

Slezská univerzita v Opavě, Na Rybníčku 1, Opava
Vstupní instruktáž o bezpečnosti a ochraně zdraví při práci
nově přijatých zaměstnanců a studentů před vstupem na pracoviště. Rozsah školení 30 minut.

Pro všechna pracoviště, kromě specializovaných.

1. Zákoník práce

Zaměstnanci a studenti mají právo na zajištění bezpečnosti a ochrany zdraví při práci, na informace o nevyhnutelných rizicích jejich práce a na informace o opatřeních na ochranu před jejich působením.

Zaměstnanci jsou oprávněni odmítnout výkon práce, o niž mají důvodně za to, že bezprostředně a vážně ohrožuje jejich život a zdraví, popřípadě život a zdraví jiných fyzických osob. Takové odmítnutí nelze posuzovat jako nesplnění povinnosti zaměstnance.

Zaměstnanci mají právo a povinnost podílet se na vytváření bezpečného, zdraví neohrožujícího pracovního prostředí, a to zejména uplatňováním stanovených a zaměstnavatelem přijatých opatření a svou účastí na řešení otázek bezpečnosti a ochrany zdraví při práci.

Každý zaměstnanec i student je povinen dbát podle svých možností o svou vlastní bezpečnost, o své zdraví i bezpečnost a zdraví osob, kterých se bezprostředně dotýká jeho jednání, případně opomenutí při práci. Znalost základních povinností, vyplývajících z právních a ostatních předpisů a požadavků zaměstnavatele k zajištění bezpečnosti a ochrany zdraví při práci, je nedílnou a trvalou součástí kvalifikačních předpokladů zaměstnance. Zaměstnanec je zejména povinen:

- a) účastnit se školení zajišťovaných zaměstnavatelem v zájmu bezpečnosti a ochrany zdraví při práci a podrobit se ověření jejich znalostí,
- b) podrobit se pracovnělékařským prohlídkám, očkování, vyšetření a diagnostickým zkouškám,
- c) dodržovat právní a ostatní předpisy a pokyny zaměstnavatele k zajištění bezpečnosti a ochrany zdraví při práci, s nimiž byl řádně seznámen, a řídit se zásadami bezpečného chování na pracovišti a informacemi zaměstnavatele,
- d) dodržovat při práci stanovené pracovní postupy, používat stanovené pracovní prostředky, dopravní prostředky, osobní ochranné pracovní prostředky a ochranná zařízení a tato svévolně neměnit a nevyřazovat z provozu,
- e) nepožívat alkoholické nápoje a nezneužívat jiné návykové látky na pracovištích zaměstnavatele a v pracovní době i mimo tato pracoviště, nevstupovat pod jejich vlivem na pracoviště zaměstnavatele a nekouřit na pracovištích, kde pracují také nekuřáci. Zákaz požívání alkoholických nápojů se nevztahuje na zaměstnance v horkých provozech, pokud požívají pivo se sníženým obsahem alkoholu, a na zaměstnance, u nichž požívání těchto nápojů je součástí plnění pracovních úkolů nebo je s plněním těchto úkolů obvykle spojeno,
- f) oznamovat svému nadřízenému nedostatky a závady na pracovišti, které ohrožují nebo by bezprostředně a závažným způsobem mohly ohrozit bezpečnost nebo zdraví zaměstnanců při práci, zejména hrozící vznik mimořádné události nebo nedostatky organizačních opatření, závady nebo poruchy technických zařízení a ochranných systémů určených k jejich zamezení,
- g) s ohledem na druh jím vykonávané práce se podle svých možností podílet na odstraňování nedostatků zjištěných při kontrolách orgánů, kterým přísluší výkon kontroly podle zvláštních právních předpisů,
- h) bezodkladně oznamovat svému nadřízenému vedoucímu zaměstnanci svůj pracovní úraz, pokud mu to jeho zdravotní stav dovolí, a pracovní úraz jiného zaměstnance, popřípadě úraz jiné fyzické osoby, jehož byl svědkem, a spolupracovat při objasňování jeho příčin,
- i) podrobit se na pokyn příslušného vedoucího zaměstnance stanoveného v pracovním řádu zjištění, zda není pod vlivem alkoholu, nebo jiných návykových látek.

1.2 Pracovní úraz je poškození na zdraví zaměstnance nebo smrt při plnění pracovních úkolů nebo v přímé souvislosti s ním.

Pracovním úrazem není úraz, který se zaměstnanci přihodil na cestě do zaměstnání a zpět.

Za škodu způsobenou zaměstnanci nemocí z povolání odpovídá zaměstnavatel, u něhož zaměstnanec pracoval naposled před jejím zjištěním v pracovním poměru za podmínek, z nichž vzniká nemoc z povolání, kterou byl postižen.

2. Osobní ochranné pracovní prostředky - používání a hospodaření s nimi

2.1 Osobními ochrannými pracovními prostředky (dále jen OOPP) jsou:

- a) prostředky určené k tomu, aby se jejich používáním zaměstnanci a studenti chránili před riziky, která by mohla ohrozit jejich život, bezpečnost, nebo zdraví při práci,
- b) pracovní oděv nebo obuv poskytovaná zaměstnancům v prostředí, v němž oděv nebo obuv podléhá při práci mimořádnému opotřebení nebo znečištění.

2.2 OOPP nejsou:

- a) oděvy, obuv, která neslouží k ochraně zdraví a bezpečnosti při práci,
- b) sportovní vybavení,
- c) prostředky určené pro sebeobranu.

2.3 Ochranné prostředky poskytuje zaměstnavatel podle vlastního seznamu, zpracovaného na základě zhodnocení rizik a konkrétních podmínek na pracovištích.

2.4 OOPP musí:

- a) být po dobu používání účinné proti vyskytujícím se rizikům a jejich používání nesmí představovat další riziko,
- b) odpovídat existujícím podmínkám na pracovišti,
- c) respektovat ergonomické požadavky a zdravotní stav zaměstnanců.

2.5 S používáním OOPP musí být zaměstnanci prokazatelně seznámeni

2.6 Zaměstnavatel nesmí nahrazovat poskytování OOPP finančním plněním.

- Zaměstnavatel musí poskytovat OOPP zaměstnancům bezplatným způsobem.

2.7 Zaměstnanec je povinen přidělené OOPP používat a dbát tak o svou vlastní bezpečnost a o své zdraví. Opakované případy porušení této povinnosti z viny zaměstnance jsou posuzovány zaměstnavatelem jako porušení pracovní kázně.

3. Nař. vlády č. 201/2010 Sb., o způsobu evidence úrazů, hlášení a zasilání záznamu o úrazu

3.1 - Zaměstnavatel vede evidenci v knize úrazů tak, aby obsahovala všechny údaje potřebné k sepsání záznamu o úrazu.

3.2 - Pro účely hlášení úrazu podle tohoto nařízení je smrtelným pracovním úrazem takové poškození zdraví, které způsobilo smrt po úrazu, nebo na jehož následky zaměstnanec zemřel nejpozději do 1 roku.

3.3 – Do knihy úrazů se zapisují všechny úrazy. Do záznamu o úrazu se zapisuje pracovní úraz, kde pracovní neschopnost trvá déle než 5 dnů.

4. Vyhl. č. 50/1978 Sb., § 3 - osoba seznámená

- Pracovníci seznámení jsou ti, kteří byli organizací v rozsahu své činnosti seznámení s předpisy o zacházení s elektrickými zařízeními a upozorněni na možné ohrožení těmito zařízeními.

- Seznámení a upozornění podle odstavce výše, provede organizací pověřený pracovník s kvalifikací odpovídající charakteru činnosti.

5. Bezpečná manipulace s břemeny

5.1 Tam, kde se potřebě ruční manipulace pracovníků s břemeny nelze vyhnout, musí zaměstnavatel učinit příslušná organizační opatření a použít patřičných prostředků nebo poskytnout pracovníkům takové prostředky, aby bylo riziko při ruční manipulaci s těmito břemeny sníženo.

5.2 Rizika při ruční manipulaci jsou:

- a) nebezpečí spojené s dotknutím se břemene (poranění ostrými hranami, vyčnívajícími hřebíky, pásky obalů, drsným nebo nerovným povrchem, třískami, teplotou, chemickými účinky a pod., je-li břemeno v klidu nebo v pohybu),
- b) nebezpečí vyvolané manipulací s břemeny (pád břemene chybnou manipulací, velkou hmotností, špatnými úchopovými možnostmi, špatným technickým stavem břemene, nevhodnou konstrukcí manipulačních pomůcek, nebo jejich špatným stavem). Tato nebezpečí se zvyšují s rostoucí hmotností a rychlostí manipulovaného břemene.
- c) nebezpečí spojené s pracovním prostorem (pád pracovníka vyvolaný nevyhovujícím stavem povrchu podlah, komunikací, nedostatečným manipulačním prostorem, překážkami na komunikacích). Tato nebezpečí se zvyšují s rostoucí hmotností a rychlostí manipulovaného břemene.

5.3 Požadavky na pracovníky, výkon a místo manipulačních prací:

- a) manipulační práce mohou vykonávat pracovníci, kteří se podrobili pracovnílékařské prohlídce, s ohledem na charakter těchto prací absolvovali zácvik a instruktáž o bezpečných způsobech práce a jsou oprávněni vykonávat práce daného druhu,
- b) pracovníci při manipulačních pracích musí být vybaveni OOPP v závislosti od druhu břemene a od podmínek vykonávaných prací,
- c) při ruční manipulaci s břemeny musí být používány takové pracovní postupy, aby se předcházelo úrazům, a to vyloučením rizik,
- d) k zamezení přímého dotyku s břemeny mající některé nepříznivé vlastnosti je nutno využívat manipulačních pomůcek, které zprostředkují uchopení břemen (kleštiny, svěrky, háčky, přísavky, přepravky...). Prostředkem snižující riziko jsou také rukavice.

'=e) při svislém ukládání břemene je nutno těžší předměty manipulované bez manipulačních pomůcek zásadně ukládat vždy na podložky vysoké min. 30 mm. Mezi břemenem a úložnou plochou musí zůstat bezpečnostní mezera pro vsunutí prstů ruky.

5.4 Základní ergonomické zásady při ruční manipulaci s materiálem:

- zvedané břemeno má být co nejbližší u těla
- břemeno nemá být zvedáno přímo ze země
- břemeno má být zvedáno bez otáčení nebo bočních vychylek (úklonů) trupu
- s břemenem má být manipulováno plynule, bez náhlých pohybů (např. v důsledku uklouznutí, špatného úchopu apod.).

5.5 Základní ergonomické zásady pro zvedání a pokládání těžkých břemen

- poloha dolních končetin musí zabezpečit stabilitu zaměstnance zvedajícího či pokládajícího břemeno
- páteř pracovníka musí zůstat rovná, s minimálním úhlem odklonu zad od kolmice
- paže mají být co nejbližší u těla s nejmenší silou k udržení břemena
- uchopení břemene musí umožnit trvalé ovládnutí břemene po celou dobu úkonu (nikoliv jen konečky prstů)
- uložení břemene ve vhodné výši má zkrátit délku zvedání nebo přemísťování
- břemeno má být zvedáno a pokládáno se zapojením silových svalů dolních končetin
- břišní svalstvo má být ve fázi zvedání a pokládání zpevněno (zvýšení nitrobřišního tlaku).

5.6 Ergonomické zásady pro ložné operace (nakládka, skládka, překládka)

- využít pravidlo vodorovné roviny (břemeno překládat ve stále stejné a pro člověka nejvhodnější výši)
- přenášet břemeno v optimální výši bez ohnutí či shýbání trupu (energeticky výhodné je rozmezí 0.8 - 1.5 m od země)
- využít pravidlo nejkratší dráhy manipulace (přiblížit ložné plochy, např. vozík, stůl...)
- břemeno překládat pažemi před trupem nebo při otáčení celého těla (nikoliv jen s rotací nebo ohýbáním trupu).

5.7 Ergonomické zásady pro přenášení břemen

- využít pravidlo svislé roviny (těžnice břemene a člověka mají být co nejbližší a břemeno přenášet u těla)
- omezit velikost a trvání statické práce paží (např. využít nošení břemen na rameni, na popruhu)
- využít zásady efektivity přenášení (např. břemena přenášet na velkou vzdálenost na ramennou, na krátkou vzdálenost na ruku)
- upravit hmotnost břemen tak, aby jejich přenášení nevyžadovalo vyšší sílu než 15 - 30 % max svalové síly zapojených svalových skupin)
- kde je možné, nahradit přenášení břemen přepravou
- max. hmotnost při břemen je u mužů 30 kg a u žen 15 kg.

6. Bezpečný pohyb po pracovišti

- chůze po schodech, podlahy, vhodná obuv, žebříky, lešení aj.
- seznámení s pracovišti (únikové cesty, hasicí zařízení, rizika, lékárničky).