> <b>Ryzyko W = 9 - ryzyko akceptowalne po ocenie.</b> Ryzyko pracowników związane z KORONAWIRUS SARS-Cov-2, wywołującym chorobą o nazwie COVID-19, biorąc pod uwagę największy możliwy skutek- <b>śmierć</b> , w związku z czym szacuje się zgodnie z metodą PHA: <b>Stoień szkód S = 4 - pojedyncze wypadki śmiertelne.</b> <b>Prawdopodobieństwo szkód P = 1 - bardzo nieprawdopodobne.</b>			<b>OBOWIAZEK - ZASŁANIANIE UST I NOSA-Dystans, Dezynfekcja, Maseczka-</b> - Zwrócenie uwagi na higienę osobistą. - Często dezynfekcja powierzchni pracy, mycie rąk minimum przez 30 sekund. - Ograniczone zaufani do każdej osoby kichającej, kaszającej. - Kichaj „w łokieć” lub „w chusteczkę” jednorazową”. Unikaj dotykania oczu, nosa i ust. W przypadku zęgo samopoczucia skontaktuj się z lekarzem, powiadom pracodawcę, zostań w domu.



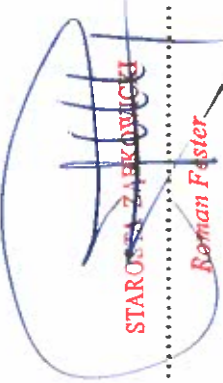
		<p>Dla tak oszacowanych parametrów:  <b>Ryzyko W = 4 - dopuszczalna akceptacja ryzyka.</b>  Przyjmując zastosowanie środków zapobiegawczych, działań prewencyjnych.</p>	<p>- Witamy się na odległość, nie podjemy ręki.  - Stosujemy rękawiczki jednorazowe. Zredukuj, na tyle, na ile to możliwe, kontakt fizyczny z innymi pracownikami w czasie korzystania z pomieszczeń higieniczno – sanitarnych, socjalnych, kuchni, łazienki i szatni. Obsługuj klienta zza szyby, pleksy.</p>
<p><b>Uwagi:</b> Brak lub niestosowanie zabezpieczeń powoduje podwyższenie kategorii ryzyka, tzn. zwiększa prawdopodobieństwo zaistnienia wypadku, choroby. Bezwzględne stosowanie instrukcji, środków ochrony osobistej, wzmożona uwaga, utrzymywanie porządku na stanowisku pracy, zmniejsza prawdopodobieństwo zaistnienia wypadku, choroby.</p>			<p>Zatwierdził:    <b>STAROSTA ZABŁOCIA</b>  <i>Roman Fleszar</i></p>

ST. SPECJALISTA DS. BHP  
Inspektor P. POZ  
  
mgr Katarzyna Wajulik

INSPEKTOR ds. BHP  
  
Grażyna Fleszar

Opracował.....

Zaakceptował.....

  
**STAROSTA ZABŁOCIA**  
*Roman Fleszar*

## DZIAŁANIA PROFILAKTYCZNE

Minimalizowanie narażenia na wirus SARS-CoV-2 powodującego chorobę COVID-19 w miejscu pracy:

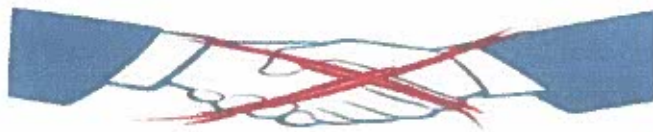
**OBOWIĄZEK - ZASŁANIANIE UST I NOSA.  
Dystans - Dezynfekcja - Maseczka.**



- 1. UNIKAJ KONTAKTU z każdym, kto ma objawy przeziębienia LUB GRYPY.**  
Ogranicz zaufani do każdej osoby kichającej, kaszłającej.  
Jeżeli źle się czujesz, skontaktuj się z lekarzem, powiadom pracodawcę  
zostań w domu.
- 2. Stosuj płyny i żele do dezynfekcji dłoni tak często jak jest to konieczne,  
jeże nie zastosowałeś rękawiczek ochronnych.**



- 3. Witaj się na odległość, nie podawaj ręki.**



Pomachaj na przywitanie



- 4. Używaj rękawiczek ochronnych jednorazowych.**

Zdejmując je, załóż nowe za każdym bezpośrednim kontakcie z klientem nie dotykaj dłonią zewnętrzną ich części.



## 5. Regularnie i dokładnie myj ręce.

Zgodnie z instrukcją mycia rąk, używając mydła i wody, przez 30 sekund. Nie dotykaj twarzy, ust i nosa rękoma, jeśli wcześniej ich nie umyłeś. Upewnij się, że dozowniki środków higieny są regularnie napełniane.

### Jak skutecznie myć ręce?



1 Zwilż ręce ciepłą wodą. Natóń mydło w płynie w zagłębienie dłoni.



2 Namydl obydwie wewnętrzne powierzchnie dłoni.



3 Spłucz palce i namydl je.



4 Namydl kciuk jednej dłoni drugą ręką i na przemian.



5 Namydl wierzch jednej dłoni wnętrzem drugiej dłoni i na przemian.



6 Namydl obydwa nadgarstki.



7 Spłucz starannie dłonie, żeby usunąć mydło. Wyszus je starannie.



Całkowity czas: 30 sekund

Nie zapomnij umyć tych obszarów:



Główny Inspektorat Sanitarny

[/GIS.gov](#)

[/GISgovpl](#)

[/GIS.gov.pl](#)

[/gis.gov.pl](#)

## 6. Zdezynfekuj blat, biurko, powierzchnie pracy, których dotykał klient.



To oznacza, że należy myć i dezynfekować wszystkie powierzchnie w pomieszczeniach, których mógł dotknąć zarażony koronawirusem. Będą to np. klamki, poręcze, włączniki światel, biurka, drzwi, uchwyty itp.

W przypadku preparatów do szybkiej dezynfekcji gotowych do użycia (bez rozcieńczania) typu spray, dezynfekowane powierzchnie należy spryskać w takiej ilości w ilości (30-50 ml/m<sup>2</sup>), aby dezynfekowana powierzchnia pozostawała wilgotna przez cały czas wymagany do osiągnięcia pełnej skuteczności bójczej. Powierzchnie należy spryskiwać w odległości około 20-30 cm.

Powierzchnie zabrudzone, zanieczyszczone, zatłuszczone, należy przemyć środkiem myjącym, a następnie zebrać zanieczyszczenia ściereczką lub ręcznikiem papierowym, a następnie tak wyczyszczonej powierzchnię spryskać środkiem dezynfekcyjnym i pozostawić do odparowania

cienkiego filmu. Czas ulotnienia się warstwy cieczy zależy od temperatury otoczenia i cyrkulacji powietrza.

**Zwróć uwagę jakiego preparatu używasz, stosuj się do wskazówek, instrukcji producenta !**

**7. Zredukuj, na tyle, na ile to możliwe, kontakt fizyczny z innymi pracownikami w czasie korzystania z pomieszczeń higieniczno – sanitarnych, socjalnych, kuchni, łazienki i szatni.**

**8. Pozostaw swoje miejsca pracy w czystości. Kosze na śmieci powinny mieć worki foliowe, aby mogły być opróżniane bez kontaktu z zawartością.**

**9. Obsługuj klienta zza szyby, pleksy.**



**10. Stosuj odpowiednie zasady ochrony podczas kaszlu i kichania.**

Gdy kichasz lub kaszlesz zakrywaj usta lub nos zgiętym łokciem albo chusteczką, którą natychmiast musisz wyrzucić do zamkniętego kosza.

**Uwaga!**

Nie zakrywaj nosa i ust dłońmi, w ten sposób możesz przenieść zarazki na przedmioty i osoby, których dotykasz.



----- Kichaj „w łokieć” lub „wchusteczkę” jednorazową”. -----

**11. Unikaj dotykania oczu, nosa i ust.**

Ministerstwo Zdrowia przypomina, że dłońmi dotyka się wielu powierzchni, także takich, które mogą być skażone wirusem. A jeśli zanieczyszczonymi rękami dotkniesz oczu, nosa lub ust, możemy przenieść wirusa na siebie.

**Stosuj się do ustalonych w Zakładzie pracy wskazań, zaleceń pracodawcy - przestrzegaj ich.**

**12. Nie lekceważ pierwszych objawów !! – natychmiast powiadom służby !!–**

# Infolinia NFZ 800 190 590.

**MASZ OBJAWY** 

 <b>GORĄCZKA</b>	 <b>KASZEL</b>
 <b>DUSZNOŚĆ</b>	 <b>PROBLEMY Z ODDYCHANIEM</b>

**BEZZWŁOCZNIE**, telefonicznie powiadom stację sanitarno-epidemiologiczną lub zgłoś się bezpośrednio do oddziału zakaźnego lub oddziału obserwacyjno-zakaźnego

**14 DNI** **NIE MASZ OBJAWÓW**

przez kolejne **14 DNI** kontroluj swój stan zdrowia **CODZIENNIE** mierz temperaturę

**MIAŁEŚ KONTAKT Z OSOBĄ CHORĄ LUB ZAKAŻONĄ KORONAWIRUSEM**

**BEZZWŁOCZNIE** telefonicznie powiadom stację sanitarno-epidemiologiczną

 Ministerstwo Zdrowia

**Ważne!**

Działa infolinia Narodowego Funduszu Zdrowia 800 190 590, gdzie można uzyskać informacje dotyczące postępowania w sytuacji podejrzenia zakażenia koronawirusem.

### Zakłady pracy

**Należy jednak stosować w nich szczególnie ostre zalecenia Głównego Inspektora Sanitarnego w zakresie zachowania odległości pracowników, środków dezynfekcji.**

<https://gis.gov.pl/>

**Podstawa prawna:** Rozporządzenie Ministra Zdrowia z dnia 24 marca 2020 r. zmieniające rozporządzenie w sprawie ogłoszenia na obszarze Rzeczypospolitej Polskiej stanu epidemii

### **Zgłoś kwarantannę**

Główny Inspektorat Sanitarny - Portal Gov.pl (www.gov.pl)

Formularz zgłoszeniowy pozwala na szybki kontakt z sanepidem i usprawnia przeprowadzenie wywiadu epidemiologicznego. Kiedy korzystać z formularza zgłoszeniowego:

- 1. Masz pozytywny wynik testu na koronawirusa? Jak najszybciej wypełnij formularz.**
- 2. Miałeś (-aś) bliski kontakt z osobą zakażoną SARS-CoV-2? Jak najszybciej wypełnij formularz.**
- 3. Otrzymałeś (-aś) pozytywny wynik testu na koronawirusa, a nie masz narzędzi lub wiedzy by wypełnić formularz samodzielnie? Może to za ciebie zrobić ktoś inny.**
- 4. Miałeś (-aś) bliski kontakt z osobą zakażoną SARS-CoV-2, a nie masz narzędzi lub wiedzy by wypełnić formularz samodzielnie? Może to za ciebie zrobić ktoś inny.**

Wynik testu na koronawirusa znajdziesz na Internetowym Koncie Pacjenta.

Aby wysłać zgłoszenie potrzebujesz profilu zaufanego, który możesz szybko założyć np. za pośrednictwem bankowości elektronicznej <https://www.gov.pl/web/gov/zaloz-profil-zaufany>