

Załącznik Nr 2
do Regulaminu wykonywania pracy zdalnej
przez pracowników Urzędu
Urzędu Miejskiego w Halinowie

.....
oznaczenie pracodawcy

**Protokół aktualizacyjny Oceny Ryzyka Zawodowego
dla stanowisk administracyjno – biurowych
o zagrożenia wynikające z wykonywania pracy w trybie zdalnym**

Opracował:

mgr inż. Krzysztof Wasilewski
Specjalista ds. BHP

Zatwierdził:

.....,2023 r.

OCENA RYZYKA ZAWODOWEGO NA STANOWISKU PRACY

PRACOWNIK ADMINISTRACYJNO – BIUROWY (PRACA ZDALNA)

1. Opis stanowiska pracy:

Praca o charakterze administracyjno – biurowym wykonywana zdalnie (lokalizacja pracownika). Większość zajęć wykonuje w pozycji siedzącej. Na stanowisku wykonywane są typowe czynności administracyjno - biurowe związane z działalnością zakładu z przewagą wysiłku umysłowego o zróżnicowanym charakterze i natężeniu i stopniu złożoności - w zależności od rozwiązywanych problemów.

Ze względu na charakter pracy (praca zdalna), konstrukcja i wyposażenie stanowiska będą uzależnione między innymi od możliwości lokalowych pracownika, stopnia dostosowania do wymagań prawnych oraz zasad ergonomii.

Praca jednozmianowa, w wymiarze 8 godzin na dobę, z odpowiednimi przerwami.

2. Stosowane środki pracy i materiały:

1	Komputery, monitory ekranowe, telefony, kserokopiarki, niszczarki dokumentów.
2	Papier, formularze, druki.
3	Maszyny i urządzenia są pod stałą kontrolą serwisową zapewniającą ich użytkowanie bez szkody dla bezpieczeństwa i zdrowia pracownika, posiadają wymagane oznakowanie znakiem "CE" oraz spełniają wymagania przepisów dotyczących oceny zgodności.

3. Osoby uczestniczące w procesie pracy oraz ich przygotowanie zawodowe, z uwzględnieniem kobiet w ciąży, matek karmiących, młodocianych i niepełnosprawnych:

1	m. in.: referent, specjalista, podinspektor, inspektor, główny specjalista, informatyk, radca prawny, audytor, zastępca kierownika referatu, kierownik referatu, zastępca kierownika USC, Kierownik USC, zastępca skarbnika, sekretarz, skarbnik, zastępca burmistrza, burmistrz.
2	Przygotowanie ogólne – wykształcenie średnie, licencjat, wyższe.
3	Szkolenia z zakresu bhp – instruktaż ogólny, stanowiskowy, szkolenie okresowe.
4	Badania lekarskie – wstępne i okresowe.
5	Kursy i szkolenia specjalistyczne.
6	W przypadku eksploatacji pojazdów osobowych – prawo jazdy kat. B.
7	Zgodnie z wykazem prac szczególnie uciążliwych i szkodliwych dla zdrowia kobiet.
8	Nie zatrudnia się osób młodocianych.
9	Zatrudnia się osoby niepełnosprawne.

I. INFORMACJE NIEZBĘDNE DO OCENY RYZYKA ZAWODOWEGO

4. Wykonywane czynności:	
1	Przygotowanie stanowiska pracy.
2	Praca administracyjno – biurowa.
3	Komunikowanie się z przełożonymi.
4	Praca przy monitorze ekranowym.
5. Niedogodności wykryte podczas dotychczasowej pracy:	
1	Uciążliwości związane z pracą przy monitorze ekranowym.
6. Zaistniałe wypadki przy pracy i choroby zawodowe:	
1	Dotychczas nie wystąpiły wypadki przy pracy podczas pracy zdalnej.
2	Dotychczas nie wystąpiły zachorowania na choroby zawodowe.

ZAGROŻENIA W PROCESIE PRACY

Ocena wykonana z wykorzystaniem metody z normy PN-N-18002:2011

LP.	ZAGROŻENIE	ŹRÓDŁO ZAGROŻENIA	SKUTEK	RYZIKO PO CZĄTKOWE			ŚRODKI PROFILAKTYCZNE	RYZIKO KOŃCOWE			POZIOM TOLERANCJI RYZYKA
				CN	PN	R		CN	PN	R	
1.	Upadek na tym samym poziomie	<ul style="list-style-type: none"> ▪ zatarasowane ciągi komunikacyjne, dojścia do stanowiska pracy, ▪ nieprawidłowa organizacja stanowiska pracy, ▪ nieporządek w pomieszczeniu pracy; 	<ul style="list-style-type: none"> ▪ złamania, zwichnięcia i skręcenia kończyn, ▪ stłuczenia; 	Ś	P	Ś	<ul style="list-style-type: none"> ▪ utrzymywanie ładu i porządku w miejscu pracy, ▪ nietarasowanie ciągów komunikacyjnych oraz dojść do stanowiska pracy, ▪ zachowywanie ostrożności; 	Ś	MP	M	MAŁE dopuszczalne
2.	Upadek na niższy poziom	<ul style="list-style-type: none"> ▪ poruszanie się po schodach (w lokalizacji zdalnej); 	<ul style="list-style-type: none"> ▪ złamania i skręcenia kończyn, ▪ stłuczenia; 	Ś	P	Ś	<ul style="list-style-type: none"> ▪ wzmożona ostrożność, ▪ utrzymywanie schodów w dobrym stanie technicznym, ▪ korzystanie z poręczy podczas schodzenia, ▪ eliminacja pośpiechu; 	Ś	MP	M	MAŁE dopuszczalne
3.	Kontakt z obiektami nieruchomymi	<ul style="list-style-type: none"> ▪ zła organizacja stanowiska/ pomieszczenia pracy, ▪ zbyt mała przestrzeń, ▪ zatarasowane dojścia do stanowiska pracy; 	<ul style="list-style-type: none"> ▪ stłuczenia, ▪ rany, ▪ złamania, zwichnięcia, skręcenia; 	Ś	P	Ś	<ul style="list-style-type: none"> ▪ utrzymywanie porządku na miejscu pracy, ▪ zapewnienie wystarczającej przestrzeni, ▪ zapewnienie drożności przejść i dojść, ▪ zmiana organizacji pomieszczenia/ stanowiska pracy; 	Ś	MP	M	MAŁE dopuszczalne
4.	Uderzenie, przygniecenie przez spadające elementy	<ul style="list-style-type: none"> ▪ nieprawidłowe rozmieszczenie lub zabezpieczenie materiałów na półkach, ▪ niestabilne regały i szafy; 	<ul style="list-style-type: none"> ▪ stłuczenia, ▪ rany, ▪ skaleczenia; 	Ś	P	Ś	<ul style="list-style-type: none"> ▪ wzmożona ostrożność, ▪ prawidłowe zabezpieczenie materiałów na półkach, ▪ zapewnienie stabilności regałów i szaf; 	Ś	MP	M	MAŁE dopuszczalne
5.	Kontakt z ostrymi krawędziami	<ul style="list-style-type: none"> ▪ wyposażenie stanowiska pracy, ▪ artykuły biurowe; 	<ul style="list-style-type: none"> ▪ rany i skaleczenia 	Ś	P	Ś	<ul style="list-style-type: none"> ▪ wzmożona ostrożność, ▪ wykorzystywanie narzędzi biurowych wyłącznie przy biurku, ▪ eliminowanie nawyku chodzenia i wykonywania równocześnie innych czynności, 	Ś	MP	M	MAŁE dopuszczalne

ZAGROŻENIA W PROCESIE PRACY

Ocena wykonana z wykorzystaniem metody z normy PN-N-18002:2011

LP.	ZAGROŻENIE	ŹRÓDŁO ZAGROŻENIA	SKUTEK	RYZIKO POZĄTKOWE			ŚRODKI PROFILAKTYCZNE	RYZIKO KOŃCOWE			POZIOM TOLERANCJI RYZYKA
				CN	PN	R		CN	PN	R	
							<ul style="list-style-type: none"> ▪ eliminacja pośpiechu; 				
6.	Kontakt z elementami ruchomymi sprzętu biurowego (pochwycenie)	<ul style="list-style-type: none"> ▪ obsługa niszczarki dokumentów; 	<ul style="list-style-type: none"> ▪ zmiążdżenia, ▪ skaleczenia; 	D	MP	Ś	<ul style="list-style-type: none"> ▪ wzmożona ostrożność, ▪ przestrzeganie procedur i instrukcji stanowiskowej, ▪ przestrzeganie instrukcji producenta; 	D	MP	Ś	ŚREDNIE dopuszczalne
7.	Hałas	<ul style="list-style-type: none"> ▪ urządzenia biurowe, ▪ ruch samochodowy, ▪ hałas pochodzący z otoczenia; 	<ul style="list-style-type: none"> ▪ napięcie nerwowe, ▪ zmęczenie psychiczne, ▪ bóle głowy; 	M	P	M	<ul style="list-style-type: none"> ▪ stosowanie sprawnych urządzeń i maszyn, ▪ izolacja stanowiska od pozostałych pomieszczeń; 	M	MP	M	MAŁE dopuszczalne
8.	Pożar	<ul style="list-style-type: none"> ▪ zwarcie instalacji elektrycznej, ▪ wady lub/i nieprawidłowa eksploatacja urządzeń, ▪ duża ilość dokumentów, ▪ zaproszenie ognia 	<ul style="list-style-type: none"> ▪ śmierć, ▪ rany oparzeniowe; 	D	P	D	<ul style="list-style-type: none"> ▪ wykonywanie czynności domowych poza godzinami pracy, ▪ reagowanie na zauważone usterek, ▪ przechowywanie dokumentów w wyznaczonych miejscach; 	D	MP	Ś	ŚREDNIE dopuszczalne
9.	Prąd elektryczny, porażenia prądem elektrycznym	<ul style="list-style-type: none"> ▪ uszkodzenia izolacji przewodów elektrycznych, ▪ uszkodzona instalacja elektryczna wtyczek, kontaktów, ▪ napięcie na obudowie urządzenia; 	<ul style="list-style-type: none"> ▪ rany oparzeniowe i inne urazy ciała spowodowane porażeniem, ▪ utrata przytomności, ▪ śmierć; 	D	P	D	<ul style="list-style-type: none"> ▪ utrzymywanie urządzeń i instalacji we właściwym stanie technicznym, ▪ reagowanie na zauważone uszkodzenia instalacji i urządzeń, ▪ wykonywanie napraw uszkodzonych urządzeń i instalacji przez osoby posiadające odpowiednie uprawnienia, ▪ wycofanie z eksploatacji urządzeń niesprawnych i zużytych ▪ stosowanie listew antyprzebiegowych; 	D	MP	Ś	ŚREDNIE dopuszczalne
10.	Obciążenie narządu wzroku	<ul style="list-style-type: none"> ▪ źle dobrane punkty świetlne, 	<ul style="list-style-type: none"> ▪ osłabienie wzroku, ▪ bóle oczu, głowy, ▪ łzawienie, ▪ napięcie nerwowe; 	Ś	WP	D	<ul style="list-style-type: none"> ▪ prawidłowy dobór punktów świetlnych, ▪ prawidłowe ustawienie monitora względem źródła światła, 	Ś	P	Ś	ŚREDNIE dopuszczalne

ZAGROŻENIA W PROCESIE PRACY

Ocena wykonana z wykorzystaniem metody z normy PN-N-18002:2011

LP.	ZAGROŻENIE	ŹRÓDŁO ZAGROŻENIA	SKUTEK	RYZYO PO CZĄTKOWE			ŚRODKI PROFILAKTYCZNE	RYZYO KOŃCOWE			POZIOM TOLERANCJI RYZYKA
				CN	PN	R		CN	PN	R	
		<ul style="list-style-type: none"> ▪ nieprawidłowe ustawienie monitora względem źródła światła, ▪ nieprawidłowe natężenie oświetlenia; 					<ul style="list-style-type: none"> ▪ przerwy w pracy z monitorem, ▪ stosowanie okularów jeżeli wymagane, ▪ odpowiednie natężenie oświetlenia; 				
11.	Obciążenie układu mięśniowo – szkieletowego	<ul style="list-style-type: none"> ▪ długotrwała praca w pozycji siedzącej, ▪ niedostosowane stanowisko pracy, ▪ nieergonomiczne siedzisko, ▪ brak możliwości obsługi urządzeń w zasięgu kończyn górnych; 	<ul style="list-style-type: none"> ▪ bóle mięśniowe, ▪ bóle stawów i kręgosłupa, ▪ zwyrodnienia stawów i kręgosłupa; 	Ś	WP	D	<ul style="list-style-type: none"> ▪ ergonomiczne stanowisko pracy, w tym ustawienie biurka i siedziska, ▪ dodatkowe przerwy, ▪ dodatkowe wyposażenie, jeżeli wymagane, np. podnózek; 	Ś	P	Ś	ŚREDNIE dopuszczalne
12.	Obciążenia emocjonalne – stres (wynikające z zakresu obowiązków, rodzaju wykonywanej pracy)	<ul style="list-style-type: none"> ▪ nadmiar obowiązków, ▪ praca pod presją czasu, ▪ pośpiech, ▪ pilność zachowania terminów, ▪ kontakt z klientami, ▪ odpowiedzialność za podległy zespół pracowników/ dział firmy; 	<ul style="list-style-type: none"> ▪ nerwica, ▪ bezsenność, ▪ depresja, ▪ choroby układu pokarmowego, ▪ choroby układu serca; 	Ś	P	Ś	<ul style="list-style-type: none"> ▪ prawidłowe określenie zakresu obowiązków na stanowisku pracy, ▪ zapewnienie prawidłowej atmosfery w pracy, ▪ dodatkowe szkolenia; 	Ś	MP	M	MAŁE dopuszczalne
13.	Obciążenia emocjonalne – stres (wynikające ze sposobu wykonywania pracy – praca zdalna)	<ul style="list-style-type: none"> ▪ ograniczony kontakt ze współpracownikami, ▪ łączenie życia zawodowego z prywatnym, ▪ obecność domowników, ▪ rezygnacja z przerw podczas pracy; 	<ul style="list-style-type: none"> ▪ nerwica, ▪ bezsenność, ▪ depresja, ▪ choroby układu pokarmowego, ▪ choroby układu serca; 	Ś	P	Ś	<ul style="list-style-type: none"> ▪ zapewnienie kontaktu (również technikami zdalnymi) ze współpracownikami, ▪ wykorzystanie przerw na odpoczynek, ▪ kończenie pracy o wyznaczonych porach; 	Ś	MP	M	MAŁE dopuszczalne

ZAGROŻENIA W PROCESIE PRACY

Ocena wykonana z wykorzystaniem metody z normy PN-N-18002:2011

LP.	ZAGROŻENIE	ŹRÓDŁO ZAGROŻENIA	SKUTEK	RYZYO POCZĄTKOWE			ŚRODKI PROFILAKTYCZNE	RYZYO KOŃCOWE			POZIOM TOLERANCJI RYZYKA
				CN	PN	R		CN	PN	R	
14.	Wypadek komunikacyjny	<ul style="list-style-type: none"> ▪ środki komunikacji-samochód, ▪ środki komunikacji miejskiej, ▪ pozostali uczestnicy ruchu drogowego; 	<ul style="list-style-type: none"> ▪ śmierć, ▪ utrata przytomności, ▪ zwichnięcia, ▪ złamania, ▪ skręcenia, ▪ stłuczenia, ▪ rany; 	D	P	D	<ul style="list-style-type: none"> ▪ przestrzeganie przepisów ruchu drogowego, ▪ dostosowanie jazdy do panujących warunków, ▪ wzmożona uwaga, ▪ utrzymywanie pojazdu w dobrym stanie technicznym – okresowe przeglądy; 	D	MP	Ś	ŚREDNIE dopuszczalne

Legenda:

CN – ciężkość następstw
 PN – prawdopodobieństwo następstw
 R - ryzyko
 Ś – średnie
 MP – mało prawdopodobne
 WP – wysoce prawdopodobne
 P - prawdopodobne
 D - duże

M - marginalne

DATA

DATA

SPORZĄDZIŁ

Mgr inż. Krzysztof Wasilewski – Specjalista ds. BHP

ZATWIERDZIŁ