Załącznik nr 3 do OPZ

Szczegółowy wykaz stanowisk wraz z określeniem czynników ryzyka
Zarządu Komunalnych Zasobów Lokalowych sp. z o.o.

1. PRACOWNIK ADMINISTRACYJNO-BIUROWY

Cecha	Opis
Stanowisko pracy	**Pracownik administracyjno-biurowy**
Opis stanowiska pracy	Stanowisko pracy znajduje się w pomieszczeniu administracyjno-biurowym. Stanowisko pracy wyposażone jest w komputer, drukarkę oraz obrotowe krzesło z pięcioramienną podstawą z kółkami jezdnymi, odpowiednio wyprofilowane, z możliwością regulacji wysokości od poziomu podłogi i regulacji oparcia. Wyposażone jest w urządzenia biurowe. Wyposażenie pomieszczenia stanową również szafy na dokumenty.
Wykonywane prace, zadania, czynności	Opracowywanie i sporządzanie dokumentacji biurowej, wprowadzanie i przetwarzanie danych z wykorzystaniem komputera, korzystanie z elektronicznych nośników informacji, archiwizowanie dokumentów, utrzymywanie ładu i porządku na stanowisku pracy. Kierowanie samochodem służbowym.
Czas pracy	Praca jednozmianowa
Wysiłek	Praca w wymuszonej pozycji ciała - siedzącej.
Stosowane maszyny, urządzenia, narzędzia	Komputer, urządzenia biurowe, samochód, rower
Kwalifikacje osób zatrudnionych na tym stanowisku pracy	Osoby zatrudnione na tym stanowisku posiadają aktualne badania lekarskie stwierdzające brak przeciwskazań do wykonywania pracy oraz zostały przeszkolone z zakresu bhp zgodnie z obowiązującymi przepisami.
Stosowane środki ochrony zbiorowej i indywidualnej	Maseczki, przyłbice, rękawice.
Inne informacje	Uprawnienia do pracy na wysokości do 3 m.
Częstotliwość szkoleń BHP	Szkolenie okresowe co 6 lat.
Częstotliwość badań lekarskich	Wg zaleceń lekarza medycyny pracy.

Świadczenie usług medycznych na rzecz pracowników Zarządu Komunalnych Zasobów Lokalowych sp. z o.o.

Lp.	Zagrożenie	Źródło zagrożenia	Możliwe skutki zagrożenia	Ocena końcowa				Kategoria ryzyka	Stosowane środki ochrony
				S	E	P	R		
Czynniki fizyczne									
1	Poślizgnięcie, upadek	Śliskie, nierówne powierzchnie posadzki, nieporządek na stanowisku pracy, niewłaściwe obuwie	Małe powierzchniowe urazy (stłuczenia), zwichnięcia, skręcenia i naderwania stawów, naderwania wiązadeł stawu skokowego i stopy, złamania kończyn	3	6	1	18	akceptowalne - działania nie są konieczne	Utrzymywanie porządku w pomieszczeniu i na drogach komunikacji wewnętrznej, zachowanie szczególnej ostrożności, ograniczenie pośpiechu.
2	Różnica poziomów (upadek na niższy poziom)	Przemieszczanie się po schodach	Złamania kończyn, uszkodzenia kręgosłupa, potłuczenia, urazy	7	6	1	42	akceptowalne - działania nie są konieczne	Stosowanie przez pracownika odpowiedniego obuwia, zachowanie ostrożności przy wchodzeniu i schodzeniu ze schodów, stosowanie zabezpieczeń antypoślizgowych na schodach wewnętrznych i zewnętrznych (np. żółto-czarna taśma wyklejona na brzegach stopni).
3	Ograniczone przestrzenie (uderzenie się o nieruchome przedmioty)	Narożniki mebli stanowiących wyposażenie stanowiska pracy, elementy wejść	Stłuczenia ciała (zwłaszcza bark, ręce, nogi)	1	6	1	6	akceptowalne - działania nie są konieczne	Dbanie o porządek, właściwa organizacja stanowisk pracy w pomieszczeniu, zachowanie ostrożności, ograniczenie pośpiechu.
4	Ostre i szorstkie narzędzia oraz krawędzie	Wykorzystywane zszywacze, nożyczki, nożyki do cięcia papieru. Krawędzie papierowych opakowań i kartek papieru	Skaleczenia i zakłucia dłoni	1	6	6	36	akceptowalne - działania nie są konieczne	Wzmożona uwaga przy manipulacji stwarzającymi zagrożenie skaleczeniem prostymi narzędziami oraz w trakcie otwierania opakowań (np. przesyłek).
5	Przedmioty usytuowane na wysokości, grożące upadkiem	Segregatory z dokumentacją umieszczone na wyższych półkach. Spadające z półek regałów opakowania zbiorcze i pojedyncze przedmioty, najczęściej w sytuacji złego i przypadkowego ich składowania.	Skaleczenia (rany cięte). Stłuczenia (siniaki). Zadrapania. Możliwe też wstrząśnienia mózgu	3	6	1	18	akceptowalne - działania nie są konieczne	Utrzymywanie ładu i porządku (zwłaszcza podczas układania materiałów na wyższych półkach). Wzmożona uwaga w czasie manipulowania opakowaniami zbiorczymi. Do zdejmowania i układania materiałów na wyższych półkach wykorzystywanie dwustopniowych schodków z antypoślizgowymi stopniami lub drabiny rozstawnej. Zasada składowania przedmiotów cięższych na niższych półkach. Ograniczenie pośpiechu.
6	Obracające się części maszyn grożące pochwyceniem	Niszczarka do dokumentów. Zwłaszcza w trakcie użytkowania urządzenia w luźnym ubraniu, z niedopiętymi rękawami, luźnymi elementami ubrania (np. apaszki, itp.).	Skaleczenia, zwłaszcza rąk	1	3	3	9	akceptowalne - działania nie są konieczne	Przestrzeganie instrukcji bhp obsługi urządzenia (zakaz pracy z luźnymi elementami stroju). Wzmożona uwaga i ograniczenie pośpiechu. Zakaz wkładania palców do otworu szczeliny wejściowej niszczarki celem odblokowania urządzenia. Unikanie pochwycenia długich włosów poprzez utrzymywanie ich z dala od otworu wejściowego urządzenia (np. spięcie włosów). Nakaz odłączania wtyczki zasilania z gniazdka przed przystąpieniem do przesuwania, czyszczenia urządzenia lub innej czynności niż zwykła obsługa (niszczenie dokumentów). Korzystanie, jeśli to możliwe, z Eko Boxu do niszczenia dokumentacji roboczej.

Świadczenie usług medycznych na rzecz pracowników Zarządu Komunalnych Zasobów Lokalowych sp. z o.o.

Lp.	Zagrożenie	Źródło zagrożenia	Możliwe skutki zagrożenia	Ocena końcowa				Kategoria ryzyka	Stosowane środki ochrony
				S	E	P	R		
7	Ruchome i stałe obiekty (wypadek komunikacyjny, potrącenie, przygniecenie przez inne pojazdy w ruchu)	Podczas prowadzenia samochodu, podczas naprawy awaryjnej samochodu, podczas jazdy rowerem	Śmierć, kalectwo, zewnętrzne i wewnętrzne obrażenia ciała	15	6	0,5	45	akceptowalne - działania nie są konieczne	Przestrzeganie przepisów o ruchu drogowym, zachowanie szczególnej ostrożności podczas służbowych wyjazdów/wyjść poza teren placówki, zachowanie ograniczonego zaufania do innych użytkowników drogi, dostosowanie prędkości do warunków drogowych, sprawność pojazdu, sprawność psychofizyczna kierowcy, zapinanie pasów bezpieczeństwa, stosowanie okularów przeciwsłonecznych w szczególnie słoneczne dni.
8	Zmienny mikroklimat	Temperatura przekraczająca zakres ustalony dla komfortu cieplnego	Przeziębienia lub przegrzania, choroby układu oddechowego	3	6	1	18	akceptowalne - działania nie są konieczne	Dostosowanie mikroklimatu do subiektywnego odczucia komfortu cieplnego, zależnego nie tylko od temperatury i wilgotności, ale i od sposobu ubierania się i cech osobowych pracowników, zapewnienie właściwej temperatury i wentylacji w samochodzie w czasie podróży. Odpowiednie ustawienie klimatyzacji oraz klimatyzatorów mobilnych oraz dostosowanie jej do preferencji wszystkich użytkowników w pomieszczeniu.
9	Hałas	Hałas spowodowany przez pojazdy poruszające się po drodze, uszkodzone i głośno pracujące urządzenia, emitowany przez sprzęt biurowy, rozmowy, telefon itp. w pomieszczeniach o złych warunkach akustycznych, odgłosy zachodzące z zewnątrz.	Napięcie nerwowe, zmęczenie psychiczne	3	6	1	18	akceptowalne - działania nie są konieczne	Wyeliminowanie sytuacji kumulowania wokół stanowiska pracy wielu tzw. „głośnych” urządzeń, ograniczenie hałasu dochodzącego z zewnątrz.
10	Poparzenia termiczne	Podczas parzenia i przenoszenia napojów, gorące posiłki, czajnik, ekspres do kawy, kuchenka mikrofalowa	Oparzenia termiczne ciała – najczęściej dłoni	3	6	1	18	akceptowalne - działania nie są konieczne	Zachowanie ostrożności, przestrzeganie instrukcji obsługi, działania ograniczające pośpiech.
11	Pożar	Wadliwa instalacja elektryczna, aerozole łatwopalnych środków dezynfekcyjnych na bazie alkoholu	Uduszenie, spalenie, zatrucie trującymi wydzielającymi się gazami, poparzenie, wybuch	40	0,5	0,5	10	akceptowalne - działania nie są konieczne	Przestrzeganie procedur i instrukcji (m.in. wyłączanie urządzeń elektrycznych po zakończeniu pracy, palenie tytoniu jedynie w wyznaczonych miejscach). Prawidłowe rozmieszczenia i oznakowanie miejsc usytuowania podręcznego sprzętu ppoż. oraz jego kontrola (np. sprawności gaśnic). Zakaz zastawiania dróg i wyjść ewakuacyjnych (nawet tylko na chwilę). Szkolenie pracowników w zakresie zasad postępowania na wypadek powstania pożaru. Sprawna ochrona przeciwporażeniowa instalacji i urządzeń elektrycznych (regularne przeglądy, oględziny i pomiary skuteczności). Kontrola wzrokowa pomieszczeń przed ich opuszczeniem. Przechowywanie środków dezynfekcyjnych w szczelnie zamkniętych opakowaniach. Przechowywanie środków dezynfekcyjnych z dala od źródeł ciepła, gorących powierzchni, źródeł iskrzenia, otwartego ognia i innych źródeł zapłonu.
12	Porażenie prądem elektrycznym	Wadliwa instalacja elektryczna, nieprawidłowo eksploatowane urządzenia elektryczne, eksploatacja niesprawnych urządzeń elektrycznych	Poparzenie, śmierć, urazy na skutek uderzenia po porażeniu prądem	40	1	0,5	20	akceptowalne - działania nie są konieczne	Dokonywanie przeglądów instalacji elektrycznej i instalacji odgromowej zgodnie z przepisami prawnymi, bieżące zgłaszanie zauważonych usterek sprzętu elektrycznego, natychmiastowe wycofanie z użytkowania sprzętu uszkodzonego.

Świadczenie usług medycznych na rzecz pracowników Zarządu Komunalnych Zasobów Lokalowych sp. z o.o.

Lp.	Zagrożenie	Źródło zagrożenia	Możliwe skutki zagrożenia	Ocena końcowa				Kategoria ryzyka	Stosowane środki ochrony
				S	E	P	R		
Czynniki ergonomiczne, psychospołeczne i związane z organizacją pracy									
13	Obciążenie fizyczne – statyczne (przeciążenie narządu ruchu wskutek wymuszonej pozycji ciała)	Praca przy komputerze	Bóle mięśniowe, zwyrodnienia kręgosłupa i stawów	3	6	1	18	akceptowalne - działania nie są konieczne	Przygotowanie stanowiska pracy zgodnie z zasadami ergonomii (właściwy dobór biurek, stołów do pracy z komputerami, wolna przestrzeń dla nóg pracownika pod biurkiem, zastosowanie podnóżka na życzenie pracownika, prawidłowo wyregulowane siedzisko, w tym odpowiednio wyprofilowana krawędź siedziska i podłokietniki, monitor ustawiony na wprost użytkownika, klawiatura umieszczona w sposób umożliwiający oparcie nadgarstków na powierzchni stołu. Stosowanie przerw zależnie od nasilenia pracy wzrokowej. Okresowe badania lekarskie.
14	Nieodpowiednie oświetlenie (przeciążenie narządu wzroku)	Praca przy komputerze, oświetlenie stanowiska	Zmęczenie wzroku. Bóle głowy i okresowe złe samopoczucie. Bóle oczu – zapalenie spojówek – łzawienie.	3	6	1	18	akceptowalne - działania nie są konieczne	Przestrzeganie instrukcji stanowiskowej dotyczącej pracy z komputerem.
15	Stres	Przeciążenie pracą. Służbowe relacje z innymi pracownikami, przełożonym, podwładnymi oraz podmiotami zewnętrznymi, kontrole	Nerwice, psychozy, bóle głowy, drażliwość, brak skupienia, obciążenia serca i układu krążenia, chroniczne zmęczenie, lęk, poczucie wyczerpania. Choroby układu pokarmowego.	3	3	3	27	akceptowalne - działania nie są konieczne	Zapewnienie przez kierownictwo właściwej atmosfery w pracy, częste życzliwe rozmowy pomiędzy przełożonymi i podwładnymi, zapewnienie przerw w pracy i właściwego wypoczynku, spotkania integracyjne.
16	Stres, frustracja, gniew, lęk i zagubienie	Praca w okresie zagrożenia epidemicznego, praca zdalna, praca w określonym reżimie sanitarnym (stosowanie środków ochrony indywidualnej), niepewność	Bóle głowy, drażliwość, brak skupienia, obciążenia serca i układu krążenia, chroniczne zmęczenie, lęk, poczucie wyczerpania. Choroby układu pokarmowego.	3	6	3	36	akceptowalne - działania nie są konieczne	Zapewnienie przez kierownictwo dostępu do informacji oraz środków ochrony indywidualnej i środków dezynfekcyjnych. Umożliwienie pracy zdalnej. Zapobieganie narażeniu na stygmatyzowanie, izolowanie od zespołu i pomijanie w życiu społeczności pracowników osób, które przeszły chorobę COVID-19.
17	Agresja ze strony klienta	Awantury. Słowne obelgi, groźby, urazy.	Skaleczenia, otarcia, potłuczenia (siniaki, guzy), złamania. Nerwice.	7	0,5	6	21	akceptowalne - działania nie są konieczne	Identyfikacja niebezpiecznych warunków w środowisku pracy. Wdrożenie procedur zapobiegających przemocy w pracy. Szkolenia w zakresie metod przeciwdziałania przemocy (wzmożona uwaga, np. treningi sposobów rozmowy z agresywnym klientem). Właściwa organizacja pracy.
Czynniki biologiczne									

Świadczenie usług medycznych na rzecz pracowników Zarządu Komunalnych Zasobów Lokalowych sp. z o.o.

Lp.	Zagrożenie	Źródło zagrożenia	Możliwe skutki zagrożenia	Ocena końcowa				Kategoria ryzyka	Stosowane środki ochrony
				S	E	P	R		
18	Grzyby, pleśnie, bakterie	Klimatyzacja. Kurz, wilgotny papier, bakterie i grzyby znajdujące się w dokumentach przechowywanych w nieodpowiednich warunkach. Klimatyzacja.	Choroby układu oddechowego	3	6	1	18	akceptowalne - działania nie są konieczne	Poddawanie się szczepieniom ochronnym, przestrzeganie badań profilaktycznych, stosowanie ubioru odpowiedniego do warunków pogodowych, przestrzeganie zasad higieny, stosowanie środków dezynfekcyjnych oraz środków ochrony indywidualnej.
19	Wirusy grypy (typ A, B, C) orthomyxoviridae	Wirusy, choroby przenoszone drogą kropelkową. Narażenie na zmienne warunki atmosferyczne.	Choroby układu oddechowego, przeziębienia, grypa, zapalenie płuc	3	6	3	36	akceptowalne - działania nie są konieczne	Poddawanie się szczepieniom ochronnym, przestrzeganie badań profilaktycznych, stosowanie ubioru odpowiedniego do warunków pogodowych, przestrzeganie zasad higieny, stosowanie środków dezynfekcyjnych oraz środków ochrony indywidualnej.
20	Wirus SARS-CoV-2	Ludzie. Przenoszone drogą powietrzno-kropelkową podczas kaszlu lub kichania. Dotykając powierzchni lub przedmiotów skażonych wirusem, a następnie dotykając ust, nosa lub oczu.	Ostra choroba układu oddechowego – COVID-19	15	6	0,5	45	akceptowalne - działania nie są konieczne	Przestrzeganie badań profilaktycznych, przestrzeganie zasad higieny, stosowanie środków dezynfekcyjnych oraz środków ochrony indywidualnej. Częste czyszczenie widocznie zabrudzonych i dotykowych powierzchni, a następnie dezynfekcja.
Czynniki chemiczne									
21	Środki dezynfekcyjne do rąk i powierzchni (IZOSOL D, Gold Drop, CX80, COVI-SEPT)	Unoszące się w powietrzu aerozole, środki dezynfekcyjne na bazie alkoholu	Możliwość podrażnienia błony śluzowej nosa, gardła i oczu, podrażnienie skóry	1	6	1	6	akceptowalne - działania nie są konieczne	W przypadków środków dezynfekcyjnych w aerozolu lub do spryskiwaczy dezynfekować powierzchnie i ręce z zachowaniem bezpiecznej odległości. Stosowanie środków łagodzących podrażnienia skóry.
22	Kontakt z lateksem oraz talkiem	Lateksowe rękawice i inne gumowe części oraz umieszczany wewnątrz rękawic talk	Możliwość uczuleń	1	6	1	6	akceptowalne - działania nie są konieczne	W przypadku uczulenia na lateks należy stosować rękawice wykonane z innych materiałów, a także unikać kontaktu z innymi produktami zawierającymi lateks. Stosowanie rękawic bez pudrowych, winylowych, nitrylowych.

Świadczenie usług medycznych na rzecz pracowników Zarządu Komunalnych Zasobów Lokalowych sp. z o.o.

2. PRACOWNIK ADMINISTRACYJNO-BIUROWY Z OBSŁUGĄ KLIENTA

Cecha	Opis
Stanowisko pracy	**Pracownik administracyjno-biurowy z obsługą klienta (pracownicy Punktów Obsługi Klienta, Biura Obsługi Klienta, Dworca Autobusowego)**
Opis stanowiska pracy	Stanowisko pracy znajduje się w pomieszczeniu administracyjno-biurowym. Stanowisko pracy wyposażone jest w komputer, drukarkę oraz obrotowe krzesło z pięcioramienną podstawą z kółkami jezdnymi, odpowiednio wyprofilowane, z możliwością regulacji wysokości od poziomu podłogi i regulacji oparcia. Wyposażone jest w urządzenia biurowe. Wyposażenie pomieszczenia stanową również szafy na dokumenty.
Wykonywane prace, zadania, czynności	Opracowywanie i sporządzanie dokumentacji biurowej, wprowadzanie i przetwarzanie danych z wykorzystaniem komputera, korzystanie z elektronicznych nośników informacji, archiwizowanie dokumentów, utrzymywanie ładu i porządku na stanowisku pracy. Pracownicy wykonują oględziny lokali, terenów i budynków, kontrola w terenie usługi sprzątania Gospodarz Domu i wykonawców zewnętrznych, przejmowanie lokali, przekazywanie lokali, częsty kontakt z klientem zewnętrznym (najemca, wykonawca). Bezpośrednią obsługą klienta zajmują się pracownicy Front Office.
Czas pracy	Praca jednozmianowa
Wysiłek	Praca w wymuszonej pozycji ciała - siedzącej.
Stosowane maszyny, urządzenia, narzędzia	Komputer, urządzenia biurowe, samochód, rower, czytniki, drukarki paskowe
Kwalifikacje osób zatrudnionych na tym stanowisku pracy	Osoby zatrudnione na tym stanowisku posiadają aktualne badania lekarskie stwierdzające brak przeciwskazań do wykonywania pracy oraz zostały przeszkolone z zakresu bhp zgodnie z obowiązującymi przepisami.
Stosowane środki ochrony zbiorowej i indywidualnej	Maseczki, przyłbice, rękawiczki jednorazowe, przegrody z pleksi na Front Office.
Inne informacje	Uprawnienia do pracy na wysokości do 3 metrów
Częstotliwość szkoleń BHP	Szkolenie okresowe co 6 lat.
Częstotliwość badań lekarskich	Wg zaleceń lekarza medycyny pracy.

Świadczenie usług medycznych na rzecz pracowników Zarządu Komunalnych Zasobów Lokalowych sp. z o.o.

Lp.	Zagrożenie	Źródło zagrożenia	Możliwe skutki zagrożenia	Ocena końcowa				Kategoria ryzyka	Stosowane środki ochrony
				S	E	P	R		
Czynniki fizyczne									
1	Poślizgnięcie, upadek	Śliskie, nierówne powierzchnie posadzki, nieporządek na stanowisku pracy, niewłaściwe obuwie	Małe powierzchniowe urazy (stłuczenia), zwichnięcia, skręcenia i naderwania stawów, naderwania wiązadeł stawu skokowego i stopy, złamania kończyn	3	6	1	18	akceptowalne - działania nie są konieczne	Utrzymywanie porządku w pomieszczeniu i na drogach komunikacji wewnętrznej, stosowanie odpowiedniego obuwia, zachowanie szczególnej ostrożności
2	Różnica poziomów (upadek na niższy poziom)	Przemieszczanie się po schodach	Złamania kończyn, uszkodzenia kręgosłupa, potłuczenia, urazy	7	6	1	42	akceptowalne - działania nie są konieczne	Stosowanie przez pracownika odpowiedniego obuwia, zachowanie ostrożności przy wchodzeniu i schodzeniu ze schodów, stosowanie zabezpieczeń antypoślizgowych na schodach zewnętrznych(np. żółto-czarna taśma wyklejona na brzegach stopni).
3	Ograniczone przestrzenie (uderzenie się o nieruchome przedmioty).	Narożniki mebli stanowiących wyposażenie stanowiska pracy, elementy wejść	Stłuczenia ciała (zwłaszcza bark, ręce).	1	6	1	6	akceptowalne - działania nie są konieczne	Dbanie o porządek, właściwa organizacja stanowisk pracy w pomieszczeniu, zachowanie ostrożności.
4	Ostre i szorstkie narzędzia oraz krawędzie	Wykorzystywane zszywacze, nożyczki, nożyki do cięcia papieru. Krawędzie papierowych opakowań i kartek papieru.	Skaleczenia i zakłucia dłoni.	1	6	6	36	akceptowalne - działania nie są konieczne	Wzmożona uwaga przy manipulacji stwarzającymi zagrożenie skaleczeniem prostymi narzędziami oraz w trakcie otwierania opakowań (np. przesyłek).
5	Przedmioty usytuowane na wysokości, grożące upadkiem.	Segregatory z dokumentacją umieszczone na wyższych półkach. Spadające z półek regałów opakowania zbiorcze i pojedyncze przedmioty, najczęściej w sytuacji złego i przypadkowego ich składowania.	Skaleczenia (rany cięte). Stłuczenia (siniaki). Zadrapania. Możliwe też wstrząśnienia mózgu.	3	6	1	18	akceptowalne - działania nie są konieczne	Utrzymywanie ładu i porządku (zwłaszcza podczas układania materiałów na wyższych półkach). Wzmożona uwaga w czasie manipulowania opakowaniami zbiorczymi. Do zdejmowania i układania materiałów na wyższych półkach wykorzystywanie drabin rozstawnych. Zasada składowania przedmiotów cięższych na niższych półkach. Ograniczenie pośpiechu.
6	Obracające się części maszyn grożące pochwyceniem	Niszczarka do dokumentów. Zwłaszcza w trakcie użytkowania urządzenia w luźnym ubraniu, z niedopiętymi rękawami, luźnymi elementami ubrania (np. apaszki, itp.).	Skaleczenia, zwłaszcza rąk.	1	3	3	9	akceptowalne - działania nie są konieczne	Przestrzeganie instrukcji bhp obsługi urządzenia (zakaz pracy z luźnymi elementami stroju). Wzmożona uwaga i ograniczenie pośpiechu. Zakaz wkładania palców do otworu szczeliny wejściowej niszczarki celem odblokowania urządzenia. Unikanie pochwycenia długich włosów poprzez utrzymywanie ich z dala od otworu wejściowego urządzenia (np. spięcie włosów). Nakaz odłączania wtyczki zasilania z gniazdka przed przystąpieniem do przesuwania, czyszczenia urządzenia lub innej czynności niż zwykła obsługa (niszczenie dokumentów). Korzystanie, jeśli to możliwe, z Eko Boxu do niszczenia dokumentacji roboczej.

Świadczenie usług medycznych na rzecz pracowników Zarządu Komunalnych Zasobów Lokalowych sp. z o.o.

Lp.	Zagrożenie	Źródło zagrożenia	Możliwe skutki zagrożenia	Ocena końcowa				Kategoria ryzyka	Stosowane środki ochrony
				S	E	P	R		
7	Hałas	Hałas spowodowany uszkodzone i głośno pracujące urządzenia, emitowany przez sprzęt biurowy, rozmowy, telefon itp. w pomieszczeniach o złych warunkach akustycznych, odgłosy zachodzące z zewnątrz.	Napięcie nerwowe, zmęczenie psychiczne	3	6	1	18	akceptowalne - działania nie są konieczne	Wyeliminowanie sytuacji kumulowania wokół stanowiska pracy wielu tzw. „głośnych" urządzeń, ograniczenie hałasu dochodzącego z zewnątrz.
8	Poparzenia termiczne	Podczas parzenia i przenoszenia napojów, gorące posiłki, czajnik, ekspres do kawy, kuchenka mikrofalowa	Oparzenia termiczne ciała – najczęściej dłoni	3	6	1	18	akceptowalne - działania nie są konieczne	Zachowanie ostrożności, przestrzeganie instrukcji obsługi, działania ograniczające pośpiech
9	Pożar	Wadliwa instalacja elektryczna, aerozole łatwopalnych środków dezynfekcyjnych na bazie alkoholu	Uduszenie, spalenie, zatrucie trującymi wydzielającymi się gazami, poparzenie, wybuch	40	0,5	0,5	10	akceptowalne - działania nie są konieczne	Przestrzeganie procedur i instrukcji (m.in. wyłączanie urządzeń elektrycznych po zakończeniu pracy, palenie tytoniu jedynie w wyznaczonych miejscach). Prawidłowe rozmieszczenia i oznakowanie miejsc usytuowania podręcznego sprzętu ppoż. oraz jego kontrola (np. sprawności gaśnic). Zakaz zastawiania dróg i wyjść ewakuacyjnych (nawet tylko na chwilę). Szkolenie pracowników w zakresie zasad postępowania na wypadek powstania pożaru. Sprawna ochrona przeciwporażeniowa instalacji i urządzeń elektrycznych (regularne przeglądy, oględziny i pomiary skuteczności). Kontrola wzrokowa pomieszczeń przed ich opuszczeniem. Przechowywanie środków dezynfekcyjnych w szczelnie zamkniętych opakowaniach. Przechowywanie środków dezynfekcyjnych z dala od źródeł ciepła, gorących powierzchni, źródeł iskrzenia, otwartego ognia i innych źródeł zapłonu.
10	Porażenie prądem elektrycznym	Wadliwa instalacja elektryczna, nieprawidłowo eksploatowane urządzenia elektryczne, eksploatacja niesprawnych urządzeń elektrycznych	Poparzenie, śmierć, urazy na skutek uderzenia po porażeniu prądem	40	1	0,5	20	akceptowalne - działania nie są konieczne	Dokonywanie przeglądów instalacji elektrycznej i instalacji odgromowej zgodnie z przepisami prawnymi, bieżące zgłaszanie zauważonych usterek sprzętu elektrycznego, natychmiastowe wycofanie z użytkowania sprzętu uszkodzonego
Czynniki ergonomiczne, psychospołeczne i związane z organizacją pracy									
11	Obciążenie fizyczne – statyczne (przeciążenie narządu ruchu wskutek wymuszonej pozycji ciała)	Praca przy komputerze	Bóle mięśniowe, zwyrodnienia kręgosłupa i stawów	3	6	1	18	akceptowalne - działania nie są konieczne	Przygotowanie stanowiska pracy zgodnie z zasadami ergonomii, właściwy dobór biurek, stołów do pracy z komputerami, wolna przestrzeń dla nóg pracownika pod biurkiem, zastosowanie podnóżka na życzenie pracownika, prawidłowo wyregulowane siedzisko, w tym odpowiednio wyprofilowana krawędź siedziska i podłokietniki, monitor ustawiony na wprost użytkownika, klawiatura umieszczona w sposób umożliwiający oparcie nadgarstków na powierzchni stołu. Stosowanie przerw zależnie od nasilenia pracy wzrokowej. Okresowe badania lekarskie.

Świadczenie usług medycznych na rzecz pracowników Zarządu Komunalnych Zasobów Lokalowych sp. z o.o.

Lp.	Zagrożenie	Źródło zagrożenia	Możliwe skutki zagrożenia	Ocena końcowa				Kategoria ryzyka	Stosowane środki ochrony
				S	E	P	R		
12	Nieodpowiednie oświetlenie (przeciążenie narządu wzroku)	Praca przy komputerze, oświetlenie stanowiska	Zmęczenie wzroku. Bóle głowy i okresowe złe samopoczucie. Bóle oczu – zapalenie spojówek – łzawienie.	3	6	1	18	akceptowalne - działania nie są konieczne	Przestrzeganie instrukcji stanowiskowej dotyczącej pracy z komputerem.
13	Stres	Przeciążenie pracą. Służbowe relacje z innymi pracownikami, przełożonym, podwładnymi oraz podmiotami zewnętrznymi, kontrole, kontakt z klientem	Nerwice, psychozy, bóle głowy, drażliwość, brak skupienia, obciążenia serca i układu krążenia, chroniczne zmęczenie, lęk, poczucie wyczerpania. Choroby układu pokarmowego.	3	3	3	27	akceptowalne - działania nie są konieczne	Zapewnienie przez kierownictwo właściwej atmosfery w pracy, częste życzliwe rozmowy pomiędzy przełożonymi i podwładnymi, zapewnienie przerw w pracy i właściwego wypoczynku, spotkania integracyjne.
14	Agresja ze strony klienta	Awantury. Słowne obelgi, groźby.	Skaleczenia, otarcia, potłuczenia (siniaki, guzy), złamania. Nerwice.	7	0,5	6	21	akceptowalne - działania nie są konieczne	Identyfikacja niebezpiecznych warunków w środowisku pracy. Wdrożenie procedur zapobiegających przemocy w pracy. Szkolenia w zakresie metod przeciwdziałania przemocy (wzmożona uwaga, treningi sposobów rozmowy z agresywnym klientem). Właściwa organizacja pracy. Wyposażenie Front Office w antynapadowy system przywoławczy.
15	Agresja zwierząt	Zwierzęta domowe w kontrolowanych lokalach: koty, psy	Rany kąsane, zadrapania	3	6	1	18	akceptowalne - działania nie są konieczne	Zachowanie szczególnej ostrożności i zasady ograniczonego zaufania w przypadku kontroli budynku, lokalu mieszkalnego, w którym znajduje się zwierzę domowe.
16	Stres, frustracja, gniew, lęk i zagubienie	Praca w okresie zagrożenia epidemicznego, praca zdalna, praca w określonym reżimie sanitarnym (stosowanie środków ochrony indywidualnej), niepewność, możliwe sytuacje konfliktowe z innymi pracownikami lub klientami wynikające z lęku przed bezpośrednimi kontaktami z innymi ludźmi, wymogi utrzymywania dystansu społecznego	Bóle głowy, drażliwość, brak skupienia, obciążenia serca i układu krążenia, chroniczne zmęczenie, lęk, poczucie wyczerpania. Choroby układu pokarmowego.	3	6	3	36	akceptowalne - działania nie są konieczne	Zapewnienie przez kierownictwo dostępu do informacji oraz środków ochrony indywidualnej i środków dezynfekcyjnych. Umożliwienie pracy zdalnej. Zapewnienie wsparcia kierownikom średniego szczebla zarządzania. Zapobieganie narażeniu na stygmatyzowanie, izolowanie od zespołu i pomijanie w życiu społeczności pracowników osób, które przeszły chorobę COVID-19.
Czynniki biologiczne									
17	Grzyby, pleśnie, bakterie	Klimatyzacja. Kurz, wilgotny papier, bakterie i grzyby znajdujące się w dokumentach przechowywanych w nieodpowiednich warunkach.	Choroby układu oddechowego	3	6	1	18	akceptowalne - działania nie są konieczne	Poddawanie się szczepieniom ochronnym, przestrzeganie badań profilaktycznych, stosowanie ubioru odpowiedniego do warunków pogodowych, przestrzeganie zasad higieny, stosowanie środków dezynfekcyjnych oraz środków ochrony indywidualnej.
18	Wirusy grypy (typ A, B, C) orthomyxoviridae	Wirusy, choroby przenoszone drogą kropelkową.	Choroby układu oddechowego, przeziębienia, grypa, zapalenie płuc	3	6	3	36	akceptowalne - działania nie są konieczne	Poddawanie się szczepieniom ochronnym, przestrzeganie badań profilaktycznych, przestrzeganie zasad higieny, stosowanie środków dezynfekcyjnych oraz środków ochrony indywidualnej.

Świadczenie usług medycznych na rzecz pracowników Zarządu Komunalnych Zasobów Lokalowych sp. z o.o.

Lp.	Zagrożenie	Źródło zagrożenia	Możliwe skutki zagrożenia	Ocena końcowa				Kategoria ryzyka	Stosowane środki ochrony
				S	E	P	R		
19	Wirus SARS-CoV-2	Ludzie. Przenoszone drogą powietrzno-kropelkową podczas kaszlu lub kichania. Dotykając powierzchni lub przedmiotów skażonych wirusem, a następnie dotykając ust, nosa lub oczu.	Ostra choroba układu oddechowego – COVID-19	15	6	0,5	45	akceptowalne - działania nie są konieczne	Przestrzeganie badań profilaktycznych, przestrzeganie zasad higieny, stosowanie środków dezynfekcyjnych oraz środków ochrony indywidualnej. Częste czyszczenie widocznie zabrudzonych i dotykowych powierzchni, a następnie dezynfekcja. Stosowanie osłon z pleksi na stanowisku obsługi klienta oraz osłon nosa i ust podczas obsługi klienta.
Czynniki chemiczne									
20	Środki dezynfekcyjne do rąk i powierzchni (IZOSOL D, Gold Drop, CX80, COVI-SEPT)	Unoszące się w powietrzu aerozole, środki dezynfekcyjne na bazie alkoholu	Możliwość podrażnienia błony śluzowej nosa, gardła i oczu, podrażnienie skóry	1	6	1	6	akceptowalne - działania nie są konieczne	W przypadków środków dezynfekcyjnych w aerozolu lub do spryskiwaczy dezynfekować powierzchnie i ręce z zachowaniem bezpiecznej odległości. Stosowanie środków łagodzących podrażnienia skóry.
21	Kontakt z lateksem oraz talkiem	Lateksowe rękawice oraz umieszczany wewnątrz rękawic talk	Możliwość uczuleń	1	6	1	6	akceptowalne - działania nie są konieczne	W przypadku uczulenia na lateks należy stosować rękawice wykonane z innych materiałów, a także unikać kontaktu z innymi produktami zawierającymi lateks.

Świadczenie usług medycznych na rzecz pracowników Zarządu Komunalnych Zasobów Lokalowych sp. z o.o.

3. ADMINISTRATOR, WINDYKATOR

Cecha	Opis
Stanowisko pracy	**Administrator, Windykator**
Opis stanowiska pracy	Stanowisko pracy znajduje się w pomieszczeniu administracyjno-biurowym. Stanowisko pracy wyposażone jest w komputer, drukarkę oraz obrotowe krzesło z pięcioramienną podstawą z kółkami jezdnymi, odpowiednio wyprofilowane, z możliwością regulacji wysokości od poziomu podłogi i regulacji oparcia. Wyposażone jest w urządzenia biurowe. Wyposażenie pomieszczenia stanową również szafy na dokumenty. Wizytowane, odbierane lokale i pomieszczenia.
Wykonywane prace, zadania, czynności	Opracowywanie i sporządzanie dokumentacji biurowej, wprowadzanie i przetwarzanie danych z wykorzystaniem komputera, korzystanie z elektronicznych nośników informacji, archiwizowanie dokumentów, utrzymywanie ładu i porządku na stanowisku pracy. Kierowanie samochodem służbowym. W przypadku Administratora wykonywane zadania to między innymi oględziny lokali mieszkalnych i użytkowych, terenów i budynków, kontrola w terenie usługi sprzątania Gospodarz Domu i wykonawca zewnętrzny, przejmowanie lokali, przekazywanie lokali, częsty kontakt z klientem zewnętrznym (najemca, wykonawca). W przypadku Windykatora wykonywane zadania to między innymi prowadzenie windykacji należności Spółki, oględziny lokali mieszkalnych i użytkowych, uczestniczenie w eksmisjach, przejęciach lokali.
Czas pracy	Praca jednozmianowa
Wysiłek	Praca w wymuszonej pozycji ciała – siedzącej, chodzącej
Stosowane maszyny, urządzenia, narzędzia	Komputer, urządzenia biurowe, samochód, rower
Kwalifikacje osób zatrudnionych na tym stanowisku pracy	Osoby zatrudnione na tym stanowisku posiadają aktualne badania lekarskie stwierdzające brak przeciwskazań do wykonywania pracy oraz zostały przeszkolone z zakresu bhp zgodnie z obowiązującymi przepisami.
Stosowane środki ochrony zbiorowej i indywidualnej	Ochronne nakładki na obuwie, półmaska filtrująca, kombinezon ochronny, rękawice ochronne
Inne informacje	Uprawnienia do pracy na wysokości do 3 m
Częstotliwość szkoleń BHP	Szkolenie okresowe co 6 lat.
Częstotliwość badań lekarskich	Wg zaleceń lekarza medycyny pracy.

Świadczenie usług medycznych na rzecz pracowników Zarządu Komunalnych Zasobów Lokalowych sp. z o.o.

Lp.	Zagrożenie	Źródło zagrożenia	Możliwe skutki zagrożenia	Ocena końcowa				Kategoria ryzyka	Stosowane środki ochrony
				S	E	P	R		
Czynniki fizyczne									
1	Poślizgnięcie, upadek	Śliskie, nierówne powierzchnie posadzki, nieporządek na stanowisku pracy, niewłaściwe obuwie, bałagan w przejmowanych lokalach	Małe powierzchniowe urazy (stłuczenia), zwichnięcia, skręcenia i naderwania stawów, naderwania wiązadeł stawu skokowego i stopy, złamania kończyn	3	6	1	18	akceptowalne - działania nie są konieczne	Utrzymywanie porządku w pomieszczeniu i na drogach komunikacji wewnętrznej, stosowanie odpowiedniego obuwia, zachowanie szczególnej ostrożności.
2	Różnica poziomów (upadek na niższy poziom)	Śliskie, nierówne (w zimie nie odśnieżone, zabłocone) schody. Zły stan techniczny schodów, balustrad	Złamania kończyn, uszkodzenia kręgosłupa, potłuczenia, urazy	7	6	1	42	akceptowalne - działania nie są konieczne	Stosowanie przez pracownika odpowiedniego obuwia, zachowanie ostrożności przy wchodzeniu i schodzeniu ze schodów, stosowanie zabezpieczeń antypoślizgowych na schodach wewnętrznych i zewnętrznych (np. żółto-czarna taśma wyklejona na brzegach stopni), ograniczenie pośpiechu.
3	Ograniczone przestrzenie (uderzenie się o nieruchome przedmioty)	Narożniki mebli stanowiących wyposażenie stanowiska pracy, elementy wejść, dojść w kontrolowanym budynku, lokalu	Stłuczenia ciała (zwłaszcza bark, ręce).	1	6	1	6	akceptowalne - działania nie są konieczne	Dbanie o porządek, właściwa organizacja stanowisk pracy w pomieszczeniu, zachowanie ostrożności.
4	Ostre i szorstkie narzędzia oraz krawędzie	Wykorzystywane zszywacze, nożyczki, nożyki do cięcia papieru. Krawędzie papierowych opakowań i kartek papieru	Skaleczenia i zakłucia dłoni.	1	6	6	36	akceptowalne - działania nie są konieczne	Wzmożona uwaga przy manipulacji stwarzającymi zagrożenie skaleczeniem prostymi narzędziami oraz w trakcie otwierania opakowań (np. przesyłek).
5	Zagrożenia powodowane przez wystające elementy, ostre krawędzie, chropowate powierzchnie	Elementy konstrukcyjne, zły stan techniczny kontrolowanych obiektów, lokali	Skaleczenia, otarcia, zakłucia – najczęściej dłoni.	1	6	1	6	akceptowalne - działania nie są konieczne	Zachowanie ostrożności.
6	Przedmioty usytuowane na wysokości, grożące upadkiem	Segregatory z dokumentacją umieszczone na wyższych półkach. Przedmioty, narzędzia usytuowane na wysokości	Skaleczenia (rany cięte). Stłuczenia (siniaki). Zadrapania. Możliwe też wstrząśnienia mózgu.	3	6	1	18	akceptowalne - działania nie są konieczne	Utrzymywanie ładu i porządku (zwłaszcza podczas układania materiałów na wyższych półkach). Wzmożona uwaga w czasie manipulowania opakowaniami zbiorczymi. Do zdejmowania i układania materiałów na wyższych półkach wykorzystywanie dwustopniowych schodków z antypoślizgowymi stopniami lub drabin rozstawnych. Zasada składowania przedmiotów cięższych na niższych półkach. Ograniczenie pośpiechu.

Świadczenie usług medycznych na rzecz pracowników Zarządu Komunalnych Zasobów Lokalowych sp. z o.o.

Lp.	Zagrożenie	Źródło zagrożenia	Możliwe skutki zagrożenia	Ocena końcowa				Kategoria ryzyka	Stosowane środki ochrony
				S	E	P	R		
7	Obracające się części maszyn grożące pochwyceniem	Niszczarka dokumentów użytkowana w luźnym ubraniu, z niedopiętymi rękawami, luźnymi elementami ubrania	Skaleczenia, zwłaszcza rąk.	1	3	3	9	akceptowalne - działania nie są konieczne	Przestrzeganie instrukcji bhp obsługi urządzenia (zakaz pracy z luźnymi elementami stroju). Wzmożona uwaga i ograniczenie pośpiechu. Zakaz wkładania palców do otworu szczeliny wejściowej niszczarki celem odblokowania urządzenia. Unikanie pochwycenia długich włosów poprzez utrzymywanie ich z dala od otworu wejściowego urządzenia (np. spięcie). Nakaz odłączania wtyczki zasilania z gniazdka przed przystąpieniem do przesuwania, czyszczenia urządzenia lub innej czynności niż zwykła obsługa (niszczenie dokumentów).
8	Ruchome i stałe obiekty (wypadek komunikacyjny, potrącenie, przygniecenie przez inne pojazdy w ruchu)	Podczas prowadzenia samochodu, podczas naprawy awaryjnej samochodu, manewrujące na terenie parkingu	Śmierć, kalectwo, zewnętrzne i wewnętrzne obrażenia ciała, zmiażdżenia, złamania	15	6	0,5	45	akceptowalne - działania nie są konieczne	Przestrzeganie przepisów o ruchu drogowym, zachowanie szczególnej ostrożności podczas służbowych wyjazdów/wyjść poza teren placówki, zachowanie ograniczonego zaufania do innych użytkowników drogi, dostosowanie prędkości do warunków drogowych, sprawność pojazdu, sprawność psychofizyczna kierowcy, zapinanie pasów bezpieczeństwa, stosowanie okularów przeciwsłonecznych w szczególnie słoneczne dni, zachowanie ostrożności.
9	Zmienny mikroklimat	Zmienne warunki atmosferyczne	Przeziębienia lub przegrzania, choroby układu oddechowego	3	6	1	18	akceptowalne - działania nie są konieczne	Dostosowanie mikroklimatu, klimatyzacji do subiektywnego odczucia komfortu cieplnego, zależnego nie tylko od temperatury i wilgotności, ale i od sposobu ubierania się i cech osobowych pracowników, zapewnienie właściwej temperatury i wentylacji w samochodzie w czasie podróży. Odpowiednie ustawienie klimatyzacji oraz klimatyzatorów mobilnych oraz dostosowanie jej do preferencji wszystkich użytkowników w pomieszczeniu.
10	Hałas	Hałas spowodowany przez pojazdy poruszające się po drodze, Uszkodzone i głośno pracujące urządzenia, emitowany przez sprzęt biurowy, rozmowy, telefon itp. w pomieszczeniach o złych warunkach akustycznych, odgłosy zachodzące z zewnątrz.	Napięcie nerwowe, zmęczenie psychiczne	3	6	1	18	akceptowalne - działania nie są konieczne	Wyeliminowanie sytuacji kumulowania wokół stanowiska pracy wielu tzw. „głośnych” urządzeń, ograniczenie hałasu dochodzącego z zewnątrz.
11	Poparzenia termiczne	Podczas parzenia i przenoszenia napojów, gorące posiłki, czajnik, ekspres do kawy, kuchenka mikrofalowa.	Oparzenia termiczne ciała – najczęściej dłoni	3	6	1	18	akceptowalne - działania nie są konieczne	Zachowanie ostrożności, przestrzeganie instrukcji obsługi, działania ograniczające pośpiech

Świadczenie usług medycznych na rzecz pracowników Zarządu Komunalnych Zasobów Lokalowych sp. z o.o.

Lp.	Zagrożenie	Źródło zagrożenia	Możliwe skutki zagrożenia	Ocena końcowa				Kategoria ryzyka	Stosowane środki ochrony
				S	E	P	R		
12	Pożar	Wadliwa instalacja elektryczna, aerozole łatwopalnych środków dezynfekcyjnych na bazie alkoholu	Uduszenie, spalenie, zatrucie trującymi wydzielającymi się gazami, poparzenie, wybuch	40	0,5	0,5	10	akceptowalne - działania nie są konieczne	Przestrzeganie procedur i instrukcji (m.in. wyłączanie urządzeń elektrycznych po zakończeniu pracy, palenie tytoniu jedynie w wyznaczonych miejscach). Prawidłowe rozmieszczenia i oznakowanie miejsc usytuowania podręcznego sprzętu ppoż. oraz jego kontrola (np. sprawności gaśnic). Zakaz zastawiania dróg i wyjść ewakuacyjnych (nawet tylko na chwilę). Szkolenie pracowników w zakresie zasad postępowania na wypadek powstania pożaru. Sprawna ochrona przeciwporażeniowa instalacji i urządzeń elektrycznych (regularne przeglądy, oględziny i pomiary skuteczności). Kontrola wzrokowa pomieszczeń przed ich opuszczeniem. Przechowywanie środków dezynfekcyjnych w szczelnie zamkniętych opakowaniach. Przechowywanie środków dezynfekcyjnych z dala od źródeł ciepła, gorących powierzchni, źródeł iskrzenia, otwartego ognia i innych źródeł zapłonu.
13	Porażenie prądem elektrycznym	Wadliwa instalacja elektryczna, nieprawidłowo eksploatowane urządzenia elektryczne, eksploatacja niesprawnych urządzeń elektrycznych.	Poparzenie, śmierć, urazy na skutek uderzenia po porażeniu prądem	40	1	0,5	20	akceptowalne - działania nie są konieczne	Dokonywanie przeglądów instalacji elektrycznej i instalacji odgromowej zgodnie z przepisami prawnymi, bieżące zgłaszanie zauważonych usterek sprzętu elektrycznego, natychmiastowe wycofanie z użytkowania sprzętu uszkodzonego.
Czynniki ergonomiczne, psychospołeczne i związane z organizacją pracy									
14	Obciążenie fizyczne – statyczne (przeciążenie narządu ruchu wskutek wymuszonej pozycji ciała	Praca przy komputerze	Bóle mięśniowe, zwyrodnienia kręgosłupa i stawów	3	6	1	18	akceptowalne - działania nie są konieczne	Przygotowanie stanowiska pracy zgodnie z zasadami ergonomii (właściwy dobór biurek, stołów do pracy z komputerami, wolna przestrzeń dla nóg pracownika pod biurkiem, zastosowanie podnóżka na życzenie pracownika, prawidłowo wyregulowane siedzisko, w tym odpowiednio wyprofilowana krawędź siedziska i podłokietniki, monitor ustawiony na wprost użytkownika, klawiatura umieszczona w sposób umożliwiający oparcie nadgarstków na powierzchni stołu. Stosowanie przerw zależnie od nasilenia pracy wzrokowej. Okresowe badania lekarskie.
15	Nieodpowiednie oświetlenie (przeciążenie narządu wzroku)	Praca przy komputerze, oświetlenie stanowiska	Zmęczenie wzroku. Bóle głowy i okresowe złe samopoczucie. Bóle oczu – zapalenie spojówek – łzawienie.	3	6	1	18	akceptowalne - działania nie są konieczne	Przestrzeganie instrukcji stanowiskowej dotyczącej pracy z komputerem.
16	Stres	Przeciążenie pracą. Służbowe relacje z innymi pracownikami, przełożonym, podwładnymi oraz podmiotami zewnętrznymi, kontrole.	Nerwice, psychozy, bóle głowy, drażliwość, brak skupienia, obciążenia serca i układu krążenia, chroniczne zmęczenie, lęk, poczucie wyczerpania. Choroby układu pokarmowego.	3	3	3	27	akceptowalne - działania nie są konieczne	Zapewnienie przez kierownictwo właściwej atmosfery w pracy, częste życzliwe rozmowy pomiędzy przełożonymi i podwładnymi, zapewnienie przerw w pracy i właściwego wypoczynku, spotkania integracyjne.

Świadczenie usług medycznych na rzecz pracowników Zarządu Komunalnych Zasobów Lokalowych sp. z o.o.

Lp.	Zagrożenie	Źródło zagrożenia	Możliwe skutki zagrożenia	Ocena końcowa				Kategoria ryzyka	Stosowane środki ochrony
				S	E	P	R		
17	Stres, frustracja, gniew, lęk i zagubienie	Praca w okresie zagrożenia epidemicznego, praca zdalna, praca w określonym reżimie sanitarnym (stosowanie środków ochrony indywidualnej), niepewność	Bóle głowy, drażliwość, brak skupienia, obciążenia serca i układu krążenia, chroniczne zmęczenie, lęk, poczucie wyczerpania. Choroby układu pokarmowego.	3	6	3	36	akceptowalne - działania nie są konieczne	Zapewnienie przez kierownictwo dostępu do informacji oraz środków ochrony indywidualnej i środków dezynfekcyjnych. Umożliwienie pracy zdalnej. Zapobieganie narażeniu na stygmatyzowanie, izolowanie od zespołu i pomijanie w życiu społeczności pracowników osób, które przeszły chorobę COVID-19.
18	Agresja zwierząt	Zwierzęta domowe w kontrolowanych lokalach: koty, psy	Rany kąsane, zadrapania	3	6	1	18	akceptowalne - działania nie są konieczne	Zachowanie szczególnej ostrożności i zasady ograniczonego zaufania w przypadku oględzin budynku, lokalu mieszkalnego, w którym znajduje się zwierzę domowe.
19	Agresja ze strony klienta	Awantury podczas eksmisji. Słowne obelgi, groźby, urazy.	Skaleczenia, otarcia, potłuczenia (siniaki, guzy), złamania. Nerwice.	7	0,5	6	21	akceptowalne - działania nie są konieczne	Identyfikacja niebezpiecznych warunków w środowisku pracy. Wdrożenie procedur zapobiegających przemocy w pracy. Szkolenia w zakresie metod przeciwdziałania przemocy (wzmożona uwaga, np. treningi sposobów rozmowy z agresywnym klientem). Właściwa organizacja pracy.
Czynniki biologiczne									
20	Kurz, bakterie, grzyby, pleśnie, insekty	Kurz, bakterie, grzyby, pleśnie, insekty występujące w budynkach, lokalach o złym stanie sanitarnym. Klimatyzacja.	Choroby układu oddechowego,	3	6	1	18	akceptowalne - działania nie są konieczne	Poddawanie się szczepieniom ochronnym, przestrzeganie badań profilaktycznych, stosowanie ubioru odpowiedniego do warunków sanitarnych, przestrzeganie zasad higieny, stosowanie środków dezynfekcyjnych oraz środków ochrony indywidualnej.
21	Wirusy grypy (typ A, B, C) orthomyxoviridae	Wirusy, choroby przenoszone drogą kropelkową. Narażenie na zmienne warunki atmosferyczne.	Choroby układu oddechowego, przeziębienia, grypa, zapalenie płuc	3	6	3	36	akceptowalne - działania nie są konieczne	Poddawanie się szczepieniom ochronnym, przestrzeganie badań profilaktycznych, stosowanie ubioru odpowiedniego do warunków pogodowych, przestrzeganie zasad higieny, stosowanie środków dezynfekcyjnych oraz środków ochrony indywidualnej.
22	Wirus SARS-CoV-2	Ludzie. Przenoszone drogą powietrzno-kropelkową podczas kaszlu lub kichania. Dotykając powierzchni lub przedmiotów skażonych wirusem, a następnie dotykając ust, nosa lub oczu.	Ostra choroba układu oddechowego – COVID-19	15	6	0,5	45	akceptowalne - działania nie są konieczne	Przestrzeganie badań profilaktycznych, przestrzeganie zasad higieny, stosowanie środków dezynfekcyjnych oraz środków ochrony indywidualnej. Częste czyszczenie widocznie zabrudzonych i dotykowych powierzchni, a następnie dezynfekcja wykonywane przez personel sprzątający.
Czynniki chemiczne									
23	Środki dezynfekcyjne do rąk i powierzchni (IZOSOL D, Gold Drop, CX80, COVI-SEPT)	Unoszące się w powietrzu aerozole, środki dezynfekcyjne na bazie alkoholu	Możliwość podrażnienia błony śluzowej nosa, gardła i oczu, podrażnienie skóry	1	6	1	6	akceptowalne - działania nie są konieczne	W przypadku środków dezynfekcyjnych w aerozolu lub do spryskiwaczy dezynfekować powierzchnie i ręce z zachowaniem bezpiecznej odległości. Stosowanie środków łagodzących podrażnienia skóry.
24	Kontakt z lateksem oraz talkiem	Lateksowe rękawice i inne gumowe części oraz umieszczany wewnątrz rękawic talk	Możliwość uczuleń	1	6	1	6	akceptowalne - działania nie są konieczne	W przypadku uczulenia na lateks należy stosować rękawice wykonane z innych materiałów, a także unikać kontaktu z innymi produktami zawierającymi lateks.

Świadczenie usług medycznych na rzecz pracowników Zarządu Komunalnych Zasobów Lokalowych sp. z o.o.

4. INSPEKTORZY TECHNICZNI, TECHNICY BUDOWLANI

Cecha	Opis
Stanowisko pracy	**Pracownicy Działu Remontów i Inwestycji oraz pracownicy techniczni Punktów Obsługi Klienta**
Opis stanowiska pracy	Stanowisko pracy znajduje się w pomieszczeniu administracyjno-biurowym. Stanowisko pracy wyposażone jest w komputer, drukarkę oraz obrotowe krzesło z pięcioramienną podstawą z kółkami jezdnymi, odpowiednio wyprofilowane, z możliwością regulacji wysokości od poziomu podłogi i regulacji oparcia. Wyposażone jest w urządzenia biurowe. Wyposażenie pomieszczenia stanową również szafy na dokumenty. Budowane obiekty, remontowane pomieszczenia. Wizytowane lokale i obiekty.
Wykonywane prace, zadania, czynności	Opracowywanie i sporządzanie dokumentacji biurowej, wprowadzanie i przetwarzanie danych z wykorzystaniem komputera, korzystanie z elektronicznych nośników informacji, archiwizowanie dokumentów, utrzymywanie ładu i porządku na stanowisku pracy. Kierowanie samochodem służbowym. Wyjazdy na inwestycje budowlane, sporządzanie kosztorysów i opinii, oględziny lokali.
Czas pracy	Praca jednozmianowa
Wysiłek	Praca w wymuszonej pozycji ciała – siedzącej, chodzącej
Stosowane maszyny, urządzenia, narzędzia	Komputer, urządzenia biurowe, samochód, rower
Kwalifikacje osób zatrudnionych na tym stanowisku pracy	Osoby zatrudnione na tym stanowisku posiadają aktualne badania lekarskie stwierdzające brak przeciwskazań do wykonywania pracy oraz zostały przeszkolone z zakresu bhp zgodnie z obowiązującymi przepisami.
Stosowane środki ochrony zbiorowej i indywidualnej	Hełm ochronny, kamizelka odblaskowa, maseczki, rękawiczki
Inne informacje	Uprawnienia do pracy na wysokości powyżej 3 m.
Częstotliwość szkoleń BHP	Szkolenie okresowe co 6 lat.
Częstotliwość badań lekarskich	Wg zaleceń lekarza medycyny pracy.

Świadczenie usług medycznych na rzecz pracowników Zarządu Komunalnych Zasobów Lokalowych sp. z o.o.

Lp.	Zagrożenie	Źródło zagrożenia	Możliwe skutki zagrożenia	Ocena końcowa				Kategoria ryzyka	Stosowane środki ochrony
				S	E	P	R		
Czynniki fizyczne									
1	Poślizgnięcie, upadek	Śliskie, nierówne powierzchnie posadzki, nieporządek na stanowisku pracy, niewłaściwe obuwie	Małe powierzchniowe urazy (stłuczenia), zwichnięcia, skręcenia i naderwania stawów, naderwania wiązadeł stawu skokowego i stopy, złamania kończyn	3	6	1	18	akceptowalne - działania nie są konieczne	Utrzymywanie porządku w pomieszczeniu i na drogach komunikacji wewnętrznej, stosowanie odpowiedniego obuwia, zachowanie szczególnej ostrożności, ograniczenie pośpiechu.
2	Różnica poziomów (upadek na niższy poziom)	Śliskie, nierówne (w zimie nie odśnieżone, zabłocone) schody. Wychylanie się poza obręb zbiorowych zabezpieczeń przed upadkiem z wysokości (balustrad). Niestosowanie w trakcie kontroli sprzętu do tymczasowej pracy na wysokości. Zły stan techniczny schodów, balustrad.	Złamania kończyn, uszkodzenia kręgosłupa, potłuczenia, urazy	7	6	1	42	akceptowalne - działania nie są konieczne	Stosowanie przez pracownika odpowiedniego obuwia, zachowanie ostrożności przy wchodzeniu i schodzeniu ze schodów, stosowanie środków ochrony indywidualnej chroniącej przed upadkiem z wysokości (szelki bezpieczeństwa w przypadku powierzchni niezabezpieczonych stałymi elementami konstrukcji lub wychylania się poza obrys zbiorowych zabezpieczeń prze upadkiem), ograniczenie pośpiechu, zachowanie ostrożności.
3	Ograniczone przestrzenie (uderzenie się o nieruchome przedmioty)	Naroża mebli stanowiących wyposażenie stanowiska pracy, elementy wejść, dojść na inwestycji, w kontrolowanym budynku	Stłuczenia ciała (zwłaszcza bark, ręce).	1	6	1	6	akceptowalne - działania nie są konieczne	Dbanie o porządek, właściwa organizacja stanowisk pracy w pomieszczeniu, zachowanie ostrożności.
4	Ostre i szorstkie narzędzia oraz krawędzie	Wykorzystywane zszywacze, nożyczki, nożyki do cięcia papieru. Krawędzie papierowych opakowań i kartek papieru	Skaleczenia i zakłucia dłoni.	1	6	6	36	akceptowalne - działania nie są konieczne	Wzmożona uwaga przy manipulacji stwarzającymi zagrożenie skaleczeniem prostymi narzędziami oraz w trakcie otwierania opakowań (np. przesyłek).
5	Zagrożenia spowodowane przez wystające elementy, ostre krawędzie, chropowate powierzchnie	Elementy konstrukcyjne, m.in.: wznoszonych obiektów, maszyn wykorzystywanych na budowie, rusztowań oraz szalunków (deskowań). Zły stan techniczny kontrolowanych obiektów	Skaleczenia, otarcia, zakłucia – najczęściej dłoni.	1	6	3	18	akceptowalne - działania nie są konieczne	Zachowanie ostrożności. Ograniczenie pośpiechu.
6	Przedmioty usytuowane na wysokości, grożące upadkiem	Segregatory z dokumentacją umieszczone na wyższych półkach. Przedmioty, narzędzia usytuowane na wysokości na budowie (np. narzędzia, materiały składowane na rusztowaniu).	Skaleczenia (rany cięte). Stłuczenia (siniaki). Zadrapania. Możliwe też wstrząśnienia mózgu.	3	6	1	18	akceptowalne - działania nie są konieczne	Utrzymywanie ładu i porządku (zwłaszcza podczas układania materiałów na wyższych półkach). Wzmożona uwaga w czasie manipulowania opakowaniami zbiorczymi. Do zdejmowania i układania materiałów na wyższych półkach wykorzystywanie drabin rozstawnych. Zasada składowania przedmiotów cięższych na niższych półkach. Ograniczenie pośpiechu. Poruszanie się w hełmie ochronnym na terenie inwestycji budowlanej.

Świadczenie usług medycznych na rzecz pracowników Zarządu Komunalnych Zasobów Lokalowych sp. z o.o.

Lp.	Zagrożenie	Źródło zagrożenia	Możliwe skutki zagrożenia	Ocena końcowa				Kategoria ryzyka	Stosowane środki ochrony
				S	E	P	R		
7	Obracające się części maszyn grożące pochwyceniem	Maszyny i urządzenia użytkowane w luźnym ubraniu, z niedopiętymi rękawami, luźnymi elementami ubrania	Skaleczenia, zwłaszcza rąk.	3	6	1	18	akceptowalne - działania nie są konieczne	Przestrzeganie instrukcji bhp obsługi urządzenia (zakaz pracy z luźnymi elementami stroju). Wzmożona uwaga i ograniczenie pośpiechu. Zakaz wkładania palców do otworu szczeliny wejściowej niszczarki celem odblokowania urządzenia. Unikanie pochwycenia długich włosów poprzez utrzymywanie ich z dala od otworu wejściowego urządzenia (np. spięcie włosów). Nakaz odłączania wtyczki zasilania z gniazdka przed przystąpieniem do przesuwania, czyszczenia urządzenia lub innej czynności niż zwykła obsługa (niszczenie dokumentów).
8	Ruchome i stałe obiekty (wypadek komunikacyjny, potrącenie, przygniecenie przez inne pojazdy w ruchu)	Podczas prowadzenia samochodu, podczas naprawy awaryjnej samochodu, manewrujące na terenie budowy maszyny budowlane i środki transportu	Śmierć, kalectwo, zewnętrzne i wewnętrzne obrażenia ciała, zmiażdżenia, złamania	15	6	0,5	45	akceptowalne - działania nie są konieczne	Przestrzeganie przepisów o ruchu drogowym, zachowanie szczególnej ostrożności podczas służbowych wyjazdów/wyjść poza teren placówki, zachowanie ograniczonego zaufania do innych użytkowników drogi, dostosowanie prędkości do warunków drogowych, sprawność pojazdu, sprawność psychofizyczna kierowcy, zapinanie pasów bezpieczeństwa, stosowanie okularów przeciwsłonecznych w szczególnie słoneczne dni, zachowanie ostrożności.
9	Zmienny mikroklimat	Zmienne warunki atmosferyczne podczas wykonywania pracy na zewnątrz - możliwość (w zależności od pory roku) udaru słonecznego, odmrożeń, ostrych i przewlekłych chorób układu oddechowego, klimatyzacja w pomieszczeniach pracy	Przeziębienia lub przegrzania, choroby układu oddechowego	3	6	1	18	akceptowalne - działania nie są konieczne	Dostosowanie mikroklimatu do subiektywnego odczucia komfortu cieplnego, zależnego nie tylko od temperatury i wilgotności, ale i od sposobu ubierania się i cech osobowych pracowników, zapewnienie właściwej temperatury i wentylacji w samochodzie w czasie podróży. Odpowiednie ustawienie klimatyzacji oraz klimatyzatorów mobilnych oraz dostosowanie jej do preferencji wszystkich użytkowników w pomieszczeniu.
10	Hałas	Hałas spowodowany przez pojazdy poruszające się po drodze, urządzenia do obróbki betonu powodujące hałas o natężeniu powyżej 80 dB, pracujące maszyny. Uszkodzone i głośno pracujące urządzenia, emitowany przez sprzęt biurowy, rozmowy, telefon itp. w pomieszczeniach o złych warunkach akustycznych, odgłosy zachodzące z zewnątrz.	Napięcie nerwowe, zmęczenie psychiczne	3	6	1	18	akceptowalne - działania nie są konieczne	Wyeliminowanie sytuacji kumulowania wokół stanowiska pracy wielu tzw. „głośnych” urządzeń, ograniczenie hałasu dochodzącego z zewnątrz.
11	Poparzenia termiczne	Podczas parzenia i przenoszenia napojów, gorące posiłki, czajnik, ekspres do kawy, kuchenka mikrofalowa	Oparzenia termiczne ciała – najczęściej dłoni	3	6	1	18	akceptowalne - działania nie są konieczne	Zachowanie ostrożności, przestrzeganie instrukcji obsługi, działania ograniczające pośpiech

Świadczenie usług medycznych na rzecz pracowników Zarządu Komunalnych Zasobów Lokalowych sp. z o.o.

Lp.	Zagrożenie	Źródło zagrożenia	Możliwe skutki zagrożenia	Ocena końcowa				Kategoria ryzyka	Stosowane środki ochrony
				S	E	P	R		
12	Pożar	Wadliwa instalacja elektryczna, aerozole łatwopalnych środków dezynfekcyjnych na bazie alkoholu	Uduszenie, spalenie, zatrucie trującymi wydzielającymi się gazami, poparzenie, wybuch	40	0,5	0,5	10	akceptowalne - działania nie są konieczne	Przestrzeganie procedur i instrukcji (m.in. wyłączanie urządzeń elektrycznych po zakończeniu pracy, palenie tytoniu jedynie w wyznaczonych miejscach). Prawidłowe rozmieszczenia i oznakowanie miejsc usytuowania podręcznego sprzętu ppoż. oraz jego kontrola (np. sprawności gaśnic). Zakaz zastawiania dróg i wyjść ewakuacyjnych (nawet tylko na chwilę). Szkolenie pracowników w zakresie zasad postępowania na wypadek powstania pożaru. Sprawna ochrona przeciwporażeniowa instalacji i urządzeń elektrycznych (regularne przeglądy, oględziny i pomiary skuteczności). Kontrola wzrokowa pomieszczeń przed ich opuszczeniem. Przechowywanie środków dezynfekcyjnych w szczelnie zamkniętych opakowaniach. Przechowywanie środków dezynfekcyjnych z dala od źródeł ciepła, gorących powierzchni, źródeł iskrzenia, otwartego ognia i innych źródeł zapłonu.
13	Porażenie prądem elektrycznym	Wadliwa instalacja elektryczna, nieprawidłowo eksploatowane urządzenia elektryczne, eksploatacja niesprawnych urządzeń elektrycznych. Urządzenia elektryczne eksploatowane na placu budowy.	Poparzenie, śmierć, urazy na skutek uderzenia po porażeniu prądem	40	1	0,5	20	akceptowalne - działania nie są konieczne	Dokonywanie przeglądów instalacji elektrycznej i instalacji odgromowej zgodnie z przepisami prawnymi, bieżące zgłaszanie zauważonych usterek sprzętu elektrycznego, natychmiastowe wycofanie z użytkowania sprzętu uszkodzonego.
Czynniki ergonomiczne, psychospołeczne i związane z organizacją pracy									
14	Obciążenie fizyczne – statyczne (przeciążenie narządu ruchu wskutek wymuszonej pozycji ciała)	Praca przy komputerze	Bóle mięśniowe, zwyrodnienia kręgosłupa i stawów	3	6	1	18	akceptowalne - działania nie są konieczne	Przygotowanie stanowiska pracy zgodnie z zasadami ergonomii, właściwy dobór biurek, stołów do pracy z komputerami, wolna przestrzeń dla nóg pracownika pod biurkiem, zastosowanie podnóżka na życzenie pracownika, prawidłowo wyregulowane siedzisko, w tym odpowiednio wyprofilowana krawędź siedziska i podłokietniki, monitor ustawiony na wprost użytkownika, klawiatura umieszczona w sposób umożliwiający oparcie nadgarstków na powierzchni stołu. Stosowanie przerw zależnie od nasilenia pracy wzrokowej. Okresowe badania lekarskie.
15	Nieodpowiednie oświetlenie (przeciążenie narządu wzroku)	Praca przy komputerze, oświetlenie stanowiska	Zmęczenie wzroku. Bóle głowy i okresowe złe samopoczucie. Bóle oczu – zapalenie spojówek – łzawienie.	3	6	1	18	akceptowalne - działania nie są konieczne	Przestrzeganie instrukcji stanowiskowej dotyczącej pracy z komputerem.

Świadczenie usług medycznych na rzecz pracowników Zarządu Komunalnych Zasobów Lokalowych sp. z o.o.

Lp.	Zagrożenie	Źródło zagrożenia	Możliwe skutki zagrożenia	Ocena końcowa				Kategoria ryzyka	Stosowane środki ochrony
				S	E	P	R		
16	Stres – duże obciążenie psychiczne związane ze: • sposobem i warunkami odbierania informacji, • warunkami podejmowania decyzji (czasem pośpiech, kilka decyzji równolegle, itp.), • sposobem i warunkami wykonywania czynności.	Przeciążenie pracą. Służbowe relacje z innymi pracownikami, przełożonym, podwładnymi oraz podmiotami zewnętrznymi, kontrole. Odpowiedzialność za: • terminy oddania poszczególnych etapów prac, • jakość wykonania poszczególnych robót. Działanie pod presją czasu.	Nerwice, psychozy, bóle głowy, drażliwość, brak skupienia, obciążenia serca i układu krążenia, chroniczne zmęczenie, lęk, poczucie wyczerpania. Choroby układu pokarmowego.	3	6	3	36	akceptowalne - działania nie są konieczne	Zapewnienie przez kierownictwo właściwej atmosfery w pracy, częste życzliwe rozmowy pomiędzy przełożonymi i podwładnymi, zapewnienie przerw w pracy i właściwego wypoczynku, spotkania integracyjne.
17	Stres, frustracja, gniew, lęk i zagubienie	Praca w okresie zagrożenia epidemicznego, praca zdalna, praca w określonym reżimie sanitarnym (stosowanie środków ochrony indywidualnej), niepewność	Bóle głowy, drażliwość, brak skupienia, obciążenia serca i układu krążenia, chroniczne zmęczenie, lęk, poczucie wyczerpania. Choroby układu pokarmowego.	3	6	3	36	akceptowalne - działania nie są konieczne	Zapewnienie przez kierownictwo dostępu do informacji oraz środków ochrony indywidualnej i środków dezynfekcyjnych. Umożliwienie pracy zdalnej. Zapobieganie narażeniu na stygmatyzowanie, izolowanie od zespołu i pomijanie w życiu społeczności pracowników osób, które przeszły chorobę COVID-19.
18	Agresja zwierząt	Zwierzęta domowe w kontrolowanych lokalach: koty, psy	Rany kąsane, zadrapania	3	6	1	18	akceptowalne - działania nie są konieczne	Zachowanie szczególnej ostrożności i zasady ograniczonego zaufania w przypadku kontroli budynku, lokalu mieszkalnego, w którym znajduje się zwierzę domowe.
19	Agresja ze strony klienta, wykonawcy robót	Awantury. Słowne obelgi, groźby, urazy.	Skaleczenia, otarcia, potłuczenia (siniaki, guzy), złamania. Nerwice.	7	0,5	6	21	akceptowalne - działania nie są konieczne	Identyfikacja niebezpiecznych warunków w środowisku pracy. Wdrożenie procedur zapobiegających przemocy w pracy. Szkolenia w zakresie metod przeciwdziałania przemocy (wzmożona uwaga, np. treningi sposobów rozmowy z agresywnym klientem). Właściwa organizacja pracy.
Czynniki biologiczne									
20	Grzyby, pleśnie, bakterie	Klimatyzacja. Kurz, wilgotny papier, bakterie i grzyby znajdujące się w dokumentach przechowywanych w nieodpowiednich warunkach.	Choroby układu oddechowego	3	6	1	18	akceptowalne - działania nie są konieczne	Poddawanie się szczepieniom ochronnym, przestrzeganie badań profilaktycznych, stosowanie ubioru odpowiedniego do warunków pogodowych, przestrzeganie zasad higieny, stosowanie środków dezynfekcyjnych oraz środków ochrony indywidualnej.
21	Wirusy grypy (typ A, B, C) orthomyxoviridae	Wirusy, choroby przenoszone drogą kropelkową. Narażenie na zmienne warunki atmosferyczne.	Choroby układu oddechowego, przeziębienia, grypa, zapalenie płuc	3	6	3	36	akceptowalne - działania nie są konieczne	Poddawanie się szczepieniom ochronnym, przestrzeganie badań profilaktycznych, stosowanie ubioru odpowiedniego do warunków pogodowych, przestrzeganie zasad higieny, stosowanie środków dezynfekcyjnych oraz środków ochrony indywidualnej.
22	Wirus SARS-CoV-2	Ludzie. Przenoszone drogą powietrzno-kropelkową.	Ostra choroba układu oddechowego – COVID-19	15	6	0,5	45	akceptowalne - działania nie są konieczne	Przestrzeganie badań profilaktycznych, przestrzeganie zasad higieny, stosowanie środków dezynfekcyjnych oraz środków ochrony indywidualnej.

Świadczenie usług medycznych na rzecz pracowników Zarządu Komunalnych Zasobów Lokalowych sp. z o.o.

Lp.	Zagrożenie	Źródło zagrożenia	Możliwe skutki zagrożenia	Ocena końcowa				Kategoria ryzyka	Stosowane środki ochrony
				S	E	P	R		
Czynniki chemiczne									
23	Zapylenie	Pyły powstające m.in. podczas skrobania ścian ze starej farby, usuwania nierówności, gipsowania a później szlifowania, wiercenia, szlifowania i cięcia glazury, mieszania i przesypywania zaprawy klejowej i zaprawy tynkarskiej.	Podrażnienia oczu, objawy niewielkiego zatrucia, bóle głowy itp.	3	6	1	18	akceptowalne - działania nie są konieczne	Stosowanie środków ochrony indywidualnej.
24	Środki dezynfekcyjne do rąk i powierzchni (IZOSOL D, Gold Drop, CX80, COVI-SEPT)	Unoszące się w powietrzu aerozole, środki dezynfekcyjne na bazie alkoholu	Możliwość podrażnienia błony śluzowej nosa, gardła i oczu, podrażnienie skóry	1	6	1	6	akceptowalne - działania nie są konieczne	W przypadków środków dezynfekcyjnych w aerozolu lub do spryskiwaczy dezynfekować powierzchnie i ręce z zachowaniem bezpiecznej odległości. Stosowanie środków łagodzących podrażnienia skóry.
25	Kontakt z lateksem oraz talkiem	Lateksowe rękawice i inne gumowe części oraz umieszczany wewnątrz rękawic talk	Możliwość uczuleń	1	6	1	6	akceptowalne - działania nie są konieczne	W przypadku uczulenia na lateks należy stosować rękawice wykonane z innych materiałów, a także unikać kontaktu z innymi produktami zawierającymi lateks.

Świadczenie usług medycznych na rzecz pracowników Zarządu Komunalnych Zasobów Lokalowych sp. z o.o.

5. ARCHIWISTA

Cecha	Opis
Stanowisko pracy	**Archiwista**
Opis stanowiska pracy	Stanowisko pracy znajduje się w pomieszczeniu Składnicy Akt. Stanowisko pracy wyposażone jest w komputer, drukarkę oraz obrotowe krzesło z pięcioramienną podstawą z kółkami jezdnymi, odpowiednio wyprofilowane, z możliwością regulacji wysokości od poziomu podłogi i regulacji oparcia. Wyposażone jest w urządzenia biurowe. Wyposażenie pomieszczenia stanową również szafy i regały na dokumenty.
Wykonywane prace, zadania, czynności	Opiekuje się zbiorami dokumentów, gromadzi akta, odpowiednio je opisuje, klasyfikuje, przechowuje i udostępnia dokumenty, ocenia, czy zbiory są jeszcze zdatne do użytku - zniszczone i niepotrzebne dokumenty przekazuje do zniszczenia, bierze udział w procesie niszczenia akt, dba o odpowiednią temperaturę i wilgotność w archiwum, obsługuje klientów, którzy przychodzą do archiwum, poszukując informacji, odszukuje potrzebne akta, dba o dokumenty, dba, aby osoby nieupoważnione nie miały dostępu do akt, wystawia zaświadczenia dla osób poszukujących danych dokumentów, uzgadnia sposób przechowywania i układu akt, analizuje akta i przekwalifikuje dokumenty.
Czas pracy	Praca jednozmianowa
Wysiłek	Praca w wymuszonej pozycji ciała – siedzącej, stojąca
Stosowane maszyny, urządzenia, narzędzia	Komputer, urządzenia biurowe, telefon
Kwalifikacje osób zatrudnionych na tym stanowisku pracy	Osoby zatrudnione na tym stanowisku posiadają aktualne badania lekarskie stwierdzające brak przeciwskazań do wykonywania pracy oraz zostały przeszkolone z zakresu bhp zgodnie z obowiązującymi przepisami.
Stosowane środki ochrony zbiorowej i indywidualnej	Maseczki, przyłbice, rękawice bawełniane
Inne informacje	Uprawnienia do pracy na wysokości do 3 m
Częstotliwość szkoleń BHP	Szkolenie okresowe co 6 lat.
Częstotliwość badań lekarskich	Wg zaleceń lekarza medycyny pracy.

Świadczenie usług medycznych na rzecz pracowników Zarządu Komunalnych Zasobów Lokalowych sp. z o.o.

Lp.	Zagrożenie	Źródło zagrożenia	Możliwe skutki zagrożenia	Ocena końcowa				Kategoria ryzyka	Stosowane środki ochrony
				S	E	P	R		
Czynniki fizyczne									
1	Poślizgnięcie, upadek	Śliskie, nierówne powierzchnie posadzki, nieporządek na stanowisku pracy, niewłaściwe obuwie	Małe powierzchniowe urazy (stłuczenia), zwichnięcia, skręcenia i naderwania stawów, naderwania wiązadeł stawu skokowego i stopy, złamania kończyn	3	10	1	30	akceptowalne - działania nie są konieczne	Utrzymywanie porządku w pomieszczeniu i na drogach komunikacji wewnętrznej, stosowanie odpowiedniego obuwia, zachowanie szczególnej ostrożności.
2	Różnica poziomów (upadek na niższy poziom)	Przemieszczanie się po schodach, drabinach	Złamania kończyn, uszkodzenia kręgosłupa, potłuczenia, urazy	7	6	1	42	akceptowalne - działania nie są konieczne	Stosowanie przez pracownika odpowiedniego obuwia, zachowanie ostrożności przy wchodzeniu i schodzeniu ze schodów, stosowanie zabezpieczeń antypoślizgowych na schodach wewnętrznych i zewnętrznych (np. żółto-czarna taśma wyklejona na brzegach stopni).
3	Ograniczone przestrzenie (uderzenie się o nieruchome przedmioty)	Narożniki mebli stanowiących wyposażenie stanowiska pracy, elementy wejść	Stłuczenia ciała (zwłaszcza bark, ręce, nogi)	3	6	1	18	akceptowalne - działania nie są konieczne	Dbanie o porządek, właściwa organizacja stanowisk pracy w pomieszczeniu, zachowanie ostrożności.
4	Przedmioty usytuowane na wysokości, grożące upadkiem	Akta umieszczone na wyższych półkach. Spadające z półek regałów opakowania zbiorcze i pojedyncze przedmioty, najczęściej w sytuacji złego i przypadkowego ich składowania	Skaleczenia (rany cięte). Stłuczenia (siniaki). Zadrapania. Możliwe też wstrząśnienia mózgu	3	6	1	18	akceptowalne - działania nie są konieczne	Utrzymywanie ładu i porządku (zwłaszcza podczas układania materiałów na wyższych półkach). Wzmożona uwaga w czasie manipulowania opakowaniami zbiorczymi. Do zdejmowania i układania materiałów na wyższych półkach wykorzystywanie dwustopniowych schodków z antypoślizgowymi stopniami lub drabin rozstawnych. Zasada składowania przedmiotów cięższych na niższych półkach. Ograniczenie pośpiechu.
5	Mikroklimat	Temperatura w zakresie 10-20^{0}C	Choroby układu oddechowego	3	6	1	18	akceptowalne - działania nie są konieczne	Stosowanie odzieży ochronnej odpowiedniej do temperatury otoczenia.
6	Poparzenia termiczne	Podczas parzenia i przenoszenia napojów, gorące posiłki, czajnik, ekspres do kawy, kuchenka mikrofalowa	Oparzenia termiczne ciała – najczęściej dłoni	3	6	1	18	akceptowalne - działania nie są konieczne	Zachowanie ostrożności, przestrzeganie instrukcji obsługi, działania ograniczające pośpiech.

Świadczenie usług medycznych na rzecz pracowników Zarządu Komunalnych Zasobów Lokalowych sp. z o.o.

Lp.	Zagrożenie	Źródło zagrożenia	Możliwe skutki zagrożenia	Ocena końcowa				Kategoria ryzyka	Stosowane środki ochrony
				S	E	P	R		
7	Pożar	Wadliwa instalacja elektryczna, aerozole łatwopalnych środków dezynfekcyjnych na bazie alkoholu	Uduszenie, spalenie, zatrucie trującymi wydzielającymi się gazami, poparzenie, wybuch	40	1	0,5	20	akceptowalne - działania nie są konieczne	Przestrzeganie procedur i instrukcji (m.in. wyłączanie urządzeń elektrycznych po zakończeniu pracy, palenie tytoniu jedynie w wyznaczonych miejscach). Prawidłowe rozmieszczenia i oznakowanie miejsc usytuowania podręcznego sprzętu ppoż. oraz jego kontrola (np. sprawności gaśnic). Zakaz zastawiania dróg i wyjść ewakuacyjnych (nawet tylko na chwilę). Szkolenie pracowników w zakresie zasad postępowania na wypadek powstania pożaru. Sprawna ochrona przeciwporażeniowa instalacji i urządzeń elektrycznych (regularne przeglądy, oględziny i pomiary skuteczności). Kontrola wzrokowa pomieszczeń przed ich opuszczeniem. Przechowywanie środków dezynfekcyjnych w szczelnie zamkniętych opakowaniach. Przechowywanie środków dezynfekcyjnych z dala od źródeł ciepła, gorących powierzchni, źródeł iskrzenia, otwartego ognia i innych źródeł zapłonu.
8	Porażenie prądem elektrycznym	Wadliwa instalacja elektryczna, nieprawidłowo eksploatowane urządzenia elektryczne, eksploatacja niesprawnych urządzeń elektrycznych	Poparzenie, śmierć, urazy na skutek uderzenia po porażeniu prądem	40	1	0,5	20	akceptowalne - działania nie są konieczne	Dokonywanie przeglądów instalacji elektrycznej i instalacji odgromowej zgodnie z przepisami prawnymi, bieżące zgłaszanie zauważonych usterek sprzętu elektrycznego, natychmiastowe wycofanie z użytkowania sprzętu uszkodzonego.
Czynniki ergonomiczne, psychospołeczne i związane z organizacją pracy									
9	Obciążenie fizyczne – statyczne (przeciążenie narządu ruchu wskutek wymuszonej pozycji ciała)	Praca przy komputerze	Bóle mięśniowe, zwyrodnienia kręgosłupa i stawów	3	6	1	18	akceptowalne - działania nie są konieczne	Przygotowanie stanowiska pracy zgodnie z zasadami ergonomii (właściwy dobór biurek, stołów do pracy z komputerami, wolna przestrzeń dla nóg pracownika pod biurkiem, zastosowanie podnóżka, prawidłowo wyregulowane siedzisko, w tym odpowiednio wyprofilowana krawędź siedziska i podłokietniki, monitor ustawiony na wprost użytkownika, klawiatura umieszczona w sposób umożliwiający oparcie nadgarstków na powierzchni stołu. Stosowanie przerw zależnie od nasilenia pracy wzrokowej. Okresowe badania lekarskie.
10	Nieodpowiednie oświetlenie (przeciążenie narządu wzroku)	Praca przy komputerze, oświetlenie stanowiska	Zmęczenie wzroku. Bóle głowy i okresowe złe samopoczucie. Bóle oczu – zapalenie spojówek – łzawienie.	3	6	1	18	akceptowalne - działania nie są konieczne	Przestrzeganie instrukcji stanowiskowej dotyczącej m.in. ustawienia monitora, właściwego oświetlenia itd., stosowanie przerw w pracy, czasowa zmiana rodzaju zajęć.
11	Stres	Przeciążenie pracą. Służbowe relacje z innymi pracownikami, przełożonym, podwładnymi oraz podmiotami zewnętrznymi, kontrole	Nerwice, psychozy, bóle głowy, drażliwość, brak skupienia, obciążenia serca i układu krążenia, chroniczne zmęczenie, lęk, poczucie wyczerpania. Choroby układu pokarmowego.	3	3	3	27	akceptowalne - działania nie są konieczne	Zapewnienie przez kierownictwo właściwej atmosfery w pracy, częste życzliwe rozmowy pomiędzy przełożonymi i podwładnymi, zapewnienie przerw w pracy i właściwego wypoczynku, spotkania integracyjne.

Świadczenie usług medycznych na rzecz pracowników Zarządu Komunalnych Zasobów Lokalowych sp. z o.o.

Lp.	Zagrożenie	Źródło zagrożenia	Możliwe skutki zagrożenia	Ocena końcowa				Kategoria ryzyka	Stosowane środki ochrony
				S	E	P	R		
12	Stres, frustracja, gniew, lęk i zagubienie	Praca w okresie zagrożenia epidemicznego, praca zdalna, praca w określonym reżimie sanitarnym (stosowanie środków ochrony indywidualnej), niepewność	Bóle głowy, drażliwość, brak skupienia, obciążenia serca i układu krążenia, chroniczne zmęczenie, lęk, poczucie wyczerpania. Choroby układu pokarmowego.	3	6	1	18	akceptowalne - działania nie są konieczne	Zapewnienie przez kierownictwo dostępu do informacji oraz środków ochrony indywidualnej i środków dezynfekcyjnych. Umożliwienie pracy zdalnej. Zapobieganie narażeniu na stygmatyzowanie, izolowanie od zespołu i pomijanie w życiu społeczności pracowników osób, które przeszły chorobę COVID-19.
Czynniki biologiczne									
13	Kontakt z alergizującymi i toksyno twórczymi bakteriami oraz pleśniami	Kurz, pył, wilgotny papier, bakterie i grzyby znajdujące się w dokumentach przechowywanych w nieodpowiednich warunkach.	Choroby alergiczne i immunotoksyczne układu oddechowego (astma oskrzelowa, alergiczny nieżyt nosa, syndrom toksyczny wywołany pyłem organicznym), spojówek i skóry. Choroby infekcyjne – grzybice. Alergie grzybowe. Mikotoksykozy.	3	6	1	18	akceptowalne - działania nie są konieczne	Poddawanie się szczepieniom ochronnym, przestrzeganie badań profilaktycznych, stosowanie ubioru odpowiedniego do warunków pogodowych, przestrzeganie zasad higieny, stosowanie środków dezynfekcyjnych oraz środków ochrony indywidualnej.
14	Wirusy grypy (typ A, B, C) orthomyxoviridae	Wirusy, choroby przenoszone drogą kropelkową. Narażenie na zmienne warunki atmosferyczne.	Choroby układu oddechowego, przeziębienia, grypa, zapalenie płuc	3	6	1	18	akceptowalne - działania nie są konieczne	Poddawanie się szczepieniom ochronnym, przestrzeganie badań profilaktycznych, stosowanie ubioru odpowiedniego do warunków pogodowych, przestrzeganie zasad higieny, stosowanie środków dezynfekcyjnych oraz środków ochrony indywidualnej.
15	Wirus SARS-CoV-2	Ludzie. Przenoszone drogą powietrzno-kropelkową podczas kaszlu lub kichania. Dotykając powierzchni lub przedmiotów skażonych wirusem, a następnie dotykając ust, nosa lub oczu.	Ostra choroba układu oddechowego – COVID-19	3	6	1	18	akceptowalne - działania nie są konieczne	Przestrzeganie badań profilaktycznych, przestrzeganie zasad higieny, stosowanie środków dezynfekcyjnych oraz środków ochrony indywidualnej. Częste czyszczenie widocznie zabrudzonych i dotykowych powierzchni, a następnie dezynfekcja.
Czynniki chemiczne									

Świadczenie usług medycznych na rzecz pracowników Zarządu Komunalnych Zasobów Lokalowych sp. z o.o.

Lp.	Zagrożenie	Źródło zagrożenia	Możliwe skutki zagrożenia	Ocena końcowa				Kategoria ryzyka	Stosowane środki ochrony
				S	E	P	R		
16	Środki dezynfekcyjne do rąk i powierzchni (IZOSOL D, Gold Drop, CX80, COVI-SEPT)	Unoszące się w powietrzu aerozole, środki dezynfekcyjne na bazie alkoholu	Możliwość podrażnienia błony śluzowej nosa, gardła i oczu, podrażnienie skóry	3	6	1	18	akceptowalne - działania nie są konieczne	W przypadków środków dezynfekcyjnych w aerozolu lub do spryskiwaczy dezynfekować powierzchnie i ręce z zachowaniem bezpiecznej odległości. Stosowanie środków łagodzących podrażnienia skóry.
17	Kontakt z lateksem oraz talkiem	Lateksowe rękawice i inne gumowe części oraz umieszczany wewnątrz rękawic talk	Możliwość uczuleń	3	6	1	18	akceptowalne - działania nie są konieczne	W przypadku uczulenia na lateks należy stosować rękawice wykonane z innych materiałów, a także unikać kontaktu z innymi produktami zawierającymi lateks. Stosowanie rękawic bez pudrowych, winylowych, nitrylowych.

Świadczenie usług medycznych na rzecz pracowników Zarządu Komunalnych Zasobów Lokalowych sp. z o.o.

6. PRACOWNICY GRUPY MOBILNEJ

Cecha	Opis
Stanowisko pracy	**Grupa mobilna**
Opis stanowiska pracy	Prace porządkowo-konserwatorskie w pomieszczeniach wewnętrznych, zewnętrznych ciągach komunikacyjnych i terenach zielonych.
Wykonywane prace, zadania, czynności	Utrzymanie w czystości nieruchomości zasobu Spółki w tym: • Wykonywanie prac porządkowych w nieruchomościach tj.: mycie podłóg, okien, wycieranie kurzy, opróżnianie koszy na śmieci, zamiatanie, odśnieżanie, wystawianie pojemników na śmieci w dniu ich wywozu, koszenie, zbieranie skoszonej trawy, grabienie, pielęgnacja nasadzeń (podlewanie, odchwaszczanie, nawożenie i tym podobne), utrzymywanie w czystości parkingu; • Zgłaszanie na bieżąco wszelkich awarii i usterek; • Drobne naprawy lub wymiany: eklektyczne (wymiana żarówek, lamp, przewodów, starterów, czujników ruchu itp.), stolarskie (naprawa okien, drzwi itp.), ślusarskie (kłódki, klamki, wkładki itp.), budowlane (malowanie, szpachlowanie, szlifowanie), hydrauliczne (rury, krany, spłuczki, zlewy, miski ustępowe itp.). • Podejmowanie działań interwencyjnych w związku ze zgłoszeniem o braku porządku; • Wydawanie towaru Gospodarzom domu; • Zastępowanie Gospodarza domu; • Zakupy materiałów i narzędzi.
Czas pracy	Praca jednozmianowa
Wysiłek	Praca w pozycji zmiennej - stojącej, w ruchu, siedzącej
Stosowane maszyny, urządzenia, narzędzia	Narzędzia ręczne, sprzęt do utrzymania czystości (m.in. miotły, grabie, szufle), kosiarka spalinowa, dmuchawa do liści, wykaszarka, elektronarzędzia, nożyce akumulatorowe, drabiny. Samochód osobowy.
Kwalifikacje osób zatrudnionych na tym stanowisku pracy	Osoby zatrudnione na tym stanowisku posiadają aktualne badania lekarskie stwierdzające brak przeciwskazań do wykonywania pracy oraz zostały przeszkolone z zakresu bhp zgodnie z obowiązującymi przepisami.
Stosowane środki ochrony zbiorowej i indywidualnej	Zgodnie z regulaminem przydziału odzieży roboczej oraz środków ochrony indywidualnej
Inne informacje	Prawo jazdy kat. B w przypadku pracowników kierujących samochodem służbowym, uprawnienia do pracy na wysokości powyżej 3 m, uprawnienia elektryczne.
Częstotliwość szkoleń BHP	Szkolenie okresowe co 3 lata.
Częstotliwość badań lekarskich	Wg zaleceń lekarza medycyny pracy.

Świadczenie usług medycznych na rzecz pracowników Zarządu Komunalnych Zasobów Lokalowych sp. z o.o.

Lp.	Zagrożenie	Źródło zagrożenia	Możliwe skutki zagrożenia	Ocena końcowa				Kategoria ryzyka	Stosowane środki ochrony
				S	E	P	R		
Czynniki fizyczne									
1	Poślizgnięcie, upadek	Śliskie (błoto, mokra ziemia, trawa) i nierówne podłoże, śliskie nawierzchnie oblodzone - możliwość urazów w wyniku poślizgnięcia, potknięcia oraz upadku podczas odgarniania śniegu lub posypywania lodu piaskiem lub solą	Potłuczenia, złamania kończyn, urazy wewnętrzne, wstrząśnienie mózgu	7	6	1	42	akceptowalne - działania nie są konieczne	Utrzymywanie porządku, stosowanie odpowiedniego obuwia, zachowanie szczególnej ostrożności.
2	Różnica poziomów (upadek na niższy poziom)	Prace naprawcze, czyszczące prowadzone na wysokości (drabiny, podesty) - możliwość urazów na skutek upadku z wysokości, poruszanie się po schodach	Złamania kończyn, uszkodzenia kręgosłupa, potłuczenia, urazy	7	6	1	42	akceptowalne - działania nie są konieczne	Stosowanie przez pracownika obuwia na antypoślizgowej podeszwie, zachowanie ostrożności przy wchodzeniu i schodzeniu z drabiny, stosowanie zabezpieczeń antypoślizgowych na schodach zewnętrznych. Należy sprawdzić drabinę przed wejściem na nią. Nigdy nie należy wchodzić na niestabilnie ustawioną drabinę lub drabinę o śliskich szczeblach. Wykonywanie prac z użyciem drabin zgodnie z instrukcją pracy na wysokości. Lekarskie badania okresowe dopuszczające pracę na wysokości w przypadku prac powyżej 1 metra.
3	Obracające się części maszyn	W trakcie użytkowania urządzenia w luźnym ubraniu, z niedopiętymi rękawami, luźnymi elementami	Skaleczenia, zwłaszcza rąk.	3	6	1	18	akceptowalne - działania nie są konieczne	Przestrzeganie instrukcji bhp obsługi urządzenia (zakaz pracy z luźnymi elementami stroju). Wzmożona uwaga i ograniczenie pośpiechu. Nakaz odłączania wtyczki zasilania z gniazdka przed przystąpieniem do przesuwania, czyszczenia urządzenia lub innej czynności niż zwykła obsługa.
4	Pożar	Wadliwa instalacja elektryczna, aerozole łatwopalnych środków dezynfekcyjnych na bazie alkoholu, paliwo	Uduszenie, spalenie, zatrucie trującymi wydzielającymi się gazami, poparzenie	40	1	0,5	20	akceptowalne - działania nie są konieczne	Przestrzeganie procedur i instrukcji (m.in. wyłączanie urządzeń elektrycznych po zakończeniu pracy, palenie tytoniu jedynie w wyznaczonych miejscach). Prawidłowe rozmieszczenia i oznakowanie miejsc usytuowania podręcznego sprzętu ppoż. oraz jego kontrola (np. sprawności gaśnic). Zakaz zastawiania dróg i wyjść ewakuacyjnych (nawet tylko na chwilę). Szkolenie pracowników w zakresie zasad postępowania na wypadek powstania pożaru. Sprawna ochrona przeciwporażeniowa instalacji i urządzeń elektrycznych (regularne przeglądy, oględziny i pomiary skuteczności). Kontrola wzrokowa pomieszczeń przed ich opuszczeniem. Przechowywanie środków dezynfekcyjnych w szczelnie zamkniętych opakowaniach. Przechowywanie środków dezynfekcyjnych oraz paliwa z dala od źródeł ciepła, gorących powierzchni, źródeł iskrzenia, otwartego ognia i innych źródeł zapłonu.
5	Porażenie prądem elektrycznym	Wadliwa instalacja elektryczna, nieprawidłowo eksploatowane urządzenia elektryczne, eksploatacja niesprawnych urządzeń elektrycznych, naprawy elektryczne	Poparzenie, śmierć, urazy na skutek uderzenia po porażeniu prądem	40	1	0,5	20	akceptowalne - działania nie są konieczne	Dokonywanie przeglądów instalacji elektrycznej i instalacji odgromowej zgodnie z przepisami prawnymi, bieżące zgłaszanie zauważonych usterek sprzętu elektrycznego, natychmiastowe wycofanie z użytkowania sprzętu uszkodzonego, zachowanie szczególnej ostrożności podczas napraw usterek elektrycznych.

Świadczenie usług medycznych na rzecz pracowników Zarządu Komunalnych Zasobów Lokalowych sp. z o.o.

Lp.	Zagrożenie	Źródło zagrożenia	Możliwe skutki zagrożenia	Ocena końcowa				Kategoria ryzyka	Stosowane środki ochrony
				S	E	P	R		
6	Ostre krawędzie i chropowate powierzchnie, odpryski materiałów podczas prac	Narzędzia ręczne i mechaniczne stosowane w pracach porządkowych, naprawczych, budowlanych. Nie stosowanie środków ochrony indywidualnej (rękawic, okularów).	Urazy twarzy, oczu, zadrapania i ukłucia	3	6	1	18	akceptowalne - działania nie są konieczne	Przestrzeganie instrukcji stanowiskowej, instrukcji bhp narzędzi, sprzętu. Należy stosować rękawice chroniące prze skaleczeniem przy pracy z ostrymi narzędziami. Stosować środki ochrony oczu. Stałe utrzymywanie stanowiska pracy w należytym porządku, Stosowanie tylko sprawnych narzędzi.
7	Ostre narzędzia, kolczaste/kłujące, rośliny	Ostre narzędzia ogrodnicze, odlatujące części kamieni, kawałki drewna, podczas pracy z mechanicznym sprzętem ogrodniczym. Kolczaste/kłujące, czasem trujące, rośliny.	Urazy twarzy, oczu, zadrapania i ukłucia	3	6	1	18	akceptowalne - działania nie są konieczne	Przestrzeganie instrukcji stanowiskowej, instrukcji bhp narzędzi, sprzętu. Należy stosować rękawice chroniące przed skaleczeniem przy pracy z ostrymi narzędziami. Stosować środki ochrony oczu.
8	Ruchome i stałe obiekty (wypadek komunikacyjny, potrącenie, przygniecenie przez inne pojazdy w ruchu)	Podczas prowadzenia samochodu, podczas naprawy awaryjnej samochodu, podczas pracy w pobliżu pasa drogowego	Śmierć, kalectwo, zewnętrzne i wewnętrzne obrażenia ciała	15	6	0,5	45	akceptowalne - działania nie są konieczne	Przestrzeganie przepisów o ruchu drogowym, zachowanie szczególnej ostrożności podczas służbowych wyjazdów, zachowanie ograniczonego zaufania do innych użytkowników drogi, dostosowanie prędkości do warunków drogowych, sprawność pojazdu, sprawność psychofizyczna kierowcy, zapinanie pasów bezpieczeństwa, stosowanie okularów przeciwsłonecznych w szczególnie słoneczne dni.
9	Hałas	Hałas spowodowany przez pojazdy poruszające się po drodze, uszkodzone i głośno pracujące urządzenia, hałas spowodowany przez silnik kosiarki, wykaszarki i inny sprzęt ogrodniczy oraz elektronarzędzia	Napięcie nerwowe, zmęczenie psychiczne	3	6	1	18	akceptowalne - działania nie są konieczne	Dbanie o to, by używane narzędzia i urządzenia były sprawne technicznie, stosowanie ochronników słuchu podczas pracy z narzędziami wytwarzającymi hałas.
10	Zmienny mikroklimat	Zmienne warunki atmosferyczne podczas prac wykonywanych na wolnej przestrzeni - możliwość udaru słonecznego, odmrożeń, ostrych i przewlekłych chorób układu oddechowego podczas prac porządkowych w zmiennych warunkach atmosferycznych: sprzątanie chodników, trawników, zieleńców, odśnieżanie chodników	Przeziębienia lub przegrzania, udar słoneczny, odmrożenia, ostre i przewlekłe choroby układu oddechowego	3	6	3	36	akceptowalne - działania nie są konieczne	Pracownicy wykonujący pracę na zewnątrz pomieszczeń, powinni mieć dostęp do pomieszczeń w celu schowania się przed słońcem lub w okresie zimowym ogrzania się. Pracownik powinien mieć dostęp do napojów zimnych i ciepłych oraz w okresie zimowym do posiłków profilaktycznych. Stosowanie odzieży ochronnej, profilaktyka, szczepienia.
11	Pyły, sadze i aerozole	Powstające podczas sprzątania i prac naprawczych, budowlanych	Możliwość podrażnienia dróg oddechowych, oczu oraz skórnych reakcji uczuleniowych	3	6	1	18	akceptowalne - działania nie są konieczne	Należy stosować środki ochrony układu oddechowego (maski ochronne) w celu uniknięcia wdychania pyłów lub aerozoli.

Świadczenie usług medycznych na rzecz pracowników Zarządu Komunalnych Zasobów Lokalowych sp. z o.o.

Lp.	Zagrożenie	Źródło zagrożenia	Możliwe skutki zagrożenia	Ocena końcowa				Kategoria ryzyka	Stosowane środki ochrony
				S	E	P	R		
12	Ruch powietrza – przeciągi	Jednoczesne otwieranie okien i drzwi pomiędzy pomieszczeniami, na klatkach schodowych	Przeziębienia, choroby układu oddechowego, choroby reumatyczne	3	6	1	18	akceptowalne - działania nie są konieczne	Stosowanie odzieży ochronnej, profilaktyka, szczepienia
Czynniki ergonomiczne, psychospołeczne i związane z organizacją pracy									
13	Obciążenie układu mięśniowo-szkieletowego	Prace porządkowe (zamiatanie, grabienie, odśnieżanie itp.). Podlewanie trawników i klombów. Wywożenie śmieci. Prace porządkowe i naprawcze w pozycji pochylonej. Prace z użyciem drabin. Ręczne prace transportowe – dźwiganie.	Dolegliwości bólowe wynikające z przeciążenia układu mięśniowo-szkieletowego	3	6	3	36	akceptowalne - działania nie są konieczne	Stosowanie przerw w pracach w wymuszonych, nienaturalnych pozycjach. Przestrzeganie norm i przepisów dotyczących ręcznych prac transportowych. Należy stosować bezpieczne metody podnoszenia i przenoszenia ciężkich lub nieporęcznych ładunków.
14	Stres, frustracja, gniew, lęk i zagubienie	Praca w okresie zagrożenia epidemicznego, praca w określonym reżimie sanitarnym (stosowanie środków ochrony indywidualnej), niepewność	Bóle głowy, drażliwość, brak skupienia, obciążenia serca i układu krążenia, chroniczne zmęczenie, lęk, poczucie wyczerpania. Choroby układu pokarmowego.	3	6	3	36	akceptowalne - działania nie są konieczne	Zapewnienie przez kierownictwo dostępu do informacji oraz środków ochrony indywidualnej i środków dezynfekcyjnych. Umożliwienie pracy zdalnej. Zapobieganie narażeniu na stygmatyzowanie, izolowanie od zespołu i pomijanie w życiu społeczności pracowników osób, które przeszły chorobę COVID-19.
15	Agresja zwierząt	Zwierzęta.	Rany kąsane, zadrapania	3	6	1	18	akceptowalne - działania nie są konieczne	Zachowanie szczególnej ostrożności i zasady ograniczonego zaufania.
16	Agresja ze strony klienta	Awantury. Słowne obelgi, groźby, urazy.	Skaleczenia, otarcia, potłuczenia (siniaki, guzy), złamania. Nerwice.	7	0,5	6	21	akceptowalne - działania nie są konieczne	Identyfikacja niebezpiecznych warunków w środowisku pracy. Wdrożenie procedur zapobiegających przemocy w pracy. Szkolenia w zakresie metod przeciwdziałania przemocy (wzmożona uwaga, np. treningi sposobów rozmowy z agresywnym klientem). Właściwa organizacja pracy.
Czynniki chemiczne									
17	Substancje i preparaty chemiczne stosowane w ogrodnictwie	Rozbryzgi żrących substancji podczas mieszania lub rozcieńczania, pary lub areozole środków ochrony roślin i innych toksycznych substancji chemicznych	Poparzenia skóry i/lub oczu, możliwość ostrych zatruć	3	6	3	36	akceptowalne - działania nie są konieczne	Należy stosować środki ochrony układu oddechowego (przy rozpylaniu pestycydów lub innych toksycznych preparatów chemicznych, koszeniu i grabieniu trawy) w celu uniknięcia wdychania pyłów lub aerozoli. Należy zapoznać się z Kartami Charakterystyki Substancji Niebezpiecznych stosowanych w pracy. Należy stosować rękawice chroniące przed czynnikami chemicznymi, a jeśli to nie jest możliwe, używać kremy ochronne.
18	Substancje i preparaty chemiczne	Rozpuszczalniki, środki do czyszczenia, płukania i dezynfekcji, farby, lakiery	Poparzenia skóry i/lub oczu, zatrucia	3	6	3	36	akceptowalne - działania nie są konieczne	Zakaz jedzenia, picia i palenia tytoniu podczas pracy z preparatami chemicznymi. Należy zapoznać się z Kartami Charakterystyki Substancji Niebezpiecznych stosowanych w pracy. Należy stosować rękawice chroniące przed czynnikami chemicznymi, a jeśli to nie jest możliwe, używać kremy ochronne.

Świadczenie usług medycznych na rzecz pracowników Zarządu Komunalnych Zasobów Lokalowych sp. z o.o.

Lp.	Zagrożenie	Źródło zagrożenia	Możliwe skutki zagrożenia	Ocena końcowa				Kategoria ryzyka	Stosowane środki ochrony
				S	E	P	R		
19	Środki dezynfekcyjne do rąk i powierzchni (IZOSOL D, Gold Drop, CX80, COVI-SEPT)	Unoszące się w powietrzu aerozole, środki dezynfekcyjne na bazie alkoholu	Możliwość podrażnienia błony śluzowej nosa, gardła i oczu, podrażnienie skóry	3	6	3	36	akceptowalne - działania nie są konieczne	W przypadków środków dezynfekcyjnych w aerozolu lub do spryskiwaczy dezynfekować powierzchnie i ręce z zachowaniem bezpiecznej odległości. Stosowanie środków łagodzących podrażnienia skóry.
20	Kontakt z lateksem oraz talkiem	Lateksowe rękawice oraz umieszczany wewnątrz rękawic talk	Możliwość uczuleń	1	6	1	6	akceptowalne - działania nie są konieczne	W przypadku uczulenia na lateks należy stosować rękawice wykonane z innych materiałów, a także unikać kontaktu z innymi produktami zawierającymi lateks
Czynniki biologiczne									
21	Makroorganizmy – gryzonie, ptaki	Odchody gryzoni, ptaków wraz ze znajdującymi się w nich mikroorganizmami	Choroby pasożytnicze	3	6	1	18	akceptowalne - działania nie są konieczne	Należy stosować rękawice chroniące przed ugryzieniem lub kontaktem z odchodami zwierzęcymi.
22	Makroorganizmy – owady i roztocza (np. kleszcze, pszczoły, osy, szerszenie)	Ugryzienia i ukąszenia podczas konserwacji terenów na zewnątrz budynków	Kleszczowe zapalenie mózgu, borelioza, wstrząs anafilaktyczny	7	6	1	42	akceptowalne - działania nie są konieczne	Podczas pracy na terenach zielonych należy zachować szczególną ostrożność, w przypadku podejrzenia lub wiedzy o istnieniu w okolicy pracy o gniazdach owadów należy powiadomić odpowiednie służby zajmujące się ich likwidacją. Szczepienie przeciw kleszczowemu zapaleniu mózgu, szybkie usuwanie kleszczy, stosowanie odzieży ochronnej.
23	Mikroorganizmy - laseczka zgorzeli gazowej, laseczka tężca	Prace związane z utrzymaniem porządku – kontakt z glebą	Zgorzel gazowa, posocznica, tężec, działanie toksyczne	7	6	1	42	akceptowalne - działania nie są konieczne	Natychmiastowe opatrywanie ran, rękawice ochronne, obuwie ochronne. Sczepienia przeciwko tężcowi.
24	Grzyby, pleśnie, bakterie	Klimatyzacja, kurz	Choroby układu oddechowego	3	6	6	36	akceptowalne - działania nie są konieczne	Poddawanie się szczepieniom ochronnym, przestrzeganie badań profilaktycznych, stosowanie ubioru odpowiedniego do warunków pogodowych, przestrzeganie zasad higieny, stosowanie środków dezynfekcyjnych oraz środków ochrony indywidualnej.
25	Wirusy grypy (typ A, B, C) orthomyxoviridae	Wirusy, choroby przenoszone drogą kropelkową. Narażenie na zmienne warunki atmosferyczne.	Choroby układu oddechowego, przeziębienia, grypa, zapalenie płuc	3	6	3	36	akceptowalne - działania nie są konieczne	Poddawanie się szczepieniom ochronnym, przestrzeganie badań profilaktycznych, stosowanie ubioru odpowiedniego do warunków pogodowych, przestrzeganie zasad higieny, stosowanie środków dezynfekcyjnych oraz środków ochrony indywidualnej.
26	Wirus SARS-CoV-2	Ludzie. Przenoszone drogą powietrzno-kropelkową podczas kaszlu lub kichania. Dotykając powierzchni lub przedmiotów skażonych wirusem, a następnie dotykając ust, nosa lub oczu.	Ostra choroba układu oddechowego – COVID-19	15	6	0,5	45	akceptowalne - działania nie są konieczne	Przestrzeganie badań profilaktycznych, przestrzeganie zasad higieny, stosowanie środków dezynfekcyjnych oraz środków ochrony indywidualnej. Częste czyszczenie widocznie zabrudzonych i dotykowych powierzchni, a następnie dezynfekcja.

Świadczenie usług medycznych na rzecz pracowników Zarządu Komunalnych Zasobów Lokalowych sp. z o.o.

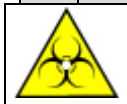
7. GOSPODARZ DOMU

Cecha	Opis
Stanowisko pracy	**Gospodarz domu**
Opis stanowiska pracy	Prace porządkowo-konserwatorskie w pomieszczeniach wewnętrznych oraz zewnętrznych ciągach komunikacyjnych i terenach zielonych.
Wykonywane prace, zadania, czynności	Sprzątanie klatek schodowych, korytarzy, schodów, podestów kabin dźwigowych, pomieszczeń zsypowych ogólnych i na poszczególnych kondygnacjach. Zamiatanie parterów i kabin dźwigowych (jeżeli jest w nieruchomości). Ścieranie kurzu z kaloryferów, skrzynek pocztowych i gablot umieszczonych na klatkach schodowych. W miarę potrzeby mycie szyb w drzwiach wejściowych na klatkach schodowych i szyb w drzwiach kabin dźwigowych. Usuwanie dzikich ogłoszeń naklejanych na szyby i w dźwigach oraz usuwanie innych ogłoszeń bez pieczątki Administracji. Czyszczenie wnęk wokół wszystkich okienek, krawędzi, kątów, mycie drzwi zewnętrznych i balustrad. Mycie schodów, korytarzy, podestów, szuflad zsypowych, drzwi wejściowych na klatki schodowe, drzwi i ścian kabin dźwigowych (jeżeli są windy dźwigowe). Mycie parterów i kabin dźwigowych (jeżeli są windy dźwigowe). Mycie lamperii klatek schodowych w lokalach wspólnego użytku. Zamiatanie ganków piwniczych i strychowych. Mycie okien na klatce schodowej. Zamiatanie chodników, podwórza, parkingów, zasieków. Oczyszczenie ze śniegu, usuwanie/ skuwanie lodu, usuwanie błota z niezabudowanej części nieruchomości tj. chodników, parkingów oraz dróg wewnętrznych wg obmiaru, w tym także oczyszczanie wpustów deszczowych. Usuwanie śliskości oraz pryzmowanie śniegu po opadach. Napełnianie pojemników śmieciami zalegającymi luzem. Usuwanie mchu i innych porostów z powierzchni utwardzonych, w tym oczyszczanie parkingów, zamiatanie liści. Sprzątanie śmieci i innych odpadów, opróżnianie małych koszy zlokalizowanych na terenach w administracji ZKZL. Podlewanie terenów zieleni. Wygrabianie trawników i skupisk krzewów. Pielenie ręczne chwastów, pielenie misek przy drzewach i krzewach, odchwaszczanie żywopłotów, pielenie i spulchnianie rabat kwiatowych. Koszenie traw – jeżeli GD dysponuje właściwym sprzętem.
Czas pracy	Praca jednozmianowa
Wysiłek	Praca w pozycji zmiennej - stojącej, w ruchu
Stosowane maszyny, urządzenia, narzędzia	Narzędzia ręczne, sprzęt do utrzymania czystości (m.in. miotły, grabie, szufle)
Kwalifikacje osób zatrudnionych na tym stanowisku pracy	Osoby zatrudnione na tym stanowisku posiadają aktualne badania lekarskie stwierdzające brak przeciwskazań do wykonywania pracy oraz zostały przeszkolone z zakresu bhp zgodnie z obowiązującymi przepisami.
Stosowane środki ochrony zbiorowej i indywidualnej	Zgodnie z regulaminem przydziału odzieży roboczej oraz środków ochrony indywidualnej
Wypadki przy pracy, choroby zawodowe, awarie jakie wystąpiły na stanowisku pracy	Nie wystąpiły
Inne informacje	
Częstotliwość szkoleń BHP	Szkolenie okresowe co 3 lata.
Częstotliwość badań lekarskich	Wg zaleceń lekarza medycyny pracy.

Lp.	Zagrożenie	Źródło zagrożenia	Możliwe skutki zagrożenia	Ocena końcowa				Kategoria ryzyka	Stosowane środki ochrony
				S	E	P	R		
Czynniki fizyczne									
1	Poślizgnięcie, upadek	Śliskie (błoto, mokra ziemia, trawa) i nierówne podłoże, śliskie, nierówne powierzchnie posadzki, nieporządek na stanowisku pracy, niewłaściwe obuwie	Potłuczenia, złamania kończyn, urazy wewnętrzne, wstrząśnienie mózgu	7	6	1	42	akceptowalne - działania nie są konieczne	Utrzymywanie porządku, stosowanie odpowiedniego obuwia, zachowanie szczególnej ostrożności.
2	Różnica poziomów (upadek na niższy poziom)	Praca na wysokości do 3m (na drabinach), poruszanie się po schodach	Złamania kończyn, uszkodzenia kręgosłupa, potłuczenia, urazy	7	6	1	42	akceptowalne - działania nie są konieczne	Stosowanie przez pracownika odpowiedniego obuwia, zachowanie ostrożności przy wchodzeniu i schodzeniu z drabiny, stosowanie zabezpieczeń antypoślizgowych na schodach zewnętrznych. Należy sprawdzić drabinę przed wejściem na nią. Nigdy nie należy wchodzić na niestabilnie ustawioną drabinę lub drabinę o śliskich szczeblach. Wykonywanie prac z użyciem drabin zgodnie z instrukcją pracy na wysokości. Lekarskie badania okresowe dopuszczające pracę na wysokości w przypadku prac powyżej 1 metra.
3	Pożar	Wadliwa instalacja elektryczna	Uduszenie, spalenie, zatrucie trującymi wydzielającymi się gazami, poparzenie	40	0,5	0,5	10	akceptowalne - działania nie są konieczne	Przestrzeganie procedur i instrukcji (m.in. wyłączanie urządzeń elektrycznych po zakończeniu pracy, palenie tytoniu jedynie w wyznaczonych miejscach). Prawidłowe rozmieszczenia i oznakowanie miejsc usytuowania podręcznego sprzętu ppoż. oraz jego kontrola (np. sprawności gaśnic). Zakaz zastawiania dróg i wyjść ewakuacyjnych (nawet tylko na chwilę). Szkolenie pracowników w zakresie zasad postępowania na wypadek powstania pożaru. Sprawna ochrona przeciwporażeniowa instalacji i urządzeń elektrycznych (regularne przeglądy, oględziny i pomiary skuteczności). Kontrola wzrokowa pomieszczeń przed ich opuszczeniem.
4	Porażenie prądem elektrycznym	Wadliwa instalacja elektryczna, nieprawidłowo eksploatowane urządzenia elektryczne, eksploatacja niesprawnych urządzeń elektrycznych	Poparzenie, śmierć, urazy na skutek uderzenia po porażeniu prądem	40	1	0,5	20	akceptowalne - działania nie są konieczne	Dokonywanie przeglądów instalacji elektrycznej i instalacji odgromowej zgodnie z przepisami prawnymi, bieżące zgłaszanie zauważonych usterek sprzętu elektrycznego, natychmiastowe wycofanie z użytkowania sprzętu uszkodzonego.

Lp.	Zagrożenie	Źródło zagrożenia	Możliwe skutki zagrożenia	Ocena końcowa				Kategoria ryzyka	Stosowane środki ochrony
				S	E	P	R		
5	Ostre krawędzie i chropowate powierzchnie, odpryski materiałów podczas prac	Narzędzia ręczne stosowane w pracach porządkowych. Brak porządku na stanowisku pracy. Nie stosowanie środków ochrony indywidualnej (rękawic).	Urazy twarzy, oczu, zadrapania i ukłucia	3	6	1	18	akceptowalne - działania nie są konieczne	Należy stosować rękawice chroniące prze skaleczeniem przy pracy z ostrymi narzędziami. Stałe utrzymywanie stanowiska pracy w należytym porządku. Stosowanie tylko sprawnych narzędzi.
6	Zmienny mikroklimat	Prace porządkowe wokół obiektu w zmiennych warunkach atmosferycznych: sprzątanie chodników, trawników, zieleńców, odśnieżanie chodników.	Przeziębienia lub przegrzania, udar słoneczny, odmrożenia, ostre i przewlekłe choroby układu oddechowego	3	6	3	36	akceptowalne - działania nie są konieczne	Stosowanie odzieży ochronnej, profilaktyka.
Czynniki ergonomiczne, psychospołeczne i związane z organizacją pracy									
7	Obciążenie układu mięśniowo-szkieletowego	Prace porządkowe (zamiatanie, grabienie, odśnieżanie itp.). Podlewanie trawników i klombów. Wywożenie śmieci. Prace porządkowe w pozycji pochylonej. Prace z użyciem drabin. Ręczne prace transportowe (np. dźwiganie wiader z wodą, ze śmieciami)	Dolegliwości bólowe wynikające z przeciążenia układu mięśniowo-szkieletowego	3	6	3	36	akceptowalne - działania nie są konieczne	Stosowanie przerw w pracach w wymuszonych, nienaturalnych pozycjach. Przestrzeganie norm i przepisów dotyczących ręcznych prac transportowych. Należy stosować bezpieczne metody podnoszenia i przenoszenia ciężkich lub nieporęcznych ładunków.
Czynniki chemiczne									
8	Substancje i preparaty chemiczne	Środki do czyszczenia, dezynfekcji	Poparzenia skóry i/lub oczu, zatrucia	3	6	1	18	akceptowalne - działania nie są konieczne	Zakaz jedzenia, picia i palenia tytoniu podczas pracy z preparatami chemicznymi. Należy zapoznać się z Kartami Charakterystyki Substancji Niebezpiecznych stosowanych w pracy. Należy stosować rękawice chroniące przed czynnikami chemicznymi, a jeśli to nie jest możliwe, używać kremy ochronne.

Świadczenie usług medycznych na rzecz pracowników Zarządu Komunalnych Zasobów Lokalowych sp. z o.o.

Lp.	Zagrożenie	Źródło zagrożenia	Możliwe skutki zagrożenia	Ocena końcowa				Kategoria ryzyka	Stosowane środki ochrony
				S	E	P	R		
 Czynniki biologiczne									
9	Grzyby, kurz, bakterie, roztocza	Kurz, bakterie, grzyby, roztocza podczas wykonywania prac porządkowo-czystościowych.	Choroby układu oddechowego	3	6	1	18	akceptowalne - działania nie są konieczne	Poddawanie się szczepieniom ochronnym, przestrzeganie badań profilaktycznych, stosowanie ubioru odpowiedniego do warunków pogodowych, przestrzeganie zasad higieny, stosowanie środków dezynfekcyjnych oraz środków ochrony indywidualnej.
10	Wirusy grypy (typ A, B, C) orthomyxoviridae	Wirusy, choroby przenoszone drogą kropelkową. Narażenie na zmienne warunki atmosferyczne.	Choroby układu oddechowego, przeziębienia, grypa, zapalenie płuc	3	6	3	36	akceptowalne - działania nie są konieczne	Poddawanie się szczepieniom ochronnym, przestrzeganie badań profilaktycznych, stosowanie ubioru odpowiedniego do warunków pogodowych, przestrzeganie zasad higieny, stosowanie środków dezynfekcyjnych oraz środków ochrony indywidualnej.
11	Wirus SARS-CoV-2	Ludzie. Przenoszone drogą powietrzno-kropelkową podczas kaszlu lub kichania. Dotykając powierzchni lub przedmiotów skażonych wirusem, a następnie dotykając ust, nosa lub oczu.	Ostra choroba układu oddechowego – COVID-19	15	6	0,5	45	akceptowalne - działania nie są konieczne	Przestrzeganie badań profilaktycznych, przestrzeganie zasad higieny, stosowanie środków dezynfekcyjnych oraz środków ochrony indywidualnej. Częste czyszczenie widocznie zabrudzonych i dotykowych powierzchni, a następnie dezynfekcja.

8. Osoba kierująca pracownikami

Cecha	Opis
Stanowisko pracy	**Osoba kierująca pracownikami**
Opis stanowiska pracy	Stanowisko pracy znajduje się w pomieszczeniu administracyjno-biurowym. Stanowisko pracy wyposażone jest w komputer, drukarkę oraz obrotowe krzesło z pięcioramienną podstawą z kółkami jezdnymi, odpowiednio wyprofilowane, z możliwością regulacji wysokości od poziomu podłogi i regulacji oparcia. Wyposażone jest w urządzenia biurowe. Wyposażenie pomieszczenia stanową również szafy na dokumenty.
Wykonywane prace, zadania, czynności	Planowanie i realizacja strategicznych celów przedsiębiorstwa, koordynacja działań pracowników i nadzór nad nimi. Opracowywanie i sporządzanie dokumentacji biurowej, wprowadzanie i przetwarzanie danych z wykorzystaniem komputera, korzystanie z elektronicznych nośników informacji, archiwizowanie dokumentów, utrzymywanie ładu i porządku na stanowisku pracy. Kierowanie samochodem służbowym.
Czas pracy	Praca jednozmianowa
Wysiłek	Praca w wymuszonej pozycji ciała - siedzącej.
Stosowane maszyny, urządzenia, narzędzia	Komputer, urządzenia biurowe, samochód, rower
Kwalifikacje osób zatrudnionych na tym stanowisku pracy	Osoby zatrudnione na tym stanowisku posiadają aktualne badania lekarskie stwierdzające brak przeciwskazań do wykonywania pracy oraz zostały przeszkolone z zakresu bhp zgodnie z obowiązującymi przepisami.
Stosowane środki ochrony zbiorowej i indywidualnej	Maseczki, przyłbice, rękawice.
Inne informacje	Uprawnienia do pracy na wysokości do 3 m.
Częstotliwość szkoleń BHP	Szkolenie okresowe co 6 lat.
Częstotliwość badań lekarskich	Wg zaleceń lekarza medycyny pracy.

Świadczenie usług medycznych na rzecz pracowników Zarządu Komunalnych Zasobów Lokalowych sp. z o.o.

Lp.	Zagrożenie	Źródło zagrożenia	Możliwe skutki zagrożenia	Ocena końcowa				Kategoria ryzyka	Stosowane środki ochrony
				S	E	P	R		
Czynniki fizyczne									
1	Poślizgnięcie, upadek	Śliskie, nierówne powierzchnie posadzki, nieporządek na stanowisku pracy, niewłaściwe obuwie	Małe powierzchniowe urazy (stłuczenia), zwichnięcia, skręcenia i naderwania stawów, naderwania wiązadeł stawu skokowego i stopy, złamania kończyn	3	6	1	18	akceptowalne - działania nie są konieczne	Utrzymywanie porządku w pomieszczeniu i na drogach komunikacji wewnętrznej, zachowanie szczególnej ostrożności, ograniczenie pośpiechu.
2	Różnica poziomów (upadek na niższy poziom)	Przemieszczanie się po schodach	Złamania kończyn, uszkodzenia kręgosłupa, potłuczenia, urazy	7	6	1	42	akceptowalne - działania nie są konieczne	Stosowanie przez pracownika odpowiedniego obuwia, zachowanie ostrożności przy wchodzeniu i schodzeniu ze schodów, stosowanie zabezpieczeń antypoślizgowych na schodach wewnętrznych i zewnętrznych (np. żółto-czarna taśma wyklejona na brzegach stopni).
3	Ograniczone przestrzenie (uderzenie się o nieruchome przedmioty)	Narożniki mebli stanowiących wyposażenie stanowiska pracy, elementy wejść	Stłuczenia ciała (zwłaszcza bark, ręce, nogi)	1	6	1	6	akceptowalne - działania nie są konieczne	Dbanie o porządek, właściwa organizacja stanowisk pracy w pomieszczeniu, zachowanie ostrożności, ograniczenie pośpiechu.
4	Ostre i szorstkie narzędzia oraz krawędzie	Wykorzystywane zszywacze, nożyczki, nożyki do cięcia papieru. Krawędzie papierowych opakowań i kartek papieru	Skaleczenia i zakłucia dłoni	1	6	6	36	akceptowalne - działania nie są konieczne	Wzmożona uwaga przy manipulacji stwarzającymi zagrożenie skaleczeniem prostymi narzędziami oraz w trakcie otwierania opakowań (np. przesyłek).
5	Przedmioty usytuowane na wysokości, grożące upadkiem	Segregatory z dokumentacją umieszczone na wyższych półkach. Spadające z półek regałów opakowania zbiorcze i pojedyncze przedmioty, najczęściej w sytuacji złego i przypadkowego ich składowania.	Skaleczenia (rany cięte). Stłuczenia (siniaki). Zadrapania. Możliwe też wstrząśnienia mózgu	3	6	1	18	akceptowalne - działania nie są konieczne	Utrzymywanie ładu i porządku (zwłaszcza podczas układania materiałów na wyższych półkach). Wzmożona uwaga w czasie manipulowania opakowaniami zbiorczymi. Do zdejmowania i układania materiałów na wyższych półkach wykorzystywanie dwustopniowych schodków z antypoślizgowymi stopniami lub drabiny rozstawnej. Zasada składowania przedmiotów cięższych na niższych półkach. Ograniczenie pośpiechu.
6	Obracające się części maszyn grożące pochwyceniem	Niszczarka do dokumentów. Zwłaszcza w trakcie użytkowania urządzenia w luźnym ubraniu, z niedopiętymi rękawami, luźnymi elementami ubrania (np. apaszki, itp.).	Skaleczenia, zwłaszcza rąk	1	3	3	9	akceptowalne - działania nie są konieczne	Przestrzeganie instrukcji bhp obsługi urządzenia (zakaz pracy z luźnymi elementami stroju). Wzmożona uwaga i ograniczenie pośpiechu. Zakaz wkładania palców do otworu szczeliny wejściowej niszczarki celem odblokowania urządzenia. Unikanie pochwycenia długich włosów poprzez utrzymywanie ich z dala od otworu wejściowego urządzenia (np. spięcie włosów). Nakaz odłączania wtyczki zasilania z gniazdka przed przystąpieniem do przesuwania, czyszczenia urządzenia lub innej czynności niż zwykła obsługa (niszczenie dokumentów). Korzystanie, jeśli to możliwe, z Eko Boxu do niszczenia dokumentacji roboczej.

Świadczenie usług medycznych na rzecz pracowników Zarządu Komunalnych Zasobów Lokalowych sp. z o.o.

Lp.	Zagrożenie	Źródło zagrożenia	Możliwe skutki zagrożenia	Ocena końcowa				Kategoria ryzyka	Stosowane środki ochrony
				S	E	P	R		
7	Ruchome i stałe obiekty (wypadek komunikacyjny, potrącenie, przygniecenie przez inne pojazdy w ruchu)	Podczas prowadzenia samochodu, podczas naprawy awaryjnej samochodu, podczas jazdy rowerem	Śmierć, kalectwo, zewnętrzne i wewnętrzne obrażenia ciała	15	6	0,5	45	akceptowalne - działania nie są konieczne	Przestrzeganie przepisów o ruchu drogowym, zachowanie szczególnej ostrożności podczas służbowych wyjazdów/wyjść poza teren placówki, zachowanie ograniczonego zaufania do innych użytkowników drogi, dostosowanie prędkości do warunków drogowych, sprawność pojazdu, sprawność psychofizyczna kierowcy, zapinanie pasów bezpieczeństwa, stosowanie okularów przeciwsłonecznych w szczególnie słoneczne dni.
8	Zmienny mikroklimat	Temperatura przekraczająca zakres ustalony dla komfortu cieplnego	Przeziębienia lub przegrzania, choroby układu oddechowego	3	6	1	18	akceptowalne - działania nie są konieczne	Dostosowanie mikroklimatu do subiektywnego odczucia komfortu cieplnego, zależnego nie tylko od temperatury i wilgotności, ale i od sposobu ubierania się i cech osobowych pracowników, zapewnienie właściwej temperatury i wentylacji w samochodzie w czasie podróży. Odpowiednie ustawienie klimatyzacji oraz klimatyzatorów mobilnych oraz dostosowanie jej do preferencji wszystkich użytkowników w pomieszczeniu.
9	Hałas	Hałas spowodowany przez pojazdy poruszające się po drodze, uszkodzone i głośno pracujące urządzenia, emitowany przez sprzęt biurowy, rozmowy, telefon itp. w pomieszczeniach o złych warunkach akustycznych, odgłosy zachodzące z zewnątrz.	Napięcie nerwowe, zmęczenie psychiczne	3	6	1	18	akceptowalne - działania nie są konieczne	Wyeliminowanie sytuacji kumulowania wokół stanowiska pracy wielu tzw. „głośnych” urządzeń, ograniczenie hałasu dochodzącego z zewnątrz.
10	Poparzenia termiczne	Podczas parzenia i przenoszenia napojów, gorące posiłki, czajnik, ekspres do kawy, kuchenka mikrofalowa	Oparzenia termiczne ciała – najczęściej dłoni	3	6	1	18	akceptowalne - działania nie są konieczne	Zachowanie ostrożności, przestrzeganie instrukcji obsługi, działania ograniczające pośpiech.
11	Pożar	Wadliwa instalacja elektryczna, aerozole łatwopalnych środków dezynfekcyjnych na bazie alkoholu	Uduszenie, spalenie, zatrucie trującymi wydzielającymi się gazami, poparzenie, wybuch	40	0,5	0,5	10	akceptowalne - działania nie są konieczne	Przestrzeganie procedur i instrukcji (m.in. wyłączanie urządzeń elektrycznych po zakończeniu pracy, palenie tytoniu jedynie w wyznaczonych miejscach). Prawidłowe rozmieszczenia i oznakowanie miejsc usytuowania podręcznego sprzętu ppoż. oraz jego kontrola (np. sprawności gaśnic). Zakaz zastawiania dróg i wyjść ewakuacyjnych (nawet tylko na chwilę). Szkolenie pracowników w zakresie zasad postępowania na wypadek powstania pożaru. Sprawna ochrona przeciwporażeniowa instalacji i urządzeń elektrycznych (regularne przeglądy, oględziny i pomiary skuteczności). Kontrola wzrokowa pomieszczeń przed ich opuszczeniem. Przechowywanie środków dezynfekcyjnych w szczelnie zamkniętych opakowaniach. Przechowywanie środków dezynfekcyjnych z dala od źródeł ciepła, gorących powierzchni, źródeł iskrzenia, otwartego ognia i innych źródeł zapłonu.

Lp.	Zagrożenie	Źródło zagrożenia	Możliwe skutki zagrożenia	Ocena końcowa				Kategoria ryzyka	Stosowane środki ochrony
				S	E	P	R		
12	Porażenie prądem elektrycznym	Wadliwa instalacja elektryczna, nieprawidłowo eksploatowane urządzenia elektryczne, eksploatacja niesprawnych urządzeń elektrycznych	Poparzenie, śmierć, urazy na skutek uderzenia po porażeniu prądem	40	1	0,5	20	akceptowalne - działania nie są konieczne	Dokonywanie przeglądów instalacji elektrycznej i instalacji odgromowej zgodnie z przepisami prawnymi, bieżące zgłaszanie zauważonych usterek sprzętu elektrycznego, natychmiastowe wycofanie z użytkowania sprzętu uszkodzonego.
Czynniki ergonomiczne, psychospołeczne i związane z organizacją pracy									
13	Obciążenie fizyczne – statyczne (przeciążenie narządu ruchu wskutek wymuszonej pozycji ciała)	Praca przy komputerze	Bóle mięśniowe, zwyrodnienia kręgosłupa i stawów	3	6	1	18	akceptowalne - działania nie są konieczne	Przygotowanie stanowiska pracy zgodnie z zasadami ergonomii (właściwy dobór biurek, stołów do pracy z komputerami, wolna przestrzeń dla nóg pracownika pod biurkiem, zastosowanie podnóżka na życzenie pracownika, prawidłowo wyregulowane siedzisko, w tym odpowiednio wyprofilowana krawędź siedziska i podłokietniki, monitor ustawiony na wprost użytkownika, klawiatura umieszczona w sposób umożliwiający oparcie nadgarstków na powierzchni stołu. Stosowanie przerw zależnie od nasilenia pracy wzrokowej. Okresowe badania lekarskie.
14	Nieodpowiednie oświetlenie (przeciążenie narządu wzroku)	Praca przy komputerze, oświetlenie stanowiska	Zmęczenie wzroku. Bóle głowy i okresowe złe samopoczucie. Bóle oczu – zapalenie spojówek – łzawienie.	3	6	1	18	akceptowalne - działania nie są konieczne	Przestrzeganie instrukcji stanowiskowej dotyczącej pracy z komputerem.
15	Stres	Przeciążenie pracą. Służbowe relacje z innymi pracownikami, przełożonym, podwładnymi oraz podmiotami zewnętrznymi, kontrole	Nerwice, psychozy, bóle głowy, drażliwość, brak skupienia, obciążenia serca i układu krążenia, chroniczne zmęczenie, lęk, poczucie wyczerpania. Choroby układu pokarmowego.	3	3	10	60	akceptowalne - działania nie są konieczne	Zapewnienie przez kierownictwo właściwej atmosfery w pracy, częste życzliwe rozmowy pomiędzy przełożonymi i podwładnymi, zapewnienie przerw w pracy i właściwego wypoczynku, spotkania integracyjne.
16	Stres, frustracja, gniew, lęk i zagubienie	Praca w okresie zagrożenia epidemicznego, praca zdalna, praca w określonym reżimie sanitarnym (stosowanie środków ochrony indywidualnej), niepewność	Bóle głowy, drażliwość, brak skupienia, obciążenia serca i układu krążenia, chroniczne zmęczenie, lęk, poczucie wyczerpania. Choroby układu pokarmowego.	3	6	3	36	akceptowalne - działania nie są konieczne	Zapewnienie przez kierownictwo dostępu do informacji oraz środków ochrony indywidualnej i środków dezynfekcyjnych. Umożliwienie pracy zdalnej. Zapobieganie narażeniu na stygmatyzowanie, izolowanie od zespołu i pomijanie w życiu społeczności pracowników osób, które przeszły chorobę COVID-19.
17	Agresja ze strony klienta	Awantury. Słowne obelgi, groźby, urazy.	Skaleczenia, otarcia, potłuczenia (siniaki, guzy), złamania. Nerwice.	7	0,5	6	21	akceptowalne - działania nie są konieczne	Identyfikacja niebezpiecznych warunków w środowisku pracy. Wdrożenie procedur zapobiegających przemocy w pracy. Szkolenia w zakresie metod przeciwdziałania przemocy (wzmożona uwaga, np. treningi sposobów rozmowy z agresywnym klientem). Właściwa organizacja pracy.

Świadczenie usług medycznych na rzecz pracowników Zarządu Komunalnych Zasobów Lokalowych sp. z o.o.

Lp.	Zagrożenie	Źródło zagrożenia	Możliwe skutki zagrożenia	Ocena końcowa				Kategoria ryzyka	Stosowane środki ochrony
				S	E	P	R		
Czynniki biologiczne									
18	Grzyby, pleśnie, bakterie	Klimatyzacja. Kurz, wilgotny papier, bakterie i grzyby znajdujące się w dokumentach przechowywanych w nieodpowiednich warunkach. Klimatyzacja.	Choroby układu oddechowego	3	6	1	18	akceptowalne - działania nie są konieczne	Poddawanie się szczepieniom ochronnym, przestrzeganie badań profilaktycznych, stosowanie ubioru odpowiedniego do warunków pogodowych, przestrzeganie zasad higieny, stosowanie środków dezynfekcyjnych oraz środków ochrony indywidualnej.
19	Wirusy grypy (typ A, B, C) orthomyxoviridae	Wirusy, choroby przenoszone drogą kropelkową. Narażenie na zmienne warunki atmosferyczne.	Choroby układu oddechowego, przeziębienia, grypa, zapalenie płuc	3	6	3	36	akceptowalne - działania nie są konieczne	Poddawanie się szczepieniom ochronnym, przestrzeganie badań profilaktycznych, stosowanie ubioru odpowiedniego do warunków pogodowych, przestrzeganie zasad higieny, stosowanie środków dezynfekcyjnych oraz środków ochrony indywidualnej.
20	Wirus SARS-CoV-2	Ludzie. Przenoszone drogą powietrzno-kropelkową podczas kaszlu lub kichania. Dotykając powierzchni lub przedmiotów skażonych wirusem, a następnie dotykając ust, nosa lub oczu.	Ostra choroba układu oddechowego – COVID-19	15	6	0,5	45	akceptowalne - działania nie są konieczne	Przestrzeganie badań profilaktycznych, przestrzeganie zasad higieny, stosowanie środków dezynfekcyjnych oraz środków ochrony indywidualnej. Częste czyszczenie widocznie zabrudzonych i dotykowych powierzchni, a następnie dezynfekcja.
Czynniki chemiczne									
21	Środki dezynfekcyjne do rąk i powierzchni (IZOSOL D, Gold Drop, CX80, COVI-SEPT)	Unoszące się w powietrzu aerozole, środki dezynfekcyjne na bazie alkoholu	Możliwość podrażnienia błony śluzowej nosa, gardła i oczu, podrażnienie skóry	1	6	1	6	akceptowalne - działania nie są konieczne	W przypadków środków dezynfekcyjnych w aerozolu lub do spryskiwaczy dezynfekować powierzchnie i ręce z zachowaniem bezpiecznej odległości. Stosowanie środków łagodzących podrażnienia skóry.
22	Kontakt z lateksem oraz talkiem	Lateksowe rękawice i inne gumowe części oraz umieszczany wewnątrz rękawic talk	Możliwość uczuleń	1	6	1	6	akceptowalne - działania nie są konieczne	W przypadku uczulenia na lateks należy stosować rękawice wykonane z innych materiałów, a także unikać kontaktu z innymi produktami zawierającymi lateks. Stosowanie rękawic bez pudrowych, winylowych, nitrylowych.

Legenda:
R - ryzyko
S - potencjalne skutki zagrożenia
E - ekspozycja na zagrożenie
P - prawdopodobieństwo wystąpienia zagrożenia