

Bezpieczeństwo i zdrowie w pracy dotyczą każdego z nas

Korzystne dla ciebie
Korzystne dla firmy



Najważniejsze aspekty oceny ryzyka zawodowego



Zarządzanie ryzykiem
Ochrona zdrowia
Dobra firma

Lepsze miejsca pracy dla wszystkich

CIOP  PIB





Bezpieczeństwo i zdrowie w pracy dotyczą każdego z nas

**Korzystne dla ciebie
Korzystne dla firmy**



Spis treści

CZĘŚĆ I: INFORMACJE OGÓLNE		
Co to jest zagrożenie? Co to jest ryzyko zawodowe?	4	
Dlaczego należy oceniać ryzyko zawodowe?	4	
Jak oceniać ryzyko zawodowe?	4	
Jak korzystać z poradnika?	5	
CZĘŚĆ II: OCENA RYZYKA ZAWODOWEGO – PODSTAWY		
Krok 1: Jakie informacje są niezbędne do przeprowadzenia oceny ryzyka zawodowego?	6	
Jak zbierać informacje?	6	
Krok 2: Jak identyfikować zagrożenia?	7	
LISTA KONTROLNA	8	
Krok 3: Jak oszacować ryzyko zawodowe związane ze zidentyfikowanymi zagrożeniami?	9	
Krok 4: Jak zaplanować działania eliminujące lub ograniczające ryzyko zawodowe?	10	
Krok 5: Jak udokumentować ocenę ryzyka zawodowego?	10	
KARTA OCENY RYZYKA ZAWODOWEGO	11	
		CZĘŚĆ III: LISTY KONTROLNE DO IDENTYFIKACJI ZAGROŻEŃ NA STANOWISKACH PRACY Z PRZYKŁADAMI DZIAŁAŃ PREWENCYJNYCH
		Lista kontrolna nr 1: Nierówne lub śliskie powierzchnie
		12
		Lista kontrolna nr 2: Przemieszczające się środki transportu
		14
		Lista kontrolna nr 3: Ruchome części maszyn
		15
		Lista kontrolna nr 4: Prąd elektryczny
		17
		Lista kontrolna nr 5: Pożar
		18
		Lista kontrolna nr 6: Wybuch
		20
		Lista kontrolna nr 7: Czynniki chemiczne
		22
		Lista kontrolna nr 8: Hałas
		24
		Lista kontrolna nr 9: Drgania mechaniczne
		25
		Lista kontrolna nr 10: Oświetlenie
		26
		Lista kontrolna nr 11: Stres w pracy
		28
		CZĘŚĆ IV: LISTY KONTROLNE DO IDENTYFIKACJI ZAGROŻEŃ Z PRZYKŁADAMI DZIAŁAŃ PREWENCYJNYCH DLA WYBRANYCH RODZAJÓW PRAC
		Praca biurowa
		32
		Budownictwo
		36
		Przemysł spożywczy
		39
		Obróbka drewna
		41
		Mechanika pojazdowa
		44
		Rolnictwo
		47
		Małe kopalnie odkrywkowe
		53

Więcej informacji: <http://hwi.osha.europa.eu>

Szczegółowe listy problemów, uwzględniające obszar działania przedsiębiorstw w danym sektorze, dostępne na stronie: <http://hwi.osha.europa.eu>



CZĘŚĆ I: INFORMACJE OGÓLNE

Co to jest zagrożenie? Co to jest ryzyko zawodowe?

Zagrożeniem w środowisku pracy jest każdy czynnik i/lub sytuacja, które mogą spowodować wypadek lub chorobę. Każde zagrożenie może mieć negatywny wpływ na ludzi, a także powodować utratę mienia (np. zniszczenie maszyn), zanieczyszczenie środowiska naturalnego itp. Poprzez ryzyko zawodowe rozumie się prawdopodobieństwo wystąpienia niepożądanych zdarzeń, związanych z wykonywaną pracą, powodujących straty, w szczególności wystąpienie u pracowników niekorzystnych skutków zdrowotnych w wyniku zagrożeń zawodowych, występujących w środowisku pracy lub sposobu wykonywania pracy. Ryzyko zawodowe określa więc prawdopodobieństwo, z jakim ktoś może zostać poszkodowany w związku z zagrożeniem występującym w miejscu pracy, oraz ciężkość doznanego urazu lub choroby.

Dlaczego należy oceniać ryzyko zawodowe?

Podstawowym celem oceny ryzyka zawodowego jest zapewnienie pracownikom bezpieczeństwa i ochrony zdrowia. Ocena ryzyka zawodowego pomaga ograniczyć negatywne skutki oddziaływania zagrożeń na ludzi i środowisko w związku z wykonywaną pracą. Przyczynia się również do podniesienia konkurencyjności przedsiębiorstwa i jego prawidłowego funkcjonowania. Zgodnie z przepisami prawa każdy pracodawca jest zobowiązany przeprowadzać ocenę ryzyka zawodowego oraz informować o nim pracowników.

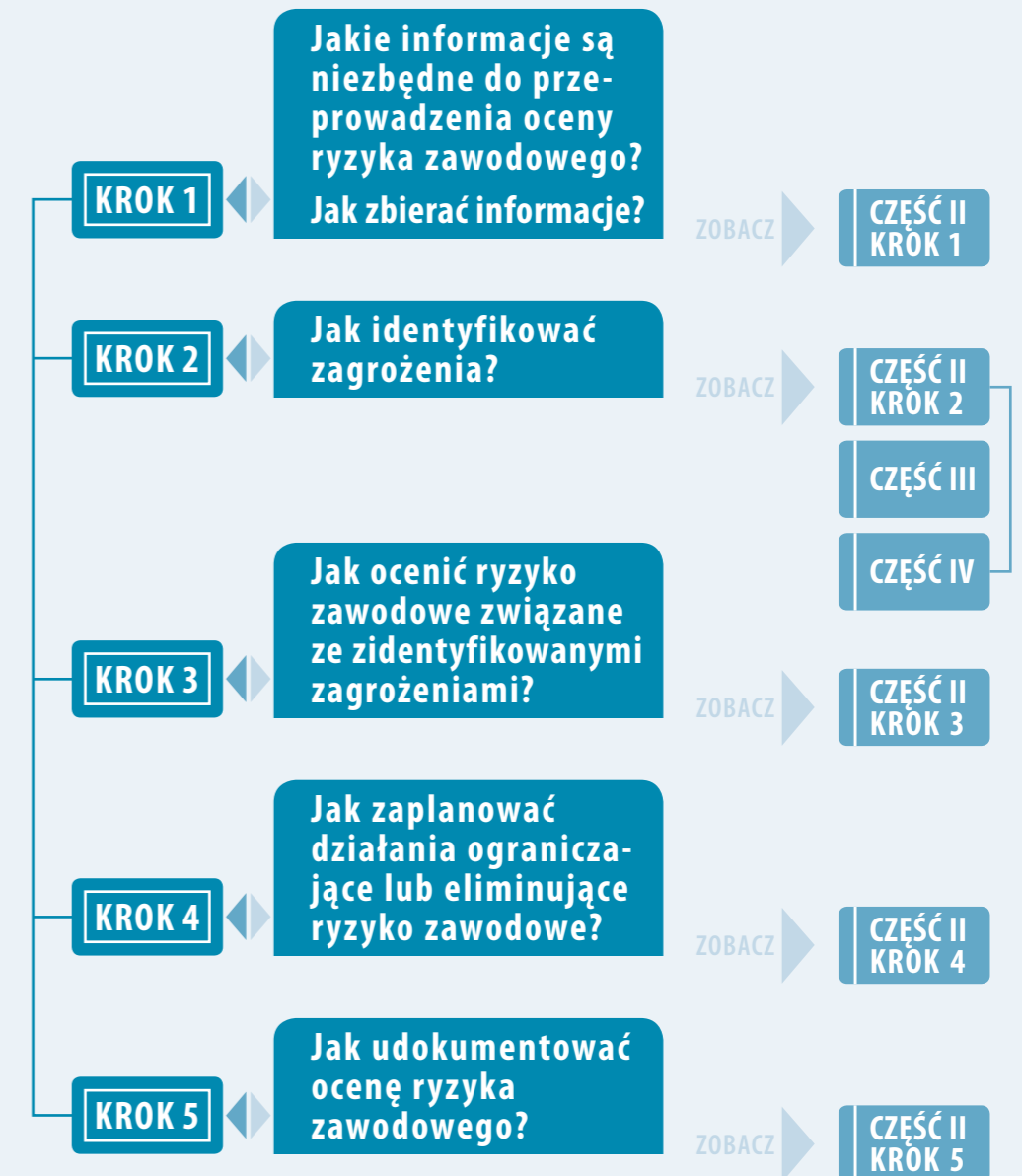
Jak oceniać ryzyko zawodowe?

Ocenę ryzyka zawodowego można przeprowadzić w pięciu następujących krokach:



PORADNIK POMOŻE CI PRZEPROWADZIĆ OCENĘ RYZYKA ZAWODOWEGO ORAZ UDOKUMENTOWAĆ JEGO WYNIKI

Jak korzystać z poradnika?





CZĘŚĆ II: OCENA RYZYKA ZAWODOWEGO – PODSTAWY

KROK 1

Jakie informacje są niezbędne do przeprowadzenia oceny ryzyka zawodowego?

Do oceny ryzyka zawodowego wykorzystuje się informacje dotyczące w szczególności:

- lokalizacji stanowiska pracy i/lub realizowanych na nim zadań,
- osób pracujących na stanowisku, ze szczególnym uwzględnieniem tych, które mogą być szczególnie podatne na oddziaływanie zagrożeń, np. kobiet w ciąży, młodocianych lub osób niepełnosprawnych. Należy również pamiętać o pracownikach niepełnoetatowych, podwykonawcach, osobach odwiedzających przedsiębiorstwo oraz pracownikach zatrudnionych poza siedzibą przedsiębiorstwa (kierowcy, przedstawiciele handlowi itp.),
- stosowanych środków pracy, materiałów i wykonywanych operacji technologicznych,
- wykonywanych czynności oraz sposobu i czasu ich wykonywania przez pracujące na stanowisku osoby,
- zagrożeń, które już zostały zidentyfikowane, i ich źródeł,
- możliwych skutków występujących zagrożeń,
- stosowanych środków ochronnych,
- wypadków, chorób zawodowych oraz wszystkich innych niepożądanych zdarzeń związanych z warunkami pracy,
- wymagań przepisów prawnych i norm, odnoszących się do analizowanego stanowiska.

Jak zbierać informacje?

Źródłem informacji mogą być przede wszystkim:

- dane techniczne o stosowanych na stanowisku maszynach i urządzeniach,
- dokumentacja techniczno-ruchowa i instrukcje stanowiskowe,
- wyniki pomiarów czynników szkodliwych i/lub niebezpiecznych, a także uciążliwych, występujących na stanowisku pracy,
- dokumentacja dotycząca wypadków przy pracy i chorób zawodowych,
- karty charakterystyk substancji chemicznych itp.
- przepisy prawne i normy techniczne,
- literatura naukowo-techniczna,

Cennym źródłem informacji mogą być również:

- obserwacje środowiska pracy,
- obserwacje zadań wykonywanych na stanowisku pracy,
- obserwacje zadań wykonywanych poza stanowiskiem pracy,
- wywiady z pracownikami,
- obserwacje czynników zewnętrznych, które mogą wpłynąć na stanowisko pracy (np. prace wykonywane przez pracowników na innych stanowiskach, czynniki atmosferyczne).

KROK 2

Jak identyfikować zagrożenia?

Aby zidentyfikować zagrożenia na stanowisku pracy, posłuż się LISTĄ KONTROLNĄ ZAGROŻEŃ z części II i:

- jeśli jesteś pewien, że dane zagrożenie występuje na stanowisku pracy, zaznacz ► „TAK”
- jeśli jesteś pewien, że dane zagrożenie nie występuje na stanowisku pracy, zaznacz ► „NIE”
- jeśli nie jesteś pewien, czy dane zagrożenie występuje na stanowisku pracy: przejdź do LIST KONTROLNYCH DO IDENTYFIKACJI ZAGROŻEŃ wskazanych w kolumnie 5 LISTY
- jeżeli w kolumnie 5 LISTY nie odnalazłeś odsyłaczy do LIST KONTROLNYCH DO IDENTYFIKACJI ZAGROŻEŃ, poszukaj informacji na temat interesujących Cię zagrożeń na stronach Europejskiej Agencji (<http://hwi.osha.europa.eu>) Bezpieczeństwa i Zdrowia w Pracy oraz na stronach krajowych instytucji zajmujących się problematyką bhp. Możesz również zwrócić się o pomoc do konsultanta ds. bezpieczeństwa i higieny pracy.

W dalszej części poradnika znajdziesz również listy kontrolne przygotowane dla wybranych sektorów i prac. Są to:

- praca biurowa
- budownictwo
- mechanika pojazdowa
- przemysł spożywczy
- obróbka drewna
- rolnictwo
- małe kopalnie odkrywkowe

Jeżeli prowadzisz jedną z wymienionych form działalności, wykorzystaj te listy. Są zamieszczone w CZĘŚCI IV poradnika.

Dodatkowe informacje na temat zagrożeń znajdziesz między innymi na stronach:

- Centralnego Instytutu Ochrony Pracy – Państwowego Instytutu Badawczego <http://www.ciop.pl> oraz
- Państwowej Inspekcji Pracy <http://www.pip.gov.pl>

PAMIĘTAJ, ŻE PRACOWNICY POWINNI BYĆ W JAK NAJSZERSZYM STOPNIU WŁĄCZENI W DZIAŁANIA ZWIĄZANE Z OCENĄ RYZYKA ZAWODOWEGO.





KROK 3

Lista kontrolna zagrożeń

Nr	Zagrożenie	TAK	NIE	Nie wiem: <small>przejdź do list kontrolnych do identyfikacji zagrożeń:</small>
1	2	3	4	5
1.	Nierówne lub śliskie powierzchnie (mogące powodować poślizgnięcia, potknięcia, upadki itp.)	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	Część III – 1
2.	Przemieszczające się środki transportu	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	Część III – 2
3.	Ruchome części maszyn	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	Część III – 3
4.	Ostre krawędzie, chropowate powierzchnie itp.	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	
5.	Gorące lub zimne powierzchnie, materiały itp.	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	
6.	Praca na wysokości i na ruchomych podestach (mogących powodować upadek)	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	
7.	Narzędzia ręczne	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	
8.	Wysokie ciśnienie	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	
9.	Prąd elektryczny	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	Część III – 4
10.	Pożar	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	Część III – 5
11.	Wybuch	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	Część III – 6
12.	Substancje chemiczne (w tym pyły) w powietrzu	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	Część III – 7
13.	Hałas	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	Część III – 8
14.	Drgania miejscowe	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	Część III – 9
15.	Drgania ogólne	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	Część III – 9
16.	Nieprawidłowe oświetlenie	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	Część III – 10
17.	Promieniowanie UV, podczerwone, laserowe, mikrofale	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	
18.	Pola elektromagnetyczne	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	
19.	Zimny lub gorący mikroklimat	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	
20.	Ręczne przenoszenie ciężarów	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	
21.	Praca w niewygodnej lub wymuszonej pozycji	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	
22.	Zagrożenia biologiczne (wirusy, pasożyty, grzyby, bakterie)	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	
23.	Stres, przemoc w pracy i mobbing	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	
24.	Inne: proszę określić jakie i zaznaczyć „TAK”:	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	
		<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	
		<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	
		<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	

Jak oszacować ryzyko zawodowe związane ze zidentyfikowanymi zagrożeniami?

A. Oceń dla każdego zidentyfikowanego zagrożenia:

Czy ryzyko jest małe, średnie, czy też duże, biorąc pod uwagę prawdopodobieństwo wystąpienia niekorzystnych następstw zagrożeń oraz to, jak ciężkie mogą być te następstwa. Posłuż się poniższą tabelą.

Prawdopodobieństwo	Ciężkość następstw		
	Mała	Średnia	Duża
Mało prawdopodobne	małe (1)	małe (1)	średnie (2)
Prawdopodobne	małe (1)	średnie (2)	duże (3)
Wysoce prawdopodobne	średnie (2)	duże (3)	duże (3)

- Mało prawdopodobne następstwa zagrożeń to takie, które nie powinny wystąpić podczas całego okresu aktywności zawodowej pracownika.
- Prawdopodobne następstwa zagrożeń to takie, które mogą wystąpić nie częściej niż kilkakrotnie podczas okresu aktywności zawodowej pracownika.
- Wysoce prawdopodobne następstwa zagrożeń to takie, które mogą wystąpić wielokrotnie podczas okresu aktywności zawodowej pracownika.
- Ciężkość następstw jest mała, jeżeli powstające w wyniku zagrożeń urazy i choroby nie powodują długotrwałych dolegliwości i absencji w pracy (np. bóle głowy, niewielkie stłuczenia i zranienia, podrażnienia oczu itp.).
- Ciężkość następstw jest średnia, jeżeli powstające w wyniku zagrożeń urazy i choroby powodują niewielkie, ale długotrwałe lub nawracające okresowo dolegliwości i są związane z krótkimi okresami absencji (np. zranienia, alergię skórne, nieskomplikowane złamania itp.).
- Ciężkość następstw jest duża, jeżeli powstające w wyniku zagrożeń urazy i choroby powodują ciężkie i stałe dolegliwości i/lub śmierć (np. amputacje, zawodowe uszkodzenie słuchu itp.).

B. Oceń, czy ryzyko związane z zagrożeniami jest dopuszczalne.

Ogólnie rzecz biorąc:

- wysokie ryzyko jest niedopuszczalne,
- małe i średnie ryzyko jest dopuszczalne.

Jeśli nie zostały spełnione przepisy obowiązującego prawa, wówczas ryzyko zawodowe jest zawsze niedopuszczalne.

Pamiętaj: Ocena ryzyka zawodowego zawsze powinna być przeprowadzana przy aktywnym udziale pracowników. W ocenie ryzyka zawodowego należy uwzględnić uwagi pracowników odnośnie do zagrożeń występujących na ich stanowiskach pracy, a także płeć, wiek oraz stan zdrowia pracowników, dla których jest przeprowadzana ta ocena.



KROK 4

Jak zaplanować działania eliminujące lub ograniczające ryzyko zawodowe?

- Jeżeli ryzyko zawodowe zostało oszacowane jako duże i stwierdzono, że jest ono niedopuszczalne, należy natychmiast podjąć działania w celu jego ograniczenia.
- Jeżeli ryzyko zostało oszacowane jako średnie i stwierdzono, że jest ono dopuszczalne, zaleca się zaplanowanie działań w celu jego dalszego zmniejszenia.
- Jeżeli ryzyko zawodowe zostało oszacowane jako małe i stwierdzono, że jest ono dopuszczalne, konieczne jest zapewnienie, że będzie ono pozostawało na tym samym poziomie.

Planując działania, których celem jest wyeliminowanie lub ograniczenie ryzyka zawodowego, pamiętaj, że należy je podejmować w następującej kolejności:

- eliminacja zagrożeń/ryzyka zawodowego,
- wprowadzenie odpowiednich środków organizacyjnych,
- zastosowanie środków ochrony zbiorowej,
- stosowanie właściwych środków ochrony indywidualnej.

Przykłady działań, których celem jest wyeliminowanie lub ograniczenie ryzyka zawodowego, zostały przedstawione wraz z listami kontrolnymi do identyfikacji zagrożeń w CZĘŚCI III i CZĘŚCI IV poradnika.

KROK 5

Jak udokumentować ocenę ryzyka zawodowego?

Możesz udokumentować ocenę ryzyka zawodowego dla każdego stanowiska pracy, wykorzystując pokazaną poniżej KARTĘ OCENY RYZYKA ZAWODOWEGO.

- Zapisz podstawowe informacje: nazwę i adres przedsiębiorstwa, nazwę stanowiska pracy, na którym przeprowadzasz ocenę ryzyka, nazwiska osób pracujących na tym stanowisku, datę przeprowadzenia oceny ryzyka zawodowego oraz nazwisko osoby przeprowadzającej ocenę.
- W kolumnie 2 KARTY OCENY RYZYKA ZAWODOWEGO wypisz te zagrożenia, które w LIŚCIE KONTROLNEJ ZAGROŻEŃ zaznaczyłeś „TAK”.
- Dla każdego zidentyfikowanego zagrożenia:
 - w kolumnie 3: zarejestruj działania prewencyjne, które już podjąłeś w celu ograniczenia związanego z nim ryzyka,
 - w kolumnie 4: zapisz wynik oceny ryzyka zawodowego dla zidentyfikowanego zagrożenia (np. ryzyko duże/niedopuszczalne),
 - w kolumnie 5: zarejestruj działania, które planujesz podjąć w celu ograniczenia lub wyeliminowania ryzyka zawodowego.

KARTA OCENY RYZYKA ZAWODOWEGO



Karta oceny ryzyka zawodowego

Data: _____ Numer karty: _____

Nazwa i adres przedsiębiorstwa:

Sporządził: (nazwisko)

Stanowisko pracy: (nazwa stanowiska)

Nazwiska pracowników: (pracujących na stanowisku pracy)

Nr	ZAGROŻENIE	ŚRODKI OGRANICZAJĄCE RYZYKO ZAWODOWE	OSZACOWANIE RYZYKA ZAWODOWEGO	ZALECENIA DOTYCZĄCE WPROWADZENIA DODATKOWYCH ŚRODKÓW OCHRONY
1	2	3	4	5

Podpis[ly] osób przeprowadzających ocenę ryzyka zawodowego

Podpis[ly] osób pracujących na stanowisku pracy



CZĘŚĆ III: LISTY KONTROLNE DO IDENTYFIKACJI ZAGROZEŃ

Lista kontrolna nr 1

ZAGROŻENIE: NIERÓWNE I ŚLISKIE POWIERZCHNIE

Część A: Czy zagrożenie występuje na stanowisku pracy? Zaznacz odpowiedź TAK/NIE.

Jeżeli zaznaczyłeś odpowiedź w polu ze znakiem ● – oznacza to, że zagrożenie występuje.

Uwaga: Przedstawione poniżej sytuacje nie wyczerpują wszystkich możliwych przypadków występowania zagrożenia

PYTANIE	TAK	NIE
1. Czy na podłogach i drogach komunikacyjnych występują nierówności, dziury, rozlane płyny itp.?	●	○
2. Czy podłogi i drogi komunikacyjne są śliskie?	●	○
3. Czy podłogi i drogi komunikacyjne są czasami śliskie, np. mokre wskutek czyszczenia, rozlania cieczy (np. oleju), opadów deszczu, osadzania szlamu lub pyłu powstającego w procesach pracy?	●	○
4. Czy na podłogach i drogach komunikacyjnych występują progi lub inne różnice poziomów?	●	○
5. Czy po podłodze i przez drogi komunikacyjne są prowadzone kable elektryczne?	●	○
6. Czy pracownicy mogą upaść lub pośliznąć się wskutek noszenia nieodpowiedniego obuwia?	●	○
7. Czy podłogi i drogi komunikacyjne są utrzymywane w czystości?	○	●
8. Czy w pomieszczeniach pracy lub na drogach komunikacyjnych występują utrudniające przemieszczanie się przedmioty (wyłączając te, które nie mogą być usunięte)?	●	○
9. Czy przeszkody, które nie mogą być usunięte, zostały oznakowane?	○	●
10. Czy są drogi komunikacyjne bez odpowiedniego oznakowania?	○	●
11. Czy podłogi i drogi komunikacyjne są odpowiednio oświetlone?	○	●

Część B: Przykłady środków ograniczających ryzyko zawodowe związane z zagrożeniem

- Regularne czyszczenie podłogi, szczególnie wtedy, gdy może być mokra lub zapyłona wskutek procesów pracy; utrzymywanie powierzchni w stanie suchym.
- Stosowanie odpowiednich metod czyszczenia; jeśli to konieczne, chemiczne czyszczenie śliskich powierzchni.
- Zapewnienie regularnego sprawdzania stanu podłogi i dróg komunikacyjnych.
- Usuwanie dziur, pęknięć, zużytych dywaników, wycieraczek itd.; utrzymywanie podłóg i dróg komunikacyjnych w czystości.
- Usuwanie progów lub ograniczanie ich wysokości; poprawianie widoczności.
- Sprawdzenie, czy pracownicy mają odpowiednie obuwie; zapewnienie pracownikom odpowiedniego obuwia.
- Zapewnienie odpowiedniego oznakowania podłóg i dróg komunikacyjnych.
- Zapewnienie równomiernego oświetlenia podłóg i dróg komunikacyjnych.
- Rozmieszczenie wyposażenia elektrycznego w taki sposób, aby kable elektryczne nie przeszkadzały w przemieszczaniu się i nie leżały na drogach dla pieszych.
- Stosowanie na podłogi i drogi komunikacyjne materiałów zapobiegających poślizgnięciu oraz łatwych do czyszczenia.
- Zapewnienie właściwego odprowadzania cieczy z powierzchni podłóg i dróg komunikacyjnych.

MIEJSCE NA NOTATKI ▶





Lista kontrolna nr 2

ZAGROŻENIE: RUCHOME POJAZDY I MASZYNY

Część A: Czy zagrożenie występuje na stanowisku pracy? Zaznacz odpowiedź TAK/NIE.

Jeżeli zaznaczyłeś odpowiedź w polu ze znakiem – oznacza to, że zagrożenie występuje.

Uwaga: Przedstawione poniżej sytuacje nie wyczerpują wszystkich możliwych przypadków występowania zagrożenia

PYTANIE	TAK	NIE
1. Czy bywają kiedykolwiek używane uszkodzone lub wadliwie działające środki transportu?	<input checked="" type="radio"/>	<input type="radio"/>
2. Czy środki transportu i sprzęt do załadunku/rozładunku (np. pojazdy, dźwigniki, platformy do podnoszenia) bywają przeciążone?	<input checked="" type="radio"/>	<input type="radio"/>
3. Czy na drogach transportu nie występują przeszkody?	<input type="radio"/>	<input checked="" type="radio"/>
4. Czy pole widzenia na drogach transportu jest ograniczone?	<input checked="" type="radio"/>	<input type="radio"/>
5. Czy środki transportu bywają kiedykolwiek używane przez osoby nieupoważnione?	<input checked="" type="radio"/>	<input type="radio"/>
6. Czy ładunki są zawsze zabezpieczone prawidłowo i odpowiednio?	<input type="radio"/>	<input checked="" type="radio"/>
7. Czy pole widzenia operatora bywa kiedykolwiek ograniczone przez ładunek (np. o dużej objętości)?	<input checked="" type="radio"/>	<input type="radio"/>

Część B: Przykłady środków ograniczających ryzyko zawodowe związane z zagrożeniem

- Zapewnienie środków transportu odpowiednich do wykonywanej pracy.
- Użytkowanie sprzętu roboczego z odpowiednimi certyfikatami/zezwoleniami.
- Użytkowanie sprzętu roboczego zgodnie z informacją producenta i DTR.
- Przeprowadzanie regularnej kontroli technicznej sprzętu roboczego.
- Zapewnienie odpowiedniego oznakowania dróg transportu i utrzymywanie porządku.
- Zapewnienie wystarczająco szerokich dróg transportu, bez „martwych stref”.
- Zapewnienie prawidłowego rozmieszczenia i zabezpieczenia ładunków.
- Zapewnienie odpowiedniego wyszkolenia pracownikom.
- Zapewnienie w środkach transportu z własnym napędem urządzeń zapobiegających ich przypadkowemu uruchomieniu.



ZAGROŻENIE: RUCHOME CZĘŚCI MASZYN

Lista kontrolna nr 3

Część A: Czy zagrożenie występuje na stanowisku pracy? Zaznacz odpowiedź TAK/NIE.

Jeżeli zaznaczyłeś odpowiedź w polu ze znakiem – oznacza to, że zagrożenie występuje.

Uwaga: Przedstawione poniżej sytuacje nie wyczerpują wszystkich możliwych przypadków występowania zagrożenia

PYTANIE	TAK	NIE
1. Czy występują jakieś części ruchome stwarzające zagrożenie (łącznie z częściami pomocniczymi) pozbawione technicznych środków ochronnych (np. osłon)?	<input checked="" type="radio"/>	<input type="radio"/>
2. Czy stosowane w maszynie techniczne środki ochronne (osłony) w wystarczającym stopniu zapobiegają kontaktowi dłoni i ramion pracownika z częściami ruchomymi stwarzającymi zagrożenie?	<input type="radio"/>	<input checked="" type="radio"/>
3. Czy wszystkie osłony w maszynie są pewnie przymocowane i nie mogą być łatwo usunięte?	<input type="radio"/>	<input checked="" type="radio"/>
4. Czy na ruchome części maszyny może spaść jakiś przedmiot?	<input checked="" type="radio"/>	<input type="radio"/>
5. Czy techniczne środki ochronne (np. osłony) powodują, że obsługa maszyny jest niewygodna lub utrudniona?	<input checked="" type="radio"/>	<input type="radio"/>
6. Czy maszynę można nasmarować bez demontażu technicznych środków ochronnych?	<input type="radio"/>	<input checked="" type="radio"/>
7. Czy można usunąć techniczne środki ochronne bez zatrzymania ruchów maszyny stwarzających zagrożenie?	<input checked="" type="radio"/>	<input type="radio"/>
8. Czy wszystkie przekładnie zębate, koła łańcuchowe, koła pasowe lub koła zamachowe są osłonięte?	<input type="radio"/>	<input checked="" type="radio"/>
9. Czy wszystkie paski napędowe lub łańcuchy napędowe są osłonięte?	<input type="radio"/>	<input checked="" type="radio"/>
10. Czy wszystkie śruby dociskowe, rowki klinowe, kołnierze itd. są osłonięte?	<input type="radio"/>	<input checked="" type="radio"/>
11. Czy operator może łatwo sięgnąć do elementów sterowniczych „WŁĄCZ” i „WYŁĄCZ”?	<input type="radio"/>	<input checked="" type="radio"/>
12. Czy jest taki układ sterowania, który jest obsługiwany przez więcej niż jednego operatora?	<input checked="" type="radio"/>	<input type="radio"/>



ZAGROŻENIE: INSTALACJE I WYPOSAŻENIE ELEKTRYCZNE

Lista kontrolna nr 4

Część B: Przykłady środków ograniczających ryzyko zawodowe związane z zagrożeniem

- Zapewnienie obsługi maszyn przez wyszkolonych i upoważnionych pracowników.
- Zapewnienie odpowiednich, prawidłowo umieszczonych i działających osłon.
- Stosowanie napisów i znaków przypominających pracownikom o konieczności stosowania osłon.
- Zapewnienie w każdej maszynie wszystkich niezbędnych osłon przed jej uruchomieniem.
- Zapewnienie czystej powierzchni wokół maszyny, usunięcie przedmiotów, które mogą być przeszkodami.
- Zapewnienie wystarczającej przestrzeni do swobodnego poruszania się pracowników.
- Stosowanie odpowiednich środków ochrony indywidualnej.
- Zapewnienie wystarczającego oświetlenia maszyn i miejsc dookoła maszyn.
- Stosowanie jasnego systemu informacji ostrzegawczych, zapobiegającego przypadkowemu uruchomieniu maszyny niesprawnej.
- Zapewnienie konserwacji maszyn i szybkiego usuwania uszkodzeń.
- Zapewnienie wystarczającej wolnej przestrzeni między ruchomymi częściami maszyny i nieruchomymi elementami znajdującymi się w pobliżu maszyny.

Część A: Czy zagrożenie występuje na stanowisku pracy? Zaznacz odpowiedź TAK/NIE.

Jeżeli zaznaczyłeś odpowiedź w polu ze znakiem ● – oznacza to, że zagrożenie występuje.

Uwaga: Przedstawione poniżej sytuacje nie wyczerpują wszystkich możliwych przypadków występowania zagrożenia

PYTANIE	TAK	NIE
1. Czy jesteś pewien/pewna, że wszystkie przełączniki i urządzenia bezpieczeństwa są na miejscu i działają właściwie?	<input type="radio"/>	<input checked="" type="radio"/>
2. Czy przewody mają jakieś uszkodzenia (np. supły lub niez izolowany drut)?	<input checked="" type="radio"/>	<input type="radio"/>
3. Czy któraś z obudów sprzętu elektrycznego jest uszkodzona lub niezabezpieczona przed nieuprawnionym dostępem?	<input checked="" type="radio"/>	<input type="radio"/>
4. Czy któraś z obudów sprzętu elektrycznego nie ma znaku IEC – 60417-5036 (trójkąt z czarną błyskawicą na żółtym tle)?	<input checked="" type="radio"/>	<input type="radio"/>
5. Czy jakieś wtyczki lub gniazdka są uszkodzone?	<input checked="" type="radio"/>	<input type="radio"/>
6. Czy istnieje możliwość użytkowania sprzętu elektrycznego w niewłaściwy sposób?	<input checked="" type="radio"/>	<input type="radio"/>
7. Czy istnieje możliwość użytkowania mokrego sprzętu elektrycznego, użytkowania go mokrymi rękoma lub w mokrym ubraniu?	<input checked="" type="radio"/>	<input type="radio"/>
8. Czy istnieje możliwość pracy w niebezpiecznie bliskiej odległości od układów elektrycznych?	<input checked="" type="radio"/>	<input type="radio"/>
9. Czy w pobliżu stanowisk pracy znajdują się jakieś elementy pod napięciem?	<input checked="" type="radio"/>	<input type="radio"/>
10. Czy stwierdza się, że jakieś nieosłonięte elementy przewodzące nie są uziemione?	<input checked="" type="radio"/>	<input type="radio"/>
11. Czy stwierdzono występowanie ładunków elektrostatycznych (np. przy tankowaniu)?	<input checked="" type="radio"/>	<input type="radio"/>

MIEJSCE NA NOTATKI ▶

Część B: Przykłady środków ograniczających ryzyko zawodowe związane z zagrożeniem

- Przeprowadzenie, przed rozpoczęciem pracy, wzrokowej kontroli pod kątem występowania uszkodzeń.
- Zapewnienie regularnych przeglądów sprzętu elektrycznego przez osoby z odpowiednimi uprawnieniami.
- Użytkowanie tylko sprzętu mającego oznakowanie EC.
- W przypadku zniszczenia bądź uszkodzenia sprzętu: natychmiastowe odłączenie zasilania, wyciągnięcie wtyczki oraz udokumentowanie nieprawidłowości.
- Zapewnienie wykonania naprawy uszkodzenia przez osobę z uprawnieniami elektrycznymi.
- Wybór i użytkowanie sprzętu odpowiedniego rodzaju (np. stopień ochrony IP i ochrony mechanicznej).
- Wykonywanie pracy zgodnie z instrukcjami.
- Odłączanie przewodów od napięcia.
- Sprawdzanie sprzętu elektrycznego przed rozpoczęciem użytkowania, po naprawach i okresowo.
- Zapewnienie uziemienia.



Lista kontrolna nr 5

ZAGROŻENIE: POŻAR

Część A: Czy zagrożenie występuje na stanowisku pracy? Zaznacz odpowiedź TAK/NIE.

Jeżeli zaznaczyłeś odpowiedź w polu ze znakiem – oznacza to, że zagrożenie występuje.

Uwaga: Przedstawione poniżej sytuacje nie wyczerpują wszystkich możliwych przypadków występowania zagrożenia

PYTANIE	TAK	NIE
1. Czy stosujesz palne, łatwopalne, skrajnie łatwopalne, wysoce łatwopalne lub utleniające substancje/preparaty chemiczne, np. farby, lakiery, preparaty czyszczące, kleje, rozpuszczalniki?	<input checked="" type="radio"/>	<input type="radio"/>
2. Czy przechowujesz łatwopalne lub utleniające substancje w pomieszczeniach wyposażonych w prawidłowo funkcjonujący system wentylacji?	<input type="radio"/>	<input checked="" type="radio"/>
3. Czy masz karty charakterystyk wszystkich stosowanych niebezpiecznych substancji i preparatów chemicznych?	<input type="radio"/>	<input checked="" type="radio"/>
4. Czy występują źródła zapłonu przy pracach z łatwopalnymi lub utleniającymi substancjami (np. otwarty ogień, sprzęt elektryczny, ładunki elektrostatyczne i/lub wysoka temperatura)?	<input checked="" type="radio"/>	<input type="radio"/>
5. Czy miejsca zagrożone pożarem są prawidłowo oznakowane?	<input type="radio"/>	<input checked="" type="radio"/>
6. Czy pracownicy stosujący w miejscu pracy palne, łatwopalne, skrajnie łatwopalne lub wysoce łatwopalne substancje lub preparaty chemiczne są systematycznie informowani o niebezpiecznych właściwościach tych produktów?	<input type="radio"/>	<input checked="" type="radio"/>
7. Czy w miejscach zagrożenia pożarem jest odpowiedni sprzęt przeciwpożarowy?	<input type="radio"/>	<input checked="" type="radio"/>
8. Czy sprzęt przeciwpożarowy jest sprawny i systematycznie sprawdzany?	<input type="radio"/>	<input checked="" type="radio"/>
9. Czy sprzęt przeciwpożarowy jest łatwo dostępny?	<input type="radio"/>	<input checked="" type="radio"/>
10. Czy są plany awaryjne i ewakuacyjne?	<input type="radio"/>	<input checked="" type="radio"/>
11. Czy drogi ewakuacji są odpowiednio oznakowane?	<input type="radio"/>	<input checked="" type="radio"/>
12. Czy jest zainstalowana sygnalizacja informująca o zagrożeniu pożarowym?	<input type="radio"/>	<input checked="" type="radio"/>
13. Czy są prowadzone ćwiczenia przeciwpożarowe?	<input type="radio"/>	<input checked="" type="radio"/>
14. Czy są prowadzone szkolenia przeciwpożarowe?	<input type="radio"/>	<input checked="" type="radio"/>

Część B: Przykłady środków ograniczających ryzyko zawodowe związane z zagrożeniem

- Odpowiednie przechowywanie palnych i/lub łatwopalnych substancji i preparatów (np. nieprzekroczona maksymalna temperatura przechowywania).
- Przechowywanie palnych i/lub łatwopalnych substancji i preparatów oddzielne oraz innych niebezpiecznych substancji i preparatów.
- Ograniczanie lub eliminowanie źródeł zapłonu (łącznie z zakazem palenia tytoniu w miejscu pracy).
- Zapewnienie kart charakterystyk wszystkich palnych substancji i preparatów chemicznych.
- Sprawdzenie, czy jest dopuszczalna praca z otwartym źródłem ognia.
- Zapewnienie odpowiednich środków gaśniczych (dobranych w zależności od rodzaju materiałów i miejsc zagrożonych pożarem).
- Zapewnienie stałej kontroli wyposażenia elektrycznego.
- Zapewnienie odpowiedniego sprzętu przeciwpożarowego.
- Systematyczne sprawdzanie i konserwowanie sprzętu przeciwpożarowego.
- Instalowanie systemów alarmowych informujących o stanie zagrożenia pożarem.
- Oznakowanie dróg ewakuacji i punktów ratownictwa oraz utrzymywanie ich w odpowiednim stanie.
- Zapewnienie szkoleń pracowników w zakresie ppoż.
- Prowadzenie ćwiczeń sprawdzających gotowość pracowników w stanie zagrożenia.

MIEJSCE NA NOTATKI ▶





Lista kontrolna nr 6

ZAGROŻENIE: WYBUCH

Część A: Czy zagrożenie występuje na stanowisku pracy? Zaznacz odpowiedź TAK/NIE.

Jeżeli zaznaczyłeś odpowiedź w polu ze znakiem ● – oznacza to, że zagrożenie występuje.

Uwaga: Przedstawione poniżej sytuacje nie wyczerpują wszystkich możliwych przypadków występowania zagrożenia

PYTANIE	TAK	NIE
1. Czy są stosowane substancje i/lub preparaty wybuchowe?	●	○
2. Czy są dostępne karty charakterystyk wszystkich stosowanych wybuchowych substancji i preparatów chemicznych?	○	●
3. Czy substancje i preparaty wybuchowe są prawidłowo oznakowane?	○	●
4. Czy tworzą się wybuchowe mieszaniny w miejscu pracy (np. mieszaniny powietrza z gazami – wodorem, metanem; mieszaniny powietrza z parami rozpuszczalników – benzenem, acetonem; mieszaniny powietrza z pyłem drewna)?	●	○
5. Czy są jakiegokolwiek obszary, w których występuje zagrożenie wybuchem (np. pomieszczenia, w których są przechowywane rozpuszczalniki lub farby, palne płyny lub gazy)?	●	○
6. Czy są jakiegokolwiek obszary, w których występuje ryzyko wybuchu spowodowane obecnością zanieczyszczeń palnymi substancjami, wzrostem temperatury lub przechowywaniem nadmiernych ilości palnych lub wybuchowych materiałów w magazynach?	●	○
7. Czy instalacje gazowe są szczelne i systematycznie sprawdzane?	○	●
8. Czy wyposażenie elektryczne stosowane w obszarach zagrożonych wybuchem jest odpowiednio dobrane?	○	●
9. Czy są jakiegokolwiek źródła ognia w obszarze zagrożonym wybuchem?	●	○
10. Czy są jakiegokolwiek źródła wysokiej temperatury w obszarze zagrożonym wybuchem?	●	○
11. Czy są jakiegokolwiek źródła pól elektrostatycznych w obszarze zagrożonym wybuchem?	●	○
12. Czy są prawidłowo funkcjonujące systemy wentylacji i czy są one regularnie sprawdzane i konserwowane?	○	●
13. Czy obszary zagrożone wybuchem są oznakowane?	○	●
14. Czy jest zapewnione ciągłe monitorowanie stężenia substancji wybuchowych w obszarze zagrożonym wybuchem?	○	●
15. Czy aparaty do pomiaru stężeń substancji wybuchowych są systematycznie sprawdzane i konserwowane?	○	●
16. Czy pracownicy stosujący w miejscu pracy wybuchowe substancje i/lub preparaty chemiczne są systematycznie informowani o niebezpiecznych właściwościach tych produktów?	○	●

Część B: Przykłady środków ograniczających ryzyko zawodowe związane z zagrożeniem

- Stosowanie prawidłowo funkcjonujących systemów wentylacyjnych oraz monitorujących stężenia substancji wybuchowych w powietrzu.
- Zapewnienie kart charakterystyk wszystkich wybuchowych substancji i preparatów chemicznych.
- Ograniczanie lub eliminowanie źródeł zapłonu.
- Stosowanie/przechowywanie substancji, które mogą tworzyć mieszaniny wybuchowe z powietrzem z dala od źródeł ognia otwartego, urządzeń elektrycznych, urządzeń iskrzących itd.
- Przechowywanie minimalnych ilości substancji/preparatów wybuchowych w magazynach i na stanowisku pracy.
- Nieprzechowywanie materiałów wybuchowych z innymi produktami chemicznymi.
- Usuwanie zanieczyszczeń, przechowywanie chemicznych produktów w oryginalnych opakowaniach.
- Oznakowanie obszarów zagrożonych wybuchem.
- Sprawdzenie, czy jest dopuszczalna praca z otwartym źródłem ognia.
- Oznakowanie dróg ewakuacji i punktów ratownictwa oraz utrzymywanie ich w odpowiednim stanie.
- Prowadzenie ćwiczeń sprawdzających gotowość pracowników w stanie zagrożenia wybuchem.
- Zapewnienie szkoleń pracowników w zakresie ppoż.

MIEJSCE NA NOTATKI ▶





Lista kontrolna nr 7

ZAGROŻENIE: SUBSTANCJE CHEMICZNE

Część A: Czy zagrożenie występuje na stanowisku pracy? Zaznacz odpowiedź TAK/NIE.

Jeżeli zaznaczyłeś odpowiedź w polu ze znakiem – oznacza to, że zagrożenie występuje.

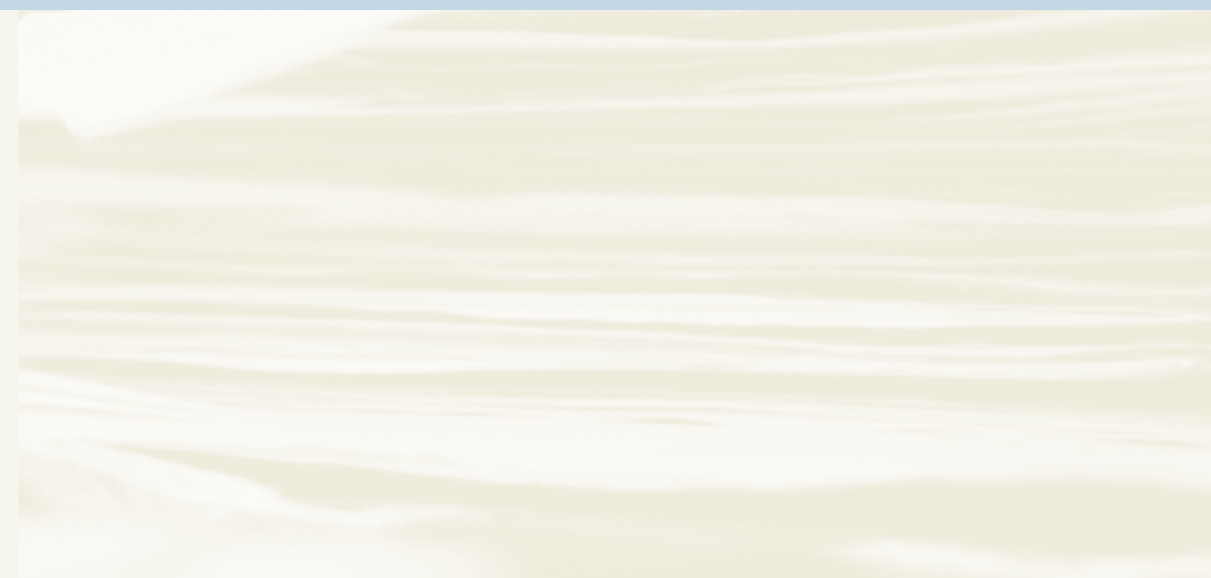
Uwaga: Przedstawione poniżej sytuacje nie wyczerpują wszystkich możliwych przypadków występowania zagrożenia

PYTANIE	TAK	NIE
1. Czy stosujesz niebezpieczne substancje i/lub preparaty chemiczne, które są zaklasyfikowane przynajmniej do jednej z następujących kategorii: bardzo toksyczne, toksyczne, szkodliwe, żrące, drażniące, rakotwórcze, mutagenne, szkodliwe działające na rozrodczość?	<input checked="" type="radio"/>	<input type="radio"/>
2. Czy są dostępne karty charakterystyk wszystkich stosowanych w zakładzie niebezpiecznych substancji i preparatów?	<input type="radio"/>	<input checked="" type="radio"/>
3. Czy wszystkie niebezpieczne substancje i preparaty są prawidłowo oznakowane?	<input type="radio"/>	<input checked="" type="radio"/>
4. Czy wszystkie niebezpieczne substancje i preparaty są prawidłowo magazynowane?	<input type="radio"/>	<input checked="" type="radio"/>
5. Czy wszyscy pracownicy są informowani o niebezpiecznych właściwościach substancji i preparatów chemicznych, których używają?	<input type="radio"/>	<input checked="" type="radio"/>
6. Czy pracownicy młodociani oraz kobiety w ciąży i w okresie karmienia wykonują prace w kontakcie z substancjami rakotwórczymi i/lub mutagennymi?	<input checked="" type="radio"/>	<input type="radio"/>
7. Czy są przeprowadzane pomiary stężeń substancji chemicznych, dla których są ustalone wartości najwyższych dopuszczalnych stężeń w środowisku pracy (NDS)?	<input type="radio"/>	<input checked="" type="radio"/>
8. Czy stężenia substancji (za wyjątkiem rakotwórczych i mutagennych) w powietrzu na stanowiskach pracy nie przekraczają wartości NDS?	<input type="radio"/>	<input checked="" type="radio"/>
9. Czy stężenia substancji rakotwórczych lub mutagennych w powietrzu na stanowiskach pracy nie przekraczają wartości 0,1 NDS?	<input type="radio"/>	<input checked="" type="radio"/>
10. Czy wszystkie stanowiska pracy, na których są stosowane niebezpieczne czynniki chemiczne, są wyposażone w prawidłowo funkcjonujące systemy wentylacji ogólnej i/lub miejscowej?	<input type="radio"/>	<input checked="" type="radio"/>
11. Czy systemy wentylacji są regularnie sprawdzane i konserwowane?	<input type="radio"/>	<input checked="" type="radio"/>
12. Czy wszyscy pracownicy są wyposażeni w odpowiednio dobrane środki ochrony indywidualnej (np. rękawice i okulary ochronne, sprzęt ochrony dróg oddechowych, maski, półmaski)?	<input type="radio"/>	<input checked="" type="radio"/>
13. Czy wszyscy pracownicy mają zapewnione okresowe badania lekarskie?	<input type="radio"/>	<input checked="" type="radio"/>
14. Czy pracownicy narażeni na czynniki rakotwórcze lub mutagenne są pod specjalną opieką lekarską?	<input type="radio"/>	<input checked="" type="radio"/>
15. Czy wszyscy pracownicy są przeszkoleni w zakresie bezpiecznej pracy i prawidłowego obchodzenia się ze stosowanymi substancjami i preparatami chemicznymi?	<input type="radio"/>	<input checked="" type="radio"/>

Część B: Przykłady środków ograniczających ryzyko zawodowe związane z zagrożeniem

- Zastępowanie substancji bardzo toksycznych mniej toksycznymi.
- Eliminowanie czynników rakotwórczych i mutagennych, jeżeli jest to możliwe.
- Stosowanie zautomatyzowanych systemów do dozowania niebezpiecznych substancji i preparatów chemicznych.
- Zapewnienie kart charakterystyk niebezpiecznych substancji i preparatów chemicznych.
- Zapewnienie prawidłowego oznakowania substancji i preparatów chemicznych.
- Zapewnienie prawidłowego magazynowania substancji i preparatów chemicznych.
- Oddzielenie substancji wybuchowych i palnych od innych niebezpiecznych substancji.
- Przeprowadzanie pomiarów stężeń substancji chemicznych w powietrzu na stanowiskach pracy.
- Instalowanie systemów wentylacji ogólnej i miejscowej.
- Zapewnienie pracownikom prawidłowo dobranych środków ochrony indywidualnej.
- Przeprowadzanie systematycznej kontroli instalacji chemicznych oraz systemów wentylacyjnych.
- Regularne kontrolowanie i czyszczenie systemu wentylacji wyciągowej w celu utrzymania jego maksymalnej skuteczności.
- Szkolenie pracowników w zakresie obsługi stosowanych maszyn i urządzeń.
- Zapewnienie opieki medycznej pracownikom narażonym na substancje i preparaty chemiczne, ze szczególnym uwzględnieniem narażenia na czynniki rakotwórcze i mutagenne.
- Systematyczne szkolenie pracowników w zakresie ryzyka zawodowego związanego z czynnikami chemicznymi oraz bezpieczeństwa pracy z tymi czynnikami.

MIEJSCE NA NOTATKI ▶





Lista kontrolna nr 8

ZAGROŻENIE: HAŁAS

Część A: Czy zagrożenie występuje na stanowisku pracy? Zaznacz odpowiedź TAK/NIE.

Jeżeli zaznaczyłeś odpowiedź w polu ze znakiem ● – oznacza to, że zagrożenie występuje.

Uwaga: Przedstawione poniżej sytuacje nie wyczerpują wszystkich możliwych przypadków występowania zagrożenia

PYTANIE	TAK	NIE
1. Czy z procesami pracy (np. stosowanymi technologiami, maszynami, urządzeniami) jest nieodłącznie związany wysoki poziom hałasu?	<input checked="" type="radio"/>	<input type="radio"/>
2. Czy z obszaru na zewnątrz budynku/pomieszczenia, w którym zlokalizowane jest stanowisko pracy, dociera hałas o wysokim poziomie?	<input checked="" type="radio"/>	<input type="radio"/>
3. Czy hałas zagłusza sygnały bezpieczeństwa lub utrudnia ich odbiór?	<input checked="" type="radio"/>	<input type="radio"/>
4. Czy poziom hałasu jest tak wysoki, że komunikowanie się z innymi pracownikami na stanowisku pracy jest możliwe tylko podniesionym głosem?	<input checked="" type="radio"/>	<input type="radio"/>
5. Czy po opuszczeniu stanowiska pracy pracownik odruchowo rozmawia z innymi osobami podniesionym głosem?	<input checked="" type="radio"/>	<input type="radio"/>

Część B: Przykłady środków ograniczających ryzyko zawodowe związane z zagrożeniem

- Ocena ekspozycji pracowników pod kątem wymagań zawartych w obowiązujących przepisach.
- Wprowadzanie rozwiązań technicznych zmniejszających emisję hałasu przez źródło do środowiska (np. stosowanie nowych, cichszych technologii, układów wibroizolacyjnych, tłumików).
- Lokalizacja źródeł hałasu w jak największej odległości od pracowników.
- Ograniczanie czasu przebywania pracowników w hałaśliwych obszarach.
- Stosowanie obudów dźwiękoizolacyjnych redukujących emisję hałasu do otoczenia.
- Montaż ekranów ograniczających hałas docierający do pracowników bezpośrednio od jego źródeł.
- Identyfikacja i właściwe oznakowanie obszarów, w których pracownicy powinni stosować środki ochrony indywidualnej przed hałasem.
- Dostarczanie pracownikom właściwie dobranych środków ochrony indywidualnej przed hałasem.
- Kontrola prawidłowego stosowania przez pracowników środków ochrony indywidualnej przed hałasem.
- Utrzymywanie środków ochrony indywidualnej przed hałasem w stanie gwarantującym ich właściwości ochronne.
- Szkolenie i dostęp do informacji.
- Wykonywanie regularnych badań audiometrycznych pracowników narażonych na nadmierny hałas.



ZAGROŻENIE: DRGANIA MECHANICZNE

Lista kontrolna nr 9

Część A: Czy zagrożenie występuje na stanowisku pracy? Zaznacz odpowiedź TAK/NIE.

Jeżeli zaznaczyłeś odpowiedź w polu ze znakiem ● – oznacza to, że zagrożenie występuje.

Uwaga: Przedstawione poniżej sytuacje nie wyczerpują wszystkich możliwych przypadków występowania zagrożenia

PYTANIE	TAK	NIE
1. Czy podczas wykonywania pracy w pozycji stojącej lub siedzącej (często lub w dłuższym czasie) pracownicy wyraźnie odczuwają drgania przenoszone do organizmu?	<input checked="" type="radio"/>	<input type="radio"/>
2. Czy wykonywana praca (często lub w dłuższym czasie) wiąże się z korzystaniem z narzędzi ręcznych, które generują drgania mechaniczne?	<input checked="" type="radio"/>	<input type="radio"/>

Część B: Przykłady środków ograniczających ryzyko zawodowe związane z zagrożeniem

- Ocena ekspozycji pracowników na drgania mechaniczne pod kątem wymagań zawartych w obowiązujących przepisach.
- Izolowanie elementów stanowiska pracy (siedzeń, podestów) od drgań.
- Unikanie stosowania narzędzi i sprzętu wytwarzających drgania mechaniczne.
- Ograniczanie czasu pracy narzędziami generującymi drgania mechaniczne.
- Stosowanie właściwych narzędzi (wyposażonych w elementy redukujące drgania bądź izolujące od nich) i zapewnienie ich właściwego stanu technicznego.
- Stosowanie się do instrukcji obsługi narzędzi i sprzętu.
- Zapewnienie właściwego przeszkolenia i dostępu do informacji.
- Stosowanie rękawic wibroizolacyjnych w celu zmniejszenia narażenia na drgania przenoszone przez ręce.
- Kontrola prawidłowego stosowania rękawic wibroizolacyjnych oraz zapewnienie stanu gwarantującego ich właściwości ochronne.
- Utrzymywanie właściwej temperatury, w szczególności ciepła rąk (m.in. przez stosowanie ćwiczeń rąk).
- Zapewnienie ubrań ochronnych niezbędnych do ochrony pracownika przed zimnem i wilgocią.
- Przeprowadzanie regularnych badań lekarskich.



Lista kontrolna nr 10

ZAGROŻENIE: OŚWIETLENIE

Część A: Czy zagrożenie występuje na stanowisku pracy? Zaznacz odpowiedź TAK/NIE.

Jeżeli zaznaczyłeś odpowiedź w polu ze znakiem ● – oznacza to, że zagrożenie występuje.

Uwaga: Przedstawione poniżej sytuacje nie wyczerpują wszystkich możliwych przypadków występowania zagrożenia

PYTANIE	TAK	NIE
1. Czy oświetlenie stanowiska pracy jest wystarczające do sprawnego i dokładnego wykonywania czynności?	<input type="radio"/>	<input checked="" type="radio"/>
2. Czy w polu widzenia występują widoczne cienie, które mogą oddziaływać na sprawność i dokładność wykonywanej pracy?	<input checked="" type="radio"/>	<input type="radio"/>
3. Czy oświetlenie w strefach komunikacyjnych, na korytarzach, schodach, magazynach itp., jest odpowiednie do bezpiecznego przemieszczania się i dostrzeżenia wszelkich przeszkód (dziur w podłodze, przedmiotów leżących na podłodze, stopni, śliskich powierzchni lub rozlanych płynów, krawędzi podestu itp.)?	<input type="radio"/>	<input checked="" type="radio"/>
4. Czy jaskrawe źródła/powierzchnie występujące w otoczeniu stanowiska pracy zmniejszają zdolność widzenia przedmiotów przez pracownika?	<input checked="" type="radio"/>	<input type="radio"/>
5. Czy pracownicy uskarżają się na słabą widoczność, olśnienie lub niewłaściwe oświetlenie stanowiska pracy?	<input checked="" type="radio"/>	<input type="radio"/>
6. Czy w polu widzenia występują nadmierne kontrasty, które mogą powodować zmęczenie na skutek ciągłej readaptacji oczu (naprzemienna adaptacja oczu do ciemnych i jasnych powierzchni)?	<input checked="" type="radio"/>	<input type="radio"/>
7. Czy na powierzchniach występują odbicia dekontrastujące (odbicia kierunkowe światła od powierzchni polerowanych, błyszczących, lustrzanych lub gładkich), które mogą wpływać na widoczność?	<input checked="" type="radio"/>	<input type="radio"/>
8. Czy występują duże przestrzenne zmiany oświetlenia wokół stanowiska pracy, które mogą prowadzić do wyęžania wzroku i braku komfortu widzenia?	<input checked="" type="radio"/>	<input type="radio"/>
9. Czy przy istniejącym oświetleniu sztucznym barwy otoczenia, przedmiotów i ludzkiej skóry są naturalne (tzn. ludzie wyglądają atrakcyjnie i zdrowo, a barwy przedmiotów nie są zmienione)?	<input type="radio"/>	<input checked="" type="radio"/>
10. Czy przy istniejącym oświetleniu sztucznym są rozpoznawalne barwy bezpieczeństwa?	<input type="radio"/>	<input checked="" type="radio"/>
11. Czy pracownicy widzą migotanie światła?	<input checked="" type="radio"/>	<input type="radio"/>
12. Czy przy istniejącym oświetleniu sztucznym obrotowe ruchy maszyn postrzegane są jako bezruch tych elementów (tzn., czy występuje efekt stroboskopowy)?	<input checked="" type="radio"/>	<input type="radio"/>

Część B: Przykłady środków ograniczających ryzyko zawodowe związane z zagrożeniem

- Okresowe pomiary natężenia oświetlenia w polu zadania i polu bezpośredniego otoczenia na stanowisku pracy.
- Okresowe pomiary natężenia oświetlenia w strefach komunikacyjnych, na korytarzach, schodach itp.
- Przestrzeganie zasad konserwacji opracowanych przez projektanta oświetlenia (częstotliwość wymiany źródeł światła, czyszczenie opraw i pomieszczenia oraz metoda czyszczenia).
- Przestrzeganie założeń projektu oświetlenia, takich jak: rozmieszczenie stanowisk pracy, rodzaj i dane szczegółowe źródeł światła (moc, barwa światła i wskaźnik oddawania barw), wykończenie powierzchni (współczynniki odbicia, barwa, mat lub połysk).
- Stosowanie dodatkowego oświetlenia miejscowego lub zlokalizowanego na stanowisku pracy, gdzie jest wymagane duże natężenie oświetlenia.
- Stosowanie oświetlenia pośredniego lub miejscowego w celu wyeliminowania cieni w polu zadania.
- Unikanie powierzchni połyskliwych na stanowisku pracy (stół, inne meble itp).
- Eliminowanie migotania i efektu stroboskopowego (np. poprzez stosowanie w oprawach wysokoczęstotliwościowych elektronicznych układów stabilizująco-zapłonowych).
- Okresowe przeprowadzanie ankiety lub wywiadu z pracownikami na temat problemów związanych z oświetleniem.

MIEJSCE NA NOTATKI ▶





Lista kontrolna nr 11

ZAGROŻENIE: STRES W PRACY

Część A: Czy zagrożenie występuje na stanowisku pracy? Zaznacz odpowiedź TAK/NIE.

Jeżeli zaznaczyłeś odpowiedź w polu ze znakiem – oznacza to, że zagrożenie występuje.

Uwaga: Przedstawione poniżej sytuacje nie wyczerpują wszystkich możliwych przypadków występowania zagrożenia

PYTANIE	TAK	NIE
WYMAGANIA ZWIĄZANE Z PRACĄ		
Czy pracownicy zwykle lub czasami pracują pod dużą presją czasu (szybkie tempo pracy, napięte terminy)?	<input checked="" type="radio"/>	<input type="radio"/>
Czy pracownicy zwykle lub czasami pracują w godzinach nadliczbowych?	<input checked="" type="radio"/>	<input type="radio"/>
Czy obciążenie pracą jest lub bywa bardzo wysokie?	<input checked="" type="radio"/>	<input type="radio"/>
Czy istnieje równowaga pomiędzy z jednej strony – fizycznymi i umysłowymi wymaganiami w pracy, a z drugiej – możliwościami pracowników?	<input type="radio"/>	<input checked="" type="radio"/>
Czy praca jest monotonna?	<input checked="" type="radio"/>	<input type="radio"/>
Czy występują fizyczne zagrożenia (hałas, temperatura, substancje chemiczne itp.)?	<input checked="" type="radio"/>	<input type="radio"/>
Czy pracownicy dobrze wiedzą, jakie są ich obowiązki?	<input type="radio"/>	<input checked="" type="radio"/>
Czy istnieją sprzeczne wymagania wobec pracowników?	<input checked="" type="radio"/>	<input type="radio"/>
Czy pracownicy są odizolowani od innych współpracowników podczas wykonywania swoich obowiązków?	<input checked="" type="radio"/>	<input type="radio"/>
WPŁYW NA PRACĘ		
Czy pracownicy mają wpływ na sposób wykonywania swojej pracy?	<input type="radio"/>	<input checked="" type="radio"/>
Czy pracownicy mają wpływ na zakres swojej pracy?	<input type="radio"/>	<input checked="" type="radio"/>
Czy pracownicy mają możliwość planowania swojej pracy, podejmowania decyzji i brania odpowiedzialności?	<input type="radio"/>	<input checked="" type="radio"/>
Czy praca podzielona jest na tak wiele zadań, że pracownicy mogą mieć małe poczucie, że są autorami produktu końcowego?	<input checked="" type="radio"/>	<input type="radio"/>
Czy grafik zmian roboczych jest planowany z wyprzedzeniem?	<input type="radio"/>	<input checked="" type="radio"/>
Czy grafik zmian roboczych jest planowany w porozumieniu z pracownikami?	<input type="radio"/>	<input checked="" type="radio"/>
Czy godziny pracy są sztywne?	<input checked="" type="radio"/>	<input type="radio"/>

PYTANIE

TAK NIE

KLIMAT SPOŁECZNY

Czy w miejscu pracy panuje nieprzyjazny klimat społeczny?	<input checked="" type="radio"/>	<input type="radio"/>
Czy współpraca między różnymi grupami pracowników (np. różnymi działami) jest słaba?	<input checked="" type="radio"/>	<input type="radio"/>
Czy występują konflikty interpersonalne lub konflikty między grupami pracowników?	<input checked="" type="radio"/>	<input type="radio"/>
Czy kwestie związane z pracą i problemy między pracownikami a kierownikami nie są dyskutowane?	<input checked="" type="radio"/>	<input type="radio"/>
Czy pracownicy silnie rywalizują ze sobą?	<input checked="" type="radio"/>	<input type="radio"/>
Czy zdarza się zastraszanie lub molestowanie?	<input checked="" type="radio"/>	<input type="radio"/>
Czy pracownicy narażeni są na ryzyko przemocy ze strony osób trzecich (wyzwiska, groźby lub przemoc fizyczna)?	<input checked="" type="radio"/>	<input type="radio"/>
WSPARCIE		
Czy pracownicy mają wsparcie ze strony kierowników i kolegów?	<input type="radio"/>	<input checked="" type="radio"/>
Czy pracownicy otrzymują zarówno pozytywne jak i negatywne informacje zwrotne na temat swojej pracy?	<input type="radio"/>	<input checked="" type="radio"/>
Czy pracownicy zdobywają uznanie i są nagradzani za dobre wykonywanie pracy?	<input type="radio"/>	<input checked="" type="radio"/>
Czy nowym pracownikom zapewnia się odpowiednie szkolenie w zakresie pracy oraz nadzór?	<input type="radio"/>	<input checked="" type="radio"/>
Czy pracownicy otrzymują wsparcie, gdy planowane są zmiany lub gdy pojawia się niepewność co do przyszłości firmy itp., tak, by ograniczyć ich niepokój i dezorientację?	<input type="radio"/>	<input checked="" type="radio"/>

MIEJSCE NA NOTATKI





Część B: Przykłady środków ograniczających ryzyko zawodowe związane z zagrożeniem

WYMAGANIA ZWIĄZANE Z PRACĄ

- Zapewnienie odpowiednich zasobów w ogóle i w okresach największego obciążenia.
- Właściwa organizacja działań w celu uniknięcia, na ile to możliwe, nadmiernego obciążenia pracą lub spiętrzenia pracy.
- Wcześniejsze uprzedzanie o planach produkcyjnych i okresach większego obciążenia.
- Monitorowanie obciążenia pracą i systematyczne sprawdzanie, jak radzą sobie ludzie, zarówno fizycznie jak i psychicznie, w okresach bardzo dużego obciążenia pracą.
- Ograniczanie godzin nadliczbowych do minimum i uzgadnianie form rekompensaty po okresach bardzo dużego obciążenia pracą.
- Upewnienie się, że pracownicy mają wystarczające umiejętności do wykonywania swojej pracy.
- Upewnienie się, że istnieje równowaga między możliwościami pracowników a wymaganiami związanymi z pracą oraz że nie mają oni ani za dużo, ani za mało pracy.
- Zapewnianie pracownikom systematycznie szkoleń i wsparcia, tak by radzili sobie ze swoimi zadaniami.
- Zachęcanie pracowników do nieustannego rozwoju własnych umiejętności.
- Poszerzanie zakresu zadań w celu zwiększenia różnorodności pracy. Wprowadzenie planu rotacji pracy lub zadań.
- Zapewnianie identyfikacji zagrożeń w miejscu pracy i zapobiegania im.
- Określanie w sposób jasny i wyraźny ról, funkcji i obowiązków pracowników.
- Organizowanie pracy w taki sposób, by pracownicy mogli pracować z co najmniej jednym współpracownikiem.
- Umożliwianie pracownikom społecznej interakcji w pracy i poza nią, np. udostępniając pomieszczenie do nieformalnych spotkań, organizując społeczne imprezy.

WPŁYW NA PRACĘ

- Zasięganie opinii pracowników i ich przedstawicieli o organizacji, zakresie i ilości pracy.
- Przekazywanie odpowiedzialności i rozwiązywania problemów pracownikom; ufanie w umiejętności i kompetencje pracowników.
- Monitorowanie poziomu zadowolenia z pracy.
- Zwiększanie poczucia pracowników, że są współautorami końcowego rezultatu pracy, np. podkreślając „szerszą perspektywę” ich pracy, lepiej uwidaczniając ich wpływ i wkład w końcowy produkt.
- Wcześniejsze planowanie i informowanie pracowników o grafiku zmian roboczych.
- Konsultowanie z pracownikami grafiku zmian roboczych, a jeśli to możliwe, dopasowywanie czasu pracy do potrzeb pracowników. Dawanie pracownikom pewnej kontroli nad planowaniem zmian roboczych.
- Wprowadzanie elastycznego czasu pracy i środków prorodzinnych.

KLIMAT SPOŁECZNY

- Opracowywanie i wdrażanie metod rozwiązywania konfliktów w miejscu pracy.
- Organizowanie spotkań i omawianie z pracownikami istniejących problemów. Zachęcanie samych pracowników do rozpoznawania źródła problemów i znajdowania rozwiązań.
- Zapewnianie właściwego składu grup lub zespołów.
- Zapewnianie szkoleń w zakresie radzenia sobie z konfliktami interpersonalnymi. Upewnianie się szczególnie, że kierownicy mają odpowiednie wykształcenie i kompetencje do kierowania ludźmi.
- Promowanie kultury szacunku.
- Zapewnianie ochrony pracownikom szczególnie podatnym na stres (jak młodzi pracownicy), np. poprzez mentoring lub wsparcie ze strony kierownika.
- Opracowywanie i wdrażanie polityki anti-mobbingowej.
- Projektowanie przestrzeni pracy w taki sposób, by chroniła pracowników przed przemocą (np. specjalne barierki, system monitorowania).
- Unikanie pracy w pojedynkę.
- Opracowanie strategii ochrony personelu przed pomocą i wyraźne publiczne jej zakomunikowanie osobom trzecim (podkreślając, że przemoc nie będzie tolerowana i przedstawiając sposób, w jaki organizacja reaguje na ataki wobec personelu).
- Posiadanie systemu skutecznej komunikacji, tak by informacje o incydentach i możliwych problemach z przemocą były przekazywane dalej.
- Szkolenie pracowników jak postępować w sytuacji przemocy (rozpoznawanie, łagodzenie konfliktu, otrzymywanie pomocy, informowanie itp.).

WSPARCIE

- Szkolenie kierowników w zakresie dawania konstruktywnych informacji zwrotnych, udzielania pochwał i wspierania podwładnych.
- Wdrożenie specjalnego szkolenia na temat pracy dla nowych pracowników; wykorzystanie doświadczonego personelu do nauczania, nadzorowania i mentoringu nowych pracowników.
- Wyraźna i otwarta komunikacja z personelem i jego przedstawicielami na temat wszelkich planowanych zmian (w tym zwolnień) – przed, w trakcie i po zmianach.
- Umożliwianie pracownikom dyskusji i wpływania na zmiany.
- Zapewnianie zwalnianym pracownikom specjalnych szkoleń i doradztwa zawodowego w zakresie ich przyszłych karier.



CZĘŚĆ IV: LISTY KONTROLNE DO IDENTYFIKACJI ZAGROZEŃ Z PRZYKŁADAMI DZIAŁAŃ PREWENCYJNYCH DLA WYBRANYCH RODZAJÓW PRAC

Lista kontrolna: Praca biurowa

Część A: Czy zagrożenie występuje na stanowisku pracy? Zaznacz odpowiedź TAK/NIE.

Jeżeli zaznaczyłeś odpowiedź w polu ze znakiem ● – oznacza to, że zagrożenie występuje.

Uwaga: Przedstawione poniżej sytuacje nie wyczerpują wszystkich możliwych przypadków występowania zagrożenia

PYTANIE	TAK	NIE
ŚRODOWISKO PRACY		
Czy powierzchnia podłogi jest nieuszkodzona (bez dziur i przeszkód)?	<input type="radio"/>	<input checked="" type="radio"/>
Czy mikroklimat pomieszczeń (temperatura, promieniowanie słoneczne, wilgotność, wymiana powietrza itp.) jest zadowalający?	<input type="radio"/>	<input checked="" type="radio"/>
Czy wielkość pomieszczeń jest odpowiednia do liczby pracowników w nich pracujących?	<input type="radio"/>	<input checked="" type="radio"/>
Czy jest zapewnione światło naturalne?	<input type="radio"/>	<input checked="" type="radio"/>
Czy okna są wyposażone w zasłony bądź rolety, które ograniczają odbicia światła dziennego na ekranie monitora?	<input type="radio"/>	<input checked="" type="radio"/>
Czy odbicia błyszczących elementów wyposażenia pomieszczenia (okna, drzwi, meble, ściany) są niewidoczne na ekranie?	<input type="radio"/>	<input checked="" type="radio"/>
Czy poziom hałasu w pomieszczeniu jest dostatecznie niski, żeby była możliwość skupienia się i komunikowania?	<input type="radio"/>	<input checked="" type="radio"/>
Czy przewody i kable umieszczone są w taki sposób, aby nie kępowały swobody ruchu pracowników i nie powodowały potykania się?	<input type="radio"/>	<input checked="" type="radio"/>
Czy pracownicy mają na stanowisku pracy dostatecznie dużo miejsca, aby mogli zmieniać pozycję podczas pracy?	<input type="radio"/>	<input checked="" type="radio"/>
Czy budynek i pomieszczenia pracy są utrzymane w czystości?	<input type="radio"/>	<input checked="" type="radio"/>
Czy w razie wypadku zapewniona jest fachowa pierwsza pomoc?	<input type="radio"/>	<input checked="" type="radio"/>
Czy drogi i wyjścia ewakuacyjne są dostępne i odpowiednio oznakowane?	<input type="radio"/>	<input checked="" type="radio"/>
MONITORY EKRAŃOWE I KOMPUTERY		
Czy obraz na monitorze jest wyraźny i czytelny?	<input type="radio"/>	<input checked="" type="radio"/>
Czy obraz na monitorze jest wolny od drgań (bez tętnienia i niezamazany)?	<input type="radio"/>	<input checked="" type="radio"/>
Czy jasność obrazu oraz kontrast między znakami i tłem są łatwe do ustawienia?	<input type="radio"/>	<input checked="" type="radio"/>
Czy monitor może być ustawiany i stabilizowany zgodnie z wymaganiami użytkownika (obracany, odchylany itp.)?	<input type="radio"/>	<input checked="" type="radio"/>



PYTANIE	TAK	NIE
Czy ogólne i miejscowe oświetlenie zapewnia dobre światło oraz odpowiedni kontrast między ekranem a tłem monitora?	<input type="radio"/>	<input checked="" type="radio"/>
Czy odległość między oczami pracownika a ekranem wynosi 40 – 75 cm?	<input type="radio"/>	<input checked="" type="radio"/>
Czy ekran nie ma odbić, które mogą utrudniać widzenie?	<input type="radio"/>	<input checked="" type="radio"/>
Czy klawiatura jest oddzielona od monitora i jej usytuowanie umożliwia przyjęcie wygodnej pozycji tułowia, ramion i dłoni?	<input type="radio"/>	<input checked="" type="radio"/>
Czy powierzchnia przed klawiaturą i myszą jest wystarczająca do podparcia nadgarstka?	<input type="radio"/>	<input checked="" type="radio"/>
Czy klawiatura i mysz są blisko siebie i na tym samym poziomie?	<input type="radio"/>	<input checked="" type="radio"/>
Czy powierzchnia klawiatury jest matowa, co zapobiega odbiciom światła?	<input type="radio"/>	<input checked="" type="radio"/>
Czy znaki na klawiaturze są czytelne i mogą być łatwo odróżnione przez osobę siedzącą przed monitorem?	<input type="radio"/>	<input checked="" type="radio"/>
WYPOSAŻENIE STANOWISKA PRACY		
Czy siedziska są stabilne i zapewniają swobodę ruchów oraz wygodną pozycję przy pracy?	<input type="radio"/>	<input checked="" type="radio"/>
Czy wysokość siedziska można łatwo regulować?	<input type="radio"/>	<input checked="" type="radio"/>
Czy wysokość oparcia siedziska jest regulowana?	<input type="radio"/>	<input checked="" type="radio"/>
Czy jest zapewnione podparcie ramion, kiedy jest potrzebne?	<input type="radio"/>	<input checked="" type="radio"/>
Czy jest zapewnione podparcie stóp (podnózek), kiedy jest potrzebne?	<input type="radio"/>	<input checked="" type="radio"/>
Czy można dosięgnąć do najczęściej używanych elementów wyposażenia stanowiska pracy bez skrętu głowy i tułowia?	<input type="radio"/>	<input checked="" type="radio"/>
Czy wysokość biurka zapewnia możliwość zmiany pozycji nóg (stop i ud)?	<input type="radio"/>	<input checked="" type="radio"/>
Czy uchwyt na dokument można ustawić w odpowiedniej pozycji, zapewniającej wygodne czytanie tekstu?	<input type="radio"/>	<input checked="" type="radio"/>
ERGONOMIA OPROGRAMOWANIA		
Czy programy są dostosowane do wykonywanych zadań?	<input type="radio"/>	<input checked="" type="radio"/>
Czy programy są dostosowane do potrzeb osób początkujących?	<input type="radio"/>	<input checked="" type="radio"/>
Czy są dostępne programy w języku polskim?	<input type="radio"/>	<input checked="" type="radio"/>
Czy informacje zawarte w programach są przystępne dla użytkowników?	<input type="radio"/>	<input checked="" type="radio"/>
Czy pracownicy mają zapewnioną pomoc w razie kłopotów z oprogramowaniem?	<input type="radio"/>	<input checked="" type="radio"/>



Część A: Czy zagrożenie występuje na stanowisku pracy? Zaznacz odpowiedź TAK/NIE.

Jeżeli zaznaczyłeś odpowiedź w polu ze znakiem ● – oznacza to, że zagrożenie występuje.

Uwaga: Przedstawione poniżej sytuacje nie wyczerpują wszystkich możliwych przypadków występowania zagrożenia

PYTANIE	TAK	NIE
ORGANIZACJA PRACY		
Czy są możliwe krótkie (5-minutowe) przerwy w pracy ciągłej lub zmiana wykonywanych czynności?	<input type="radio"/>	<input checked="" type="radio"/>
Czy rzeczywisty czas pracy przy monitorze nie przekracza 6 godzin dziennie?	<input type="radio"/>	<input checked="" type="radio"/>
Czy pracownicy wykonują różnorodne zadania?	<input type="radio"/>	<input checked="" type="radio"/>
Czy pracownicy mogą decydować o sposobie wykonywania swojej pracy?	<input type="radio"/>	<input checked="" type="radio"/>
Czy przeciwdziała się stresowi w pracy wynikającemu z osiągnięcia założonych celów czy dotrzymywania terminów?	<input type="radio"/>	<input checked="" type="radio"/>
Czy pracodawca zapewnia odpowiednią informację, szkolenie i konsultacje związane z organizacją i usprawnianiem komputerowych stanowisk pracy?	<input type="radio"/>	<input checked="" type="radio"/>
NARAŻENIE ZDROWIA		
Czy brane są pod uwagę skargi pracowników na kłopoty ze wzrokiem?	<input type="radio"/>	<input checked="" type="radio"/>
Czy są zapewnione badania kontrolne wzroku pracowników (zgodnie z rozporządzeniem dotyczącym pracy z monitorami ekranowymi)?	<input type="radio"/>	<input checked="" type="radio"/>
Czy pracodawca zapewnia środki na odpowiednie okulary, jeżeli z badań kontrolnych wynika, że okulary dotychczas stosowane przez pracownika nie są dobre do pracy z monitorem ekranowym?	<input type="radio"/>	<input checked="" type="radio"/>
Czy jest przeprowadzana ergonomiczna ocena stanowisk pracy, jeżeli pracownicy narzekają na dolegliwości mięśniowo-szkieletowe (szyi, pleców, ramion, nóg)?	<input type="radio"/>	<input checked="" type="radio"/>

MIEJSCE NA NOTATKI ▶

Część B: Przykłady środków ograniczających ryzyko zawodowe związane z zagrożeniem

ŚRODOWISKO PRACY

- Przeprowadzanie regularnej oceny ryzyka.
- Konsultacje z pracownikami na temat wprowadzenia odpowiednich zmian w środowisku pracy.
- Pomiar i monitorowanie parametrów środowiska pracy.
- Zatrudnianie ekspertów przy projektowaniu (lub odnawianiu) stanowiska pracy.

EKRANY KOMPUTEROWE

- Zapewnienie wyposażenia stanowiska pracy w odpowiedni sprzęt.
- Uwzględnienie aspektu ergonomicznego przy projektowaniu (lub odnawianiu) stanowiska pracy.

WYPOSAŻENIE STANOWISKA PRACY

- Regularne sprawdzanie wyposażenia.
- Organizowanie miejsca pracy zgodnie z zasadami ergonomii.

INTERAKCJE CZŁOWIEK-MASZYNA (PROGRAMOWANIE ERGONOMICZNE)

- Szkolenie pracowników w zakresie użytkowania oprogramowania.
- Stosowanie nowoczesnych rozwiązań (nowszych, poprawionych wersji programów).

ORGANIZACJA PRACY

- Zapewnianie pracownikom dostępu do odpowiednich instrukcji BHP.
- Stała ocena skuteczności środków zapobiegawczych.
- Konsultowanie z pracownikami decyzji dotyczących organizacji pracy.
- Kontrolowanie wpływu czasu i rozkładu godzin pracy na stan zdrowia.

ZAGROŻENIE ZDROWIA

- Poprawianie ergonomii wyposażenia stanowiska pracy, zwłaszcza organizacji przestrzennej biurko-komputer-krzesło.
- Poprawianie oświetlenia i eliminacja refleksów i odbić światła na monitorze.
- Systematyczne sprawdzanie stanu zdrowia pracowników (zwłaszcza wzroku i potencjalnych problemów w obrębie układu kostno-szkieletowego).



Lista kontrolna: Budownictwo

Część A: Czy zagrożenie występuje na stanowisku pracy? Zaznacz odpowiedź TAK/NIE.

Jeżeli zaznaczyłeś odpowiedź w polu ze znakiem – oznacza to, że zagrożenie występuje.

Uwaga: Przedstawione poniżej sytuacje nie wyczerpują wszystkich możliwych przypadków występowania zagrożenia

PYTANIE	TAK	NIE
Czy pracownicy mogą dojść bezpiecznie do stanowiska pracy?	<input type="radio"/>	<input checked="" type="radio"/>
Czy stanowisko pracy jest zabezpieczone tak, aby osoby postronne nie mogły się do niego dostać?	<input type="radio"/>	<input checked="" type="radio"/>
Czy są dostępne środki ochronne dla osób postronnych (np. przechodzących przez stanowisko pracy)?	<input type="radio"/>	<input checked="" type="radio"/>
Czy drogi komunikacyjne są czyste i wystarczająco oświetlone?	<input type="radio"/>	<input checked="" type="radio"/>
Czy pojazdy są wyposażone w urządzenia do sygnalizacji dźwiękowej, które wysyłają sygnał podczas jazdy do tyłu?	<input type="radio"/>	<input checked="" type="radio"/>
Czy stanowisko pracy jest czyste i właściwie utrzymane?	<input type="radio"/>	<input checked="" type="radio"/>
Czy oświetlenie jest wystarczające?	<input type="radio"/>	<input checked="" type="radio"/>
Czy na stanowisku pracy są odpowiednie oznakowania (np. dróg komunikacyjnych)?	<input type="radio"/>	<input checked="" type="radio"/>
Czy zaplecze socjalne jest wystarczające?	<input type="radio"/>	<input checked="" type="radio"/>
Czy są pomieszczenia dostosowane do spożywania posiłków przez pracowników?	<input type="radio"/>	<input checked="" type="radio"/>
Czy jest zapewniona pierwsza pomoc i opieka medyczna?	<input type="radio"/>	<input checked="" type="radio"/>
Czy pracownicy przenoszą ręcznie tylko takie przedmioty, których ciężar i masa nie przekraczają wartości dopuszczalnych?	<input type="radio"/>	<input checked="" type="radio"/>
Czy pracownicy zostali poinstruowani i przeszkoleni w zakresie bezpiecznego podnoszenia ciężarów?	<input type="radio"/>	<input checked="" type="radio"/>
Czy są zapewnione urządzenia pomocnicze do podnoszenia i przemieszczania ładunków?	<input type="radio"/>	<input checked="" type="radio"/>
Czy zidentyfikowano istniejące linie elektroenergetyczne (kable ziemne lub napowietrzne)?	<input type="radio"/>	<input checked="" type="radio"/>
Czy wyposażenie elektryczne jest konserwowane i systematycznie kontrolowane przez osoby mające wymagane uprawnienia?	<input type="radio"/>	<input checked="" type="radio"/>
Czy montaż i demontaż rusztowań prowadzoną osoby mające wymagane uprawnienia?	<input type="radio"/>	<input checked="" type="radio"/>
Czy stan rusztowań jest każdorazowo sprawdzany?	<input type="radio"/>	<input checked="" type="radio"/>
Czy drabiny przenośne są stosowane tylko do krótkotrwałych prac lekkich i tylko wtedy, kiedy nie ma innego rozwiązania?	<input type="radio"/>	<input checked="" type="radio"/>
Czy pracownicy wiedzą, w jaki sposób stosować drabiny przenośne?	<input type="radio"/>	<input checked="" type="radio"/>
Czy szerokość pomostu na rusztowaniu jest zawsze większa niż 60 cm?	<input type="radio"/>	<input checked="" type="radio"/>
Czy dźwigi i żurawie są właściwie instalowane i sprawdzane przez osoby mające wymagane uprawnienia?	<input type="radio"/>	<input checked="" type="radio"/>
Czy zawsze praca na wysokości rozpoczyna się dopiero po zastosowaniu technicznych środków ochronnych lub indywidualnego sprzętu chroniącego przed upadkiem?	<input type="radio"/>	<input checked="" type="radio"/>
Czy pracownicy wiedzą o skutkach upuszczania z wysokości narzędzi, materiałów lub odpadów?	<input type="radio"/>	<input checked="" type="radio"/>
Czy zastosowano środki ochrony zbiorowej do powstrzymania pracowników i przedmiotów przed upadkiem z wysokości?	<input type="radio"/>	<input checked="" type="radio"/>

PYTANIE

PYTANIE	TAK	NIE
Czy substancje toksyczne i niebezpieczne są odpowiednio oznakowane?	<input type="radio"/>	<input checked="" type="radio"/>
Czy substancje niebezpieczne są właściwie przechowywane i stosowane?	<input type="radio"/>	<input checked="" type="radio"/>
Czy w miejscu pracy są odpowiednie środki ochrony przeciwpożarowej (np. gaśnice, drogi ewakuacji)?	<input type="radio"/>	<input checked="" type="radio"/>
Czy wszystkie osoby w miejscu pracy stosują odpowiednie środki ochrony indywidualnej (np. obuwie ochronne, hełm ochronny)?	<input type="radio"/>	<input checked="" type="radio"/>
Czy są stosowane odpowiednie środki ochronne do zapobiegania lub redukcji narażenia na pył (np. drewna, cementu lub krzemionki), hałas i drgania mechaniczne?	<input type="radio"/>	<input checked="" type="radio"/>
Czy wszystkie stosowane maszyny, urządzenia i wyposażenie (w tym środki ochrony indywidualnej) są prawidłowo oznakowane?	<input type="radio"/>	<input checked="" type="radio"/>
Czy każda maszyna i jej wyposażenie robocze są konserwowane w bezpiecznych warunkach?	<input type="radio"/>	<input checked="" type="radio"/>
Czy funkcjonują techniczne środki ochronne maszyn (tzn. sygnały dźwiękowe, osłony)?	<input type="radio"/>	<input checked="" type="radio"/>
Czy są stosowane zabezpieczenia ścian wykopów minimalizujące ryzyko zasypania?	<input type="radio"/>	<input checked="" type="radio"/>
Czy operatorzy maszyn roboczych są odpowiednio przeszkoleni?	<input type="radio"/>	<input checked="" type="radio"/>
Czy wszyscy pracownicy zostali poinformowani o potencjalnym ryzyku i zastosowanych środkach ochronnych w sposób dla nich zrozumiały?	<input type="radio"/>	<input checked="" type="radio"/>

Część B: Przykłady środków ograniczających ryzyko zawodowe związane z zagrożeniem

FAZA PROJEKTOWANIA

- Zagwarantowanie projektu architektonicznego zapewniającego bezpieczeństwo.
- Eliminowanie ryzyka upadku przez zapewnienie odpowiednich, stabilnych drabin o właściwym nachyleniu.
- Projektowanie i instalowanie wyposażenia zapewniającego dostęp do dachów.
- Zapewnienie, że wszystkie urządzenia podnoszące i elementy mechanizmów podnoszących, w tym ich części składowe, zamocowania, zakotwienia i podpory, będą odpowiednio zaprojektowane i skonstruowane, właściwie zainstalowane i użytkowane, konserwowane i utrzymywane w gotowości do pracy, badane i testowane przez kompetentne osoby zgodnie z przepisami prawa oraz eksploatowane przez odpowiednio przeszkolonych pracowników.
- Zapewnienie wystarczającego oświetlenia na każdym stanowisku pracy, na klatkach schodowych i w każdym innym miejscu na budowie, w którym pracownik może się znaleźć.
- Planowanie i wykonanie każdej rozbiórki tylko pod nadzorem osoby kompetentnej.
- Organizowanie odpowiedniego usuwania odpadów budowlanych.
- Uwzględnianie wszystkich środków ostrożności w przypadku pracy z azbestem (umieszczenie ostrzeżenia)
- Zapewnienie odpowiedniej liczby sanitariatów, urządzeń do mycia i pomieszczeń do spożywania posiłków oraz do odpoczynku podczas przerw w pracy spowodowanych niesprzyjającą pogodą.



Lista kontrolna: Przemysł spożywczy

Część B: Przykłady środków ograniczających ryzyko zawodowe związane z zagrożeniem

FAZA ORGANIZACJI

- Modyfikowanie harmonogramu pracy w celu redukcji ryzyka, jeżeli zachodzi taka konieczność.
- Organizowanie pracy w taki sposób, aby czynności, które wymagają podobnych zabezpieczeń (środki ochrony zbiorowej), były wykonywane równocześnie.
- Upewnienie się, że wszyscy pracownicy, również obcokrajowcy nieznający języka urzędowego, są poinformowani o potencjalnym ryzyku na stanowisku pracy, oraz że zostały wprowadzone właściwe środki ochronne zapewniające bezpieczeństwo o ochronę zdrowia.
- Zapewnienie pracownikom niezbędnych środków ochrony indywidualnej (hełm ochronny, rękawice, maski, obuwie ochronne).
- Przechowywanie na wyznaczonym miejscu materiałów pierwszej pomocy.

FAZA WYKONANIA

- Wyznaczanie koordynatora ds. zdrowia i bezpieczeństwa, przeszkolonego w zakresie bhp.
- Codzienne kontrolowanie stanu rusztowań przed rozpoczęciem jakiegokolwiek pracy na nich.
- Niedemontowanie części rusztowania przed zakończeniem wszystkich prac.
- Zapewnienie pomostu na rusztowaniu o szerokości nie mniejszej niż 60 cm.
- Niewspinanie się na rusztowania, stosowanie drabin.
- Umieszczanie drabiny przenośnej pod właściwym kątem nachylenia; wierzchołek drabiny powinien znajdować się ponad powierzchnią, na którą wchodzi pracownik.
- Zapewnienie pokrycia stopni drabiny materiałem antypoślizgowym oraz usunięcie z niej przeszkód.
- Nieużywanie pojedynczych drabin o wysokości przekraczającej 6 m.
- Kiedy wnosisz lub znosisz drabinę przenośną, zawsze trzymaj ją przed sobą obiema rękami. Zawsze noś swoje narzędzia w pasie narzędziowym; używaj urządzeń podnoszących do stosowanych materiałów.
- Kiedy pracujesz na drabinie przenośnej, nie wychylaj się na boki.
- Nie pracuj na dachach w niesprzyjających warunkach atmosferycznych.
- Używaj technicznych środków ochronnych podczas pracy na wysokości, również podczas pracy na dachu.
- Nie chodź po powierzchniach kruchych (łamliwych).
- Codziennie kontroluj wyłącznik główny na stanowisku pracy, każdy elektryczny kabel pod napięciem i przyrządy, które są umieszczone poniżej i powyżej stanowiska pracy lub na nim. Nie podejmuj pracy przed wykonaniem powyższych czynności kontrolnych przez osobę mającą wymagane uprawnienia.
- Zapewnij kontrolę i dobre oznakowanie toksycznych i niebezpiecznych produktów oraz materiałów wybuchowych.
- Zawsze utrzymuj miejsce w należytym porządku.
- Nie ustawiaj przeszkód na przejściach oraz na drabinach.

Część A: Czy zagrożenie występuje na stanowisku pracy? Zaznacz odpowiedź TAK/NIE.

Jeżeli zaznaczyłeś odpowiedź w polu ze znakiem ● – oznacza to, że zagrożenie występuje.

Uwaga: Przedstawione poniżej sytuacje nie wyczerpują wszystkich możliwych przypadków występowania zagrożenia

PYTANIE	TAK	NIE
WYPOSAŻENIE ROBOCZE		
Czy są stosowane ostre narzędzia (frezy, noże, siekiery itd.)?	●	○
Czy wszystkie maszyny są wyposażone w osłony?	○	●
Czy odzież pracowników może być uchwycona przez ruchome części maszyn i stać się w ten sposób przyczyną urazu?	●	○
Czy są używane przewodnice?	○	●
Czy pracownicy mają styczność z gorącymi lub zimnymi (zamrożonymi) materiałami i/lub wyposażeniem?	●	○
Czy maszyny są czyszczone i konserwowane, kiedy są przyłączone do źródeł energii?	●	○
ZAGROŻENIA CHEMICZNE I BIOLOGICZNE		
Czy są stosowane substancje chemiczne uznawane za niebezpieczne (np. środki odkażające, środki konserwujące, rozpuszczalniki)?	●	○
Czy do chłodzenia jest stosowany amoniak lub inne chemikalia?	●	○
Czy substancje chemiczne i preparaty są właściwie przechowywane i oznakowane?	○	●
Czy jest konieczne wchodzenie do zamkniętych zbiorników i/lub cystern (np. podczas kontroli czy konserwacji)?	●	○
Czy pracownicy mają bezpośredni kontakt z surowcami i/lub materiałami pochodzenia zwierzęcego lub roślinnego (czynnik biologiczny)?	●	○
WYBUCHY		
Czy w środowisku pracy jest zawieszony w powietrzu/osiadły pył (np. mąki)?	●	○
Czy na stanowisku pracy są urządzenia ciśnieniowe?	●	○
JAKOŚĆ POWIETRZA		
Czy na stanowisku pracy występuje przykry zapach/odór, na który są narażeni pracownicy?	●	○
Czy są eksploatowane wentylatory bez osłon łopatek?	●	○
Czy – w razie potrzeby – pracownicy stosują odpowiednie maski chroniące układ oddechowy?	○	●
RYZYKO ZDROWOTNE		
Czy pracownicy są narażeni na środowisko gorące i/lub zimne?	●	○
Czy pracownicy przenoszą ciężary lub pracują w wymuszonych pozycjach?	●	○
Czy wymagania dotyczące ergonomii pracy są przestrzegane?	●	○
Czy pracownicy wykonują prace powtarzalne lub w rytmie narzuconym przez maszynę?	●	○
Czy pracownicy pracują na nocne zmiany?	●	○



Lista kontrolna: Obróbka drewna

Część B: Przykłady środków ograniczających ryzyko zawodowe związane z zagrożeniem

WYPOSAŻENIE ROBOCZE

- Zapewnienie regularnego i konsekwentnego nadzoru pracowników, kontroli wyposażenia produkcyjnego i stanowisk pracy.
- Instalowanie odpowiednich osłon, także na częściach wyposażenia dodatkowego (mieszarki, krajarki, itd.).
- Stosowanie wymaganych środków ochrony indywidualnej.
- Przeprowadzanie regularnych szkoleń na temat ryzyka charakterystycznego na danych stanowiskach pracy oraz stosowanych środków ochrony.
- Szkolenie pracowników w zakresie właściwego użytkowania i konserwowania maszyn oraz wyposażenia; dopuszczanie do ich obsługi tylko przeszkolonych pracowników.
- Zapewnienie użytkowania wyposażenia zgodnie z procedurami bezpieczeństwa.
- Regularne konserwowanie i czyszczenie wszystkich elementów wyposażenia.
- Czyszczenie i konserwowanie maszyn tylko wówczas, gdy są odłączone od źródeł energii.

ZAGROŻENIA CHEMICZNE I BIOLOGICZNE

- Stosowanie odpowiednich środków ochrony indywidualnej podczas pracy z chemikaliami (rękawice, okulary ochronne, osłony twarzy, maski).
- Zapewnienie właściwego oznaczenia stref przechowywania preparatów chemicznych, stosowanie właściwych procedur pracy, w tym odnoszących się do bezpiecznego obchodzenia się z substancjami chemicznymi.
- Uniemożliwienie wejścia do zamkniętych zbiorników, cystern lub zbiorników otwartych bez asekuracji.
- Zapoznanie pracowników ze skutkami stosowania chemikaliów, zasadami ochrony przed ich działaniem, zapewnienie pierwszej pomocy i środków prewencyjnych.
- Zapewnienie kart charakterystyk wszystkich substancji niebezpiecznych.
- Zapewnienie pracownikom informacji na temat zasad ochrony zdrowia na danym stanowisku pracy (ocena medyczna).

WYBUCHY

- Przeprowadzenie oceny bezpieczeństwa wyposażenia chłodniczego i ciśnieniowego; badania techniczne okresowe i doraźne.
- Zwrócenie szczególnej uwagi na czyszczenie i konserwację maszyn oraz wyposażenia w powietrzu zapyłonym, w którym istnieje ryzyko wybuchu.

JAKOŚĆ POWIETRZA

- Zainstalowanie, kontrolowanie i konserwacja systemu wentylacji, jeżeli na stanowisku pracy występują zanieczyszczenia powietrza.
- Wyposażenie wentylatorów umieszczonych w pobliżu pracownika obsługującego maszynę w osłony łopatek.
- Monitorowanie jakości powietrza na stanowisku pracy.

RYZYKO ZDROWOTNE

- Respektowanie wszystkich obowiązujących norm higieniczno-sanitarnych.
- Regularne szkolenie pracowników w zakresie ryzyka na stanowisku pracy i zasad zdrowego stylu życia.
- Regularne badanie pracowników pod kątem zagrożeń dla zdrowia na ich stanowiskach pracy.
- Zapewnienie bezpiecznych przerw w pracy i ustalenie ich harmonogramu.

Część A: Czy zagrożenie występuje na stanowisku pracy? Zaznacz odpowiedź TAK/NIE.

Jeżeli zaznaczyłeś odpowiedź w polu ze znakiem ● – oznacza to, że zagrożenie występuje.

Uwaga: Przedstawione poniżej sytuacje nie wyczerpują wszystkich możliwych przypadków występowania zagrożenia

PYTANIE	TAK	NIE
WYPOSAŻENIE ROBOCZE		
Czy wszystkie maszyny są wyposażone w osłony?	<input type="radio"/>	<input checked="" type="radio"/>
Czy są dostępne instrukcje bhp?	<input type="radio"/>	<input checked="" type="radio"/>
Czy pracownicy są przeszkoleni w zakresie właściwego użytkowania maszyn?	<input type="radio"/>	<input checked="" type="radio"/>
Czy kontrole i badania wyposażenia roboczego są prowadzone regularnie?	<input type="radio"/>	<input checked="" type="radio"/>
Czy pracownicy używają popychaczy przy cięciu materiałów o małych wymiarach?	<input type="radio"/>	<input checked="" type="radio"/>
Czy jest możliwe wciągnięcie pracownika przez ruchome części maszyn?	<input type="radio"/>	<input checked="" type="radio"/>
ZAGROŻENIA ELEKTRYCZNE		
Czy maszyny o napędzie elektrycznym są uziemione?	<input type="radio"/>	<input checked="" type="radio"/>
Czy wszystkie elektryczne przedłużacze, kable i wtyczki są utrzymywane w dobrym stanie?	<input type="radio"/>	<input checked="" type="radio"/>
Czy wszystkie złącza, przełączniki, oprawy są izolowane?	<input type="radio"/>	<input checked="" type="radio"/>
Czy wyposażenie elektryczne odpowiada potrzebom danego stanowiska pracy?	<input type="radio"/>	<input checked="" type="radio"/>
JAKOŚĆ POWIETRZA		
Czy istnieje system odciągania zanieczyszczeń, który uaktywnia się automatycznie, kiedy maszyny do obróbki drewna są użytkowane?	<input type="radio"/>	<input checked="" type="radio"/>
Czy instalacje odciągające są regularnie sprawdzane?	<input type="radio"/>	<input checked="" type="radio"/>
Czy sufit, ściany działowe, osłony kablowe itp. są regularnie czyszczone i odpylane?	<input type="radio"/>	<input checked="" type="radio"/>
Czy jakość powietrza na stanowisku pracy jest oceniana?	<input type="radio"/>	<input checked="" type="radio"/>
Czy podczas pracy w komorach lakierniczych są stosowane maski?	<input type="radio"/>	<input checked="" type="radio"/>
SUBSTANCJE CHEMICZNE		
Czy łatwopalne materiały, takie jak farby, materiały wykończeniowe, kleje i rozpuszczalniki, są przechowywane w oddzielnych, dobrze wentylowanych pomieszczeniach?	<input type="radio"/>	<input checked="" type="radio"/>
Czy są dostępne karty charakterystyk wszystkich stosowanych niebezpiecznych substancji chemicznych?	<input type="radio"/>	<input checked="" type="radio"/>
Czy wszystkie niebezpieczne substancje chemiczne są właściwie oznakowane?	<input type="radio"/>	<input checked="" type="radio"/>
Czy wszyscy pracownicy stosujący niebezpieczne substancje chemiczne są regularnie szkoleni?	<input type="radio"/>	<input checked="" type="radio"/>
Czy podczas pracy ze szkodliwymi substancjami chemicznymi są stosowane odpowiednie środki ochrony indywidualnej (rękawice, okulary ochronne, osłony twarzy, maski)?	<input type="radio"/>	<input checked="" type="radio"/>
Czy substancje chemiczne są przechowywane z daleka od źródeł ognia?	<input type="radio"/>	<input checked="" type="radio"/>



Część A: Czy zagrożenie występuje na stanowisku pracy? Zaznacz odpowiedź TAK/NIE.v

Jeżeli zaznaczyłeś odpowiedź w polu ze znakiem ● – oznacza to, że zagrożenie występuje.

Uwaga: Przedstawione poniżej sytuacje nie wyczerpują wszystkich możliwych przypadków występowania zagrożenia

PYTANIE	TAK	NIE
HAŁAS I WIBRACJA		
Czy są oceniane poziomy hałas na stanowisku pracy?	<input type="radio"/>	<input checked="" type="radio"/>
Czy pracownicy narażeni na wysoki poziom hałasu stosują ochronniki słuchu?	<input type="radio"/>	<input checked="" type="radio"/>
Czy są eliminowane drgania mechaniczne, które mogą być przekazywane z maszyn przez uchwyty do kończyn górnych?	<input type="radio"/>	<input checked="" type="radio"/>
RYZYKO ZDROWOTNE		
Czy pracownicy są poddawani odpowiednim badaniom medycznym?	<input type="radio"/>	<input checked="" type="radio"/>
Czy dla pracowników narażonych na wysoki poziom hałasu są prowadzone okresowe badania audiometryczne?	<input type="radio"/>	<input checked="" type="radio"/>
Czy pracownicy są szkoleni w zakresie właściwego podnoszenia i przenoszenia ciężarów?	<input type="radio"/>	<input checked="" type="radio"/>
Czy przy projektowaniu stanowisk pracy są uwzględniane szczególne potrzeby pracowników?	<input type="radio"/>	<input checked="" type="radio"/>

MIEJSCE NA NOTATKI ▶



Część B: Przykłady środków ograniczających ryzyko zawodowe związane z zagrożeniem

WYPOSAŻENIE ROBOCZE

- Wyposażenie zarówno pracownika, jak i maszyny w środki ochronne odpowiednie do zagrożeń występujących podczas pracy.
- Stosowanie wyposażenia zgodnie z DTR lub instrukcją obsługi.
- Przeprowadzanie regularnych kontroli technicznych wyposażenia.
- Instalowanie właściwych osłon.
- Szkolenie pracowników w zakresie obsługi i konserwacji wyposażenia.
- Konserwowanie i regularne czyszczenie wyposażenia do obróbki drewna oraz osłon.
- Dopuszczenie do obsługi i konserwacji wyposażenia tylko przeszkolonych i autoryzowanych pracowników.

ZAGROŻENIA ELEKTRYCZNE

- Uziemianie wszystkich maszyn, w tym silników elektrycznych i korpusów.
- Regularne sprawdzanie wszystkich instalacji elektrycznych.

JAKOŚĆ POWIETRZA

- Wyposażenie wszystkich maszyn do obróbki drewna w stałe odciągi miejscowe i niezależne systemy wyciągowe odpowiednie do prac podczas rozpylania, malowania lub pokrywania powierzchni.
- Okresowo ręczne czyszczenie stanowiska pracy.
- Regularne kontrolowanie i czyszczenie systemu wentylacji wyciągowej w celu utrzymania jego maksymalnej skuteczności.
- Niedopuszczanie do wydmuchiwanie zgromadzonego pyłu za pomocą sprężonego powietrza.

NIEBEZPIECZNE SUBSTANCJE CHEMICZNE

- Oddzielanie palnych i łatwopalnych materiałów od siebie i od źródeł zapłonu.
- Zastępowanie powłok i klejów na bazie rozpuszczalników powłokami i klejami mniej toksycznymi.
- Używanie zautomatyzowanych systemów podczas nakładania powłok i klejów.
- Szkolenie pracowników w zakresie bezpiecznej pracy z niebezpiecznymi substancjami chemicznymi.
- Zapewnienie kart charakterystyk wszystkich stosowanych substancji niebezpiecznych.

HAŁAS I WIBRACJE

- Zmniejszenie poziomów emisji hałasu za pomocą różnych środków ochronnych (kontrola u źródła).
- Zmniejszenie poziomów hałasu przez izolowanie (obudowy), blokowanie (przegrody), zmianę kierunku (odbicie), absorbowanie (pochłanianie), sterowanie rozchodzeniem się dźwięku.
- Stosowanie wibroizolatorów lub elementów i układów izolujących i tłumiących drgania.
- Ograniczanie czasu pracy narzędziami wibracyjnymi.
- Zapewnienie pracownikom co godzinę 10 – 15-minutowych przerw w celu odizolowania ich od źródeł drgań mechanicznych.

RYZYKO ZDROWOTNE

- Systematyczne szkolenia pracowników w zakresie bhp i zdrowego stylu życia.
- Okresowe badania pracowników w związku z ryzykiem występującym na ich stanowiskach pracy.
- Zapewnienie bezpiecznych przerw w pracy i ustalenie ich harmonogramu.



Lista kontrolna: Mechanika pojazdowa

Część A: Czy zagrożenie występuje na stanowisku pracy? Zaznacz odpowiedź TAK/NIE.

Jeżeli zaznaczyłeś odpowiedź w polu ze znakiem – oznacza to, że zagrożenie występuje.

Uwaga: Przedstawione poniżej sytuacje nie wyczerpują wszystkich możliwych przypadków występowania zagrożenia

PYTANIE	TAK	NIE
Czy powierzchnie podłóg i kanału samochodowego są regularnie czyszczone?	<input type="radio"/>	<input checked="" type="radio"/>
Czy pracodawca zobowiązał pracowników do czyszczenia stanowiska pracy?	<input type="radio"/>	<input checked="" type="radio"/>
Czy podłogi są pomalowane farbą odporną na stosowane substancje (np. olej, ropę naftową, benzynę)?	<input type="radio"/>	<input checked="" type="radio"/>
Czy nowy i zużyty olej jest przechowywany w przeznaczonych do tego celu pojemnikach?	<input type="radio"/>	<input checked="" type="radio"/>
Czy schody w kanale samochodowym są wykonane z antypoślizgowego materiału?	<input type="radio"/>	<input checked="" type="radio"/>
Czy pracownicy w warsztacie samochodowym noszą obuwie antypoślizgowe?	<input type="radio"/>	<input checked="" type="radio"/>
Czy wszystkie wolne krawędzie pomostów są wyposażone w poręcze?	<input type="radio"/>	<input checked="" type="radio"/>
Czy pracodawca przeszkolił pracowników, aby nie stawali na bębnych do sprawdzania skuteczności układu hamulcowego?	<input type="radio"/>	<input checked="" type="radio"/>
Czy pracodawca przeszkolił pracowników, aby nie wchodzili pod podniesiony pojazd?	<input type="radio"/>	<input checked="" type="radio"/>
Czy kanał samochodowy jest zakrywany po skończonej pracy?	<input type="radio"/>	<input checked="" type="radio"/>
Czy kanał samochodowy jest oznakowany lub ogrodzony poręczami?	<input type="radio"/>	<input checked="" type="radio"/>
Czy jakieś prace są wykonywane w ograniczonych przestrzeniach?	<input checked="" type="radio"/>	<input type="radio"/>
Czy sygnały akustyczne lub inne są rozpoznawalne w ograniczonych przestrzeniach?	<input type="radio"/>	<input checked="" type="radio"/>
Czy przewody elektryczne i hydrauliczne usytuowane są z dala od korytarzy przeznaczonych dla ruchu pieszego?	<input type="radio"/>	<input checked="" type="radio"/>
Czy jest zapewnione miejsce na narzędzia wykorzystywane podczas pracy?	<input type="radio"/>	<input checked="" type="radio"/>
Czy są wyznaczone drogi komunikacyjne dla samochodów, np. na podłodze, prowadzące do stanowisk napraw?	<input type="radio"/>	<input checked="" type="radio"/>
Czy jest instrukcja bhp dotycząca wjazdu samochodu na ścieżkę diagnostyczną i zjazdu z niej?	<input type="radio"/>	<input checked="" type="radio"/>
Czy zastosowano działania eliminujące możliwość zranienia, szczególnie podczas prac spawalniczych czy lakierniczych?	<input type="radio"/>	<input checked="" type="radio"/>
Czy są określone zasady bezpieczeństwa i higieny pracy dla prac montażowych, np. montażu elementów karoserii czy silnika?	<input type="radio"/>	<input checked="" type="radio"/>
Czy są określone zasady bezpiecznej pracy przy zbiornikach paliwa (np. podczas ich naprawy)?	<input type="radio"/>	<input checked="" type="radio"/>
Czy są określone zasady eliminowania upadku elementów z naprawianego pojazdu znajdującego się na podnośniku?	<input type="radio"/>	<input checked="" type="radio"/>
Czy zastosowano osłony ograniczające możliwość pochwycenia pracownika przez obracające się części, np. podczas dynamicznego wywarzania kół?	<input type="radio"/>	<input checked="" type="radio"/>

PYTANIE

PYTANIE	TAK	NIE
Czy zastosowano środki ochronne ograniczające możliwość pochwycenia pracownika przez obracające się części, np. podczas ustawiania parametrów pracy silnika?	<input type="radio"/>	<input checked="" type="radio"/>
Czy istnieje możliwość zabezpieczenia drzwi warsztatowych przed samoczynnym zamykaniem się, wywołanym np. powiewem wiatru?	<input type="radio"/>	<input checked="" type="radio"/>
Czy zastosowano środki ograniczające możliwość powstania pożaru na skutek kontaktu z agregatem do ogrzewania powietrza w pomieszczeniach do mycia i osuszania pojazdów?	<input type="radio"/>	<input checked="" type="radio"/>
Czy są instrukcje ppoż. w pomieszczeniu do magazynowania akumulatorów?	<input type="radio"/>	<input checked="" type="radio"/>
Czy są zastosowane środki przeciw wybuchowe podczas ładowania akumulatorów?	<input type="radio"/>	<input checked="" type="radio"/>
Czy zastosowano odpowiednie techniczne i organizacyjne środki zabezpieczające wyposażenie elektryczne przed wilgocią i wodą?	<input type="radio"/>	<input checked="" type="radio"/>
Czy zapewniono odpowiednie środki ochronne przed wdychaniem przez pracowników pyłu i innych substancji podczas np. szlifowania, spawania czy lakierowania?	<input type="radio"/>	<input checked="" type="radio"/>
Czy w kanale samochodowym jest zapewniona wystarczająca wentylacja?	<input type="radio"/>	<input checked="" type="radio"/>
Czy w kanale samochodowym jest odpowiednie oświetlenie?	<input type="radio"/>	<input checked="" type="radio"/>
Czy temperatura w warsztacie samochodowym jest odpowiednia zarówno zimą, jak i latem?	<input type="radio"/>	<input checked="" type="radio"/>
Czy jest zapewniona dobra wentylacja podczas naprawy karoserii samochodu, np. podczas spawania, szlifowania, lakierowania?	<input type="radio"/>	<input checked="" type="radio"/>
Czy zadania przydzielane pracownikom są adekwatne do ich indywidualnych umiejętności i możliwości?	<input type="radio"/>	<input checked="" type="radio"/>

Część B: Przykłady środków ograniczających ryzyko zawodowe związane z zagrożeniem

- Utrzymywanie powierzchni podłóg i kanału samochodowego w bezpiecznym stanie; regularne czyszczenie stanowiska pracy.
- Określenie sposobu czyszczenia stanowiska pracy po każdej operacji wykonanej przez pracownika, np. po szlifowaniu, lakierowaniu itd.
- Wykonanie powierzchni podłogi z materiałów niepochlaniających płynnych substancji używanych w warsztacie samochodowym (np. oleju, ropy, benzyny).
- Stosowanie właściwych procedur nalewania oleju z beczki, a także przechowywania zużytego oleju i czyszczenia oleju rozlanego na podłodze.
- Noszenie obuwia antypoślizgowego.
- Wykonanie schodów w kanale samochodowym z antypoślizgowego materiału.



Lista kontrolna: Rolnictwo

Część B: Przykłady środków ograniczających ryzyko zawodowe związane z zagrożeniem

- Zapewnienie podestów o wysokości ponad 1 m z balustradami w celu wyeliminowania upadków z rampy.
- Niestawianie na bębnach do sprawdzania hamulców, zachowanie bezpiecznej odległości podczas testu układu hamulcowego.
- Niewchodzenie pod podniesiony pojazd.
- Niewchodzenie do wyłączonych przestrzeni i kanałów samochodowych.
- Przykrywanie kanału samochodowego lub zabezpieczanie go balustradami po skończonej pracy.
- Niewchodzenie do ograniczonych przestrzeni, zainstalowanie odpowiednich tablic ostrzegawczych.
- Zapewnienie możliwości rozpoznawania sygnałów akustycznych.
- Układanie linii elektrycznych, hydraulicznych i pneumatycznych z dala od korytarzy przeznaczonych dla ruchu pieszego.
- Wyznaczenie miejsca na narzędzia wykorzystywane podczas pracy i zostawiane po pracy.
- Wytyczenie, np. na podłodze, dróg komunikacyjnych dla pojazdów i ruchu pieszego.
- Zapewnienie bezpiecznego wjazdu samochodu na ścieżkę diagnostyczną.
- Stosowanie środków ochrony indywidualnej.
- Opracowanie instrukcji bhp dla prac montażowych; wymaganie jej stosowania.
- Niedopuszczanie pracowników do strefy pracy maszyny do dynamicznego wywarzania kół; stosowanie osłon oraz odpowiednich środków ochrony indywidualnej; jeśli to możliwe, stosowanie STOP awaryjnego.
- Zapewnienie prawidłowego umiejscowienia ramionom podnośników hydraulicznych; niedotykanie rękami ruchomych części podnośnika.
- Zapewnienie wykonywania wszystkich czynności przez dobrze przeszkolone i fachowo przygotowane osoby. Przestrzeganie zasad bhp; utrzymywanie urządzenia do ogrzewania i napełniania paliwem w dobrym stanie technicznym.
- Używanie odpowiednich i zapewniających bezpieczeństwo narzędzi podczas pracy przy akumulatorach.
- Zapewnienie właściwej wentylacji w celu uniknięcia tworzenia się wybuchowych mieszanin par. Niepalenie papierosów w strefie zagrożenia, nieużywanie otwartego ognia.
- Zabezpieczenie wyposażenie elektryczne przed wilgocią i wodą.
- Wyposażenie pracowników w odpowiednie środki ochrony indywidualnej (np. okulary, maski, obuwie).
- Stosowanie efektywnych systemów wentylacji szkodliwych substancji występujących na stanowiskach pracy, np. benzyny. Stosowanie środków ochrony indywidualnej układu oddechowego.
- Zastosowanie w kanale samochodowym właściwej wentylacji, odpowiedniej do używanych substancji.
- Utrzymywanie w czystości lamp, w razie konieczności używanie lamp przenośnych.
- Zainstalowanie oświetlenia w kanale samochodowym.
- Wyposażenie warsztatu samochodowego w urządzenia nagrzewające i chłodzące w celu zapewnienia odpowiednich warunków pracy.
- Wyposażenie warsztatu samochodowego i kanału samochodowego w system wentylacji.
- Ocena stanu zdrowia pracowników, np. przez wykonywanie okresowych badań lekarskich, zapewnienie szkoleń podnoszących kwalifikacje, sprawdzanie stanu technicznego narzędzi.

Część A: Czy zagrożenie występuje na stanowisku pracy? Zaznacz odpowiedź TAK/NIE.

Jeżeli zaznaczyłeś odpowiedź w polu ze znakiem ● – oznacza to, że zagrożenie występuje.

Uwaga: Przedstawione poniżej sytuacje nie wyczerpują wszystkich możliwych przypadków występowania zagrożenia

PYTANIE	TAK	NIE
MASZYNY I SPRZĘT ROBOCZY		
Czy pracownicy zostali przeszkoleni w zakresie obsługi poszczególnych rodzajów maszyn i sprzętu roboczego?	<input type="radio"/>	<input checked="" type="radio"/>
Czy osłony wałów napędowych i inne osłony maszyn oraz sprzętu roboczego są w dobrym stanie i znajdują się na właściwym miejscu?	<input type="radio"/>	<input checked="" type="radio"/>
Czy do podtrzymania sprzętu, który został podniesiony na czas pracy pod nim, są zawsze stosowane dwa niezależne środki?	<input type="radio"/>	<input checked="" type="radio"/>
Czy środki bezpieczeństwa stosowane podczas wymiany kół ciągnika są dostępne i wykorzystywane?	<input type="radio"/>	<input checked="" type="radio"/>
Czy pilarka tarczowa do drewna jest wyposażona w klin rozszczepiający oraz wyposażenie ochronne (popychacz, dociskacz)?	<input type="radio"/>	<input checked="" type="radio"/>
Czy sprzęt spawalniczy jest właściwie konserwowany i ma wszystkie niezbędne zabezpieczenia?	<input type="radio"/>	<input checked="" type="radio"/>
Czy podczas pracy pilarką łańcuchową są stosowane środki ochrony indywidualnej, takie jak spodnie z wkładką odporną na przecięcie, obuwie ochronne, okulary i hełm z przyłbicą oraz ochronniki słuchu?	<input type="radio"/>	<input checked="" type="radio"/>
Czy są dostępne instrukcje obsługi?	<input type="radio"/>	<input checked="" type="radio"/>
Czy są prowadzone okresowe przeglądy sprzętu roboczego?	<input type="radio"/>	<input checked="" type="radio"/>
TRANSPORT I MASZYNY MOBILNE		
Czy wszyscy kierowcy pojazdów oraz operatorzy wózków widłowych i podnośników teleskopowych są przeszkoleni i mają uprawnienia do obsługi tego sprzętu?	<input type="radio"/>	<input checked="" type="radio"/>
Czy podwórze gospodarskie jest przystosowane do ruchu pojazdów?	<input type="radio"/>	<input checked="" type="radio"/>
Czy hamulce ciągnika, główny i ręczny, są konserwowane i okresowo sprawdzane?	<input type="radio"/>	<input checked="" type="radio"/>
Czy hamulce przyczepy są skuteczne i mogą być uruchamiane z siedzenia traktora?	<input type="radio"/>	<input checked="" type="radio"/>
Czy jest sprawdzany okresowo stan sprężegów?	<input type="radio"/>	<input checked="" type="radio"/>
Czy pasy bezpieczeństwa są zainstalowane i zapinane, jeśli przewrócenie się maszyny jest możliwe?	<input type="radio"/>	<input checked="" type="radio"/>
Czy wszystkie stare ciągniki wyposażono w kabinę lub pałąk ochronny?	<input type="radio"/>	<input checked="" type="radio"/>
Czy jest sprawdzany stan i wytrzymałość starych kabin i pałąków ochronnych?	<input type="radio"/>	<input checked="" type="radio"/>
Czy działają światła przednie i tylne, stop i kierunkowskazy?	<input type="radio"/>	<input checked="" type="radio"/>
Czy maszyny samojezdne są wyposażone w lusterka boczne, czyste i utrzymane w dobrym stanie?	<input type="radio"/>	<input checked="" type="radio"/>
Czy opracowano system bezpieczeństwa pracy w pobliżu napowietrznych linii wysokiego napięcia?	<input type="radio"/>	<input checked="" type="radio"/>
Czy uprawniona instytucja prowadzi okresowe przeglądy wózków widłowych i podnośników teleskopowych oraz ich wyposażenia?	<input type="radio"/>	<input checked="" type="radio"/>



Część A: Czy zagrożenie występuje na stanowisku pracy? Zaznacz odpowiedź TAK/NIE.

Jeżeli zaznaczyłeś odpowiedź w polu ze znakiem – oznacza to, że zagrożenie występuje.

Uwaga: Przedstawione poniżej sytuacje nie wyczerpują wszystkich możliwych przypadków występowania zagrożenia

PYTANIE	TAK	NIE
ELEKTRYCZNOŚĆ		
Czy izolacja dostępnych kabli elektrycznych i przedłużaczy jest w dobrym stanie?	<input type="radio"/>	<input checked="" type="radio"/>
Czy instalacja elektryczna jest uziemiona (zerowana) i okresowo sprawdzana?	<input type="radio"/>	<input checked="" type="radio"/>
Praca na wysokości		
Czy opracowano system bezpieczeństwa pracy na wysokości (budynki, maszyny, wyposażenie, zbiorniki itp.)?	<input type="radio"/>	<input checked="" type="radio"/>
Czy wszystkie drabiny są solidnie wykonane, odpowiednie do ciężkich warunków środowiska i bezpiecznie składowane?	<input type="radio"/>	<input checked="" type="radio"/>
Czy przedsięwzięto środki zapewniające stateczność drabiny podczas jej używania przy pracy na wysokości?	<input type="radio"/>	<input checked="" type="radio"/>
Czy rozważono możliwość zastosowania środków bezpieczniejszych od drabiny?	<input type="radio"/>	<input checked="" type="radio"/>
Czy stosy beli są ustawione, zbudowane i rozładowywane z zachowaniem bezpieczeństwa?	<input type="radio"/>	<input checked="" type="radio"/>
Czy nieużywane otwory zrzutowe są zamykane?	<input type="radio"/>	<input checked="" type="radio"/>
PESTYCYDY		
Czy wszystkie pestycydy są prawidłowo składowane?	<input type="radio"/>	<input checked="" type="radio"/>
Czy wszyscy pracownicy mający do czynienia z pestycydami są okresowo szkoleni?	<input type="radio"/>	<input checked="" type="radio"/>
Czy oceniana jest szkodliwość pestycydów, a także stan zdrowia ludzi mających z nimi kontakt?	<input type="radio"/>	<input checked="" type="radio"/>
Czy do pracy z pestycydami są stosowane właściwe środki ochrony indywidualnej?	<input type="radio"/>	<input checked="" type="radio"/>
Czy pestycydów używa się w sposób bezpieczny dla środowiska?	<input type="radio"/>	<input checked="" type="radio"/>
DZIECI		
Czy zapobieżono dostępowi dzieci do miejsc niebezpiecznych (np. dróg, miejsc składowania płynów, miejsc położonych wysoko, miejsc przebywania agresywnych zwierząt itp.)?	<input type="radio"/>	<input checked="" type="radio"/>
Czy ograniczono możliwość wzniesienia pożaru przez dzieci?	<input type="radio"/>	<input checked="" type="radio"/>
Czy dzieci zostały ostrzeżone o niebezpieczeństwie?	<input type="radio"/>	<input checked="" type="radio"/>
Czy określono wymagania odnośnie do pracy młodych osób?	<input type="radio"/>	<input checked="" type="radio"/>

PYTANIE	TAK	NIE
ZWIERZĘTA		
Czy miejsca, w których przebywają potencjalnie agresywne zwierzęta (np. byki, świnie, konie, psy) są właściwie ogrodzone?	<input type="radio"/>	<input checked="" type="radio"/>
Czy ogrodzenia są w dobrym stanie i chronią przed dostępem do zwierząt?	<input type="radio"/>	<input checked="" type="radio"/>
Czy podczas obsługi zwierząt stosowane są odpowiednie środki do ich uwiązania i prowadzenia?	<input type="radio"/>	<input checked="" type="radio"/>
Czy środki odpowiednie do transportu zwierząt są dostępne i w dobrym stanie?	<input type="radio"/>	<input checked="" type="radio"/>
ZAGROŻENIA BIOLOGICZNE		
Czy zostały zidentyfikowane źródła zagrożeń biologicznych w gospodarstwie (rośliny, zwierzęta, substancje pochodzenia zwierzęcego, pył organiczny, odpadki itp.)?	<input type="radio"/>	<input checked="" type="radio"/>
Czy ograniczono możliwość kontaktu z niebezpiecznymi czynnikami biologicznymi?	<input type="radio"/>	<input checked="" type="radio"/>
Czy opracowano system pracy z niebezpiecznymi czynnikami biologicznymi?	<input type="radio"/>	<input checked="" type="radio"/>
MAGAZYNY PŁYNÓW		
Czy ogrodzenia magazynów są właściwie wykonane i w dobrym stanie?	<input type="radio"/>	<input checked="" type="radio"/>
Czy pokrywy zbiorników znajdują się na właściwym miejscu i są w dobrym stanie?	<input type="radio"/>	<input checked="" type="radio"/>
Czy zastosowano odpowiednie barierki ochronne na platformach rozładowniczych?	<input type="radio"/>	<input checked="" type="radio"/>
Czy znaki bezpieczeństwa znajdują się na właściwym miejscu i są w dobrym stanie?	<input type="radio"/>	<input checked="" type="radio"/>
MATERIAŁY SYPKIE		
Czy opracowano zasady bezpiecznej pracy z materiałami sypkimi (ziarnem, nawozami, piaskiem itp.)?	<input type="radio"/>	<input checked="" type="radio"/>
Czy zapobieżono dostępowi do magazynu zboża?	<input type="radio"/>	<input checked="" type="radio"/>
BIOGAZ		
Czy zidentyfikowano miejsca tworzenia się i gromadzenia biogazu (magazynownie szlamu, zamknięte pomieszczenia dla zwierząt, zbiorniki odpadów itp.)?	<input type="radio"/>	<input checked="" type="radio"/>
Czy zapobieżono dostępowi do tych miejsc?	<input type="radio"/>	<input checked="" type="radio"/>
Czy zastosowano środki ochrony przeciwpożarowej?	<input type="radio"/>	<input checked="" type="radio"/>
Czy opracowano zasady bezpiecznej pracy w tych zagrożonych miejscach?	<input type="radio"/>	<input checked="" type="radio"/>
POGODA		
Czy pracownicy są chronieni przed wpływem wysokiej temperatury, bezpośrednim promieniowaniem słonecznym, niskimi temperaturami, deszczem oraz silnym wiatrem?	<input type="radio"/>	<input checked="" type="radio"/>



Część B: Przykłady środków ograniczających ryzyko zawodowe związane z zagrożeniem

WSZYSTKIE ZAGROŻENIA

- Zapewnienie informacji, instrukcji i szkoleń dla pracowników.

MASZYNY I SPRZĘT ROBOCZY

- Zapewnienie obsługi maszyn i sprzętu roboczego przez przeszkolonych i uprawnionych pracowników.
- Zapewnienie właściwego usytuowania i dobrego stanu wszystkich osłon wału odbioru mocy oraz innych osłon maszyn i sprzętu roboczego.
- Stosowanie łatwo dostępnych stałych podpór, podnośników hydraulicznych itp. jako dodatkowych środków podtrzymania podniesionego czasowo sprzętu.
- Stosowanie specjalnych podnośników do kół, wózków widłowych lub podajników do wymiany tylnych kół ciągnika.
- Zapewnienie poprawnego zamocowania klina rozszczepiającego w pilarcie tarczowej oraz stosowania popychaczy i dociskaczy.
- Utrzymywanie wyposażenia spawalniczego w dobrym stanie i stosowanie odpowiedniej ochrony oczu.
- Stosowanie właściwych środków ochrony indywidualnej podczas pracy pilarką tańczuchową.
- Przeprowadzanie okresowych przeglądów i badań maszyn oraz sprzętu roboczego.

TRANSPORT I MASZYNY MOBILNE

- Zapewnienie obsługi pojazdów, wózków widłowych i teleskopowych podnośników przez przeszkolonych i uprawnionych pracowników.
- Wprowadzenie jednokierunkowego ruchu okrężnego na podwórzu gospodarskim i specjalnej strefy nawracania takich pojazdów, jak ciężarówki, a także oddzielenie ruchu pojazdów i pieszych.
- Konserwowanie hamulców głównych, a także konserwowanie oraz regulacja hamulców ręcznych i hamulców przyczep zgodnie z zaleceniami producentów.
- Okresowe sprawdzanie stanu sprzęgów i wymiana zardzewiałych elementów.
- Dopasowywanie i zapinanie pasów bezpieczeństwa, gdy możliwe jest przewrócenie się maszyny.
- Wyposażenie wszystkich ciągników w kabiny lub pałąki ochronne oraz ich okresowe przeglądy.
- Okresowe przeglądy wyposażenia podnośników.
- Zapewnienie dobrego stanu lusterek bocznych i wstecznych.
- Wyposażenie wszystkich ciągników oraz doczepianego do nich sprzętu w nieuszkodzone, poprawnie działające oraz utrzymywane w czystości światła i kierunkowskazy.
- Opracowanie zasad bezpiecznej pracy w pobliżu linii wysokiego napięcia.
- Przygotowanie mapy przebiegu i wysokości linii wysokiego napięcia w obrębie gospodarstwa.

ELEKTRYCZNOŚĆ

- Stosowanie tylko przedłużaczy nieuszkodzonych, a także stosowanie ich wyłącznie na suchych powierzchniach.
- Nieprzeciążanie obwodów i gniazd elektrycznych.
- Okresowe sprawdzanie uziemienia (zerowania).

WYSOKOŚĆ

- Eliminowanie stref o zróżnicowanej wysokości.
- Ogrodzenie niebezpiecznych miejsc i dbanie o dobry stan ogrodzenia.
- Umieszczenie w odpowiednich miejscach znaków ostrzegawczych.
- Używanie nieuszkodzonych drabin i zabezpieczanie ich przed zmianą położenia.
- Przechowywanie drabin z zachowaniem bezpieczeństwa i uniemożliwienie wspinania się po nich dzieciom.
- Stosowanie, gdy to możliwe, podnośników z koszem podczas wykonywania prac na wysokości.
- Stosowanie ruchomych podestów roboczych, rusztowań stałych i przejezdnych, wysięgników itp. (wiadra lub skrzynki nie powinny być nigdy stosowane jako podest roboczy).
- Układanie i rozładowywanie stosów w logicznej kolejności w celu zapewnienia ich stabilności.

PESTYCYDY

- Eliminowanie konieczności stosowania pestycydów.
- Stosowanie środków stwarzających mniejsze zagrożenie dla zdrowia.
- Staranne mycie spryskiwaczy po ich użyciu, z dala od studni, dzieci i zwierząt.
- Stosowanie właściwych środków ochrony indywidualnej.
- Przechowywanie pestycydów w magazynach zabezpieczonych przed nieupoważnionym dostępem i oznakowanych znakami ostrzegawczymi.

DZIECI

- Niedopuszczanie dzieci do miejsc wykonywania prac i miejsc intensywnego ruchu.
- Przygotowanie dobrze ogrodzonego placu zabaw.
- Wyprowadzenie poza strefę pracy dzieci, które przypadkiem tam się znalazły.
- Umieszczenie znaków ostrzegawczych w miejscach niebezpiecznych i wyjaśnienie ich znaczenia dzieciom.
- Informowanie dzieci o ewentualnym niebezpieczeństwie i wskazywanie miejsc, gdzie nie mogą przebywać.
- Informowanie, instruowanie i szkolenie młodych pracowników oraz nadzorowanie ich pracy.

ZWIERZĘTA

- Nietrzymanie niebezpiecznych zwierząt.
- Regularne karmienie zwierząt.
- Zapewnienie właściwie ogrodzonych miejsc dla zwierząt i dbanie o ich dobry stan.
- Umieszczenie znaków ostrzegawczych w odpowiednich miejscach.
- Stosowanie odpowiednich środków do wiązania i prowadzenia zwierząt.
- Zapewnienie oraz utrzymywanie w dobrym stanie środków do transportu zwierząt.



Lista kontrolna: Małe kopalnie odkrywkowe

Część B: Przykłady środków ograniczających ryzyko zawodowe związane z zagrożeniem

ZAGROŻENIA BIOLOGICZNE

- Eliminowanie źródeł niebezpiecznych czynników biologicznych.
- Sytuowanie ich z dala od ludzi.
- Właściwe ogrodzenie miejsc niebezpiecznych i dbanie o dobry stan ogrodzeń.
- Umieszczenie znaków ostrzegawczych w odpowiednich miejscach.
- Stosowanie środków dezynfekujących.
- Szczepienie pracowników.
- Zapewnienie środków higieny pracy.
- Stosowanie właściwych środków ochrony indywidualnej.
- Zapewnienie okresowych badań lekarskich.

MAGAZYNY PŁYNÓW

- Zapewnienie właściwego ogrodzenia magazynów i dbanie o dobry stan ogrodzeń.
- Utrzymywanie pokryw zbiorników i magazynów podziemnych w dobrym stanie.
- Utrzymywanie barierek ochronnych na platformach rozładunkowych w dobrym stanie.
- Umieszczenie znaków ostrzegawczych w odpowiednich miejscach.

MATERIAŁY SYPKIE

- Zapewnienie środków zapobiegających dostępowi do magazynów zboża.
- Umieszczenie znaków ostrzegawczych w odpowiednich miejscach.
- Stosowanie wizualnych lub dźwiękowych sygnałów do ostrzegania osób postronnych.
- Niedopuszczanie osób nieupoważnionych do stanowisk pracy.

BIOGAZ

- Eliminowanie źródeł biogazu.
- Likwidowanie lub unieszkodliwianie źródeł zapłonu.
- Zapewnienie właściwej wentylacji miejsc niebezpiecznych.
- Właściwe ogrodzenie miejsc niebezpiecznych i dbanie o ich dobry stan.
- Zapewnienie środków ochrony przeciwpożarowej.
- Umieszczenie znaków ostrzegawczych w odpowiednich miejscach.
- Niedopuszczanie do pracy w miejscach niebezpiecznych tylko jednej osoby.

POGODA

- Zatrzymanie pracy podczas niesprzyjającej pogody.
- Zorganizowanie zacienionych miejsc z dostępem do wody, umożliwiających ogrzanie się lub wysuszenie.
- Ograniczanie czasu pracy na zewnątrz.
- Stosowanie odpowiedniej odzieży ochronnej.

Część A: Czy zagrożenie występuje na stanowisku pracy? Zaznacz odpowiedź TAK/NIE.

Jeżeli zaznaczyłeś odpowiedź w polu ze znakiem – oznacza to, że zagrożenie występuje.

Uwaga: Przedstawione poniżej sytuacje nie wyczerpują wszystkich możliwych przypadków występowania zagrożenia

PYTANIE	TAK	NIE
ZAGROŻENIE OSUWISKOWE		
Czy w zakładzie górniczym występują zjawiska osuwania się kopaliny ze skarp i zboczy?	<input checked="" type="radio"/>	<input type="radio"/>
Czy na terenie zakładu górniczego występują nieoznakowane, niestrzeżone wyrobiska górnicze?	<input checked="" type="radio"/>	<input type="radio"/>
Czy w zakładzie górniczym występują niezabezpieczone złoża i ściany?	<input checked="" type="radio"/>	<input type="radio"/>
Czy w trakcie robót górniczych stosuje się podkopywanie, podcinanie lub podwębianie skał?	<input checked="" type="radio"/>	<input type="radio"/>
Czy w zakładzie górniczym prowadzi się ręczne urabianie nadkładu lub kopaliny w przodkach, równocześnie na dwóch poziomach?	<input checked="" type="radio"/>	<input type="radio"/>
Czy w trakcie urabiania kopaliny występują nagle zmiany stanu przodka?	<input checked="" type="radio"/>	<input type="radio"/>
Czy drogi dościa do stanowisk pracy są niebezpieczne, zagrożone osunięciem się np. materiału skalnego?	<input checked="" type="radio"/>	<input type="radio"/>
Czy zdarza się, że wykopy, których wysokość ociosu przekracza 1,5 metra, nie są odpowiednio podparte?	<input checked="" type="radio"/>	<input type="radio"/>
ZAGROŻENIE WODNE		
Czy w zakładzie występuje tego typu zagrożenie?	<input checked="" type="radio"/>	<input type="radio"/>
Czy w pobliżu wyrobisk są zbiorniki wodne niezwiązane z ruchem zakładu?	<input checked="" type="radio"/>	<input type="radio"/>
Czy kontrolę zwierciadła wody prowadzi się rzadziej niż raz na 6 miesięcy?	<input checked="" type="radio"/>	<input type="radio"/>
Czy istnieje możliwość, że z sąsiadującej z kopalnią rzeki lub stawu przedostanie się woda?	<input checked="" type="radio"/>	<input type="radio"/>
Czy drogi ucieczkowe są oznakowane?	<input type="radio"/>	<input checked="" type="radio"/>
Czy rowy są niedrożne?	<input checked="" type="radio"/>	<input type="radio"/>
Czy ilość dobowego opadu atmosferycznego może przekroczyć 36-godzinną wydajność pomp?	<input checked="" type="radio"/>	<input type="radio"/>
Czy dobowy dopływ wód z wyrobisk może przekroczyć 24-godzinną wydajność pomp?	<input checked="" type="radio"/>	<input type="radio"/>
ZAGROŻENIA ZWIĄZANE Z PRACAMI TRANSPORTOWYMI		
Czy ruch załogi odbywa się wzdłuż tras przenośników lub je przecina?	<input checked="" type="radio"/>	<input type="radio"/>
Czy wyrobiska, którymi odbywa się transport, mają nachylenie większe niż 4 stopnie?	<input checked="" type="radio"/>	<input type="radio"/>
Czy czerpak maszyny lub urządzenia ładunkowego może przemieszczać się nad kabiną kierowcy pojazdu?	<input checked="" type="radio"/>	<input type="radio"/>
Czy dochodzi do sytuacji, w których pracownicy poruszają się po trasie podczas prowadzenia transportu?	<input checked="" type="radio"/>	<input type="radio"/>
ZAGROŻENIA ZWIĄZANE Z ROBOTAMI STRZAŁOWYMI		
Czy w zakładzie używane są środki strzałowe?	<input checked="" type="radio"/>	<input type="radio"/>
Czy obiekty, w których są przechowywane środki strzałowe, mogą stwarzać duże zagrożenie dla innych obiektów na terenie zakładu górniczego?	<input checked="" type="radio"/>	<input type="radio"/>
Czy otoczenie składu materiałów wybuchowych stwarza zagrożenie zainicjowania lub eskalacji wybuchu przechowywanych środków strzałowych?	<input checked="" type="radio"/>	<input type="radio"/>



Część A: Czy zagrożenie występuje na stanowisku pracy? Zaznacz odpowiedź TAK/NIE.

Jeżeli zaznaczyłeś odpowiedź w polu ze znakiem – oznacza to, że zagrożenie występuje.

Uwaga: Przedstawione poniżej sytuacje nie wyczerpują wszystkich możliwych przypadków występowania zagrożenia

PYTANIE	TAK	NIE
Czy w trakcie wykonywania robót strzałowych występują niewypały?	<input checked="" type="radio"/>	<input type="radio"/>
Czy materiał wybuchowy może zostać wprowadzony do niedrożnych otworów strzałowych?	<input checked="" type="radio"/>	<input type="radio"/>
Czy przy ładowaniu otworów strzałowych stosowane są narzędzia mogące spowodować iskrzenie?	<input checked="" type="radio"/>	<input type="radio"/>
Czy w pobliżu miejsca odpalania ładunków znajdują się nieużywane ładunki wybuchowe?	<input checked="" type="radio"/>	<input type="radio"/>
Czy występują braki w sygnalizacji zamiaru odpalenia ładunków?	<input checked="" type="radio"/>	<input type="radio"/>
Czy środki inicjujące oraz środki wybuchowe są przechowywane lub transportowane razem?	<input checked="" type="radio"/>	<input type="radio"/>
Czy prace są wykonywane w miejscach, w których przemieszczają się produkty strzelania: pyły i gazy?	<input checked="" type="radio"/>	<input type="radio"/>

Część B: Przykłady środków ograniczających ryzyko zawodowe związane z zagrożeniem

ZAGROŻENIE OSUWISKOWE

- Ogrodzenie terenu wyrobisk, zwałowisk, składowisk oraz niestatecznych terenów górniczych.
- Oznakowanie niebezpiecznych miejsc tablicami ostrzegawczymi.
- Odpowiednia wysokość skarp i zboczy podczas prowadzenia robót, uzależniona od warunków geologicznych i właściwości skał.
- Zastąpienie stromego zbocza wyrobiska systemem pótek.
- Usypywanie skarp luźnego górotworu lub pokruszonej skały pod kątem mniejszym niż 45°.
- Zabezpieczenie i oznakowanie przy górnej i dolnej krawędzi niebezpiecznych odcinków ściany.
- Zakaz urabiania przodka, ociosu lub półki poprzez tworzenie nawisów lub podkopywanie.
- Zabezpieczanie ścian i ociosów za pomocą siatek zabezpieczających.
- Wykonywanie obrywania skał z bezpiecznego miejsca.
- W miarę możliwości wykonywanie obrywania skał od góry do dołu przodka eksploatacyjnego.
- Stosowanie obrywaków o odpowiedniej długości i właściwej konstrukcji.
- Stałe obserwowanie stanu przodka.
- Składowanie nadkładu jedynie w wyznaczonych miejscach, w odległości ponad 3 m od ociosu wyrobiska.
- Stosowanie odpowiednich podpór w celu zapobieżenia zawałowi nawisów skalnych, jeśli podkopywanie przodka jest niezbędne.

ZAGROŻENIE WODNE

- W miarę możliwości likwidacja niepotrzebnych zbiorników wodnych.
- Utrzymywanie filarów ochronnych dla położonych w sąsiedztwie cieków wodnych.
- Regularna kontrola systemu odwadniania wyrobisk.
- Ustalenie sposobu opuszczenia stanowisk pracy na wypadek wystąpienia zagrożenia wodnego.
- O ile to możliwe, zaprojektowanie wyrobiska w taki sposób, by woda spływała w dół, do niższych położonych wyeksploatowanych wyrobisk.
- Odprowadzanie wody w dół skarp do zbiorników; w razie potrzeby można przy zbiornikach zainstalować pompy.

ZAGROŻENIA ZWIĄZANE Z PRACAMI TRANSPORTOWYMI

- Wyznaczenie i sporządzenie bezpiecznych przejść dla załogi ponad trasami przenośników.
- Wyposażenie przenośników w zabezpieczenia przed spadaniem urobku.
- Wprowadzenie zakazu przewozu ręcznego wozami w wyrobiskach górniczych o nachyleniu 4%.
- Wprowadzenie łączności i sygnalizacji pomiędzy pracownikami brygad transportowych.
- Określenie rodzajów pojazdów, w których kabinach nie wolno przebywać podczas załadunku.
- Wyposażenie pomostów załadunkowych w zapory zapobiegające stoczeniu się wozów.
- Wprowadzenie obowiązkowego przeglądu lin i mechanizmów kolejki wiszącej na początku każdej zmiany roboczej.

ZAGROŻENIA ZWIĄZANE Z ROBOTAMI STRZAŁOWYMI

- Stosowanie do budowy składu MW materiałów niepalnych lub ogniotrwałych, a także materiałów nieiskrzących.
- Zapewnienie dobrego uziemienia elektrycznego obiektów (jeśli są wykonane z metalu), w których są przechowywane materiały wybuchowe.
- Umieszczenie otworów wentylacyjnych w dolnej i górnej części budynku w celu zapewnienia odpowiedniej wentylacji.
- Odpowiednie oznakowanie tablicami informującymi o zawartości składu.
- Posiadanie odpowiednich zabezpieczeń uniemożliwiających dostanie się do środka osobom niepowołanym.
- Zakaz przechowywania środków inicjujących wybuch i innych środków wybuchowych w jednym składzie, chyba że są one składowane w oddzielnych komorach.
- Uprzątnięcie i oczyszczenie z zarośli, trawy oraz drzew terenu w promieniu 10 m od składu materiałów wybuchowych.
- Wyznaczenie 20-metrowej strefy zakazu składowania innych materiałów palnych (np. benzyny, ON) wokół składu materiałów wybuchowych.
- Zakaz wchodzenia do strefy zagrożenia przez 30 minut od momentu odpalenia.
- Sprawdzanie przodków i zwałowisk urobku pod kątem ewentualnych niewypałów.
- Sprawdzanie drożności, długości i możliwości załadunku materiałem wybuchowym otworów strzałowych.
- Zakaz wciskania środków strzałowych do otworów z użyciem siły.
- Wkładanie środka strzałowego do otworu strzelniczego wyłącznie narzędziami nieiskrzącymi, np. przybijakiem bambusowym.
- Stosowanie jako przybitki piasku w papierowych opakowaniach lub wyrobionej gliny.
- Odstawienie w bezpieczne miejsce niewykorzystanych środków strzałowych tak szybko, jak to jest możliwe, tuż po zakończeniu ładowania.



MIEJSCE NA NOTATKI ▶



Gdzie uzyskać dalsze informacje

Skontaktuj się z:

Centralnym Instytutem Ochrony Pracy – Państwowym Instytutem Badawczym

00-701 Warszawa, ul. Czerniakowska 16, Tel.: 22 623 36 98, Fax: 22 623 36 93, Email: oinip@ciop.pl,
Internet: www.ciop.pl

Państwową Inspekcją Pracy

00-926 Warszawa, ul. Krucza 38/42, Tel.: 22 420 37 23, Fax: 22 625 47 70 lub 628 41 13,
Email: kancelaria@gip.pl, Internet: www.pip.gov.pl

Centrum Euro Info w Gdańsku, przy Stowarzyszeniu „Wolna Przedsiębiorczość”

ul. Matejki 6, 80-232 Gdańsk, Tel. 58 347 03 40, Fax. 58 347 03 41, Internet: www.euroinfo.gda.pl

lub z innymi centrami informacji europejskiej: www.euroinfo.org.pl/

<http://hwi.osha.europa.eu>



R@ZEM
OD 1957