

REGULAMIN BHP i Ppoż.

- I. Prawa i obowiązki pracownika i pracodawcy w zakresie BHP
- II. Rola Służby BHP w Zakładzie pracy.
- III. Profilaktyczna ochrona zdrowia pracowników:
 - wypadki przy pracy
 - udzielanie pierwszej pomocy (załącznik).
- IV. Przydział środków ochrony indywidualnej dla pracowników
- V. Posiłki i napoje.
- VI. Ochrona pracy kobiet. (załącznik)
- VII. Ochrona pracy młodocianych. . (załącznik)
- IX. Instrukcja Przeciwpożarowa.

I. Prawa i obowiązki pracownika i pracodawcy w zakresie BHP.

1. Podstawowe obowiązki pracownika:

A/ Znać przepisy i zasady bezpieczeństwa i higieny pracy, brać udział w szkoleniach z tego zakresu oraz poddawać się wymagającym egzaminom sprawdzającym.

B/ Wykonywać pracę w sposób zgodny z przepisami i zasadami BHP oraz stosować się do wydanych w tym zakresie poleceń i wskazówek przełożonych.

C/ Dbać o należyty stan maszyn, urządzeń i sprzętu oraz o porządek i ład w miejscu pracy.

D/ Stosować środki ochrony zbiorowej, a także używać przydzielone środki ochrony indywidualnej oraz odzieży i obuwia roboczego, zgodnie z ich przeznaczeniem.

E/ Poddawać się wstępnym, okresowym i kontrolnym oraz innym zleconym badaniom lekarskim i stosować się do wskazań lekarskich.

F/ Niezwłocznie zawiadomić przełożonego o zauważonym w zakładzie pracy wypadku albo zagrożeniu życia lub zdrowia ludzkiego oraz ostrzec współpracowników, a także inne osoby znajdujące się w rejonie zagrożenia, o grożącym im niebezpieczeństwie.

G/ Współdziałać z pracodawcą i przełożonymi w wypełnianiu obowiązków dotyczących BHP.

Nieprzestrzeganie przepisów i zasad BHP oraz przepisów przeciwpożarowych jest szczególnie ciężkim naruszeniem obowiązków pracowniczych

2. Podstawowe obowiązki pracodawcy:

A/ Organizować pracę w sposób zapewniający bezpieczne i higieniczne warunki pracy.

B/ Zapewniać przestrzeganie w zakładzie pracy przepisów oraz zasad BHP, wydawać polecenia usunięcia uchybień w tym zakresie oraz kontrolować wykonywanie tych poleceń,

C/ Zapewnić wykonanie nakazów, wystąpień, decyzji i zarządzeń wydawanych przez organy nadzoru nad warunkami pracy.

D/ Zapewniać wykonanie zaleceń społecznego inspektora pracy.

E/ Pracodawca oraz osoba kierująca pracownikami są obowiązani znać, w zakresie niezbędnym do wykonywania ciążących na nich obowiązków, przepisów o ochronie pracy, w tym przepisy BHP.

F/ W razie gdy jednocześnie w tym samym miejscu wykonują pracę pracownicy zatrudnieni przez różnych pracodawców, pracodawcy ci mają obowiązek:

- współpracować ze sobą,
- wyznaczyć koordynatora sprawującego nadzór nad bezpieczeństwem i higieną pracy wszystkich pracowników zatrudnionych w tym samym miejscu,
- ustalić zasady współdziałania uwzględniające sposoby postępowania w przypadku wystąpienia zagrożenia dla zdrowia lub życia pracowników.

II. Rola służby BHP w zakładzie pracy.

Osoba sprawująca nadzór nad bezpieczeństwem i higieną pracy w Spółdzielni w porozumieniu z bezpośrednim przełożonym pracownika odpowiadają za dostarczenie pracownikowi lub używanie przez niego niezbędnych do pracy środków BHP, a także wykonują nadzór nad ich właściwym stosowaniem i rozliczaniem się z nich.

Służba BHP obowiązana jest:

- organizować stanowiska pracy zgodnie z przepisami i zasadami BHP,
- dbać o sprawność środków ochrony indywidualnej oraz ich stosowanie zgodnie z przeznaczeniem
- dbać o bezpieczny i higieniczny stan pomieszczeń pracy i wyposażenia technicznego a także o sprawność środków ochrony zbiorowej i ich stosowanie zgodnie z przeznaczeniem,
- organizować, przygotować i prowadzić pracę, uwzględniając zabezpieczenie pracowników przed wypadkami przy pracy, chorobami zawodowymi i innymi chorobami związanymi z warunkami środowiska pracy,
- egzekwować przestrzeganie przez pracowników przepisów i zasad BHP,
- zapewniać wykonanie zleceń lekarza sprawującego opiekę zdrowotną nad pracownikiem

III. Profilaktyczna ochrona zdrowia pracowników.

Wpływ czynników szkodliwych i uciążliwych na organizm człowieka przez lata pracy może spowodować zmiany chorobowe u pracownika z powstaniem choroby zawodowej włącznie, a także obniżenie wydajności pracy. Wczesne wykrycie tych zmian i podjęcie odpowiednich środków profilaktycznych powinno zapobiec pogorszeniu stanu zdrowia pracownika. W tym celu stosuje się badania lekarskie profilaktyczne. Badania profilaktyczne mają na celu stwierdzenie, czy zatrudniony pracownik nie ma przeciwwskazań do wykonywania pracy na

określonym stanowisku. Pracownik w czasie zatrudnienia przechodzi badania lekarskie profilaktyczne:

- wstępne,
- okresowe,
- kontrolne.

Badania wstępne

Badaniom wstępnym podlegają:

- osoby przyjmowane do pracy,
- pracownicy młodociani przenoszeni na inne stanowiska pracy i inni pracownicy przenoszeni na stanowiska pracy, na których występują czynniki szkodliwe dla zdrowia lub warunki uciążliwe.

Badania wstępne są przeprowadzane na koszt pracodawcy.

Badania okresowe

Okresowe badania lekarskie przeprowadza się w miarę możliwości w godzinach pracy.

Badania okresowe przeprowadzane są na koszt pracodawcy.

Za czas niewykonywania pracy, w związku z przeprowadzanymi badaniami, pracownik zachowuje prawo do wynagrodzenia, a w razie przejazdu na te badania do innej miejscowości przysługuje mu zwrot kosztów podróży wg zasad obowiązujących przy podróżach służbowych.

Badania kontrolne

Badaniom kontrolnym podlegają pracownicy w przypadku niezdolności do pracy trwającej ponad 30 dni.

Badania kontrolne przeprowadzane są na koszt pracodawcy.

CHOROBY ZAWODOWE

Za choroby zawodowe uważa się choroby określone w wykazie chorób zawodowych, jeżeli zostały spowodowane działaniem czynników szkodliwych dla zdrowia, występujących w środowisku pracy.

Zapobieganie chorobom zawodowym i innym schorzeniom związanym z warunkami środowiska pracy jest obowiązkiem każdego zakładu pracy.

WYPADKI PRZY PRACY

Za wypadek przy pracy uważa się:

- nagłe zdarzenie,

- wywołane przyczyną zewnętrzną,
- które nastąpiło w związku z pracą.

Wszystkie wymienione wyżej elementy / nagłość, przyczyna zewnętrzna, związek z pracą/ muszą zaistnieć jednocześnie, aby zdarzenie, któremu uległ pracownik, mogło być zakwalifikowane jako wypadek przy pracy. Brak choćby jednego z tych czynników uniemożliwia uznanie zdarzenia za wypadek przy pracy.

Postępowanie w razie wypadku:

- niezwłoczne udzielenie pierwszej pomocy poszkodowanemu /załącznik/
- zawiadomienie o wypadku
- zabezpieczenie miejsca wypadku.

Udzielenie pierwszej pomocy poszkodowanemu jest obowiązkiem każdego pracownika, który zauważył wypadek.

V. Przydział środków ochrony indywidualnej dla pracowników

Środki ochrony indywidualnej oraz odzież i obuwie robocze, zwane dalej środkami BHP są przydzielane pracownikom bezpłatnie i stanowią własność pracodawcy.

Dopuszcza się możliwość używania przez pracowników własnej odzieży i obuwia roboczego, spełniających wymagania BHP, na niektórych stanowiskach w zamian za ekwiwalent pieniężny.

Pracownik jest obowiązany utrzymać w należyтым stanie przydzielone mu środki ochrony indywidualnej. Spółdzielnia nie zapewnia prania i konserwacji tych środków, w związku z czym wypłaca / za zgodą pracowników/ ekwiwalent na koniec każdego kwartału.

Przydział środków ochrony indywidualnej na każdym stanowisku jest zatwierdzany przez zarząd Spółdzielni i stanowi załącznik do niniejszego regulaminu.

VI. Posiłki i napoje.

Zgodnie z art. 232 K.P. pracodawca jest zobowiązany zapewnić nieodpłatnie pracownikom zatrudnionym w warunkach szczególnie uciążliwych, odpowiednie posiłki i napoje, jeżeli jest to niezbędne ze względów profilaktycznych.

Posiłki profilaktyczne powinny zawierać około 50 – 55% węglowodanów, 30 – 35% tłuszczu, 15% białek oraz posiadać wartość kaloryczną około 1.000 kcal.

Pracodawca ma obowiązek zapewnienia **posiłków** pracownikom wykonującym prace:

1. związane z wysiłkiem fizycznym, powodującym w ciągu zmiany roboczej efektywny wydatek energetyczny organizmu powyżej 2000 kcal u mężczyzn i powyżej 1100 kcal u kobiet,
2. związane z wysiłkiem fizycznym, powodującym w ciągu zmiany roboczej efektywny wydatek energetyczny organizmu powyżej 1500 kcal u mężczyzn i powyżej 1000 kcal u kobiet:
 - wykonywane w pomieszczeniach zamkniętych, w których ze względów technologicznych utrzymuje się stale temperatura poniżej 10°C lub wskaźnik obciążenia termicznego wynosi powyżej 25°C,
 - wykonywane na otwartej przestrzeni w okresie zimowym – od 1 listopada do 31 marca,
3. pod ziemią,
4. przy usuwaniu skutków klęsk żywiołowych i innych zdarzeń losowych.

Jeżeli Pracodawca nie ma możliwości wydawania posiłków ze względu na rodzaj wykonywanej przez pracownika pracy lub ze względów organizacyjnych, może zapewnić w czasie pracy:

- korzystanie z takich posiłków w punktach gastronomicznych,
- przyrządzanie posiłków przez pracownika we własnym zakresie z otrzymywanych produktów.

Pracodawca zapewnia również **profilaktyczne napoje** pracownikom zatrudnionym:

1. w warunkach gorącego mikroklimatu, charakteryzującego się wartością wskaźnika obciążenia termicznego powyżej 25°,
2. przy pracach na otwartej przestrzeni przy temperaturze otoczenia poniżej 10°C lub powyżej 25°C,
3. przy pracach związanych z wysiłkiem fizycznym, powodującym w ciągu zmiany roboczej efektywny wydatek energetyczny organizmu powyżej 1500 kcal u mężczyzn i 1000 kcal u kobiet,
4. na stanowiskach pracy, na których temperatura spowodowana warunkami atmosferycznymi przekracza 28°C.

Napoje dla pracowników powinny być wzbogacone o sole mineralne i witaminy, gdyż powinny uzupełniać straty płynów i ułatwiać utrzymanie bilansu cieplnego, a także zapobiegać przegrzaniu organizmu.

Posiłki i napoje wydawane są pracownikom w dniach wykonywania prac uzasadniających ich wydawanie.

Pracownikom nie przysługuje ekwiwalent pieniężny za posiłki i napoje.

IX. OCHRONA PRZECIWOŻAROWA

Ochrona przeciwpożarowa polega na realizacji przedsięwzięć mających na celu ochronę życia, zdrowia i mienia przed pożarem, klęską żywiołową lub innym miejscowym zagrożeniem poprzez:

1. zapobieganie powstawaniu i rozprzestrzenianiu się pożaru, klęski żywiołowej lub innego miejscowego zagrożenia
2. zapewnienia sił i środków do zwalczania pożaru, klęski żywiołowej lub innego miejscowego zagrożenia
3. prowadzenie działań ratowniczych.

POSTĘPOWANIE W RAZIE POŻARU:

W razie powstania pożaru, pracownik obowiązany jest zachować spokój i opanowanie a jednocześnie działać szybko i zdecydowanie, a w szczególności:

- zaalarmować Państwową Straż Pożarną nie przesądzając czy pożar uda się ugasić, czy nie. **TELEFON - 998**
- wszcząć wewnętrzny alarm pożarowy
- podjąć gaszenie pożaru za pomocą podręcznych środków gaśniczych zgodnie z obowiązującymi zasadami, podporządkować się ściśle zarządzeniom kierownika akcji gaśniczej oraz zastosować się do Instrukcji Przeciwpożarowej Ogólnej./załącznik nr 5/

Z A T W I E R D Z O N O
Przez Zarząd Spółdzielni
Mieszkaniowej 'PIĘKNA'

w dn. 22 marca 2000 r.

nr prot. 5/2000

podpis.....

Chyżewski

PIERWSZA POMOC w nagłej utracie przytomności

- 1** USUNĄĆ NIEBEZPIECZEŃSTWO ZEWNĄTRZ (Ogień, dym, prąd) USUNĄĆ PRZYCZYNĘ LUB PRZENIEŚĆ RATOWANEGO W INNE MIEJSCE

- 2** OCZYŚCIĆ DRÓGI ODDECHOWE Usunąć wszystkie ciała obce z ust i gardła + odchylić głowę



- 3** WYKONAĆ ODDYCHANIE Usta-usta Usta-usta Wezwać pomoc lekarską

Odchylić głowę, zatkać nos, otworzyć usta ratownika. Nabrać powietrza szeroko przyłożąc usta do ust ofiary. Wdmuchnąć powietrze sprawdzając czy unosi się klatka piersiowa.

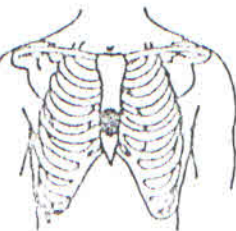
Przerwać wdmuchiwanie gdy klatka piersiowa ofiary się uniosła. Odetkać nos i pozwolić, by z płuc wyleciało powietrze. Powtarzać ten manewr 15 razy na minutę. Poprawia się zabarwienie jest tętno.



- 4** UNIEŚĆ NOGI OFIARY OFIARY KONTYNUOWAĆ SZTUCZNE ODDYCHANIE Wezwać pomoc lekarską

ZEWNĘTRZNY MASAŻ SERCA + ODDYCHANIE USTA-USTA

Zewnętrzny masaż serca + oddychanie usta-usta. U dorosłego umieścić ręce nad dolną jedną trzecią mostka, ale nie w dolku bliżej żołądka. Ucisnąć serce za pośrednictwem mostka który ma się zagłębiać o 3-5 cm. Jedno uciśnięcie na sekundę. Uwaga: u dzieci wykonywać masaż jedną ręką.



Gdy ratownik jest sam: 15 uciśnień - 2 oddechy.
Gdy jest dwóch: 5 uciśnień - 1 oddech
WEZWAĆ POMOC LEKARSKĄ

Na minutę około 50-60 uciśnień i 12 oddechów

Wykaz przydziału środków ochrony indywidualnej

/ na podstawie art. 237 6K.p./

1. Na podstawie art. 237⁶ K.P. oraz § 48 Regulaminu Pracy ustala się wykaz środków ochrony indywidualnej oraz odzieży i obuwia roboczego, których stosowanie na określonych stanowiskach jest niezbędne, a także przewidywane okresy ich użytkowania.

| Lp. | Nazwisko i Imię zawód | Przedmiot | Jednostka miary | Ilość | Norma Zużycia | Inne |
|-----|-----------------------|-------------------|-----------------|-------|---------------|------|
| 1. | Konserwatorzy: | Czapka drelichowa | SZT. | 1 | 12 m-cy | |
| | | Ubranie robocze | KPL. | 1 | 12 m-cy | |
| | | Ocieplacz | SZT. | 1 | 18 m-cy | |
| | | Buty skórzane | para | 1 | 24 m-ce | |
| | | Buty gumowe | para | 1 | 24 m-ce | |
| | | Kurtka ocieplana | SZT. | 1 | 36 m-cy | |
| | | Koszula flanelowa | SZT. | 1 | 6 m-cy | |
| | | Ręcznik | SZT. | 2 | 12 m-cy | |
| | | Mydło | 100g. | 2 | 1 m-c | |
| | | Pasta BHP | 500g. | 1 | 3 m-ce | |
| 2. | Palacz c.o. | Czapka drelichowa | SZT. | 1 | 24 m-ce | |
| | | Ubranie robocze | KPL. | 2 | 12 m-cy | |
| | | Buty skórzane | Para | 1 | 24 m-ce | |
| 3. | Dział techniczny /NG/ | Kurtka ocieplana | SZT. | 1 | 36 m-cy | |
| | | Buty skórzane | Para | 1 | 24 m-ce | |
| | | Fartuch | SZT. | 1 | 12 m-cy | |
| | | Ręcznik | SZT. | 1 | 12 m-cy | |
| | | Mydło | 100g. | 1 | 1 m-c | |
| 4. | Kasjer | Ocieplacz | SZT. | 1 | 36 m-cy | |
| | | Botki ocieplane | Para | 1 | 36 m-cy | |
| | | Ręcznik | SZT. | 1 | 12 m-cy | |
| | | Mydło | 100g. | 2 | 1 m-c | |
| | | Fartuch | SZT. | 1 | 12 m-cy | |
| 5. | Pracownicy biurowi | Fartuch | SZT. | 1 | 12 m-cy | |
| | | Ręcznik | SZT. | 1 | 12 m-cy | |
| | | Mydło | 100g. | 1 | 1 m-c | |

2. Spółdzielnia zapewnia pranie, konserwację, naprawę odzieży i obuwia roboczego.
3. Ekwiwalent pieniężny za pranie, ... itp. wypłacany jest pracownikowi na koniec każdego kwartału.

W przypadku nieobecności powyżej 14 dni spowodowanej inną przyczyną niż urlop wypoczynkowy ekwiwalent j. w. zostanie pomniejszony proporcjonalnie do ilości dni.

Pracownik Spółdzielni
Mieszkaniowej 'PIĘKNA'

w dn. 23.01.2014

nr prot. 1544

podpis.....

WYKAZ PRAC WZBRONIONYCH KOBIECIOM

1. W zakresie dźwigania i podnoszenia ciężarów

| sposób przemieszczania ciężarów | dopuszczalna norma | uwagi |
|--|--------------------|---|
| a. ręczne podnoszenie i przenoszenie ciężarów - o ile praca odbywa się stale - o ile praca ma charakter dorywczy | 15 kg 25 kg | przy ręcznym przenoszeniu ciężarów, o ile pozwala na to ich rodzaj, należy stosować nosze z nóżkami, przenoszony ciężar wraz z noszami nie może przekraczać 30 kg na dwie kobiety (praca stała) i 50 kg na dwie kobiety (praca o char. dorywczym) |
| b. ręczne przenoszenie ciężarów pod górę (schody, pochylnie): - o ile praca odbywa się stale - o ile praca ma charakter dorywczy | 10 kg 20 kg | |
| c. na taczkach jednokołowych po pow. równej, gładkiej o stałej twardości lub po ułożonych deskach | 50 kg | stromość toru (tzw. stosunek wzniesienia do długości drogi) nie może przekraczać 0,02 |
| d. na trzy lub czterokołowych wózkach poruszanych ręcznie po nierównej powierzchni | 100 kg | stromość toru nie może przekraczać 0,01 |
| e. na dwukołowych wózkach poruszanych ręcznie: - po pow. równej, o stałej twardości - po powierzchni nierównej | 100 kg 60 kg | stromość toru nie może przekraczać 0,02 stromość toru nie może przekraczać 0,01 |
| f. w wagonikach po szynach | 400 kg | stromość toru nie może przekraczać 0,01 |

- Wydatek energetyczny przy pracach wymienionych w pkt a-f nie może przekroczyć 1300 kcal w czasie zmiany roboczej.
- Kobietom w ciąży do 6 miesiąca włącznie zabronione jest noszenie ciężarów powyżej 5 kg i przewożenie ciężarów w sposób określony w pkt. 1.
Po 6 miesiącu ciąży kobietom zabronione jest wszelkie podnoszenie, przesuwanie i przewożenie ciężarów.

WYKAZ PRAC WZBRONIONYCH MŁODOCIANYM

1. Wzbronione jest zatrudnianie osób, które nie osiągnęły 15 lat życia.
2. Wzbronione jest zatrudnianie młodocianych w porze nocnej (22,00 - 6,00) oraz w godzinach nadliczbowych.
3. Prace wzbronione w zakresie podnoszenia i przemieszczania ciężarów:
 - wzbronione są prace polegające wyłącznie na podnoszeniu, przenoszeniu i przewożeniu towarów,
 - wzbronione są prace załadowczo-wyładowcze,
 - wzbronione jest przewożenie ciężarów środkami transportu wewnętrznego o napędzie mechanicznym,
 - wzbronione jest przetaczanie takich ciężarów jak np. beczki, bele, kłocce itp.,
 - przenoszenie, przewożenie i przesuwanie ciężarów nie może przekraczać następujących norm (waga + waga sprzętu do przemieszczania).

| sposób przemieszczania ciężarów | dopuszczalna norma | uwagi |
|--|--------------------------------|--|
| a. ręczne podnoszenie i przenoszenie ciężarów: - dla młodocianych do 16 lat * chłopców * dziewcząt - dla młodocianych od 16 do 18 lat * chłopców * dziewcząt | 8 kg 5 kg 16 kg 10 kg | po powierzchni równej (jeśli nie ma przeciwwskazań lekarza) |
| b. przenoszenie po pochylniach oraz schodach: - dla młodocianych do 16 lat * chłopców * dziewcząt | 5 kg 3 kg | dozwolone, jeśli kąt ustawienia pochylni lub schodów nie przekracza 30°, a wysokość tych urządzeń - 5m (jeśli nie ma przeciwwskazań lekarza) |
| c. przewożenie ciężarów na taczkach wzbronione do 16 lat chłopcom oraz do 18 lat dziewczętom. Dla młodocianych chłopców od 16 do 18 lat | 50 kg | dozwolone na powierzchni gładkiej o stałej twardości, lub po ułożonych deskach, jeżeli stromość toru nie przekracza 0,02 |
| d. przewożenie ciężarów na wózkach trzy lub czterokołowych (poruszanych ręcznie) wzbronione do 16 lat. Dla młodocianych od 16 do 18 lat: * chłopców * dziewcząt | 80 kg 50 kg | dozwolone po powierzchni gładkiej o stałej twardości, jeżeli stromość toru nie przekracza 0,02 |
| e. przewożenie ciężarów na wózkach dwukołowych wzbronione chłopcom do 16 lat i dziewczętom do 18 lat. Dla młodocianych chłopców od 16 do 18 lat | 80 kg | dozwolone po powierzchni stałej, jeżeli stromość toru nie przekracza 0,02 |