

## SMERNICA

### na určenie zakázaných prác a pracovísk ženám a mladistvým zamestnancom.

#### Úvodné ustanovenia

Zamestnávateľ v súlade so zákonom NR SR č. 124/2006 Z. z. o bezpečnosti a ochrane zdravia pri práci v znení zákona č. 309/2007 Z. z., nariadením vlády SR č. 272/2004 Z. z., ktorým sa ustanovuje zoznam prác a pracovísk, ktoré sú zakázané tehotným ženám, matkám do konca deviateho mesiaca po pôrode a dojčiacim ženám, zoznam prác a pracovísk spojených so špecifickým rizikom pre tehotné ženy, matky do konca deviateho mesiaca po pôrode a pre dojčiace ženy a ktorým sa ustanovujú niektoré povinnosti zamestnávateľom pri zamestnávaní týchto žien a nariadením vlády SR č. 286/2004 Z. z., ktorým sa ustanovuje zoznam prác a pracovísk, ktoré sú zakázané mladistvým zamestnancom, a ktorým sa ustanovujú niektoré povinnosti zamestnávateľom pri zamestnávaní mladistvých zamestnancov vydáva túto organizačnú smernicu.

Účelom tejto smernice je určenie prác a pracovísk zakázaných tehotným ženám, matkám do konca deviateho mesiaca po pôrode a dojčiacim ženám, spojených so špecifickým rizikom pre tehotné ženy, matky do konca deviateho mesiaca po pôrode a pre dojčiace ženy, zakázaných mladistvým zamestnancom v podmienkach spoločnosti.

#### Rozsah platnosti

Táto smernica je platná a záväzná pre zamestnávateľa a všetkých jeho zamestnancov. Vzťahuje sa taktiež primerane aj na osoby, ktoré sa so súhlasom zamestnávateľa zdržiavajú v jeho priestoroch.

#### Zodpovednosti a právomoci

Postupy a zásady uvedené v tejto smernici sú záväzné pre všetkých zamestnancov, ktorí sa akýmkoľvek spôsobom podieľajú na realizácii a zabezpečovaní činností popísaných v smernici.

Všetci zamestnanci sú povinní preukázateľne oboznámiť sa s touto smernicou a dodržiavať jej ustanovenia. Táto smernica je záväzná pre každého zamestnanca dňom, kedy bol s ňou oboznámený.

Autorizovaný technik BOZP s touto smernicou oboznamuje vedúcich zamestnancov a ostatných zamestnancov v intervale raz za 24 mesiacov alebo pri akejkol'vek zmene daného dokumentu.

Vedúci zamestnanci sú povinní umiestniť túto smernicu na takom mieste, aby bola zamestnancom verejne prístupná.

#### OSOBITNÉ USTANOVENIA

##### **Základné povinnosti zamestnávateľa :**

Zamestnávateľ je v zmysle § 6 ods. 1 písm. m) zákona č. 124/2006 Z.z. v záujme zaistenia bezpečnosti a ochrany zdravia pri práci je povinný vypracovať a podľa potreby aktualizovať vlastný zoznam prác a pracovísk

- zakázaných tehotným ženám, matkám do konca deviateho mesiaca po pôrode a dojčiacim ženám,
- spojených so špecifickým rizikom pre tehotné ženy, matky do konca deviateho mesiaca po pôrode a pre dojčiace ženy,
- zakázaných mladistvým zamestnancom,

Zamestnávateľ je povinný pri všetkých prácach a na pracoviskách, spojených so špecifickým rizikom vystavenia tehotnej ženy, matky do konca deviateho mesiaca po pôrode a dojčiacej ženy pôsobeniu škodlivých faktorov, vplyvov, procesov alebo pracovných podmienok, posúdiť charakter, stupeň a trvanie takého vystavenia. Zamestnávateľ vyhodnotí všetky riziká pre ich bezpečnosť a zdravie a na základe odborného posúdenia zdravotnej spôsobilosti z hľadiska možných účinkov na tehotenstvo alebo dojčenie takej ženy príslušným lekárom rozhodne o prijatí potrebných opatrení.

Zamestnávateľ informuje tehotnú ženu, matku do konca deviateho mesiaca po pôrode, dojčiacu ženu a zástupcov zamestnancov o výsledkoch posúdenia rizika a o všetkých opatreniach, ktoré prijme na zaistenie bezpečnosti a ochrany zdravia pri práci.

Zamestnávateľ je povinný pri všetkých prácach a na pracoviskách spojených so špecifickým rizikom z vystavenia mladistvého zamestnanca škodlivému pôsobeniu fyzikálnych, chemických, biologických faktorov, vplyvov a procesov posúdiť, vyhodnotiť všetky riziká pre jeho bezpečnosť a zdravie a na základe odborného posúdenia príslušného lekára o zdravotnej spôsobilosti mladistvého zamestnanca rozhodnúť o prijatí potrebných opatrení.

Zamestnávateľ plní vyššieuvedené povinnosti pred zaradením mladistvého zamestnanca na prácu a pri podstatnej zmene pracovných podmienok, pričom osobitne zohľadní najmä

- vybavenie a usporiadanie pracoviska alebo pracovného miesta,
- charakter, stupeň a trvanie vystavenia fyzikálnym, biologickým a chemickým faktorom a vplyvom,
- druhy, rozsah a spôsob používania pracovných prostriedkov, strojov, zariadení, látok a materiálov,
- usporiadanie pracovných procesov, postupov a organizáciu práce,
- úroveň jeho odbornej prípravy a výučby.

Zamestnávateľ informuje mladistvého zamestnanca a zástupcov zamestnancov o výsledkoch posúdenia rizika a o všetkých opatreniach, ktoré prijme na zaistenie bezpečnosti a ochrany zdravia pri práci.

#### **Zakázané práce ženám :**

Ženy nesmú byť zamestnávané prácami, ktoré sú pre ne fyzicky neprimerané alebo škodia ich organizmu, najmä prácami, ktoré ohrozujú ich materské poslanie.

Tehotná žena nesmie byť zamestnávaná ani prácami, ktoré podľa lekárskeho posudku ohrozujú jej tehotenstvo zo zdravotných príčin spočívajúcich v jej osobe. To platí rovnako o matke do konca deviateho mesiaca po pôrode a dojčiacej žene.

Tehotnú ženu, matku do konca deviateho mesiaca po pôrode a dojčiacu ženu nemožno za žiadnych okolností nútiť, aby vykonávala práce, pri ktorých sa zistilo možné ohrozenie jej bezpečnosti a zdravia a možné účinky na jej tehotenstvo alebo dojčenie.

#### **Zakázané práce mladistvým :**

Mladistvý zamestnanec nesmie byť zamestnávaný prácami pod zemou pri ťažbe nerastov alebo pri razení tunelov a štôlní.

Mladistvý zamestnanec nesmie byť zamestnávaný prácami, ktoré so zreteľom na anatomické, fyziologické a psychické zvláštnosti v tomto veku sú pre neho neprimerané, nebezpečné alebo jeho zdraviu škodlivé.

Zamestnávateľ nesmie zamestnávať mladistvých zamestnancov ani prácami, pri ktorých sú vystavení zvýšenému nebezpečenstvu úrazu alebo pri ktorých výkone by mohli vážne ohroziť bezpečnosť a zdravie spoluzamestnancov alebo iných osôb.

Zamestnávateľ nesmie prideľovať mladistvému zamestnancovi prácu, ak by

- objektívne presahovala jeho fyzické a psychické schopnosti,
- bol vystavený škodlivému pôsobeniu nebezpečných chemických látok a nebezpečných chemických prípravkov, napríklad jedovatých, karcinogénnych, mutagénnych, ktoré môžu spôsobiť genetické poškodenie, poškodenie nenarodeného dieťaťa, ohrozenie jeho budúceho reprodukčného vývoja alebo ktoré môžu mať iný chronický vplyv na jeho zdravie,
- bol vystavený škodlivému žiareniu,
- existovalo riziko, o ktorom možno predpokladať, že ho mladistvý zamestnanec nedokáže rozpoznať alebo sa mu vyhnúť, pretože nevenuje dostatočnú pozornosť bezpečnosti pri práci alebo nemá dostatočné skúsenosti alebo odbornú prípravu,
- bol vystavený nadmernej záťaži chladom alebo teplom,
- bol vystavený nadmernému hluku alebo vibráciám

pričom mladistvý zamestnanec môže vykonávať tieto práce s výnimkou prác s karcinogénnymi a mutagénnymi faktormi, ak ide o práce, ktoré sú nevyhnutné z hľadiska jeho odbornej prípravy, a ak je zabezpečená dostatočná ochrana jeho zdravia

- potrebnou teoretickou prípravou v oblasti bezpečnosti a ochrany zdravia pri práci,
- sústavným odborným dozorom pri práci,
- vhodnou organizáciou režimu práce a
- inými opatreniami, napríklad používaním osobných ochranných pracovných prostriedkov, obmedzením práce na dobu nevyhnutnú na získanie potrebných skúseností a správnych pracovných návykov.

### **Zoznam zakázaných prác a pracovísk**

Konkrétny zoznam prác a pracovísk

- zakázaných tehotným ženám, matkám do konca deviateho mesiaca po pôrode a dojčiacim ženám,
- spojených so špecifickým rizikom pre tehotné ženy, matky do konca deviateho mesiaca po pôrode a pre dojčiace ženy,
- zakázaných mladistvým zamestnancom,

vypracujú poverení zamestnanci v spolupráci s autorizovaným bezpečnostným technikom podľa charakteristík zakázaných prác, ktoré sú uvedené v Prílohe č. 1, 2, 3 a podľa smerných hmotnostných hodnôt uvedených v Prílohe č. 4. Pre vytvorenie zoznamu použijú príslušný formulár uvedený v Prílohe č. 5 k tejto smernici.

Zoznamy prác a pracovísk

- zakázaných tehotným ženám, matkám do konca deviateho mesiaca po pôrode a dojčiacim ženám,
- spojených so špecifickým rizikom pre tehotné ženy, matky do konca deviateho mesiaca po pôrode a pre dojčiace ženy,
- zakázaných mladistvým zamestnancom,

prehodnotia príslušní vedúci zamestnanci v spolupráci s autorizovaným bezpečnostným technikom raz za rok, resp. pri podstatných technologických alebo organizačných zmenách, a v prípade potreby vydajú nový zoznam.

Pri vstupnej inštrukcii na pracovisku musia byť ženy, tehotné ženy a mladiství zrozumiteľne a preukázateľne oboznámení so zoznamom a charakteristikami zakázaných prác.

## **Súvisiace dokumenty a záznamy**

Jedná sa o dokumenty a záznamy, ktoré vznikajú pri zabezpečovaní činností popísaných v tejto smernici.

### ***Dokumenty***

Dokumenty, na ktoré sú odkazy v tejto smernici a ďalej o dokumenty majúce priamu súvislosť (resp. súčinnosť) so zabezpečovaním činností v tejto smernici popísaných :

- Ústavný zákon Národnej rady Slovenskej republiky č. 460/1992 Zb. Slovenskej republiky v znení neskorších predpisov
- Zákon NR SR č. 311/2001 Z. z. Zákonník práce v znení neskorších predpisov
- Zákon NR SR č. 124/2006 Z. z. o bezpečnosti a ochrane zdravia pri práci v znení zákona č. 309/2007 Z. z.
- Nariadenie vlády č. 272/2004 Z. z., ktorým sa ustanovuje zoznam prác a pracovísk, ktoré sú zakázané tehotným ženám, matkám do konca deviateho mesiaca po pôrode a dojčiacim ženám, zoznam prác a pracovísk spojených so špecifickým rizikom pre tehotné ženy, matky do konca deviateho mesiaca po pôrode a pre dojčiace ženy a ktorým sa ustanovujú niektoré povinnosti zamestnávateľom pri zamestnávaní týchto žien
- Nariadenie vlády č. 286/2004 Z. z., ktorým sa ustanovuje zoznam prác a pracovísk, ktoré sú zakázané mladistvým zamestnancom, a ktorým sa ustanovujú niektoré povinnosti zamestnávateľom pri zamestnávaní mladistvých zamestnancov.

### **Záverečné ustanovenia**

Postupy a zásady stanovené v tejto smernici sú záväzné pre všetkých zamestnancov, ktorí sa akýmkoľvek spôsobom podieľajú na realizácii a zabezpečovaní činností v smernici popísaných a primerane aj pre osoby, ktoré sa so súhlasom zamestnávateľa zdržiavajú v jeho priestoroch.

Na osoby, ktoré sú pre zamestnávateľa činné na základe dohôd o prácach vykonávaných mimo pracovného pomeru, sa vzťahuje táto smernica v súlade s § 18 zákona NR SR č. 124/2006 Z. z. o BOZP v znení neskorších predpisov v rozsahu vyplývajúcom z týchto dohôd.

Všetky zmeny v tejto smernici je oprávnený vykonávať autorizovaný technik BOZP. Za ošetrovanie existujúcich výtlačkov dokumentu – udržiavanie v čitateľnej podobe, uloženie na dostupnom mieste, ochrana proti strate, zničeniu alebo zneužitiu – zodpovedajú užívatelia smernice.

### **Zoznam príloh**

Príloha č. 1/10 :

Charakteristika prác a pracovísk, ktoré sú zakázané tehotným ženám, matkám do konca deviateho mesiaca po pôrode a dojčiacim ženám

Príloha č. 2 /10:

Charakteristika prác a pracovísk spojených so špecifickým rizikom pre tehotné ženy, matky do konca deviateho mesiaca po pôrode a pre dojčiace ženy

Príloha č. 3/10 :

Charakteristika prác a pracovísk, ktoré sú zakázané mladistvým zamestnancom

Príloha č. 4/10 :

Smerné hmotnostné limity

Príloha č. 5/10: Formuláre :

Zakázané práce tehotným ženám, matkám do konca deviateho mesiaca po pôrode a dojčiacim ženám

Zoznam prác a pracovísk zakázaných mladistvým zamestnancom

## **CHARAKTERISTIKA PRÁC A PRACOVÍSK, KTORÉ SÚ ZAKÁZANÉ TEHOTNÝM ŽENÁM, MATKÁM DO KONCA DEVIATEHO MESIACA PO PÔRODE A DOJČIACIM ŽENÁM**

### **1. Tehotným ženám sú zakázané práce a pracoviská so škodlivými**

#### **1.1. fyzikálnymi faktormi a vplyvmi, najmä**

pri ktorých sú zamestnanci vystavení zvýšenému atmosférickému tlaku o viac ako 20 kPa oproti okolitému atmosférickému tlaku, napríklad v tlakových komorách a pri potápaní, alebo zníženému atmosférickému tlaku, prípadne významnému zvýšeniu vnútropľúcneho tlaku,

#### **1.2. biologickými faktormi, najmä s**

- a) toxoplasmou gondii,
  - b) vírusom rubeoly (rubivírus),
  - c) vírusom ľudskej imunitnej nedostatočnosti (HIV),
- okrem prípadov, keď sú tehotné ženy dokázateľne primerane chránené pred pôsobením týchto faktorov očkovaním,

#### **1.3. chemickými faktormi, najmä**

s olovom a jeho zlúčeninami, ktoré sú absorbovateľné ľudským organizmom.

### **2. Dojčiacim ženám sú zakázané práce a pracoviská so škodlivými chemickými faktormi, najmä**

s olovom a jeho zlúčeninami, ktoré sú absorbovateľné ľudským organizmom.

### **3. Ďalej sú tehotným ženám, matkám do konca deviateho mesiaca po pôrode a dojčiacim ženám zakázané práce**

- a) s karcinogénmi, ktoré sú uvedené v osobitnom predpise<sup>1)</sup> a označené ako R 40, R 45, R 46, R 47 a R 49,
- b) pri procesoch s rizikom karcinogenity uvedené v osobitnom predpise,<sup>2)</sup>
- c) s chemickými látkami, ktoré
  - 1. poškodzujú reprodukciu, ktoré sú uvedené v osobitnom predpise<sup>1)</sup> a označené ako R 60, R 62,
  - 2. majú mutagénne účinky a môžu viesť k poškodeniu nenarodeného dieťaťa, ktoré sú uvedené v osobitnom predpise<sup>1)</sup> a označené ako R 46, R 61 a R 63,
  - 3. môžu mať škodlivé účinky na dojčené dieťa, ktoré sú uvedené v osobitnom predpise<sup>1)</sup> a označené ako R 64,
  - 4. môžu poškodzovať plodnosť, ktoré sú uvedené v osobitnom predpise<sup>1)</sup> a označené ako R 60, R 62,
- d) určené ako rizikové v kategóriách 3 a 4 podľa osobitného predpisu,
- e) pri činnostiach vedúcich k ožiareniu v kontrolovaných pásmach pracovísk so zdrojmi ionizujúceho žiarenia,
- f) pri výrobe a spracovaní výbušnín a výbušných predmetov a pri zaobchádzaní s nimi,
- g) pri dezinfekcii a deratizácii priestorov plynmi,
- h) v priestoroch uzavretých a nedostatočne prevetrávaných nádob a nádrží,
- i) s horľavými kvapalinami I. triedy<sup>3)</sup> s výnimkou ich bezpečného používania v laboratóriách a pri poskytovaní zdravotnej a veterinárnej starostlivosti,
- j) pri ktorých je riziko zrútenia stavieb, konštrukcií a zrútenia alebo zosypania materiálov,
- k) vo výškach nad 1,5 m a nad voľnými hĺbkami,
- l) s nebezpečenstvom vysokého napätia,
- m) pri porážke zvierat na bitúnkoch,
- n) pri chove zvierat podľa osobitného predpisu,
- o) banské pod zemou a pri razení tunelov a štôlní.

## CHARAKTERISTIKA PRÁC A PRACOVÍSK, SPOJENÝCH SO ŠPECIFICKÝM RIZIKOM PRE TEHOTNÉ ŽENY, MATKY DO KONCA DEVIATEHO MESIACA PO PÔRODE A PRE DOJČIACE ŽENY

### Práce a pracoviská so škodlivými

#### 1. fyzikálnymi faktormi a vplyvmi, ktoré môžu spôsobiť poškodenie plodu alebo narušiť uchytenie placenty alebo jej časti, najmä práce

##### 1.1 s nárazmi, otrasmi alebo pohybmi

- a) spojené s tlakom na brucho a podbrušie spôsobeným či už pracovným zariadením, opracovávanými predmetmi, alebo v dôsledku nevhodne riešeného pracovného miesta,
- b) pri ktorých dochádza k prenosom nárazov na horné končatiny, napríklad práca s ručnými pneumatickými nástrojmi,
- c) pri ktorých dochádza k prenosu vibrácií na ruky, pri ktorom sú prekračované najvyššie prípustné hodnoty vibrácií v závislosti od časového vystavenia, ustanovené osobitným predpisom,<sup>1)</sup>
- d) s prenosom vibrácií pôsobiacich celkovo alebo miestne, pri ktorých sú prekročené najvyššie prípustné hodnoty ustanovené osobitným predpisom<sup>1)</sup> pre tehotné ženy znížené o 10 dB,

##### 1.2. pri manipulácii s nákladmi spojené s rizikami, najmä v bedernej oblasti chrbtice

- a) pri preprave bremien pomocou jednoduchých bezmotorových pojazdných prostriedkov, pri ktorých musí byť sila vynaložená v ťahu väčšia ako 50 N a sila v tlaku väčšia ako 100 N,
- b) spojené so zdvíhaním, prenášaním a ukladaním bremien, pri ktorých sú prekračované smerné hmotnostné hodnoty,<sup>2)</sup>
- c) s prevažujúcou dynamickou zložkou svalovej práce, pri ktorých je celozmenový pracovný energetický výdaj väčší ako 4 MJ,

##### 1.3. na pracoviskách s hlukom,

keď sú prekračované najvyššie prípustné hodnoty hluku pri fyzickej práci, ustanovené osobitným predpisom,<sup>1)</sup>

##### 1.4. s ionizujúcim žiarením

pri činnostiach vedúcich k ožiareniu ionizujúcim žiarením mimo kontrolovaných pásiem pracovísk so zdrojmi ionizujúceho žiarenia, ak dávka na plod počas celého tehotenstva neprekročí 1 mSv,

##### 1.5. s neionizujúcim žiarením,

keď sú prekročené najvyššie prípustné hodnoty elektromagnetického žiarenia a elektromagnetických polí s frekvenciami 3 000 GHz a nižšími, ustanovené osobitným predpisom pre obyvateľstvo,<sup>3)</sup>

##### 1.6. na pracoviskách s nadmernou záťažou chladom alebo teplom

- a) keď sa teplota vzduchu udržiava po dobu viac ako 4 hodiny na hodnote 4 °C a nižšej alebo keď sa vykonávajú práce v súhrne za zmenu dlhšie ako 1 hodinu pri teplotách pod -5 °C. Práca v uvedenom povolenom časovom rozsahu musí byť kompenzovaná účinnými ochrannými opatreniami na zabezpečenie fyziologickej termoregulácie tehotnej ženy, najmä vhodným pracovným oblečením, primeraným temperovaním priechodných a odpočinkových priestorov, v prípade potreby zabezpečením teplých nápojov a stravy,
- b) keď časovo-vážená celozmenová priemerná výsledná teplota guľového teplomeru prevyšuje 28 °C,
- c) s významnými zdrojmi sálavého tepla na zamestnanca, keď nemožno technickými opatreniami znížiť sálanie tak, aby nebolo príčinou nadmernej tepelnej záťaže a

porúch termoregulácie a aby pôsobenie sálavého tepla na hlavu neprekračovalo  $150 \text{ W/m}^2$ ,

- d) s mimoriadnymi nárokmi na termoreguláciu v dôsledku striedania veľkých teplotných rozdielov v intervaloch kratších ako 30 minút, ako aj pri súčasne vysokej teplote a vlhkosti, ak nie sú zabezpečené opatrenia účinne kompenzujúce negatívny vplyv uvedených faktorov, najmä vhodné pracovné oblečenie, úprava režimu práce a oddychu, pitný režim, primerané tepelno-vlhkostné podmienky v priechodných a odpočinkových priestoroch,

1.7. s nevhodným pohybom a držaním tela a s premiestňovaním sa v rámci pracoviska alebo mimo neho

- a) vykonávané vo fyzicky náročných a v nevhodných pracovných polohách, ako je práca v hlbokom predklone, v podrepe, v kľaku, poležiačky, vo vypätom stoji na špičkách nôh, s rukami nad hlavou a s pootočením trupu o viac ako  $60^\circ$ ,
- b) postojácky u tehotných žien, ak sa vykonávajú súvisle počas prevažnej časti pracovnej zmeny,
- c) vykonávané v obmedzenom pracovnom priestore, ktorý neumožňuje striedanie pracovných polôh a uvoľňovanie zaťažovaných častí podpornopohybovej sústavy, a v podmienkach, ktoré neumožňujú upraviť pracovné miesto s ohľadom na antropometrické zmeny tela ženy v priebehu tehotenstva,

1.8. s psychickou záťažou

- a) pri ktorej nemožno individuálne prispôbovať pracovné tempo dané strojovým zariadením,
- b) pri ošetrovaní pacientov na uzavretých psychiatrických oddeleniach.

## 2. biologickými faktormi, najmä práce

- a) s klasifikovanými faktormi skupiny 2, 3 a 4,<sup>4)</sup> ak je známe, že tieto faktory alebo terapeutické opatrenia potrebné vzhľadom na pôsobenie týchto faktorov ohrozujú zdravie tehotných žien a nenarodeného dieťaťa,
- b) pri výrobe liečiv a prípravkov na humánne a veterinárne účely, pri ktorých môže preukázateľne vo významnej miere dochádzať k prenikaniu v nich obsiahnutých biologických účinných látok do organizmu.

## 3. chemickými faktormi, najmä práce s

3.1 ortuťou a s jej zlúčeninami,

3.2 látkami spomaľujúcimi mitózu,

3.3 oxidom uhoľnatým,

3.4 chemickými látkami, ktoré sú v nebezpečnej miere absorbované cez pokožku<sup>5)</sup> a ktoré sú uvedené v osobitnom predpise<sup>6)</sup> a označené ako R 24 a R 27,

3.5 chemickými látkami, ktoré

- 1. majú výrazný alergizujúci účinok na dýchacie ústrojenstvo alebo kožu, ktoré sú uvedené v osobitnom predpise<sup>6)</sup> a označené ako R 42 a R 43,
- 2. majú žieravý účinok na kožu, ktoré sú uvedené v osobitnom predpise<sup>6)</sup> a označené ako R 34, R 35,

okrem predaja nebezpečných chemických látok a nebezpečných chemických prípravkov v uzavretých nerozbitných, originálnych baleniach.

## **CHRAKTERISTIKA PRÁC A PRACOVÍSK, KTORÉ SÚ ZAKÁZANÉ MLADISTVÝM ZAMESTNANCOM**

### **Práce a pracoviská**

**1.1 so škodlivými fyzikálnymi faktormi a ich vplyvmi, najmä práce**

**1.2 so škodlivými biologickými faktormi a ich vplyvmi**

**1.3 so škodlivými chemickými faktormi a ich vplyvmi, najmä práce**

**1.4 pri procesoch**

- a) s rizikom karcinogenity uvedeným v osobitnom predpise,<sup>6)</sup>
- b) pri výrobe a spracovaní výbušnín a výbušných predmetov a zaobchádzaní s nimi,
- c) pri chove zvierat podľa osobitného predpisu,
- d) pri zabíjaní zvierat na bitúnku,
- e) pri manipulácii so zariadeniami na výrobu, skladovanie alebo používanie stlačených skvapalnených alebo rozpustných plynov,
- f) v nedostatočne prevetrávaných nádržiach, cisternách, kadiach a rezervoároch,
- g) pri manipulácii s obalmi, napríklad so sudmi, kanistrami obsahujúcimi chemické látky uvedené v bode 1.3,
- h) s rizikom zrútenia stavieb, konštrukcií,
- i) s nebezpečenstvom vysokého napätia,
- j) pri ktorých nemožno individuálne prispôbovať pracovné tempo dané strojovým zariadením a pri ktorých sa používa odmeňovanie podľa výsledkov,

**1.5 ďalej práce**

- a) určené ako rizikové v kategóriách 3 a 4 podľa osobitného predpisu,
- b) spojené so zvýšeným rizikom úrazov,
- c) pri dezinfekcii a deratizácii priestorov plynmi,
- d) vo výškach presahujúcich 1,5 m a nad voľnými hĺbkami.



**SMERNÉ HMOTNOSTNÉ LIMITY<sup>1)</sup>**

- a) **Smerné hmotnostné limity oboma rukami zdvíhaných a prenášaných bremien a maximálna hmotnosť bremena<sup>2)</sup> pre mužov a ženy rôznych vekových kategórií v základnej polohe postojacky a pri priaznivých a nepriaznivých<sup>3)</sup> v trvaní maximálne 1 hodinu za zmenu<sup>4)</sup>.**

Vek	Podmienky	Maximálna hmotnosť bremena <sup>2)</sup>	
		Muži	Ženy
18 – 29 r.	Priaznivé	50 kg	15 kg
	Nepriaznivé	40 kg	10 kg
30 – 39 r.	Priaznivé	45 kg	15 kg
	Nepriaznivé	40 kg	10 kg
40 – 49 r.	Priaznivé	40 kg	15 kg
	Nepriaznivé	35 kg	10 kg
50 – 60 r.	Priaznivé	35 kg	10 kg
	Nepriaznivé	30 kg	5 kg

- 1) Smerné hmotnostné hodnoty vyjadrujú vhodnosť určitej činnosti zamestnanca vykonávanej v závislosti od veku a pohlavia a od hmotnosti bremena vo vzťahu k frekvencii úkonov a dĺžke trvania.
- 2) Pod maximálnou hmotnosťou bremena sa rozumie hmotnosť individuálneho bremena, ktorá nesmie byť za žiadnych podmienok (okolností) prekročená.
- 3) Za nepriaznivé podmienky sa považujú napr. zhoršené úchopové možnosti, manipulácia s bremenami v úrovniach podlaha – plece, plece – nad plece, nerovná, naklonená šmykľavá podlaha, vyšší podiel statických prvkov – držanie bremena, fyziologicky nevhodná pracovná poloha (napr. nakláňanie a pootáčanie trupu, vzpaženie horných končatín a podobne), veľká vzdialenosť medzi ťažiskom tela a ťažiskom bremena, vnútené pritláčanie bremena k bruchu, prenášanie bremien s rizikom prevrhnutia a vystreknutia (nádoby, kontajnery so škodlivými látkami), nárazové zaťaženie v priebehu zmeny, nedostatočná fyzická zdatnosť zamestnancov a podobne.
- 4) Maximálna frekvencia zdvihov pre ručné zdvíhanie bremena u mužov s hmotnosťou bremena 50 kg je za priaznivých podmienok 1 zdvih za 2 minúty (pri hmotnosti bremena 25 kg 1 zdvih za 1 minútu) v priebehu 1 hodiny za zmenu.  
Pri zvyšovaní frekvencie zdvihov sa primerane hmotnosť bremena znižuje (pri bremene s maximálnou hmotnosťou do 7 kg 15 zdvihov za 1 minútu).  
Bremená s hmotnosťou 30 – 50 kg u mužov možno zdvíhať nepretržite počas 1 hodiny. Prestávky medzi časovými úsekmi na zdvíhanie bremien nesmú byť kratšie ako 30 minút. Pri stanovení maximálnej celozmenovej hmotnosti bremena pri prenášaní bremien je potrebné zohľadniť aj energetický výdaj a srdcovú frekvenciu zamestnanca. K prácam spojeným s dlhodobou a pravidelnou manipuláciou s bremenami je potrebné vyžiadať stanovisko príslušného orgánu na ochranu zdravia.

- b) **Smerné hmotnostné hodnoty na zdvíhanie a prenášanie bremien pre ženy v základnej polohe postojacky<sup>1)</sup>**

Maximálna hmotnosť ručne zdvíhaných a prenášaných bremien <sup>2)</sup>	Dĺžka vertikálnej dráhy bremena	Maximálny počet zdvihov za minútu <sup>2)</sup>	Maximálna vzdialenosť
15 kg	podlaha – zápästie <sup>3)</sup> zápästie – plece	6 5	8 m

10 kg	podlaha – zápästie	8	10 m 15 m pri dobrých úchopových možnostiach
	zápästie – plece	7	
	podlaha – plece	5	
5 kg	podlaha – zápästie	10	15 m 20 m pri dobrých úchopových možnostiach
	podlaha – plece	8	
	podlaha – nad plece	6	
	zápästie – plece	10	
	zápästie – nad plece	8	
	plece – nad plece	5	

- 1) Pri práci v sede a dvíhaní bremena jednou rukou nesmie byť jeho hmotnosť väčšia ako 5 kg.
- 2) Bremená s hmotnosťou 10–15 kg možno zdvíhať nepretržite počas 10 minút, bremená s hmotnosťou 5–10 kg počas 15 minút. Prestávky medzi časovými úsekmi na zdvíhanie bremien nesmú byť kratšie ako 10 minút, resp. 15 minút.

U tehotných žien a matiek do deviateho mesiaca po pôrode, vykonávajúcich ručnú manipuláciu s bremenami, je potrebné rešpektovať odporúčanie príslušného lekára týkajúce sa úpravy režimu práce a odpočinku, prípadne časového obmedzenia a trvania ručnej práce s bremenami, ak si to vyžaduje zdravotný stav ženy, ochrana plodu a nerušivý priebeh tehotenstva. Pre tehotné ženy sa odporúčajú smerné hmotnostné hodnoty (maximálna hmotnosť ručne zdvíhaných a prenášaných bremien, maximálny počet zdvihov za minútu) znížiť na menej ako polovicu.

- 3) Výška zápästia žien je v priemere 75 cm, výška pliec je v priemere 134 cm. Pri pracovnej polohe v sede sa tieto hodnoty znižujú o 40 cm v tolerancii  $\pm 5$  cm podľa výšky sedadla.

**c) Smerné hmotnostné hodnoty na zdvíhanie a prenášanie bremien pre mladistvých v základnej polohe postojacky<sup>1)</sup>**

Vek	Maximálna hmotnosť ručne zdvíhaných a prenášaných bremien		Dĺžka vertikálnej dráhy bremena	Maximálny počet zdvihov za minútu	
	Chlapci <sup>2)</sup>	Dievčatá <sup>2)</sup>		Chlapci <sup>2)</sup>	Dievčatá <sup>2)</sup>
17-18 r.	20 kg <sup>3)</sup>	15 kg <sup>3)</sup>	podlaha – zápästie <sup>3)</sup>	5	5
			zápästie – plece	4	4
16-17 r.	15 kg <sup>3)</sup>	10 kg <sup>3)</sup>	podlaha – zápästie <sup>3)</sup>	6	7
			zápästie – plece	6	7
			podlaha – plece	3	4
Do 16 r.	10 kg <sup>3)</sup>	5 kg <sup>3)</sup>	podlaha – zápästie	8	8
			podlaha – plece	6	6
			podlaha – nad plece	4	4
			zápästie – plece	8	8
			zápästie – nad plece	6	6
			plece – nad plece	4	4

- 1) Pri práci v sede nesmie byť hmotnosť bremena väčšia ako 5 kg.
- 2) Pri manipulácii s bremenami u mladistvých sa v spolupráci s príslušným lekárom prihliada na individuálny telesný vývoj a zdravotný stav najmä u jedincov, kde telesný vývoj nezodpovedá ich biologickému veku.
- 3) Bremená s hmotnosťou 15 – 20 kg u chlapcov a 10 – 15 kg u dievčat možno zdvíhať nepretržite počas 10 minút,  
Bremená s hmotnosťou 10 – 15 kg u chlapcov a 5 – 10 kg u dievčat možno zdvíhať nepretržite počas 15 minút. Prestávky medzi časovými úsekmi na zdvíhanie bremien nesmú byť kratšie ako 10, resp. 15 minút.

Príloha č.5/10 : Zakázané práce tehotným ženám, ženám do 9. mesiaca po pôrode a dojčiacim ženám

KATEGÓRIA PRÁCE	URČENIE PRÁCE, ČINNOSTI	ZÁKAZ/ POVOLENIE
<b>Práce na pracoviskách so škodlivými fyzikálnymi faktormi</b>		
- s nárazmi, otrasmi, pohybmi	Nenachádzajú sa	---
- pri manipulácii s nákladmi (manipulácia s bremenami nad 15 kg v priaznivých a nad 10 kg v nepriaznivých podmienkach)	Prenášanie materiálu, predmetov zariadení	Z
- na pracoviskách s hlukom	Nenachádzajú sa	---
- s ionizujúcim žiarením	Nenachádzajú sa	---
- s neionizujúcim žiarením	Nenachádzajú sa	---
- s nadmernou záťažou chladom alebo teplom	Čistenie vonkajších priestorov v zimnom období	Z
- s nevhodným pohybom alebo držaním tela	Upratovacie práce v predklone, kľáčačky	Z
- s psychickou záťažou	Nenachádzajú sa	---
<b>Práce na pracoviskách so škodlivými biologickými faktormi biologickými faktormi</b>		
- s klasifikovanými faktormi skupina 2,3,4	Nenachádzajú sa	---
- pri výrobe liečiv	Nenachádzajú sa	---
<b>Práce na pracoviskách so škodlivými chemickými faktormi</b>		
- s olovom a jeho zlúčeninami	Nenachádzajú sa	---
- s ortuťou a jej zlúčeninami	Nenachádzajú sa	---
- s oxidom uhoľnatým	Nenachádzajú sa	---
- s chemickými látkami absorbovanými cez pokožku (R 24, R 27)	Nenachádzajú sa	---
- s chemickými látkami s alergizujúcim, žieravým účinkom (R 42, R 43, R 34, R 35)	Nenachádzajú sa	---
<b>Práce s karcinogénmi</b>	Nenachádzajú sa	---
<b>Práce na rizikových pracoviskách 3. a 4. kategórie</b>	Nenachádzajú sa	---
<b>Činnosti vedúce k ožiareniu</b>	Nenachádzajú sa	---
<b>Výroba a spracovanie výbušnín</b>	Nenachádzajú sa	---
<b>Dezinfekcia a deratizácia plynmi</b>	Nenachádzajú sa	---
<b>Práce s horľavými kvapalinami I. triedy</b>	Nenachádzajú sa	---
<b>Práce s rizikom zrútenia konštrukcií, stavieb, zosypania materiálov</b>	Nenachádzajú sa	---
<b>Práce vo výškach a nad voľnými hlbkami</b>	Údržbárske práce	Z
<b>Práce z nebezpečenstvom vysokého napätia</b>	Nenachádzajú sa	---
<b>Práce pri porážke zvierat</b>	Nenachádzajú sa	---
<b>Banské práce</b>	Nenachádzajú sa	---

**Zakázané práce mladistvým**

KATEGÓRIA PRÁCE	URČENIE PRÁCE, ČINNOSTI	ZÁKAZ/ POVOLENIE
<i>Práce na pracoviskách so škodlivými fyzikálnymi faktormi</i>		
- činnosti vedúce k ožiareniu ionizujúcim a neionizujúcim žiarením	Nenachádzajú sa	---
- činnosti, pri ktorých sú vystavení zvýšenému atmosférickému tlaku	Nenachádzajú sa	---
- pod zemou (banské práce)	Nenachádzajú sa	---
- práce s bremenami (nad 10/15kg – chlapci, nad 5/10 kg- dievčatá)	Prenášanie materiálu, predmetov zariadení	Z
- s nadmernou záťažou chladom alebo teplom	Práce vo vonkajšom prostredí v zimnom období	P len na dobu max. 1 hodina
- s koncentráciou kyslíka v ovzduší menej než 20% objemových	Nenachádzajú sa	---
- na pracoviskách s hlukom	Nenachádzajú sa	---
- s vibráciami	Nenachádzajú sa	---
<i>Práce na pracoviskách so škodlivými biologickými faktormi biologickými faktormi</i>		
- s klasifikovanými faktormi skupina 2,3,4	Nenachádzajú sa	---
<i>Práce na pracoviskách so škodlivými chemickými faktormi</i>		
- s olovom a jeho zlúčeninami	Nenachádzajú sa	---
- s ortuťou a jej zlúčeninami	Nenachádzajú sa	---
- s nebezpečnými chemickými látkami (jedovaté, veľmi jedovaté, žieravé, výbušné)	Nenachádzajú sa	---
- s chemickými látkami klasifikovanými ako škodlivé, dráždivé ( R 12, 39, 40, 42, 43, 45, 46, 48, 60, 61)	Nenachádzajú sa	---
- s chemickými látkami klasifikovanými ako karcinogény	Nenachádzajú sa	---
<i>Práce s karcinogénmi</i>	Nenachádzajú sa	---
<i>Práce na rizikových pracoviskách 3. a 4. kategórie</i>	Nenachádzajú sa	---
<i>Výroba a spracovanie výbušnín</i>	Nenachádzajú sa	---
<i>Dezinfekcia a deratizácia plynmi</i>	Nenachádzajú sa	---
<i>Práce s horľavými kvapalinami I. triedy</i>	Nenachádzajú sa	---
<i>Práce s rizikom zrútenia konštrukcií, stavieb, zosypania materiálov</i>	Nenachádzajú sa	---
<i>Práce vo výškach a nad voľnými hĺbkami</i>	Údržbárske práce	Z
<i>Práce z nebezpečenstvom vysokého napätia</i>	Nenachádzajú sa	---
<i>Práce pri chove a porážke zvierat</i>	Nenachádzajú sa	---
<i>Banské práce</i>	Nenachádzajú sa	---
<i>Manipulácie s obalmi obsahujúcimi chemické vyššie uvedené chemické látky vo veľkých množstvách</i>	Nenachádzajú sa	---

## SMERNICA

na určenie podmienok súvisiacich s prevádzkovaním regálov

### Úvodné ustanovenia

Regály z hľadiska funkčnosti slúžia na ukladanie (skladovanie) rôznych materiálov, náradia, tovaru a pod. Výrobca určuje u jednotlivých typov ich využitie za predpísaných podmienok. Povinnosťou prevádzkovateľa (užívateľa) je podľa návodu výrobcu umiestniť regál v objekte s jeho označením nosnosti jednotlivých buniek, stĺpcov, regál ukotviť a predpísaným spôsobom v určených lehotách kontrolovať.

Organizácia v súlade so zákonom NR SR č. 124/2006 Z. z. o bezpečnosti a ochrane zdravia pri práci v znení zákona č. 309/2007 Z. z., vyhlášky SÚBP č. 59/1982 Zb., ktorou sa určujú základné požiadavky na zaistenie bezpečnosti práce a technických zariadení a STN 26 9030 vydáva tento pokyn, ktorý určí podmienky súvisiace s prevádzkovaním regálov v priestoroch spoločnosti.

### Rozsah platnosti

Postupy a zásady stanovené v tomto pokyne sú záväzné pre všetkých zamestnancov organizácie a primerane aj pre zamestnancov dodávateľských organizácií, ktoré sú s organizáciou v obchodnom styku.

### Zodpovednosti a právomoci

Postupy a zásady stanovené v tomto pokyne sú záväzné pre všetkých zamestnancov organizácie a primerane aj pre zamestnancov dodávateľských organizácií, ktoré sú so zamestnávateľom v obchodnom styku.

Všetci zamestnanci organizácie a zamestnanci dodávateľských organizácií, ktoré sú s organizáciou v obchodnom styku sú povinní preukázateľne oboznámiť sa s týmto pokynom a dodržiavať jeho ustanovenia. Tento pokyn je záväzný pre každého zamestnanca dňom, kedy bol s ním oboznámený.

Autorizovaný bezpečnostný technik s týmto pokynom oboznamuje vedúcich zamestnancov a ostatných zamestnancov v intervale raz za 24 mesiacov alebo pri akejkoľvek zmene daného predpisu.

Vedúci zamestnanci sú povinní umiestniť tento pokyn na takom mieste, aby bol zamestnancom verejne prístupný.

## OSOBITNÉ USTANOVENIA

### *Povinnosti vedúcich zamestnancov*

Vedúci zamestnanci v spolupráci s autorizovaným bezpečnostným technikom sú povinní :

- oboznámiť s týmto pokynom svojich podriadených zamestnancov, uplatňovať a vyžadovať jeho dodržiavanie,
- kontrolovať dodržiavanie ustanovení tohto pokynu,
- oboznámiť štatutára, vedúcich úsekov, vedúcich zamestnancov dodávateľských organizácií o porušovaní ustanovení uvedených v tomto pokyne,
- určiť zamestnancov poverených na výkon kontroly regálov,
- zabezpečiť opravy poškodených regálov a ich častí,
- zabezpečiť označenie poškodených regálov
- viesť a uchovávať prevádzkovú dokumentáciu regálov a uchovávať záznamy o kontrole, oprave regálov

Vedúci zamestnanci dodávateľských organizácií, ktoré sú so zamestnávateľom v obchodnom styku, sú povinní preukázateľne oboznámiť s týmto pokynom svojich podriadených zamestnancov, uplatňovať a vyžadovať jeho dodržiavanie.

#### **Základné požiadavky :**

- Každý nedostatok na regáloch sú zamestnanci povinní okamžite nahlásiť priamemu nadriadenému a regál nepoužívať do uskutočnenia opravy
- Regály z hľadiska bezpečnej manipulácie musia byť bezpečne obsluhované, udržiavané a opravované v súlade s požiadavkami príslušných predpisov
- Regály prázdne, čiastočne zaplnené, aj celkom zaplnené musia byť vždy stabilné
- Nosnosť regálu musí byť preukázaná
- V prípade, že sa na pracovisku nachádzajú regály, pre každý regál musí byť založená technická dokumentácia dodaná od dodávateľa regálov
- Regály, ktorých technický stav by mohol ohroziť bezpečnosť osôb, nesmú byť používané. V dobe nevyhovujúceho stavu musí byť regál výrazne označený, poprípade znemožnená jeho použiteľnosť

#### **Umiestnenie :**

- Regály musia byť postavené na pevnom základe s ohľadom na povolenú nosnosť tak, aby bola zaistená ich stabilita
- Podmienkou stability je montáž, ukotvenie a používanie regálov podľa požiadaviek výrobcu (technickej dokumentácie)
- Šírka uličiek medzi regálmi a stohmi musí zodpovedať spôsobu ukladania materiálu. Jej šírka musí mať najmenej 0,8 m. Šírka uličky na prechod vozíkov a pod. musí byť aspoň o 0,4 m väčšia ako najväčšia šírka vozíkov alebo nákladov
- Minimálna výška medzi hornou časťou manipulačnej jednotky, stavebnými konštrukciami a technologickými rozvodmi (svietidla, potrubia) je 200 mm

#### **Prevádzkovanie, ukladanie materiálu do regálov:**

- Materiál sa môže do regálov ukladať len tak, aby sa nemohol zosunúť, nevyvíjal tlak na priečky, steny a iné časti. Ak nie je regál na to prispôsobený, potom musí byť po stranách pevne ukotvený napr. ku stene zadnej časti, prípadne aj z bokov. Ak sa nachádza v priestore viac regálov, tieto musia byť vzájomne pospájané, aby tvorili kompaktný - stabilný celok.
- Uloženie manipulačnej jednotky do regálov musí byť vykonávané bez dodatočných manipulácií s jednotkou.
- Podľa potreby musí byť materiál uložený do regálov zaistený proti vypadnutiu.
- Do regálov sa môžu vkladať iba nepoškodené palety, ťažšie materiály do spodnej časti, ľahšie do vrchných.
- Spôsob zakladania musí zodpovedať prevedeniu regálu.
- Ručná obsluha častí regálov vo výške nad 1800 mm musí byť vykonávaná z bezpečnostných zariadení (rebríky, pojazdné schody a pod.).
- Prístup k regálom musí byť trvale voľný a nič nesmie brániť bezpečnému ukladaniu, manipulácii a vyberaniu uskladňovaného tovaru a materiálu.

#### **Označenie :**

- Na každom regáli musí byť viditeľne, trvale a nezmazateľne označená nosnosť regálovej bunky a stĺpca.

#### **Oprava, údržba :**

- Opravy nosných regálových prvkov sú vykonávané výmenným spôsobom. Oprava a výmena nosných prvkov a jednotlivých dielov a prestavbu regálov vykonávajú poverení zamestnanci.

### ***Kontroly :***

- Pred uvedením regálu do prevádzky, po každom jeho premiestnení, prestavení, ale najmenej 1 x ročne musí byť regál prekontrolovaný, či zodpovedá príslušnej technickej dokumentácii z hľadiska
  - stability
  - pevnosti spojov
  - zvislosti a vodorovnosti
- Ďalej sa musí skontrolovať, či sú dodržiavané všetky požiadavky výrobcu regála podľa návodu na jeho použitie.
- O výsledku kontroly - skúšky každého regála musí byť vyhotovený záznam
- Pravidelnú kontrolu regálov (stabilita, tuhosť, ...) vykonáva poverený zamestnanec

### ***Je zakázané :***

- používať poškodené, deformované regály aj ich časti
- pod regál zriaďovať pracovisko
- liezť po regáloch, prípadne do nich vstupovať
- zaisťovať stabilitu regálov ich vzájomným opieraním, poprípade opieraním o rôzne konštrukcie
- nerovnomerne zaťažovať regály a preťažovať ich nad povolené nosnosti

### **Súvisiace dokumenty a záznamy**

Jedná sa o dokumenty a záznamy, ktoré vznikajú pri zabezpečovaní činností popísaných v tomto pokyne.

### ***Dokumenty***

Dokumenty, na ktoré sú odkazy v tomto pokyne a ďalej o dokumenty majúce priamu súvislosť (resp. súčinnosť) so zabezpečovaním činností v tomto pokyne popísaných :

- Zákon Národnej rady Slovenskej republiky č. 311/2001 Z. z. Zákonník práce v znení neskorších predpisov
- Zákon Národnej rady Slovenskej republiky č. 124/2006 Z. z. o bezpečnosti a ochrane zdravia pri práci v znení zákona č. 309/2007 Z. z.
- Vyhláška č. SÚBP č. 59/1982 Zb. ktorou sa určujú základné požiadavky na zaistenie bezpečnosti práce a technických zariadení
- STN 26 9030 - Skladovanie. Zásady bezpečnej manipulácie

### **Záverčné ustanovenia**

Postupy a zásady stanovené v tomto pokyne sú záväzné pre všetkých zamestnancov organizácie a primerane aj pre zamestnancov dodávateľských organizácií, ktoré sú s organizáciou v obchodnom styku.

Všetky zmeny v tomto pokyne je oprávnený vykonávať autorizovaný technik BOZP.

Za ošetrovanie existujúcich výtlačkov dokumentu – udržiavanie v čitateľnej podobe, uloženie na dostupnom mieste, ochrana proti strate, zničeniu alebo zneužitiu – zodpovedajú užívatelia daného pokynu.





Všeobecné zásady bezpečného správania sa na pracovisku

- Dodržiavať predpisy na zaistenie bezpečnosti a ochrany zdravia pri práci na pridelenom pracovisku a pri práci, ktorú vykonávate.
- Plne sa venovať povereným úlohám, nekonať ľahkomyseľne a nepozorne. Nerozptyľovať svojich spolupracovníkov.
- Rešpektovať a dodržiavať príkazy, zákazy a iné pokyny na zaistenie BOZP pri práci ustanovené v organizačných smerniciach.
- Vykonávať svoju pracovnú činnosť v zmysle predpisov, ktoré sa na ňu vzťahujú tak, aby ste neboli ohrozený Vy sám a aby nebolo ohrozené ani okolie.
- Pri práci vždy dodržiavať bezpečné pracovné postupy, ktoré stanovuje organizačný predpis a s ktorými ste boli riadne a preukázateľne oboznámený.
- Pri práci zásadne používať ochranné zariadenia a predpísané osobné ochranné pracovné prostriedky.
- Nikdy nepracovať so zariadením, ktoré je pokazené alebo vykazuje znaky poruchovosti.
- Pri práci používať iba správne a schválené pracovné prostriedky a pomôcky.
- Nikdy nepoužívať chybné náradie. Vždy dodržiavať určené odkladacie miesta a spôsob odkladania náradia.
- Pri práci vždy používať ochranné zariadenia vybudované na zariadení, v prevádzke a v priestoroch organizácie. Počas chodu zariadenia musia byť všetky ochranné zariadenia v prevádzkyschopnom stave. Pred začatím práce prekontrolovať funkciu bezpečnostného zariadenia.
- Pracovať len so zariadením, ktorého obsluhou ste boli poverený, a ktorého bezpečnú obsluhu poznáte.
- Nikdy nedovoliť manipulovať so zariadením (pracovať alebo zasahovať do zariadenia akýmkoľvek spôsobom) nepovolaným osobám.
- Pri obsluhu zariadenia vykonávať iba také úkony, na ktoré máte potrebnú kvalifikáciu a povolenie.
- Montáž, opravu a údržbu na zariadení, ktoré ste oprávnený a povinný vykonávať, vykonávajte predpísaným spôsobom. Nikdy nevykonávajte opravy, na ktoré nemáte potrebnú kvalifikáciu alebo zaškolenie.
- Čistenie, mastenie a opravy, vykonávať len ak je zariadenie v pokoji alebo vhodne zaistené proti vzniku nebezpečných situácií.
- Nedotýkať sa elektrického vedenia. Nevykonávať opravy na elektrickom zariadení. Každú poruchu ihneď ohlásiť svojmu nadriadenému.
- Pre pohyb na pracovisku používať iba vyhradené cesty a priechody, zdržiavať sa na určených miestach pre výkon Vašej práce, neprechádzať nebezpečnými technologickými miestami a priestormi.

## **SMERNICA** **na určenie podmienok organizácie výchovy zamestnancov v oblasti BOZP**

### **Úvodné ustanovenia**

Smernica stanovuje zásady odbornej prípravy zamestnancov v oblasti bezpečnosti a ochrany zdravia pri práci v organizácii.

Vymedzuje základné práva a povinnosti zamestnancov pri zabezpečovaní odbornej prípravy v oblasti BOZP. Vedúci zamestnanci sú povinní oboznámiť s touto smernicou všetkých svojich podriadených zamestnancov.

### **Rozsah platnosti**

Táto smernica je záväzná pre zamestnávateľa a všetkých jeho zamestnancov. Vztahuje sa taktiež primerane aj na osoby, ktoré sa so súhlasom zamestnávateľa zdržiavajú v jej priestoroch a objektoch.

### **Zodpovednosti a právomoci**

Postupy a zásady uvedené v tejto smernici sú záväzné pre všetkých zamestnancov organizácie, ktorí sa akýmkoľvek spôsobom podieľajú na realizácii a zabezpečovaní činností popísaných v smernici.

Zamestnanci musia byť s touto smernicou oboznámení minimálne každé 2 roky.

Vedúci zamestnanci sú povinní umiestniť túto smernicu na takom mieste, aby bola zamestnancom verejne prístupná.

### ***Povinnosti zamestnávateľa***

Zamestnávateľ je povinný :

- pravidelne, zrozumiteľne a preukázateľne oboznamovať každého zamestnanca
  - s právnymi predpismi a ostatnými predpismi na zaistenie bezpečnosti a ochrany zdravia pri práci, so zásadami bezpečnej práce, zásadami ochrany zdravia pri práci, zásadami bezpečného správania na pracovisku a s bezpečnými pracovnými postupmi a overovať ich znalosť,
  - s vyskytujúcimi sa a predvídateľnými nebezpečenstvami, ich účinkami na zdravie a s ochranou pred nimi,
  - so zákazom vstupovať do priestoru, zdržiavať sa v priestore a vykonávať činnosti, ktoré by mohli bezprostredne ohroziť život alebo zdravie zamestnanca.
- oboznámiť zrozumiteľne a preukázateľne zamestnanca so zoznamom prác a pracovísk zakázaných tehotným ženám, matkám do konca deviateho mesiaca po pôrode a dojčiacim ženám; spojených so špecifickým rizikom pre tehotné ženy, matky do konca deviateho mesiaca po pôrode a pre dojčiace ženy; zakázaných mladistvým zamestnancom
- oboznámenie vykonať pri prijatí zamestnanca do zamestnania, preložení na iné pracovisko, zaradení alebo prevedení na inú prácu, zavedení novej technológie, nového pracovného postupu alebo nového pracovného prostriedku
- poskytnúť zamestnancom a zástupcom zamestnancov pre bezpečnosť vhodným spôsobom a zrozumiteľne potrebné informácie o
  - nebezpečenstvách a ohrozeniach, ktoré sa pri práci a v súvislosti s ňou môžu vyskytnúť, a o výsledkoch posúdenia rizika,

- preventívnych opatreniach a ochranných opatreniach, ktoré zamestnávateľ vykonal na zaistenie bezpečnosti a ochrany zdravia pri práci a ktoré sa vzťahujú všeobecne na zamestnancov a na nimi vykonávané práce na jednotlivých pracoviskách,
- opatreniach a postupe v prípade poškodenia zdravia vrátane poskytnutia prvej pomoci, ako aj o opatreniach a postupe v prípade zdolávania požiaru, záchranných prác a evakuácie,
- preventívnych opatreniach a ochranných opatreniach navrhnutých a nariadených príslušným inšpektorátom práce alebo orgánmi dozoru,
- pracovných úrazoch, chorobách z povolania a o ostatných poškodeniach zdravia z práce, ktoré sa vyskytli u zamestnávateľa, vrátane výsledkov zisťovania príčin ich vzniku a o prijatých a vykonaných opatreniach.

### ***Povinnosti vedúcich zamestnancov***

Plnenie úloh zamestnávateľa v oblasti starostlivosti o bezpečnosť a ochranu zdravia pri práci zabezpečujú vedúci zamestnanci na všetkých stupňoch riadenia v rozsahu úloh vyplývajúcich z ich funkcií.

Vedúci zamestnanci sú zodpovední za :

- zabezpečenie účasti novoprijatých zamestnancov na vstupnom školení BOZP a OPP a na vstupnej inštrukčii na pracovnom mieste ako aj uvoľnenie zamestnancov na periodické, odborné školenia a skúšky v ich pracovnom čase,
- oboznámenie nimi riadených zamestnancov s ich úlohami, povinnosťami a právami,
- oboznámenie zamestnancov s možnými rizikami vyplývajúcimi z povahy práce, ktorú budú vykonávať a informovanie zamestnancov s ochrannými opatreniami pred ich pôsobením,
- za realizáciu predpísaných prevádzkových a ďalších školení realizovaných priamo na jednotlivých organizačných jednotkách.
- vedenie evidencie o vykonaných školeniach a skúškach,
- informovanie a pozývanie zamestnancov k účasti na predpísaných školeniach a skúškach BOZP

### ***Základné povinnosti zamestnancov***

Zamestnanec je povinný :

- dodržiavať právne predpisy a ostatné predpisy na zaistenie bezpečnosti a ochrany zdravia pri práci, pokyny na zaistenie bezpečnosti a ochrany zdravia pri práci, zásady bezpečnej práce, zásady ochrany zdravia pri práci a zásady bezpečného správania na pracovisku a určené pracovné postupy, s ktorými bol riadne a preukázateľne oboznámený,
- zúčastňovať sa na oboznamovaní a inom vzdelávaní zabezpečovanom zamestnávateľom v záujme bezpečnosti a ochrany zdravia pri práci a podrobiť sa overovaniu jeho znalosti.

### **Výchova a vzdelávanie v oblasti BOZP**

#### **Základné zásady riadenia a odbornej prípravy v oblasti BOZP**

- Znalosť právnych a ostatných predpisov na zaistenie BOZP je neoddeliteľnou a trvalou súčasťou kvalifikačných predpokladov každého zamestnanca.
- Výcvik, školenie a oboznamovanie zamestnancov a zástupcov zamestnancov pre BOZP, ktoré uskutočňuje zamestnávateľ v záujme zaistenia BOZP, sa musí uskutočňovať v pracovnom čase.
- Zamestnávateľ je povinný zabezpečiť, aby súčasťou programu vzdelávania a odbornej prípravy zamestnancov bola problematika BOZP.
- Povinnosť zamestnávateľa všestranne sa starať o BOZP sa vzťahuje na všetky osoby,

ktoré sa s jeho vedomím zdržiavajú na jeho pracoviskách.

- Náklady spojené so zabezpečením starostlivosti o BOZP znáša zamestnávateľ.
- Zodpovednosť a povinnosti zamestnávateľa pri zaistovaní BOZP a pri vykonávaní potrebných opatrení nie sú dotknuté povinnosťami vedúcich zamestnancov a zamestnancov pri starostlivosti o BOZP.
- Zamestnávateľ, zamestnanci firmy a zástupca zamestnancov pre BOZP navzájom spolupracujú pri plánovaní a vykonávaní opatrení v oblasti ochrany práce.

Cieľom výchovy a vzdelávania v oblasti BOZP je zabezpečiť získanie potrebného súboru informácií, resp. vedomostí pre bezpečný výkon pracovných činností, ale aj vedomostí o zásadách bezpečného správania a konania zamestnancov pri práci.

V podmienkach zamestnávateľa sa výchova a vzdelávanie zamestnancov v oblasti BOZP realizuje formou :

- Vstupných školení
- Doplnovacích školení
- Opakovaných školení
- Školení stanovených záväznými predpismi
- Osobitných školení
- Inštruktážnych školení

### **Vstupné školenie :**

Úlohou vstupného školenia je oboznámiť **nových zamestnancov** so základnými predpismi BOZP a s vnútornými prevádzkovými predpismi zamestnávateľa, ktoré upravujú oblasť BOZP.

Školenie musia absolvovať všetci novoprijatí zamestnanci **aj brigádnici**.

Školenie sa vykonáva **pred nástupom na pracovisko**.

Po školení sa vykoná **inštruktáž priamo na pracovnom mieste** ako aj **zacvičenie do profesie**.

Úlohou školenia na pracovisku je získanie vedomostí o konkrétnych podmienkach BOZP na pracovisku, ktoré sú potrebné na bezpečný výkon práce.

Vstupné školenie zabezpečuje autorizovaný technik BOZP, ktorý je povinný dodržiavať schválený učebný a časový harmonogram.

### **Inštruktáž na pracovnom mieste vykoná priamy nadriadený.**

Dĺžka inštruktáže na pracovnom mieste závisí od konkrétnych prevádzkovo-bezpečnostných podmienok pracoviska, zložitosti a náročnosti vykonávanej práce alebo funkcie, resp. profesie a musí vystihovať všetky nebezpečenstva a ohrozenia, ktoré sa vyskytujú na príslušnom pracovisku.

### **Doplnovacie školenie :**

*Doplnovacie školenie sa poskytuje zamestnancovi pri zmene pracovnej náplne, preradení na inú prácu, prípadne zavádzaní nových technológií.*

### **Opakované školenie :**

Za účelom zvyšovania úrovne vedomostí zamestnancov z bezpečnostných predpisov, rozširovania a prehĺbovania znalostí bezpečných spôsobov práce, sú na všetkých pracoviskách zamestnávateľa povinne realizované opakované školenia. Školenia organizujú a vykonávajú priami nadriadení.

**Pri opakovanom školení dochádza k obnoveniu vedomostí získaných pri predchádzajúcom školení, ako aj doplnení vedomostí o nové skutočnosti. Interval opakovaných školení je stanovený v zmysle zákona o BOZP - minimálne raz za 2 roky. Opakované školenie sú povinní absolvovať všetci zamestnanci.**

Po každom opakovacom školení **musí byť úroveň potrebných znalostí bezpečnostných predpisov overená. Overenie vykoná priamy nadriadený zamestnanec.**

Pravidelné opakované školenia a inštruktáže nenahradzujú špeciálne školenia a skúšky predpísané príslušnými právnymi a ostatnými predpismi BOZP a technickými normami u zamestnancov vybraných špeciálnych profesií.

**Školenie stanovené záväznými predpismi :** školenia, ktorých sa zúčastňujú tí zamestnanci, ktorí potrebujú k výkonu svojej činnosti príslušné oprávnenia – odbornú spôsobilosť, napr. obsluha motorových vozíkov, zvärač, práce vo výškach a nad voľnou hĺbkou a i.

Špeciálne školenia a skúšky pre tieto profesie sú organizované osobitne podľa príslušných právnych a ostatných predpisov na zaistenie BOZP.

#### **Osobitné školenie :**

Osobitné školenie je potrebné poskytnúť zamestnancovi v nasledujúcich prípadoch :

- zamestnanec vracajúci sa na pracovisko po pracovnom úraze,
- zamestnanec po závažnom pracovnom úraze,
- pred výkonom zvlášť nebezpečných prác.

O príčinách a okolnostiach každého registrovaného PÚ musia byť poučení aj všetci zamestnanci príslušného pracoviska, kde úraz vznikol. Poúrazové školenie vykoná priamy nadriadený.

#### **Inštruktáž pre pracovníkov dodávateľských organizácií**

Poverený zamestnanec zamestnávateľa je povinný oboznámiť zamestnancov dodávateľa s miestom výkonu práce, možnými nebezpečenstvami a rizikami, ktoré sa pri výkone ich práce môžu vyskytnúť a ako sa voči nim chrániť.

#### **Záznamy o vykonaných školeniach**

O vykonaní školenia sa vyhotoví zápis, z ktorého musí byť zrejmé :

- kto skolil,
- kedy (dátum), rozsah (koľko hodín),
- kto sa školenia zúčastnil,
- o čom boli účastníci školení (osnova školenia),
- podpis školiteľa, aj školeného,
- záznam z overenia vedomostí s uvedením výsledku overenia (zamestnanec vyhovel alebo nevyhovel).

#### **Súvisiace dokumenty a záznamy**

Jedná sa o dokumenty a záznamy, ktoré vznikajú pri zabezpečovaní činností popísaných v tejto smernici.

#### **Dokumenty**

Jedná sa o dokumenty, na ktoré sú odkazy v tejto smernici a ktoré majú priamu súvislosť so zabezpečovaním jednotlivých činností v smernici popísaných.

- Ústavný zákon Národnej rady Slovenskej republiky č. 460/1992 Zb. Slovenskej republiky v znení neskorších predpisov
- Zákon Národnej rady Slovenskej republiky č. 311/2001 Z. z. Zákonník práce v znení neskorších predpisov
- Zákon NR SR č. 124/2006 Z. z. o bezpečnosti a ochrane zdravia pri práci v znení neskorších predpisov

### **Záverečné ustanovenia**

Táto smernica je záväzná pre všetkých zamestnancov, ktorí sú so zamestnávateľom v pracovnoprávnom alebo obdobnom pracovnom vzťahu a primerane aj pre osoby, ktoré sa so súhlasom zamestnávateľa zdržiavajú v jeho priestoroch.

Na osoby, ktoré sú pre zamestnávateľa činné na základe dohôd o prácach vykonávaných mimo pracovného pomeru, sa vzťahuje táto smernica v súlade s § 18 zákona NR SR č. 124/2006 Z.z. o BOZP v rozsahu vyplývajúcom z týchto dohôd. Všetky zmeny v tejto smernici je oprávnený vykonávať autorizovaný technik BOZP.

## ÚLOHY PREVENTÍVNYCH A OCHRANNÝCH SLUŽIEB

V zmysle zákona č. 124/2006 Z. z. o bezpečnosti a ochrane zdravia pri práci v znení neskorších predpisov je na vykonávanie **preventívnych a ochranných služieb (bezpečnostno-technická služba a pracovná zdravotná služba)**, zamestnávateľ povinný určiť dostatočný počet odborných zamestnancov.

Preventívne a ochranné služby sú odborné služby poskytované zamestnávateľovi, ktoré súvisia s výberom, organizovaním a vykonávaním odborných úloh pri zaisťovaní bezpečnosti a ochrany zdravia pri práci, predovšetkým s prevenciou rizík vrátane psychosociálnych rizík a ochranou pred nimi. Úlohy PZS v stanovenom rozsahu plní autorizovaný bezpečnostný technik.

**Zákon č. 124/2006 Z. z., o bezpečnosti a ochrane zdravia pri práci v znení neskorších predpisov ukladá povinnosť zriadiť bezpečnostno-technickú službu všetkým zamestnávateľom.**

Počet odborných zamestnancov na výkon bezpečnostno-technickej služby (BTS) určí zamestnávateľ so zreteľom na veľkosť organizácie, počet zamestnancov, pracovné podmienky, rozsah, charakter a rozloženie nebezpečenstiev a z nich vyplývajúcich rizík.

**Autorizovaný bezpečnostný technik** samostatne vykonáva úlohy bezpečnostno-technickej služby u zamestnávateľa, ktorý vykonáva činnosť podľa prílohy č. 1 k zákonu č. 124/2006 Z. z. t.j. činnosti s vyšším rizikom, pri ktorých môže pri plnení pracovných povinností dôjsť k závažnému poškodeniu zdravia zamestnancov alebo pri ktorých častejšie dochádza k poškodeniu ich zdravia.

Bezpečnostno-technická služba pri plnení svojich úloh musí nevyhnutne spolupracovať s príslušnými organizačnými útvarmi zamestnávateľa, so zástupcami zamestnancov pre bezpečnosť.

Zároveň odborný zamestnanec a fyzická osoba, ktorá je podnikateľom, alebo právnická osoba, ktorí vykonávajú u zamestnávateľa preventívnu a ochrannú službu prislúcha povinnosť podľa potreby navzájom koordinovať svoju činnosť a spolupracovať.

Formy tejto spolupráce môžu byť rôzne, napr. vzájomným poskytovaním informácií, podnetov a odbornej pomoci a pod.

### A. ÚČEL PREVENTÍVNEJ A OCHRANNEJ SLUŽBY

Preventívna a ochranná služba zriadená zamestnávateľom podľa § 21 ods. 2 zákona NR SR č. 124/2006 Z. z. o bezpečnosti a ochrane zdravia pri práci v znení neskorších predpisov poskytuje zamestnávateľovi poradenské služby v oblasti odborných, metodických, organizačných, kontrolných, koordinačných, vzdelávacích úloh a iných úloh pri zaisťovaní bezpečnosti a ochrany zdravia pri práci, najmä z hľadiska primeranosti pracovných priestorov a stavieb, pracovných procesov a pracovných postupov, pracovných prostriedkov a iných technických zariadení, pracovného prostredia a ich technického, organizačného a personálneho zabezpečenia. Bezpečnostno-technická služba primerane plní úlohy ustanovené v § 26 zákona (úlohy stanovené pracovným zdravotným službám) a v záujme optimalizácie pracovných podmienok ovplyvňuje postoje zamestnávateľa, vedúcich zamestnancov a zamestnancov k bezpečnosti a ochrane zdravia pri práci.

Fyzická osoba, ktorá je podnikateľom, alebo právnická osoba oprávnené na výkon bezpečnostnotechnickej služby alebo pracovnej zdravotnej služby sú povinné dodržiavať nestrannosť, presadzovať u zamestnávateľov dodržiavanie právnych predpisov a ostatných predpisov na zaistenie bezpečnosti a ochrany zdravia pri práci.

Zriadením bezpečnostnotechnickej služby a pracovnej zdravotnej služby alebo plnením ich úloh dodávateľským spôsobom nie sú dotknuté povinnosti zamestnávateľa v oblasti

bezpečnosti a ochrany zdravia pri práci ani jeho zodpovednosť za zaistenie bezpečnosti a zdravia zamestnanca pri práci. Pracovná zdravotná služba u zamestnávateľa nepôsobí.

## **A.B PERSONÁLNE OBSADENIE BTS**

Na zabezpečenie činnosti BTS sa odporúča nasledujúce personálne obsadenie BTS :

- vedúci útvaru (len pri väčšom počte odborných zamestnancov BTS)
- autorizovaný bezpečnostný technik
- odborní pracovníci tlakových (TZ), zdvíhacích (ZZ), elektrických (EZ) a plynových (PZ) technických zariadení
- prípadne ďalší odborní pracovníci, napr. pre zváranie, stavebné objekty, obrábacie stroje, poľnohospodárske činnosti a pod.

Personálne obsadenie BTS je závislé od počtu zamestnancov, od veľkosti a rozmiestnenia organizácie, charakteru výrobného procesu a používania technológií, strojového zariadenia, výskytu škodlivín, počtu rizikových pracovísk, počtu technických zariadení s vyššou mierou ohrozenia a pod.

Potrebný počet odborných pracovníkov BTS si určuje zamestnávateľ tak, aby mohol plniť všetky úlohy pri zaisťovaní bezpečnosti a zdravia pri práci na všetkých svojich pracoviskách.

Úlohy bezpečnostného technika a autorizovaného bezpečnostného technika /pracovná náplň/ sú uvedené v časti C. Ak má však BTS väčší počet odborne spôsobilých pracovníkov, vykonávajú jej pracovníci okrem úloh bezpečnostného technika /uvedených v časti C/ i ďalšie úlohy, ktoré vyplývajú z ich odbornej spôsobilosti, napr. odborní pracovníci TZ, EZ, PZ, ZZ vykonávajú odborné prehliadky a skúšky technických zariadení, vypracovávajú harmonogram odborných prehliadok a skúšok, overujú vedomosti obsluhy a pod.

Ak zamestnávateľ so zreteľom na veľkosť organizácie, počet zamestnancov, pracovné podmienky, rozsah, charakter a rozloženie nebezpečenstiev a z nich vyplývajúcich rizík, nemá dostatok odborných zamestnancov, je povinný zmluvne dohodnúť vykonávanie BTS služieb dodávateľským spôsobom s jednou fyzickou osobou alebo s viacerými fyzickými osobami, ktoré sú podnikateľmi, alebo s právnickými osobami a ktoré sú oprávnené na výkon preventívnej a ochrannej služby.

V prílohách 1 až 4 sú uvedené /všeobecné/ úlohy BTS pre odborných pracovníkov tlakových, zdvíhacích, elektrických a plynových technických zariadení.

## **A.C ÚLOHY BEZPEČNOSTNÉHO TECHNIKA**

### **1. Zisťuje /posudzuje/**

- a) úrazové a havarijné riziká a ohrozenia zdravia zamestnancov z hľadiska fyzikálnych, chemických, biologických a psychických nebezpečenstiev, v zložitejších prevádzkárňach, kde sa nachádzajú technické a technologické zariadenia a vykonávajú sa rôzne činnosti, posudzovanie sa vykonáva spolu s poverenou pracovnou skupinou zamestnávateľa,
- b) príčiny pracovných úrazov, prevádzkových nehôd /havárií/, porúch technických zariadení a chorôb z povolania.

### **2. Zabezpečuje s príslušnými oddeleniami zamestnávateľa /prípadne koordinuje/:**

- a) vypracovanie plánu školení z oblasti BOZP a preventívnych lekárskech prehliadok,
- b) vypracovanie zoznamu na poskytovanie osobných ochranných pracovných prostriedkov /OOPP/, vrátane špecifikácie konkrétnych druhov /typov/ ochranných prostriedkov poskytovaných pri jednotlivých prácach,
- c) vypracovanie pravidiel a pokynov na zaistenie BOZP,
- d) vypracovanie harmonogramu prehliadok a skúšok technických zariadení,



- e) vypracovanie záznamov a správ o pracovných úrazoch, prevádzkových nehôd /havárií/, chorobách z povolania a porúch technických zariadení,
- f) vypracovanie rozborov úrazov, prevádzkových nehôd /havárií/, porúch technických zariadení, priemyselných otráv, chorôb z povolania a ohrozeniach chorobou z povolania,
- g) vyhodnotenie stavu na pracoviskách, vrátane uvedenia neodstrániteľných /zostatkových/ ohrození,
- h) vykonávanie previerok BOZP na všetkých pracoviskách a zariadeniach zamestnávateľa v lehotách stanovených v právnych predpisoch alebo miestnych pravidlách a pokynoch na zaistenie BOZP,
- i) vykonávanie predpísaných prehliadok a skúšok prevádzkových technických zariadení,
- j) pravidelné meranie fyzikálno - chemických škodlivín v pracovnom prostredí, napr. meranie hluku, osvetlenia, prašnosti, chemických škodlivín a pod.,
- k) vypracovanie harmonogramu odstraňovania zistených závad pri preberaní a uvádzaní do prevádzky nových priestorov, strojov, zariadení a technológií,

### 3. Spolupracuje s príslušnými útvarmi zamestnávateľa pri:

- a) školení a overovaní znalostí z predpisov BOZP vedúcich a ostatných zamestnancov,
- b) vypracovávaní návrhu na zaradenie pracovnej činnosti do rizikových prác,
- c) vypracovávaní zoznamu zakázaných prác a pracovísk tehotným ženám, matkám do konca deviateho mesiaca po pôrode a dojčiacim ženám, prác spojených so špecifickým rizikom pre tehotné ženy, matky do konca deviateho mesiaca po pôrode a pre dojčiace ženy, zakázaných mladistvým zamestnancom,
- d) vypracovávaní miestnych prevádzkových predpisov /poriadkov/ pre prevádzku, obsluhu, údržbu a opravu technických zariadení,
- e) vypracovávaní návrhov na úpravu strojov a zariadení, pracovného prostredia a pracovných priestorov z hľadiska bezpečnosti práce, technických zariadení a ustanovených pracovných podmienok,
- f) odstraňovaní zistených nedostatkov z previerok BOZP, ako aj z vykonávania prehliadok a skúšok technických zariadení a zhrňovania opatrení investičného charakteru do plánu údržby a opráv a do kolektívnych zmlúv.

### 4. Kontroluje:

- a) pracoviská, stroje, zariadenia, náradie, nástroje, materiály, pracovné pomôcky, pracovné postupy, usporiadanie pracovných miest a organizáciu práce, aby neohrozovali bezpečnosť a zdravie pri práci,
- b) dodržiavanie ustanovení vzťahujúcich sa na bezpečnosť práce, technických zariadení a ustanovených pracovných podmienok, platných bezpečnostných a hygienických predpisov, príkazov a pokynov a oboznámenosť zamestnancov s nimi,
- c) stav budov, pracovného prostredia, strojov a zariadení, dopravných ciest a dopravných zariadení,
- d) dodržiavanie bezpečnostných predpisov pri používaní a manipulácii s horľavinami, žieravinami, jedmi a výbušninami,
- e) zabezpečenie zvlášť nebezpečných a rizikových prác /práce vo výškach, v hĺbkach, búracie práce, práce s trhavinami, zváranie, niektoré druhy montážnych prác a pod./,
- f) používanie ochranných zariadení a OOPP,
- g) vykonávanie vstupných a periodických lekárskeho prehliadok,

- h) dodržiavanie zákazu niektorých prác a pracovísk tehotným ženám, matkám do konca deviateho mesiaca po pôrode a dojčiacim ženám, prác spojených so špecifickým rizikom pre tehotné ženy, matky do konca deviateho mesiaca po pôrode a pre dojčiace ženy, zakázaných mladistvým zamestnancom,
- i) či sú poverení obsluhou technických zariadení len osoby odborne spôsobilé, preukázateľne oboznámené s požiadavkami predpisov na obsluhu technického zariadenia a zacvičené,
- j) či sú poverení prácami pri výrobe, montáži, prevádzke, opravách, údržbe a výkonom odborných prehliadok a odborných skúšok na technických zariadeniach iba odborne spôsobilí pracovníci,
- k) či zamestnávateľ zabezpečuje, aby zaškolení zamestnanci vykonávali na technických zariadeniach len takú činnosť, ktorá zodpovedá ich odborným vedomostiam, vždy pod vedením určeného zamestnanca s odbornou spôsobilosťou zodpovedajúcou charakteru činnosti,
- l) či v dohode medzi zamestnávateľmi, ktorých zamestnanci plnia úlohy na spoločnom pracovisku, je určený rozsah zodpovednosti na vytvorenie podmienok BOZP na tomto pracovisku,
- m) protihavarijné systémy.

## 5. Vykonáva:

- a) vstupné školenia zamestnancov z predpisov BOZP
- b) odbornú poradenskú činnosť pre zamestnávateľa, ako i ostatných vedúcich zamestnancov z oblasti BOZP

## 6. Predkladá zamestnávateľovi:

- a) pravidelné informácie o stave a vývoji BOZP na pracoviskách
- b) návrhy na riešenie stavu BOZP, vrátane opatrení na znižovanie alebo odstraňovanie rizík pri práci
- c) podnety na riešenie problémov týkajúcich sa znižovania pracovnej úrazovosti a vylepšovania životného prostredia
- d) návrhy a podklady na vypracovanie plánu ozdravných opatrení a sociálneho programu firmy

## 7. Vedie

- a) evidenciu školení z oblasti BOZP a lekárskeho prehliadok,
- b) evidenciu vyhradených technických zariadení /v prípadoch, keď evidencia nie je vedená odbornými zamestnancami BTS/,
- c) evidenciu pracovných úrazov, iných úrazov ako pracovných úrazov a nebezpečných udalostí, priznaných chorôb z povolania a ohrození chorobou z povolania, prevádzkových nehôd, havárií, porúch technických zariadení,
- d) ďalšie doklady uvedené v časti 2 a 3.

## 8. Dohliada

Aby sa u zamestnávateľa viedli predpísané prevádzkové doklady a sprievodná technická dokumentácia technických zariadení, vrátane dokladov o vykonaných prehliadkach a skúškach.

## 9. Spolupracuje

- a) s komisiou bezpečnosti a zdravia pri práci (v prípade jej zriadenia), a so zástupcom zamestnancov pre bezpečnosť a ochranu zdravia pri práci,

- b) so štátnym odborným dozorom /ŠOD/ nad bezpečnosťou práce, s orgánmi na ochranu zdravia, s orgánmi životného prostredia a pod.

#### 10. Ohlasuje príslušným orgánom

vznik registrovaných pracovných úrazov, bezprostrednej hrozby závažnej priemyselnej havárie, vznik závažnej priemyselnej havárie, choroby z povolania, ohrozenia chorobou z povolania

#### 11. Metodicky vedie

vedúcich a ostatných zamestnancov k dodržiavaniu bezpečnostných predpisov a hygienických zásad, k zlepšovaniu BOZP a pracovného prostredia.

### A.D ODBORNÁ SPÔSOBILOSŤ AUTORIZOVANÉHO BEZPEČNOSTNÉHO TECHNIKA

Je stanovená zákonom č. 124/2006 Z. z. v § 23 a § 24 nasledovne :

**Bezpečnostným technikom** môže byť fyzická osoba, ktorá

- a) má úplné stredné vzdelanie alebo úplné stredné odborné vzdelanie, absolvovala odbornú prípravu v oblasti bezpečnosti a ochrany zdravia pri práci a na základe vykonanej skúšky získala osvedčenie o odbornej spôsobilosti bezpečnostného technika („osvedčenie bezpečnostného technika“) u osoby oprávnenej na výchovu a vzdelávanie, ktorá je právnickou osobou, alebo
- b) získala odborné vzdelanie v oblasti bezpečnosti a ochrany zdravia pri práci a osvedčenie bezpečnostného technika na základe vykonanej skúšky v rámci stredoškolského štúdia ukončeného maturitnou skúškou alebo vysokoškolského štúdia na oprávnenej škole, ktorá obsah a rozsah študijného zamerania bezpečnosť a ochrana zdravia pri práci vymedzila po dohode s Národným inšpektorátom práce, a tak získala oprávnenie na výchovu a vzdelávanie bezpečnostného technika.

Osvedčenie bezpečnostného technika sa vydáva na neurčitý čas. Bezpečnostný technik je povinný absolvovať najmenej každých päť rokov od vydania osvedčenia bezpečnostného technika aktualizáciu odbornú prípravu podľa osobitného predpisu u osoby oprávnenej na výchovu a vzdelávanie, ktorá je právnickou osobou. Bez potvrdenia o absolvovaní aktualizácie odbornej prípravy je osvedčenie bezpečnostného technika neplatné.

**Autorizovaný bezpečnostný technik** je bezpečnostný technik podľa § 23 zákona č. 124/2006 Z.z., ktorý po absolvovaní najmenej dvoch rokov odbornej praxe po získaní osvedčenia úspešne vykonal skúšku pred skúšobnou komisiou vymenovanou Národným inšpektorátom práce.

**Autorizovaným bezpečnostným technikom** je aj osoba, ktorej po preukázaní najmenej päťročného plnenia odborných činností v štátnej správe na úseku bezpečnosti a ochrany zdravia pri práci Národný inšpektorát práce vydá osvedčenie autorizovaného bezpečnostného technika. O vydanie osvedčenia autorizovaného bezpečnostného technika možno písomne požiadať najneskôr do dvoch rokov od skončenia plnenia uvedených odborných činností.

Autorizovaný bezpečnostný technik je povinný absolvovať najmenej každých päť rokov od vydania osvedčenia autorizovaného bezpečnostného technika aktualizáciu odbornú prípravu podľa osobitného predpisu u osoby oprávnenej na výchovu a vzdelávanie, ktorá je právnickou osobou.

### A.E ÚLOHY PRACOVNEJ ZDRAVOTNEJ SLUŽBY

Pracovná zdravotná služba u zamestnávateľa najmä

- a) **zistí**uje nebezpečenstvá a hodnotí zdravotné riziká, ktoré ohrozujú zdravie zamestnancov pri práci,
- b) **dohliada** na faktory pracovného prostredia a na stav pracovných podmienok, ktoré môžu ovplyvňovať zdravie zamestnancov,
- c) **podporuje** prispôsobovanie práce zamestnancom,

- d) **poskytuje poradenstvo** zamestnávateľovi i zamestnancom, najmä **pri**
1. plánovaní a organizácii práce a odpočinku vrátane usporiadania pracovísk a pracovných miest,
  2. technológiách a látkach, ktoré sa používajú pri práci a ktoré môžu ohroziť zdravie,
  3. ochrane a kladnom ovplyvňovaní zdravia, hygiene, fyziológii a psychológii práce, ergonómii vrátane prostriedkov individuálnej ochrany a kolektívnej ochrany,
- e) **zúčastňuje sa**
1. na vypracúvaní programov ochrany a podpory zdravia zamestnancov, na zlepšovaní pracovných podmienok a na vyhodnocovaní nových zariadení a technológií zo zdravotného hľadiska,
  2. na opatreniach pracovnej rehabilitácie,
  3. na rozboroch pracovnej neschopnosti, chorôb z povolania, ochorení súvisiacich s prácou a zdravotných rizík,
  4. na organizovaní systému prvej pomoci v prípade ohrozenia života alebo zdravia zamestnancov,
- f) **školí** zamestnancov na poskytovanie prvej pomoci,
- g) **spolupracuje** pri poskytovaní informácií, výcviku a výchovy v oblasti ochrany a kladného ovplyvňovania zdravia, hygieny, fyziológie a psychológie práce a ergonómie,
- h) **dohliada** na zdravie zamestnancov v súvislosti s prácou.

#### **A.F ODBORNÁ SPÔSOBILOSŤ OSÔB NA VYKONÁVANIE ÚLOH PRACOVNEJ ZDRAVOTNEJ SLUŽBY**

Úlohy pracovnej zdravotnej služby plní autorizovaný bezpečnostný technik/ zamestnanci sú v kat. 2/.

## ODBORNÝ PRACOVNÍK TLAKOVÝCH ZARIADENÍ

### 1. Kontroluje

- a) či stav tlakových zariadení, ktoré sú v prevádzke, zodpovedá požiadavkám bezpečnosti práce a technických zariadení, resp. tento stav posudzuje,
- b) či sú obsluhou tlakových zariadení poverené len spôsobilé osoby a či pri ich obsluhu dodržia prevádzkovo-bezpečnostné predpisy, na zistené nedostatky upozorňuje príslušných vedúcich zamestnancov.

### 2. Vypracováva

- a) harmonogram odborných prehliadok a odborných skúšok tlakových zariadení,
- b) písomné dokumenty – správy o priebehu a o výsledkoch vykonaných odborných prehliadok a odborných skúšok,
- c) písomné dokumenty – osvedčenia o overení vedomostí zamestnancov obsluhy a pracovníkov na opravy,
- d) miestne prevádzkové predpisy pre prevádzku tlakových zariadení, resp. spolupracuje pri ich vypracovávaní,
- e) podklady /harmonogram/ pre zamestnávateľa na prihlásenie zamestnancov obsluhy na overenie odbornej spôsobilosti, na vydanie preukazu oprávnenou právnickou osobou /u zariadení, kde sa to vyžaduje/.

### 3. Vykonáva

Odborné prehliadky a odborné skúšky tlakových zariadení podľa vypracovaného harmonogramu.

### 4. Vedie

- a) evidenciu tlakových zariadení,
- b) evidenciu zápisníc o skúškach a vydaných osvedčeniach,
- c) predpísané prevádzkové doklady a sprievodnú technickú dokumentáciu tlakových zariadení, vrátane dokladov o vykonaných prehliadkach a skúškach.

### 5. Spolupracuje

- a) pri školení zamestnancov, ktorí obsluhujú tlakové zariadenia,
- b) s orgánmi ŠOD nad bezpečnosťou práce, v oblasti verejného zdravotníctva, polície, odborovými orgánmi a pod. pri ich pôsobení v organizácii.

### 6. Upozorňuje

Prevádzkovateľa vyhradených tlakových zariadení skupiny A, aby zabezpečil vykonávanie prvých a opakovaných úradných skúšok oprávnenou právnickou osobou. Zabezpečuje prípravu vyhradených tlakových zariadení na vykonanie úradných skúšok.

### 7. Navrhuje

- a) na základe výsledkov odbornej prehliadky opatrenia na odstránenie zistených chýb a nedostatkov,
- b) ihneď odstaviť tlakové zariadenie z prevádzky, ak zariadenie bezprostredne ohrozuje život a zdravie zamestnancov alebo majetok.

### 8. Overuje

- a) vedomosti zamestnancov obsluhy vyhradených tlakových zariadení /neuvedených v § 17 ods. 2 vyhl. č. 508/2009 Z. z.
- b) vedomosti zamestnancov na opravy vyhradených tlakových zariadení /neuvedených v § 18 ods. 2 vyhl. č. 508/2009 Z. z.

## ODBORNÝ PRACOVNÍK ZDVÍHACÍCH ZARIADENÍ

### 1. Kontroluje

- a) či stav zdvíhacích zariadení, ktoré sú v prevádzke, zodpovedá požiadavkám bezpečnosti práce a technických zariadení a požiadavkám požiarnej ochrany, resp. tento stav posudzuje,
- b) či sú obsluhou zdvíhacích zariadení poverené len spôsobilé osoby a či pri ich obsluhu dodržiavajú prevádzkovo – bezpečnostné predpisy, na zistené nedostatky upozorňuje príslušných vedúcich zamestnancov.

### 2. Vypracováva

- a) harmonogram odborných prehliadok a odborných skúšok zdvíhacích zariadení,
- b) písomné dokumenty – správy o priebehu a o výsledkoch vykonaných odborných prehliadok a odborných skúšok,
- c) písomné dokumenty – osvedčenia o overení vedomostí zamestnancov obsluhy a pracovníkov na opravy,
- d) podklad /harmonogram/ pre zamestnávateľa na prihlásenie zamestnancov na overenie odbornej spôsobilosti, na vydanie preukazu oprávnenou právnickou osobou /pri zariadeniach, kde sa to vyžaduje/,
- e) harmonogram /termíny/ odborného čistenia, údržby a opráv zdvíhacích zariadení.

### 3. Vykonáva

Odborné prehliadky a odborné skúšky zdvíhacích zariadení podľa vypracovaného harmonogramu.

### 4. Vedie

- a) evidenciu žeriavnických a viazačských preukazov,
- b) evidenciu zápisníc o skúškach a o vydaných osvedčeniach,
- c) predpísané prevádzkové doklady a sprievodnú technickú dokumentáciu zdvíhacích zariadení, vrátane dokladov o vykonaných prehliadkach a skúškach,
- d) evidenciu zdvíhacích zariadení, viazacích a závesných prostriedkov pre uchopenie bremena.

### 5. Spolupracuje

- a) pri vypracovávaní miestnych prevádzkových predpisov pre prevádzku zdvíhacích zariadení,
- b) pri školení zamestnancov, ktorí obsluhujú zdvíhacie zariadenia, vrátane viazačov bremien,
- c) s orgánmi ŠOD nad bezpečnosťou práce, v oblasti verejného zdravotníctva, polície, s odborovými orgánmi a pod. pri pôsobení v organizácii.

### 6. Upozorňuje

Prevádzkovateľa vyhradených zdvíhacích zariadení, aby zabezpečil vykonanie prvých a opakovaných úradných skúšok oprávnenou právnickou osobou.

### 7. Navrhuje

- a) na základe výsledkov odbornej prehliadky opatrenia na odstránenie zistených nedostatkov,
- b) ihneď odstaviť zdvíhacie zariadenie z prevádzky, ak zariadenie bezprostredne ohrozuje život a zdravie zamestnancov alebo majetok.

**8. Overuje**

- a) vedomosti zamestnancov na opravy vyhradených zdvíhacích zariadení /nevedených v § 18 ods. 2 vyhl. č. 508/2009 Z. z./,
- b) vedomosti zamestnancov obsluhy vyhradených zdvíhacích zariadení /nevedených v § 17 ods. 2 vyhl. č. 508/2009 Z. z./.

**9. Zabezpečuje**

Prípravu vyhradených zdvíhacích zariadení na vykonanie úradných skúšok.

## ODBORNÝ PRACOVNÍK ELEKTRICKÝCH ZARIADENÍ

### 1. Kontroluje

- a) či stav elektrických zariadení, ktoré sú v prevádzke, zodpovedá požiadavkám bezpečnosti práce a technických zariadení a požiadavkám požiarnej ochrany, resp. tento stav posudzuje,
- b) či sú obsluhou elektrických zariadení poverené len spôsobilé osoby a či pri ich obsluhu dodržiavajú prevádzkovo – bezpečnostné predpisy, na zistené nedostatky upozorňuje príslušných vedúcich zamestnancov,
- c) vedenie predpísaných prevádzkových dokladov a sprievodnú technickú dokumentáciu elektrických zariadení, vrátane dokladov o vykonaných prehliadkach a skúškach a vykonáva kontroly, ako sú vypísané príkazy „B“ pre práce na elektrických zariadeniach.

### 2. Vypracováva

- a) harmonogram odborných prehliadok a odborných skúšok elektrických zariadení,
- b) písomné dokumenty – správy o priebehu a o výsledkoch vykonaných odborných prehliadok a odborných skúšok.

### 3. Vykonáva

Odborné prehliadky a odborné skúšky elektrických zariadení podľa vypracovaného harmonogramu.

### 4. Vedie

Evidenciu elektrických zariadení.

### 5. Spolupracuje

- a) pri vypracovávaní miestnych prevádzkových predpisov pre prevádzku elektrických zariadení,
- b) s orgánmi ŠOD nad bezpečnosťou práce, v oblasti verejného zdravotníctva, polície, s odborovými orgánmi a pod. pri ich pôsobení v organizácii.

### 6. Navrhuje

- a) na základe výsledkov odbornej prehliadky opatrenia na odstránenie zistených chýb a nedostatkov,
- b) ihneď odstaviť elektrické zariadenie z prevádzky, ak zariadenie bezprostredne ohrozuje život a zdravie zamestnancov alebo majetok.

### 7. Zúčastňuje sa

Práce v komisii pre určovanie typu prostredia jednotlivých miestností, prevádzok, atď.

### 8. Plní

Ďalšie konkrétne povinnosti, ktoré vyplývajú z príslušných ustanovení technických predpisov a z prevádzkovo – bezpečnostných predpisov.



## **ODBORNÝ PRACOVNÍK PLYNOVÝCH ZARIADENÍ**

### **1. Kontroluje**

- a) či stav plynových zariadení, ktoré sú v prevádzke, zodpovedá požiadavkám bezpečnosti práce a technických zariadení a požiadavkám požiarnej ochrany, resp. tento stav posudzuje,
- b) či sú obsluhou plynových zariadení poverené len spôsobilé osoby a či pri ich obsluhu dodržia prevádzkovo – bezpečnostné predpisy, na zistené nedostatky upozorní príslušných vedúcich zamestnancov.

### **2. Vypracováva**

- a) harmonogram odborných prehliadok a odborných skúšok plynových zariadení,
- b) technologické postupy odborných prehliadok a skúšok plynových zariadení,
- c) písomné dokumenty – správy o priebehu a o výsledkoch vykonaných odborných prehliadok a odborných skúšok,
- d) písomné dokumenty – osvedčenia o overení vedomostí zamestnancov obsluhy a zamestnancov na opravy,
- e) miestne prevádzkové predpisy na prevádzku plynových zariadení, resp. spolupracuje pri ich vypracovávaní,
- f) podklady /harmonogram/ pre zamestnávateľa na prihlásenie zamestnancov obsluhy na overenie odbornej spôsobilosti na vydanie preukazu oprávnenou právnickou osobou / pri zariadeniach, kde sa to vyžaduje/.

### **3. Vykonáva**

Odborné prehliadky a odborné skúšky plynových zariadení podľa vypracovaného harmonogramu.

### **4. Vedie**

- a) evidenciu plynových zariadení,
- b) evidenciu zápisníc o skúškach a o vydaných osvedčeniach,
- c) predpísané prevádzkové doklady a sprievodnú technickú dokumentáciu plynových zariadení, vrátane dokladov o vykonaných prehliadkach a skúškach,
- d) evidenciu detekčných prístrojov plynov.

### **5. Spolupracuje**

- a) pri školení zamestnancov, ktorí obsluhujú plynové zariadenia,
- b) s orgánmi ŠOD nad bezpečnosťou práce, v oblasti verejného zdravotníctva, polície, s odborovými orgánmi a pod. pri ich pôsobení v organizácii.

### **6. Upozorňuje**

Prevádzkovateľa vyhradených plynových zariadení, aby zabezpečil vykonanie prvých a opakovaných úradných skúšok oprávnenou právnickou osobou.

### **7. Navrhuje**

- a) na základe výsledkov odbornej prehliadky opatrenia na odstránenie zistených nedostatkov,
- b) ihneď odstaviť plynové zariadenie z prevádzky, ak zariadenie bezprostredne ohrozuje život a zdravie zamestnancov alebo majetok.

### **8. Overuje**

- a) vedomosti zamestnancov obsluhy vyhradených plynových zariadení /neuveďených v § 17 ods. 2 vyhl. č. 508/2009 Z. z.,
- b) vedomosti zamestnancov na opravy vyhradených plynových zariadení /neuveďených v § 18 ods. 2 vyhl. č. 508/2009 Z. z.

## Smernica na určenie podmienok zabezpečenia pitného režimu

### Úvodné ustanovenia

Zamestnávateľ v súlade so zákonom NR SR č. 124/2006 Z. z. o bezpečnosti a ochrane zdravia pri práci v znení neskorších predpisov a nariadením vlády SR č. 247/2006 Z. z. o podrobnostiach o ochrane zdravia pred záťažou teplom a chladom pri práci vydáva túto organizačnú smernicu.

Účelom tejto smernice je stanovenie rozsahu a podmienok zabezpečenia pitného režimu pre zamestnancov.

Zamestnávateľ zabezpečením pitného režimu pre vymedzený okruh zamestnancov chce predchádzať vyčerpanosti organizmu zamestnancov, eliminovať vplyv nepriaznivých mikroklimatických podmienok a napomáhať urýchlenej regenerácii organizmu po záťaži.

### Rozsah platnosti

Táto smernica je platná v rámci zamestnávateľa a záväzná pre zamestnávateľa a všetkých jeho zamestnancov. Vztahuje sa taktiež primerane aj na osoby, ktoré sa so súhlasom zamestnávateľa zdržiavajú v jeho priestoroch a objektoch.

### Definícia pojmov a skratiek

#### Definície

**Zamestnávateľ** – Mesto Rajecké Teplice

**Zamestnanci** – všetci zamestnanci, ktorí sú v zmluvnom pracovnom pomere s organizáciou.

**Vedúci zamestnanci** – zamestnanci, ktorí riadia niektorý z útvarov alebo oddelení v organizácií.

**Bezpečnosť a ochrana zdravia pri práci** – je stav pracovných podmienok, ktoré vylučujú alebo minimalizujú pôsobenie nebezpečných a škodlivých činiteľov pracovného procesu a pracovného prostredia na zdravie zamestnancov

**Nebezpečenstvo** - je stav alebo vlastnosť faktora pracovného procesu a pracovného prostredia, ktoré môžu poškodiť zdravie zamestnanca

**Ohrozenie** - je situácia, v ktorej nemožno vylúčiť, že zdravie zamestnanca bude poškodené.

**Práca** – súhrn činností, ktoré zamestnanec alebo skupina zamestnancov vykonáva pri plnení pracovných úloh na konkrétnom pracovisku, vymedzených pracovnými postupmi a technológiou.

**Pracovisko** – fyzický priestor, kde pracovníci zotrávajú, alebo v ktorom sa pohybujú počas pracovného procesu a ktorý je pod kontrolou zamestnávateľa.

**Pracovné podmienky** – súbor fyzikálnych, chemických, biologických a organizačných faktorov pracovného prostredia a faktorov vyplývajúcich z výkonu práce.

**Právne a ostatné predpisy na zaistenie BOZP** - sú predpisy na ochranu života a predpisy na ochranu zdravia, hygienické predpisy a protiepidemické predpisy, technické predpisy, technické normy, dopravné predpisy, predpisy o požiarnej ochrane a predpisy o manipulácii s horľavinami, výbušninami, zbraňami, rádioaktívnymi látkami, jedmi a inými látkami škodlivými zdraviu, ak upravujú otázky týkajúce sa ochrany života a zdravia.

**Prevencia** - je systém opatrení plánovaných a vykonávaných vo všetkých oblastiach činnosti zamestnávateľa, ktoré sú zamerané na vylúčenie alebo obmedzenie rizika a faktorov podmieňujúcich vznik pracovných úrazov, chorôb z povolania a iných poškodení zdravia z

práce, a určenie postupu v prípade bezprostredného a vážneho ohrozenia života alebo zdravia zamestnanca

**Riziko** - je pravdepodobnosť vzniku poškodenia zdravia zamestnanca pri práci a stupeň možných následkov na zdraví.

**Škodlivina** – fyzikálny, chemický alebo biologický faktor v pracovnom prostredí, ktorý svojou kvalitou alebo kvantitou /koncentráciou, intenzitou/, prípadne svojim dlhodobým pôsobením môže vyvolať poruchy zdravia alebo významne narušiť pocit pohody.

**Tepelno-vlhkostná mikroklíma** (TVM) je súčasť celkovej mikroklímy pracovného prostredia; jej najdôležitejšími faktormi sú teplota vzduchu ( $t_a$ ), stredná sálavá teplota ( $t_{r,m}$ ), relatívna vlhkosť vzduchu ( $rh$ ;  $\phi$ ) a rýchlosť prúdenia vzduchu ( $v_a$ ).

**Celkový (brutto) energetický výdaj** ( $M$ ,  $q_M$ ) je celková tepelná produkcia organizmu, zahrňujúca základnú látkovú premenu a tepelnú produkciu vyplývajúcu z pracovného energetického výdaja.

**Dlhodobó únosné mikroklimatické podmienky** sú fyzikálne podmienky určujúce tepelno-vlhkostnú mikroklímu, pri ktorých je organizmus ešte schopný udržať tepelnú rovnováhu fyziologickými mechanizmami (termoreguláciou).

**Krátkodobó únosné mikroklimatické podmienky** sú fyzikálne podmienky určujúce tepelno-vlhkostnú mikroklímu, pri ktorých organizmus už nedokáže udržať tepelnú rovnováhu avšak teplota telesného jadra (mozog, miecha, orgány hrudnej a brušnej dutiny) v stanovenom čase neprekročí limitnú hodnotu.

**Dlhodobá práca** je práca zamestnanca dlhšia ako 4 hodiny za pracovnú zmenu.

**Dlhodobó únosná doba práce a krátkodobó únosná doba práce** je limitovaná doba práce na pracoviskách, na ktorých sú u zamestnanca prekračované hodnoty prípustnej záťaže teplom; určuje sa v závislosti od triedy energetickej náročnosti práce a od mikroklimatických podmienok pre aklimatizovaných a neaklimatizovaných zamestnancov pri zohľadnení tepelného odporu odevu ( $R_{cl}$ ); ak nie je určené inak, dlhodobó únosnou dobou práce je 8-hodinová pracovná zmena.

**Teplé obdobie roka** je obdobie s priemernou dennou vonkajšou teplotou vzduchu  $13^{\circ}\text{C}$  a vyššou; ak klesne priemerná denná teplota počas dvoch po sebe nasledujúcich dní pod  $13^{\circ}\text{C}$ , hodnotí sa prostredie podľa hodnôt pre chladné obdobie roka.

**Mimoriadne teplý deň** je deň, v ktorom teplota vonkajšieho vzduchu nameraná v tieni dosiahla hodnotu vyššiu ako  $30^{\circ}\text{C}$ .

**Mimoriadne chladný deň je deň**, v ktorom teplota vonkajšieho vzduchu dosiahla hodnotu nižšiu ako  $-15^{\circ}\text{C}$ .

**Neaklimatizovaný zamestnanec** je zamestnanec po dobu 3 týždňov od nástupu na pracovisko, na ktorom sa hodnotí záťaž teplom alebo chladom.

**Výsledná teplota guľového teplomeru** ( $t_g$ ) je ukazovateľ tepelného stavu vnútorného prostredia priestorov zahrňujúci vplyv súčasného pôsobenia teploty vzduchu ( $t_a$ ), povrchovej teploty okolitých plôch a rýchlosti prúdenia vzduchu ( $v_a$ ). Pre  $v_a \leq 0,2 \text{ m.s}^{-1}$  sa číselne rovná operatívnej teplote ( $t_o$ ).

**Operatívna teplota** ( $t_o$ ) je jednotná teplota uzavretého čierneho priestoru, v ktorom by medzi človekom a prostredím nastala výmena rovnakého množstva tepla prúdením a sálaním ako v skutočnom nehomogénnom prostredí; vyjadruje sa približne ako aritmetický priemer súčtu teploty vzduchu ( $t_a$ ) a strednej sálavej teploty ( $t_{r,m}$ ).

**Prípustná operatívna teplota** je priemerná operatívna teplota, ktorá je daná časovo váženým priemerom teploty, ktorá sa vyskytne počas 8-hodinovej pracovnej zmeny, alebo aritmetickým priemerom pravidelne meranej teploty v intervaloch najviac jednej hodiny.

**Stredná sálavá teplota** ( $t_{r,m}$ ) je homogénna teplota okolitých plôch, pri ktorej je výmena tepla sálaním medzi povrchom ľudského tela a okolitými plochami rovnaká ako v skutočnom heterogénnom prostredí.

### Skratky

<b>BOZP</b>	- bezpečnosť a ochrana zdravia pri práci
<b>MZ</b>	- Ministerstvo zdravotníctva
<b>NR SR</b>	- Národná rada Slovenskej republiky
<b>OOPP</b>	- osobné ochranné pracovné prostriedky
<b>STN</b>	- slovenská technická norma
<b>ZP</b>	- zákonník práce
<b>Z. z.</b>	- zbierka zákonov

### Zodpovednosti a právomoci

Postupy a zásady uvedené v tejto smernici sú záväzné pre všetkých zamestnancov, ktorí sa akýmkoľvek spôsobom podieľajú na realizácii a zabezpečovaní činností popísaných v smernici.

Všetci zamestnanci sú povinní preukázateľne oboznámiť sa s touto smernicou a dodržiavať jej ustanovenia. Táto smernica je záväzná pre každého zamestnanca organizácie.

Autorizovaný technik BOZP s touto smernicou oboznamuje vedúcich zamestnancov a ostatných zamestnancov v intervale min. 2 roky.

Vedúci zamestnanci sú povinní umiestniť túto smernicu na takom mieste, aby bola zamestnancom verejne prístupná.

### OSOBITNÉ USTANOVENIA

#### Základné ustanovenia

#### ZÁKLADNÉ POVINNOSTI ZAMESTNÁVATEĽA :

- Zamestnávateľ v záujme zaistenia bezpečnosti a ochrany zdravia pri práci je povinný zabezpečovať zamestnancom pitný režim, ak to vyžaduje ochrana ich života alebo zdravia.
- Zamestnávateľ je povinný zabezpečiť pitný režim pri zvýšenej záťaži teplom alebo chladom .

#### VYMEDZENIE OKRUHU ZAMESTNANCOV, KTORÝM ZAMESTNÁVATEĽ ZABEZPEČÍ PITNÝ REŽIM :

- Zamestnávateľ zabezpečí bezplatne pre zamestnancov **pri zvýšenej záťaži teplom** pitný režim, prostredníctvom ktorého sa dopĺňa strata tekutín a minerálnych látok stratených potením a dýchaním
  - pri prekračovaní únosných hodnôt operatívnej teploty pri trvalej práci na uzatvorenom pracovisku zaradenej do triedy práce 3 alebo 4, ak sa preukáže, že dochádza k nadmernej strate tekutín z organizmu,
  - pri dlhodobej práci na vonkajšom pracovisku za mimoriadne teplých dní.
- Zamestnávateľ zabezpečí bezplatne pre zamestnancov **pri zvýšenej záťaži chladom** pitný režim, prostredníctvom ktorého sa dopĺňa strata tepla v organizme
  - pri dlhodobej práci na uzatvorenom pracovisku, kde je z technologických dôvodov teplota 4° C a nižšia,
  - pri dlhodobej práci na vonkajšom pracovisku, ak je priemerná teplota vzduchu počas pracovnej zmeny nižšia ako 4° C.

## ZOZNAM ZAMESTNANCOV S NÁROKOM NA ZABEZPEČENIE PITNÉHO REŽIMU :

Autorizovaný bezpečnostný technik v spolupráci s príslušnými vedúcimi zamestnancami je povinný vypracovať návrh okruhu zamestnancov (profesií), ktorí majú nárok na zabezpečenie pitného režimu. Pri vypracovaní tohoto návrhu je povinný vychádzať z požiadaviek právnych predpisov na zaistenie BOZP, charakteru vykonávaných činností a pracovného prostredia.

Súčasne stanoví požiadavky, ktoré bližšie určia podmienky poskytovania nápojov. V nich konkretizuje všetky náležitosti potrebné pre zabezpečenie pitného režimu pre zamestnancov, u ktorých to vyžaduje ochrana ich života alebo zdravia.

### POŽIADAVKY NA POSKYTOVANÉ NÁPOJE, PODMIENKY POSKYTOVANIA :

- Zamestnávateľ poskytne nápoje výlučne v naturálnej forme a z bezpečnostných dôvodov prednostne v plastových baleniach
- Nárok na bezplatné poskytovanie nápojov pri práci na horúcich a chladných pracoviskách majú zamestnanci tých pracovísk a profesií, ktoré sú zahrnuté v zozname pre ich poskytovanie
- Zamestnancom, ktorí majú nárok na ochranné nápoje a nie sú z akéhokoľvek dôvodu prítomní na pracovisku, tieto nápoje, ani náhrada za nich, nepatria.
- Zamestnávateľ zabezpečí, aby nápoje boli zamestnancom poskytované zásadne priamo na pracovisku, prípadne v jeho bezprostrednej blízkosti tak, aby boli ľahko a bezpečne dostupné a aby pri ich poskytovaní a distribúcii boli dodržané epidemiologické zásady
- **Ak sa nápoje budú pripravovať na pracovisku, zamestnávateľ zabezpečí, aby**
  - **použitá voda bezpodmienečne vyhovovala platným hygienickým predpisom a pri manipulácii s vodou sa dodržiavali všetky hygienické zásady a postupy**
  - **zamestnanec, ktorý priamo pripravuje nápoje a manipuluje s nimi, mal platné osvedčenie na výkon epidemiologicke závažných činností a platný zdravotný preukaz**
- Zamestnávateľ ďalej zabezpečí, aby nápoje poskytované na pracovisku s nadmernou záťažou teplom alebo chladom
  - mali primeranú teplotu a boli poskytované v primeranom množstve
  - boli vhodné a pre danú pracovnú činnosť primerane zdravotne nezávadné
  - a ich sortiment bol vhodne striedaný
- Charakteristika poskytovaných nápojov :

Pre zabezpečenie pitného režimu, zamestnávateľ poskytuje

- **pri zvýšenej záťaži teplom**
  - Ochranné nápoje ktorými sú :
    - a) nápoje slúžiace k náhrade tekutín nevyhnutných pre život a zdravie, poprípade i ďalších látok stratených nadmerným potením v prostredí zvýšenej tepelnej záťaže (nápoje nahrádzajúce)
    - b) nápoje, ktoré slúžia k predchádzaniu neprimeraným reakciám organizmu na tepelné zaťaženie, hlavne nadmernému pocitu smädu (nápoje občerstvujúce).
- **pri zvýšenej záťaži chladom**
  - teplé nápoje

## POŽIADAVKY NA OCHRANNÉ NÁPOJE :

Charakteristika ochranných nápojov

- Ochranné nápoje musia byť zdravotne nezávadné, musia mať vhodné chuťové vlastnosti a vhodnú teplotu (10–12 °C).

Ako ochranné nápoje sa nesmú poskytovať :

- nápoje obsahujúce alkohol, vrátane nízkostupňového piva,
- mlieko,
- ochranné nápoje nesmú obsahovať viac ako 6,5 % cukru.

Príklady vhodných nápojov tvoria Prílohu č. 1 k tejto smernici.

## POVINNOSTI A PRÁVA VEDÚCICH ZAMESTNANCOV V SÚVISLOSTI S POSKYTOVANÍM NÁPOJOV

Príslušný vedúci zamestnanec zodpovedá za :

- vypracovanie aktuálneho zoznamu zamestnancov na horúcich a chladných pracoviskách, jeho predloženie Autorizovanému technikovi BOZP
- hospodárne a správne pridelovanie ochranných nápojov zamestnancom na horúcich a chladných pracoviskách

### Súvisiace dokumenty

*Dokumenty, na ktoré sú odkazy v tejto smernici a ďalej dokumenty majúce priamu súvislosť (resp. súčinnosť) so zabezpečovaním činností v tejto smernici popísaných :*

- Ústavný zákon Národnej rady Slovenskej republiky č. 460/1992 Zb. Slovenskej republiky v znení neskorších predpisov
- Zákon NR SR č. 311/2001 Z. z. Zákonník práce v znení neskorších predpisov
- Zákon NR SR č. 124/2006 Z. z. o bezpečnosti a ochrane zdravia pri práci v znení neskorších predpisov
- Zákon NR SR č. 355/2007 Z. z. o ochrane, podpore a rozvoji verejného zdravia a o zmene a doplnení niektorých zákonov
- Vyhláška MZ SR č. 544/2007 Z. z. o podrobnostiach o ochrane zdravia pred záťažou teplom a chladom pri práci

### Záverečné ustanovenia

Postupy a zásady stanovené v tejto smernici sú záväzné pre všetkých zamestnancov, ktorí sa akýmkoľvek spôsobom podieľajú na realizácii a zabezpečovaní činností v smernici popísaných a primerane aj pre osoby, ktoré sa so súhlasom zamestnávateľa zdržiavajú v jeho priestoroch a objektoch.

**Na osoby, ktoré sú pre zamestnávateľa činné na základe dohôd o prácach vykonávaných mimo pracovného pomeru, sa vzťahuje táto smernica v súlade s § 18 zákona NR SR č. 124/2006 Z. z. o BOZP v rozsahu vyplývajúcom z týchto dohôd.**

Všetky zmeny v tejto smernici je oprávnený vykonávať technik BOZP/autorizovaný technik BOZP.

### Zoznam príloh

Príloha č. 1 : Príklady vhodných nápojov

Príloha č. 2 : Formulár - Zoznam profesií, ktorým zamestnávateľ zabezpečuje pitný režim

## PRÍKLADY VHODNÝCH NÁPOJOV

### Nahradzujúce nápoje:

- minerálne vody,
- sódová voda (v množstve najviac 2 litre na osobu a zmenu).

### Občerstvujúce nápoje:

- stolové minerálne vody, aj chuťovo upravené,
- ovocné mušty a šťavy,
- sódová voda,
- sódová voda s vhodným sirupom,
- špeciálne nápoje.

***SMERNICA***

**BEZPEČNOSTNOTECHNICKÁ SLUŽBA**

Bezpečnostno-technická služba je v organizácii zabezpečená dodávateľským spôsobom –  
Štefan Podhora – LIVONEC, s.r.o.



## SMERNICA O MINIMÁLNYCH BEZPEČNOSTNÝCH A ZDRAVOTNÝCH POŽIADAVKÁCH PRI RUČNEJ MANIPULÁCII S BREMENAMI

### 1 ÚVODNÉ USTANOVENIA

V súlade s NV SR č. 281/2006 Z. z. o minimálnych bezpečnostných a zdravotných požiadavkách pri ručnej manipulácii s bremenami, so zákonom NR SR č. 124/2006 Z. z. o bezpečnosti a ochrane zdravia pri práci v znení neskorších predpisov (ďalej len „zákon č. 124/2006 Z. z.“) a v súlade so zákonom č. 311/2001 Z. z., Zákonník práce v znení neskorších predpisov (ďalej len „Zákonník práce“) vydávam

#### **Smernicu pre ručnú manipuláciu s bremenami**

#### **Smernica je pomôckou pre zabezpečenie minimálnych požiadaviek na bezpečnosť a ochranu zdravia pri práci s bremenami**

Smernica sa stáva záväznou pre všetkých zamestnancov.

Za bezpečnosť a ochranu zdravia pri práci (BOZP) zamestnancov je podľa zákona zodpovedný zamestnávateľ. Jeho povinnosťou je organizovať zodpovedajúce opatrenia a dohliadať na ich plnenie. Odporúča sa prijať nasledovné opatrenia:

- preskúmať všetky možnosti, ako sa úplne vyhnúť ručnej manipulácii s bremenami
- ak sa ručnej manipulácii nedá vyhnúť úplne, posúdiť riziko u všetkých zamestnancov i s ohľadom na osobitné skupiny zamestnancov (najmä žien, mladistvých)
- vykonať hodnotenie tvaru a vlastností bremien, pracovného vybavenia a pomôcok, organizácie práce a pracovného prostredia všeobecne
- zabezpečiť školenie, informovanie a tréning zamestnancov tak, aby sa vyvarovali nevhodných manipulácií a dvíhania bremien so snahou znížiť mieru poškodenia podporno-pohybovej sústavy
- organizačne zabezpečiť dodržiavanie limitov a ustanovení príslušných predpisov

#### **Zákon č. 124/2006 Z. z., o bezpečnosti a ochrane zdravia pri práci v znení zákona č. 309/2007 Z. z., stanovuje zamestnávateľovi povinnosť:**

- § 6 ods.1 písm. g) nahrádzať namáhavé a jednotvárne práce vhodnými zariadeniami a pracovnými postupmi a zdokonaľovaním organizácie práce
- § 6 ods.1 písm. o) zaradovať zamestnancov na výkon práce so zreteľom na ich zdravotný stav a schopnosti a na ich vek a nedovoliť, aby vykonávali práce, ktoré nezodpovedajú ich zdravotnému stavu a schopnostiam a na ktoré nemajú vek
- § 6 ods.1 písm. p) zabezpečiť posudzovanie individuálnych fyzických možností zamestnanca pri ručnej manipulácii s bremenami

#### **Nariadenie vlády č. 281/2006 Z. z. o minimálnych bezpečnostných a zdravotných požiadavkách pri ručnej manipulácii s bremenami okrem iného stanovuje:**

- ručná manipulácia s bremenami je akékoľvek premiestňovanie alebo nesenie bremena vrátane ľudí a zvierat jedným zamestnancom alebo viacerými zamestnancami, jeho zdvíhanie, podopieranie, ukladanie, tlačenie, ťahanie alebo iné pohybovanie, ktoré

z dôvodu vlastností bremena alebo nepriaznivých ergonomických faktorov predstavujú riziko poškodenia zdravia, najmä chrbtice zamestnancov

- zamestnávateľ je povinný zabezpečiť organizačnými opatreniami alebo používaním primeraných prostriedkov, najmä mechanických zariadení, vylúčenie ručnej manipulácie zamestnancov s bremenami. Ak ručnú manipuláciu s bremenami nemožno vylúčiť, vykonať primerané organizačné opatrenia, použiť primerané prostriedky a zamestnancov vybaviť takými prostriedkami, aby sa vylúčilo alebo znížilo riziko poškodenia zdravia vyplývajúce z ručnej manipulácie s bremenami so zohľadnením faktorov súvisiace s rizikom poškodenia zdravia pri ručnej manipulácii s bremenami
- zamestnávateľ, ktorý nevylúčil ručnú manipuláciu s bremenami je povinný zabezpečiť, aby táto manipulácia bola pre zamestnancov čo najbezpečnejšia a s najmenším rizikom poškodenia zdravia
- v záujme odstránenia alebo zníženia účinkov ručnej manipulácie s bremenami na zdravie zamestnancov je zamestnávateľ povinný pred jej začatím posúdiť riziko pri každom druhu ručnej manipulácie s bremenami so zohľadnením faktorov uvedených v prílohe 1 a 2 k nariadeniu vlády, vykonať príslušné opatrenia, najmä so zreteľom na fyzickú námahu, vlastnosti pracovného prostredia a požiadavky na činnosť uvedené v prílohe 1 k nariadeniu vlády, zabezpečiť posúdenie zdravotnej spôsobilosti zamestnancov na ručnú manipuláciu s bremenami so zohľadnením individuálnych rizikových faktorov a smerných hmotnostných hodnôt uvedených v prílohe 3 a 2 k nariadeniu vlády
- zamestnávateľ je povinný poskytnúť zamestnancom a zástupcom zamestnancov pre bezpečnosť a ochranu zdravia pri práci potrebné všeobecné údaje, a ak je to možné, presné informácie o hmotnosti bremena a ťažisku najťažšej strany bremena v prípade, keď je bremeno v obale umiestnené excentricky
- zamestnávateľ je povinný zabezpečiť školenie a zácvičenie zamestnancov o správnej manipulácii s bremenom a o rizikách poškodenia zdravia, ktoré vyplývajú z nesprávnej manipulácie s bremenom s prihliadnutím na faktory uvedené v prílohách 1 a 3 k nariadeniu vlády

## 2 ZÁSADY PRE PRÁCU S BREMENAMI

Primerané školenie a zácvičenie zamestnancov znamená aj to, akou formou sú informácie poskytnuté. Vhodné je používať názornú prezentáciu jednotlivých situácií pri práci s bremenami, praktické ukážky a nácviky pracovných postupov a vysvetlenie, aké následky to môže mať, ak zamestnanci nebudú dodržiavať tieto zásady. Takáto práca môže vážne vplývať na poškodzovanie zdravia. Mnohé následky pociťujú ľudia až v staršom veku. Je preto vhodné argumentovať aj tým, že už v mladosti treba myslieť na starobu.

**Ako sa má vykonávať zdvih správnym spôsobom?**

***Pred zdvihom:***

- prezrieť si trasu
- odstrániť každú možnú prekážku
- oboznámiť sa s prenášaným bremenom
- použiť vhodnú obuv a ďalšie osobné ochranné pracovné prostriedky



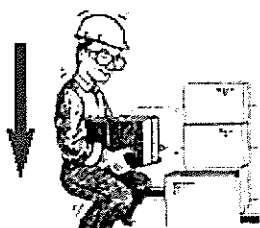
***Vlastný zdvih:***

- postaviť sa priamo k bremenu čo najbližšie
- nájsť si rovnováhu, nohy sú rozkročené
- čupnúť si, zohnúť nohy v kolenách
- držať chrbát maximálne vyrovnaný
- nadýchnuť sa a zadržať dych
- stiahnuť brucho
- do polohy stoja sa dostať pomocou nôh so vzpriamenou chrbticou

- zdvíhať plynulo a kontrolovať zdvih

Ak zamestnanec cíti, že práca je ťažká alebo namáhavá, má to signalizovať svojmu nadriadenému.

Pri zdvíhaní bremien najväčšiu hmotnosť majú niest' svaly na nohách.



#### *Ako správne prenášať bremeno ?*

- pevne držať bremeno
- držať bremeno čo najbližšie pri tele
- chrbát držať vzpriamene
- stiahnuť brucho
- pri skladaní sa ohnúť v kolenách
- bremená neukladať priamo na podlahu, ale na podložku

#### **Čoho sa treba vyvarovať pri zdvíhaní bremien ?**

- nedvíhať predmety nad hlavu
- neskladať objemné predmety
- zhora bez zistenia hmotnosti
- zabezpečiť si lepší prístup, prípadne pomoc
- pri zdvíhaní alebo skladaní predmetov sa nevytáčať



- nenakláňať sa po zdvíhaný predmet cez nejakú prekážku v ceste, radšej ju obísť



Zamestnanec má byť dostatočne informovaný, aby bral vážne aj prvé príznaky preťaženia, aby najmä v stresových situáciách neignoroval príznaky svalovej bolesti. Ak sa únava a bolesť svalov a kĺbov pravidelne opakuje, bolesť sa zintenzívňuje a môže dochádzať k trvalému poškodeniu.

Informácie a inštrukcie by mali byť v pravidelných intervaloch opakované. Pri vnútornej kontrole má zamestnávateľ skontrolovať, či sú inštrukcie relevantné a zodpovedajúce a či si navzájom neodporujú. Dôležité je tiež, aby bola vykonávaná kontrola, či zamestnanci dodržiavajú predpísané zásady a postupy. Zamestnávateľ nesmie pripustiť vykonávanie práce nesprávnym spôsobom.

### 3 INDIVIDUÁLNE RIZIKOVÉ FAKTORY

(podľa Prílohy č. 3 k nariadeniu vlády č. 281/2006 Z. z.)

Pri práci s bremenami môže byť zamestnanec ohrozený poškodením podporno-pohybovej sústavy, najmä chrbtice, ak:

- a) je fyzicky a zdravotne nespôsobilý uskutočňovať príslušný pracovný úkon
- b) má nevhodný odev a obuv a iné osobné vybavenie
- c) nemá zodpovedajúce alebo primerané vedomosti a zručnosti

Každý zamestnanec má pri nástupe do zamestnania absolvovanú vstupnú lekársku prehliadku k svojmu pracovnému zaradeniu. Pri nástupe do zamestnania absolvuje zamestnanec vstupné školenie z predpisov BOZP a OPP, okrem iného zručenie a zaučenie do pracovnej pozície, používanie bezpečných pracovných postupov, oboznámenie s analýzou nebezpečenstiev a zostatkovými nebezpečenstvami vyplývajúcich z pracovného procesu a opatreniami na ich odstránenie, s prevádzkovými predpismi, prevádzkovými predpismi pre skladový priestor, a pod.

### 4 RIZIKOVÉ FAKTORY PRI PRÁCI S BREMENAMI

(podľa Prílohy č. 1 k nariadeniu vlády č. 281/2006 Z. z.)

Ak ručnú manipuláciu s bremenami nemožno vylúčiť, zamestnávateľ vykoná primerané organizačné opatrenia, použije primerané prostriedky a zamestnancov vybaví takými prostriedkami, aby sa vylúčilo alebo znížilo riziko poškodenia zdravia vyplývajúce z ručnej manipulácie s bremenami so zohľadnením faktorov (§ 4 ods. 2, NV SR č. 281/2006 Z. z. a príloha č. 1) :

#### 1. Vlastnosti bremena

Ručná manipulácia môže predstavovať riziko poškodenia zdravia, najmä chrbtice, ak je bremeno:

- a) príliš ťažké alebo príliš veľké
- b) neskladné alebo ťažko uchopiteľné
- c) nestabilné alebo jeho obsah sa môže premiestňovať
- d) umiestnené v takej polohe, že je ho potrebné držať alebo s ním manipulovať v určitej vzdialenosti od tela alebo s ním sa nakláňať alebo vytáčať trup
- e) vzhľadom na jeho tvar, obsah alebo konzistenciu také, že môže spôsobiť poranenie zamestnancov, najmä v prípade kolízie

#### 2. Fyzická námaha

Fyzická námaha môže predstavovať riziko poškodenia zdravia, najmä chrbtice, ak je:

- a) nadmerná
- b) dosahovaná iba otáčavým pohybom trupu
- c) pravdepodobnosť, že dôjde k neočakávanému pohybu bremena
- d) manipulácia s bremenom uskutočňovaná v nestabilnej alebo nefyziologickej polohe tela

#### 3. Pracovné prostredie

Pracovné prostredie môže zvýšiť riziko poškodenia zdravia, najmä chrbtice, ak:

- a) nie je dostatok priestoru na uskutočňovanie činnosti, najmä vo vertikálnom smere

- b) podlaha je taká nerovná, že vzniká riziko potknutia sa alebo je klzká vzhľadom na obuv zamestnanca
- c) miesto v pracovnom prostredí neumožňuje zamestnancovi manipulovať s bremenami v bezpečnej výške alebo v správnej polohe
- d) úroveň podlahy alebo pracovného povrchu sa mení, v dôsledku čoho je nutné manipulovať s bremenami na rôznych úrovniach
- e) podlaha alebo opora nôh je nestabilná
- f) osvetlenie, teplota, vlhkosť alebo vetranie je nevyhovujúce

#### 4. Požiadavky na činnosť

Pracovná činnosť môže predstavovať riziko poškodenia zdravia, najmä chrbtice, ak zahŕňa jednu alebo viacero z týchto podmienok:

- a) príliš častú alebo z hľadiska trvania príliš dlhú fyzickú záťaž namáhajúcu najmä chrbticu
- b) nedostatočný telesný odpočinok alebo čas potrebný na zotavenie
- c) nadmerné vzdialenosti pri zdvíhaní, spúšťaní alebo prenášaní bremena
- d) vynútené tempo práce pri pracovnom procese, ktoré zamestnanec nemôže meniť

### 5 POUŽÍVANIE OSOBNÝCH OCHRANNÝCH PRACOVNÝCH PROSTRIEDKOV



V súvislosti s prácou s bremenami majú byť zamestnancom poskytnuté zodpovedajúce osobné ochranné pracovné prostriedky. Ich zoznam musí vychádzať z posúdenia vyskytujúcich sa nebezpečenstiev.

Nevhodná pracovná obuv, napr. obuv bez opätku zvyšuje riziko úrazu a poškodenia podporno-pohybovej sústavy. Pri manipulácii s bremenami je treba používať vhodné rukavice.

Ochranné a pracovné oblečenie však môže aj obmedziť voľnosť pohybu, zvýšiť tepelnú záťaž alebo záťaž dýchacích orgánov, zúžiť zorné pole a tým nepriaznivo ovplyvniť pracovnú polohu. Vybavenie a pracovné oblečenie preto má vziať do úvahy okrem samotnej ochrannej funkcie aj faktory súvisiace s manipuláciou s bremenami.

### 6 TECHNICKÉ PROSTRIEDKY



Zamestnávateľ má zabezpečiť, aby práca vyžadujúca si fyzickú silu bola v maximálnej možnej miere navrhnutá a pripravená tak, aby zamestnanec pracoval s predmetom,

pracovným vybavením, ovládaním, materiálom alebo pri preprave osoby bez toho, aby bol vystavený neprimeranému fyzickému zaťaženiu, pričom je potrebné vyhnúť sa zdvíhaniu, krúteniu a otáčaniu súčasne.

Na minimalizáciu fyzického zaťaženia má zamestnávateľ poskytnúť zamestnancom ručné zariadenia, nástroje a pomôcky, ktoré:

- pomáhajú k bezpečnému uchopeniu manipulovaných predmetov pri ich zdvíhaní, prenášaní a ukladaní
- vylučujú prítomnosť rúk pracovníkov v priestore bezprostredného ohrozenia
- umožňujú sústrediť pozornosť a silu zamestnancov na vlastnú manipuláciu
- skracujú alebo odstraňujú fázy zhybu zamestnancov pri zdvíhaní bremien

**Tieto pomôcky majú mať:**

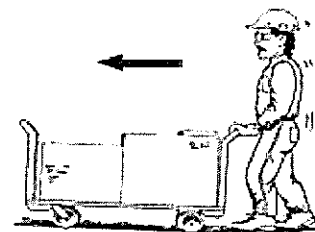
- vhodné rukoväte prispôsobené požiadavkám sily a presnosti s dobrým trením a silou vhodne pôsobiacou na ruku tak, aby nevznikal nevhodne koncentrovaný tlak, napr. bez ostrých hrán
- vhodné pre rôzne veľké ruky
- dajú sa použiť ktoroukoľvek rukou
- umožňujú neutrálnu pozíciu zápästia a ramena
- umožňujú dobrú viditeľnosť a prístup k práci (napr. pri opracovávaní výrobku)
- umožňujú primeranú silu stláčania spúšťáča (napr. pedálom)
- čo najmenej vibrujú, sú čo najľahšie, sú vyvážené

*Na zdvíhanie a prenášanie bremien pri ručnej manipulácii sa používajú jednoduché pomôcky a zariadenia - nosidlá, držiaky, úchytky, zdviháky, kliešte, sochory, páky, tyče, valčeky, vozíky, prepravníky a pod.*

**Manipulácia pomocou mechanizmov - dopravných vozíkov**

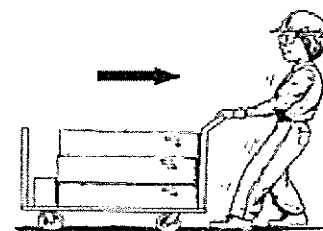
**Správny postup pri tlačení:**

- postaviť sa čo najbližšie
- nenakláňať sa dopredu
- používať obe ruky
- držať brušné svaly stiahnuté
- pohybovať sa plynulo



**Pri ťahaní:**

- postaviť sa čelom k bremenu
- nohy dať minimálne 30 cm od seba
- držať chrbát vzpriamený
- jemne pokrčiť kolená
- používať obe ruky
- pohybovať sa plynulo



**Pri manipulácii s veľkými a ťažkými predmetmi:**

- požiadať o pomoc spolupracovníka
- použiť vhodné zdvíhacie zariadenie
- na prepravu použiť vozík, fúrik...

## 7 POSÚDENIE ZDRAVOTNEJ SPÔSOBILOSTI

V záujme odstránenia alebo zníženia účinkov ručnej manipulácie s bremenami na zdravie zamestnancov je zamestnávateľ povinný pred jej začatím zabezpečiť zdravotný dohľad,

ktorým je posúdenie zdravotnej spôsobilosti zamestnancov na ručnú manipuláciu s bremenami so zohľadnením individuálnych rizikových faktorov uvedených v prílohe č. 3 a smerných hmotnostných hodnôt uvedených v prílohe č. 2 k nariadeniu vlády (§ 5 písm. c), NV SR č. 281/2006 Z. z.)

Je vhodné tiež zoznámiť zamestnancov s mechanizmom opotrebovávania chrbtice ako centrálnym článkom podporno-pohybovej sústavy a následkami nadmerného zaťažovania organizmu pri ručnej manipulácii s bremenami.

K poškodeniu podporno-pohybovej sústavy, najmä chrbtice dochádza nielen pri nesprávnej manipulácii s bremenami, ale aj pri práci, ktorá sa vykonáva v **nesprávnej polohe**. Preto má zamestnávateľ posúdiť aj práce, ktoré súvisia s:

- neprirodzenou polohou tela (*montážne práce, záhradníci, stavebné práce*)
- nevhodnou ergonómiou práce (*nesprávne priestorové usporiadanie pracoviska*)
- jednostranným zaťažením (*potreba striedania na rôznych pracoviskách*)
- nevhodné tempo práce (*časový stres, systém odmeňovania, tlak manažérov*)
- vynúteným tempom práce (*práca pri páse, návaznosť ľudskej práce na stroj*)
- monotónnosťou práce (*práca pri páse, práca na lise, opakujúci sa cyklus práce*)
- sedavým zamestnaním (*práce na PC, ručné práce v sede*)
- prácou v stoji (*obchody, obsluhovatelia strojov*)
- dlhodobým chodením (*čajaníci v reštauráciách, supermarket, pochôdkári*)
- nedostatkom odpočinku (*nedodržiavanie prestávok v práci*)
- vplyvom psychosociálneho stresu (*nároky na presnosť, bezpečnosť, vzťahy*)

## 8 SMERNÉ HMOTNOSTNÉ HODNOTY

(podľa Prílohy č. 2 k nariadeniu vlády č. 281/2006 Z. z.)

Smerné hmotnostné hodnoty oboma rukami zdvíhaných a prenášaných bremien, maximálna hmotnosť bremena a maximálna celozmenová hmotnosť za zmenu pre mužov a ženy rôznych vekových kategórií v základnej polohe postojáčky a pri priaznivých a nepriaznivých podmienkach v trvaní maximálne 1 hodinu za zmenu:

Vek	Podmienky	Maximálna hmotnosť bremena		Maximálna celozmenová hmotnosť za zmenu (kg)	
		Muži	Ženy	Muži	Ženy
18 - 29 r.	priaznivé	50 kg	15 kg	10 000	6 500
	nepriaznivé	40 kg	10 kg	8 000	5 500
30 - 39 r.	priaznivé	45 kg	15 kg	7 500	6 500
	nepriaznivé	40 kg	10 kg	7 200	5 500
40 - 49 r.	priaznivé	40 kg	15 kg	6 500	6 000
	nepriaznivé	35 kg	10 kg	6 000	5 500
50 - 60 r.	priaznivé	35 kg	10 kg	5 500	5 000
	nepriaznivé	30 kg	5 kg	5 000	4 000

Smerné hmotnostné hodnoty vyjadrujú vhodnosť určitej činnosti zamestnanca vykonávanej v závislosti od veku a pohlavia a od hmotnosti bremena vo vzťahu k frekvencii úkonov a dĺžke trvania. U zamestnancov sa zdravotným postihnutím je potrebné pri ručnej manipulácii s bremenami rešpektovať odporúčanie lekára podľa individuálneho posúdenia zdravotného stavu.

Pod **maximálnou hmotnosťou bremena** sa rozumie hmotnosť individuálneho bremena, ktorá nesmie byť za žiadnych podmienok (okolností) prekročená.

Pod **maximálnou celozmenovou hmotnosťou bremena** sa rozumie celková (úhrnná) hmotnosť zmanipulovaných bremien za zmenu, ktorá nesmie byť za žiadnych podmienok (okolností) prekročená. Pri stanovení maximálnej celozmenovej hmotnosti bremena pri prenášaní bremien je potrebné individuálne zohľadniť aj energetický výdaj, srdcovú frekvenciu a celkový zdravotný stav zamestnanca.

Za **nepriaznivé podmienky** sa považujú napr. zhoršené úchopové možnosti, manipulácia s bremenami v úrovniach podlaha – plece, plece – nad plece, nerovná, naklonená šmyklivá podlaha, vyšší podiel statických prvkov – držanie bremena, fyziologicky neprijateľná pracovná poloha (napr. nakláňanie a pootáčanie trupu, vzpaženie horných končatín a podobne), veľká vzdialenosť medzi ťažiskom tela a ťažiskom bremena, vnútené pritláčanie bremena k bruchu, prenášanie bremien s rizikom prevrhnutia a vystreknutia (nádoby, kontajnery so škodlivými látkami), nárazové zaťaženie v priebehu zmeny, nedostatočná fyzická zdatnosť zamestnancov a podobne.

**Maximálna frekvencia zdvihov** pre ručné zdvíhanie bremena u mužov s hmotnosťou bremena 50 kg je za priaznivých podmienok 1 zdvih za 2 minúty (pri hmotnosti bremena 25 kg 1 zdvih za 1 minútu) v priebehu 1 hodiny za zmenu.

Pri zvyšovaní frekvencie zdvihov sa primerane hmotnosť bremena znižuje (pri bremene s maximálnou hmotnosťou do 7 kg 15 zdvihov za 1 minútu).

Bremená s hmotnosťou 30 – 50 kg u mužov možno zdvíhať nepretržite počas 1 hodiny.

Prestávky medzi časovými úsekmi na zdvíhanie bremien nesmú byť kratšie ako 30 minút.

K prácam spojeným s dlhodobou a pravidelnou manipuláciou s bremenami je potrebné vyžiadať stanovisko príslušného orgánu na ochranu zdravia.

**Smerné hmotnostné hodnoty na zdvíhanie a prenášanie bremien pre ženy v základnej polohe postojáčky:**

Maximálna hmotnosť ručne zdvíhaných a prenášaných bremien	Dĺžka vertikálnej dráhy bremena	Maximálny počet zdvihov za minútu	Maximálna vzdialenosť
15 kg	podlaha - zápästie	6	8 m
	zápästie - plece	5	
10 kg	podlaha - zápästie	8	10 m 15 m pri dobrých úchopových možnostiach
	zápästie - plece	7	
	podlaha - plece	5	
5 kg	podlaha - zápästie	10	15 m 20 m pri dobrých úchopových možnostiach
	podlaha - plece	8	
	podlaha – nad plece	6	
	zápästie - plece	10	
	zápästie – nad plece	8	
	plece – nad plece	5	

**Pri práci v sede** a dvíhaní bremena jednou rukou nesmie byť jeho hmotnosť väčšia ako 5 kg. Bremená s hmotnosťou 10 - 15 kg možno zdvíhať nepretržite počas 10 minút, bremená s hmotnosťou 5 - 10 kg počas 15 minút. **Prestávky** medzi časovými úsekmi na zdvíhanie bremien nesmú byť kratšie ako 10, resp. 15 minút.



U tehotných žien, matiek do deviateho mesiaca po pôrode a dojčiacich žien, vykonávajúcich ručnú manipuláciu s bremenami, je potrebné rešpektovať odporúčanie príslušného lekára týkajúce sa úpravy režimu práce a odpočinku, prípadne časového obmedzenia a trvania ručnej práce s bremenami, ak si to vyžaduje zdravotný stav ženy, ochrana plodu a nerušený priebeh tehotenstva. **Pre tehotné ženy, matky do deviateho mesiaca po pôrode a dojčiace ženy sa odporúčajú** smerné hmotnostné hodnoty pre ženy (maximálna hmotnosť ručne zdvíhaných a prenášaných bremien, maximálny počet zdvihov za minútu) znížiť na menej ako polovicu.

*Smerné hmotnostné hodnoty na zdvíhanie a prenášanie bremien pre mladistvých v základnej polohe postojáčky*

Vek	Maximálna hmotnosť ručne zdvíhaných a prenášaných bremien		Dĺžka vertikálnej dráhy bremena	Maximálny počet zdvihov za minútu	
	Chlapci	Dievčatá		Chlapci	Dievčatá
17 - 18 r.	20 kg	15 kg	podlaha - zápästie zápästie - plece	5 4	5 4
16 - 18 r.	15 kg	10 kg	podlaha - zápästie zápästie - plece podlaha - plece	6 6 3	7 7 4
všetky vekové skupiny	10 kg	5 kg	podlaha - zápästie podlaha - plece podlaha - nad plece zápästie - plece zápästie - nad plece plece - nad plece	8 6 4 8 6 4	8 6 4 8 6 4

1. Pri práci v sede nesmie byť hmotnosť bremena väčšia ako 5 kg.
2. Pri manipulácii s bremenami u mladistvých sa v spolupráci s príslušným lekárom prihliada na individuálny telesný vývoj a zdravotný stav najmä u jedincov, kde telesný vývoj nezodpovedá ich biologickému veku.
3. Bremená s hmotnosťou 15 - 20 kg u chlapcov a 10 - 15 kg u dievčat možno zdvíhať nepretržite počas 10 minút, bremená s hmotnosťou 10 - 15 kg u chlapcov a 5 - 10 kg u dievčat počas 15 minút. Prestávky medzi časovými úsekmi na zdvíhanie bremien nesmú byť kratšie ako 10, resp. 15 minút.

### **SÚVISIACE PREDPISY**

- Zákon NR SR č. 124/2006 Z. z. o bezpečnosti a ochrane zdravia pri práci v znení neskorších predpisov
- Zákon NR SR č. 311/2001 Z. z. Zákonník práce v znení neskorších predpisov
- Nariadenie vlády SR č. 281/2006 Z. z. o minimálnych bezpečnostných a zdravotných požiadavkách pri ručnej manipulácii s bremenami

## Bezpečnostno-prevádzkový predpis o požiadavkách na zaistenie bezpečnostného a zdravotného označenia pri práci.

### Účel

Účelom je stanoviť jednotlivé typy bezpečnostného značenia podľa charakteru prevádzkových podmienok a rozmiestnenie bezpečnostných a zdravotných tabuliek v zmysle Nariadenia vlády SR č. 387/2006 o požiadavkách na zaistenie bezpečnostného a zdravotného značenia pri práci (ďalej len NV SR č. 387/2006 Z. z.) na jednotlivých pracoviskách.

Bezpečnostné značenie je jedným zo spôsobov prevencie, ak sa nebezpečenstvo nedá odstrániť alebo dostatočne znížiť prostriedkami kolektívnej ochrany alebo opatreniami, metódami alebo postupmi používanými pri organizácii práce a pri jeho navrhovaní je potrebné zohľadniť výsledky z posudzovania rizík.

### Rozsah použitia

Rozsah použitia tohto predpisu sa vzťahuje na všetky prevádzky a pracoviská zamestnávateľa.

### *Všeobecné informácie týkajúce sa bezpečnostného značenia*

#### ZNAČKA

Značka je označenie, ktoré poskytuje konkrétnu informáciu kombináciou geometrického tvaru, farby a symbolu alebo piktogramu a ktoré je viditeľné pri dostatočnej intenzite osvetlenia.

Podľa NV SR č. 387/2006 Z. z. rozlišujeme značenie na trvalé a dočasné. Trvalým označením sa rozumejú značky, nápisy, čiary a plochy vyznačené bezpečnostnou farbou.

V zásade poznáme päť druhov značiek a to konkrétne:

- zákazové,
- výstražné,
- príkazové,
- značky pre núdzový východ, únikové cesty a prvú pomoc,
- značky požiarnej ochrany.

#### ZÁKAZOVÉ ZNAČKY

Zákazová značka je označenie, ktoré zakazuje správanie, ktoré by mohlo viesť k ohrozeniu alebo spôsobiť ohrozenie.

Hlavné znaky:

- kruhový tvar,
- čierny piktogram na bielom pozadí, červený okraj a červený šikmý pruh, pričom červená farba musí zaberat' najmenej 35 % plochy značky.

#### VÝSTRAŽNÉ ZNAČKY

Výstražná značka je označenie, ktoré upozorňuje na nebezpečenstvo alebo ohrozenie.

Hlavné znaky:

- trojuholníkový tvar,
- čierny piktogram na žltom pozadí s čiernym okrajom, pričom žltá farba musí zaberat' najmenej 50 % plochy značky.

## **PRÍKAZOVÉ ZNAČKY**

Príkazová značka je označenie, ktoré prikazuje osobitné správanie.

Hlavné znaky:

- kruhový tvar,
- biely piktogram na modrom pozadí, pričom modrá farba musí zaberat' najmenej 50 % plochy značky.

## **ZNAČKY PRE NÚDZOVÝ VÝCHOD, ÚNIKOVÉ CESTY A PRVÚ POMOC**

Značka pre núdzový východ, únikovú cestu alebo prvú pomoc je označenie, ktoré informuje o núdzovom výchoode, únikovej ceste, mieste prvej pomoci alebo záchrannom vybavení.

Hlavné znaky:

- obdĺžnikový alebo štvorcový tvar,
- biely piktogram na zelenom pozadí, pričom zelená farba musí zaberat' najmenej 50 % plochy značky.

## **ZNAČKY NA OCHRANU PRED POŽIARMI**

Značka na ochranu pred požiarmi je označenie, ktoré informuje o umiestnení zariadenia na ochranu pred požiarmi

Hlavné znaky:

- obdĺžnikový alebo štvorcový tvar,
- biely piktogram na červenom pozadí, pričom červená farba musí zaberat' najmenej 50 % plochy značky.

## **INFORMAČNÉ ZNAČKY**

Informačná značka je značka poskytujúca iné informácie, než sú uvedené v predchádzajúcich odstavcoch.

## **ZÁKLADNÉ ZÁSADY**

Účinnosť značenia nesmie byť nepriaznivo ovplyvnená:




1. Prítomnosťou iného zdroja vysielajúceho signály toho istého druhu, ktorý je prekážkou pre svoju viditeľnosť alebo hlasitosť; preto najmä:
  - umiestnenie príliš veľkého počtu značiek veľmi blízko pri sebe by sa nemalo vyskytovať,
  - dve značky, ktorých význam by mohol byť zamenený, sa nemajú používať v tom istom čase,
  - dva zvukové signály sa nesmú používať v tom istom čase,
  - zvukový signál sa nesmie používať, ak existuje príliš veľa okolitého hluku.
2. Slabým dizajnom, nedostatočným množstvom, nesprávnym umiestnením, zlým stavom po opravách alebo nesprávnou funkciou značiek alebo signálnych zariadení.

Bezpečnostné značenie príp. signálne zariadenia musia byť:

- vhodné pre prostredie v ktorom sú používané,
- zhotovené z odolného materiálu a v dostatočnom počte,
- vhodných rozmerov a umiestnené v dostatočnej výške primerane zornému poľu osôb umiestnené vždy na ľahko dostupnom a viditeľnom mieste,
- čisté,
- pravidelne udržiavané v dobrom stave a kontrolované,
- vymieňané alebo opravované v pravidelných intervaloch, aby bolo zaistené, že si udržiavajú svoje skutočné funkčné vlastnosti.

Typy bezpečnostného značenia a jeho umiestnenie

Piktogram	Miesto umiestnenia
<p>Nehas vodou ani penovým hasiacim prístrojom!</p> 	<p>Elektrické zariadenia; Na rozvodnom elektrickom zariadení;</p>
<p>Zákaz fajčiť a požívať otvorený plameň!</p> 	<p>Na miestach, kde môže dôjsť k vzniku požiaru</p>
<p>Výstraha – životu nebezpečné dotýkať sa elektrických zariadení !</p> 	<p>Pri ostatných rozvodných zariadeniach, ak sú umiestnené vo vodivom prostredí; Miesta kde by mohlo nastať nebezpečenstvo náhodného dotyku so živými časťami;</p>
<p>Vysoké napätie – životu nebezpečné!</p> 	<p>Elektrická stanica so zariadením nad 1kV;</p>
<p>Únikový východ</p> 	<p>Úniková cesta z objektu – smer únikového východu;</p>
<p>Hasiaci prístroj</p> 	<p>Umiestnenie prenosného hasiaceho prístroja;</p>
<p>Požiarne hadica.</p> 	<p>Nástenné požiarne hydranty; Požiarne hadice;</p>
<p>Ohlasovňa požiarov</p> 	<p>Miestnosť ohlasovne požiarov;</p>
<p>Miesto prvej pomoci</p> 	<p>Miestnosť s umiestnením lekárničky prvej pomoci;</p>

<p>Únikový východ (text)</p> 	<p>Na protipožiarnych dverách, ktoré sú umiestnené na únikovej ceste;</p>
<p>Výstražné žltó-čierne značenie (náter)</p> 	<p>Schodištia – kde je potreba rozlíšiť prvý a posledný schod;  Pevné prekážky;  Bočné hrany na všetkých rampách;  Miesta kde je znížená podchodová výška pod 2,1m;</p>
<p>Žlté značenie (náter)</p>	<p>Schodištia – zábradlie;  Rebríky;</p>
<p>Hlavný vypínač</p> 	<p>Bezpečný stav elektrických zariadení</p>

## **Prevádzkový predpis pre používanie elektrických spotrebičov a ručného elektromechanického náradia**

Táto príloha stanovuje zásady, ktorými sa pracovníci musia riadiť pri používaní elektrických spotrebičov a prenosného elektromechanického náradia prideleného im organizáciou pre výkon ich práce /ďalej len spotrebiče/.

Pod pojmom el. spotrebiče sa rozumejú také elektrické spotrebiče a náradie, ktoré na elektrickú sieť sú pripojené pomocou pohyblivého prívodu, opatreného na konci vidlicou k zastrčeniu do zásuvky elektrickej siete triedy izolácie I, II, III,

Elektrické spotrebiče triedy I, II, musia byť pravidelne revidované v zmysle tohto prevádzkového predpisu v ročnej lehote. Jeho namerané hodnoty izolačného odporu a prípadne odporu ochranného vypínacieho obvodu (len spotrebiče I. triedy) musia byť uvedené v sprievodnej karte.

### **BEZPEČNOSTNÉ OPATRENIA**

1. Používanie elektrických spotrebičov, ktoré neboli zamestnancovi organizáciou pridelené, je zakázané.
2. Každý, aj nový spotrebič, smie byť použitý len ak má vystavenú kartu ( list ).
3. Zložkou oprávnenou na vystavenie sprievodnej karty ( listu ) je oprávnená osoba s elektrickou kvalifikáciou, ktorá má platnú odbornú spôsobilosť v zmysle vyhlášky MPSV a R SR č. 508/2009 Z. z., § 21, 22, 23, 24.
4. V sprievodnej karte / liste / musí byť uvedené :
  - a/ názov, typ, výrobné číslo a technické údaje,
  - b/ spôsobilosť alebo nespôsobilosť na používanie,
  - c/ termín ďalšej revízie,
  - d/ namerané hodnoty - výsledok revízie,
  - e/ meno a podpis povereného pracovníka
5. Zložitejšie spotrebiče musia mať návod na obsluhu a pracovník pri predelení spotrebiča musí byť poučený o správnom zaobchádzaní so spotrebičom a o tomto predpise.
6. Každý zamestnanec, ktorý obsluhuje niektorý z uvedených spotrebičov sa musí zúčastniť školenia a preskúšania z potrebných predpisov na osobu **poučený** pracovník v zmysle § 20 vyhl. MPSV a R SR č. 508/2009 Z. z.
7. Spotrebič nesmie byť pripojený do znečistenej alebo poškodenej zásuvky. Ak zamestnanec zistí takúto závalu, musí ju bez omeškania oznámiť svojmu nadriadenému, resp. vedúcemu pracovníkovi.
8. Ak je k spotrebiču pridelená predlžovacia šnúra elektrického prívodu alebo iné príslušenstvo, musí byť toto revidované spolu so spotrebičom.
9. Ak zamestnanec zistí alebo má podozrenie, že spotrebič, predlžovací prívod, alebo iné príslušenstvo ležalo na daždi alebo iným spôsobom mohlo navlhnúť, musí spotrebič odovzdať 2na preskúšanie kvalifikovanej osobe
10. Keď sa na spotrebiči pri práci prejavujú mechanické závady, nerovnomerný beh, iskrenie, chybná funkcia spínača, zahrievanie motora, spotrebič pri dotyku trasie, musí byť spotrebič bez meškania odovzdaný na odbornú prehliadku kvalifikovanej osobe.
11. Osobitnú pozornosť treba venovať stavu pohyblivého prívodu k spotrebiču. Pred použitím spotrebiča treba sa presvedčiť, či prívodná šnúra a vidlica je v bezchybnom stave. Každú aj malú poruchu treba dať odborne opraviť.
12. Spotrebič smie byť používaný len dovoľeným spôsobom pre účely, na ktoré bol vyrobený a určený.
13. Pri premiestňovaní spotrebičov treba dbať, aby pohyblivý prívod a vidlica zastrčená do zásuvky, neboli namáhané ťahom.

14. Užívateľ spotrebiča smie vykonať len bežné ošetrovanie spotrebiča ako mazanie, čistenie a prehliadky bez rozoberania pomocou nástroja, pričom prívod k spotrebiču musí byť vytiahnutý zo zásuvky.

15. Akékoľvek opravy a úpravy spotrebičov môžu vykonávať len odborní a organizáciou určení zamestnanci. Ak spotrebič je z bezpečnostných dôvodov nepoužívateľný a nemožno ho opraviť, musia títo zamestnanci vykonať opatrenia znemožňujúce ďalšie používanie spotrebiča.

Zasahovanie do elektrických zariadení môže spôsobiť úraz elektrickým prúdom, požiar, výbuch a je preto neopraveným osobám zakázané.

16. Nové prenosné elektrické spotrebiče je dovolené zakúpiť len so súhlasom vedúceho pracovníka alebo ním poverenej osoby.

Súvisiace predpisy :

STN 34 3100 Bezpečnostné predpisy pre prácu a obsluhu na elektrických zariadeniach.

STN 33 1310 Bezpečnostné predpisy pre elektrické zariadenia určené k používaniu osobami.  
bez elektrotechnickej kvalifikácie.

STN 33 1500 Revízie elektrických zariadení a bleskozvodov.

Vyhláška MPSV a R SR č. 508/2009 Z. z. na zaistenie bezpečnosti a ochrany zdravia pri práci, bezpečnosti tlakových, zdvíhacích, elektrických a plynových technických zariadení a o odbornej spôsobilosti.

STN 33 1610 Revízie a kontroly elektrického ručného náradia počas používania

## Prevádzkový predpis pre elektrické zariadenia a prvá pomoc pri úrazoch elektrickým prúdom

Poučeným pracovníkom musí byť každý pracovník, ktorý prichádza do styku s elektrickým zariadením. Poučenie vykonávajú kvalifikovaní pracovníci podľa § 21 až 24. Podľa Zákonníka práce organizácia je povinná dbať na zdravie pracovníkov. Za plnenie úloh organizácie v starostlivosti o bezpečnosť a ochranu zdravia pri práci zodpovedajú vedúci pracovníci na všetkých stupňoch riadenia v rozsahu svojich funkcií. Povinnosť organizácie všestranne sa starať o bezpečnosť a ochranu zdravia pri práci sa vzťahuje na všetky osoby, ktoré sa s jej vedomím zdržiavajú na jej pracoviskách. Organizácie sú povinné poskytovať pracovníkom, u ktorých to vyžaduje ochrana ich života a zdravia, alebo ochrana života a zdravia občanov, podľa pracovnoprávných predpisov na bezplatné, používanie potrebné osobné ochranné pracovné prostriedky a umývacie, čistiace a dezinfekčné prostriedky, udržiavať osobné ochranné pracovné prostriedky v použiteľnom stave, kontrolovať ich používanie a zabezpečovať riadne hospodárenie s nimi.

### I. ZÁKLADNÉ POJMY

**Zábrana**- akékoľvek mechanické opatrenie, znemožňujúce prístup k živým častiam elektrického zariadenia.

**Živá časť**- tá časť elektrického zariadenia, ktorá je určená na vedenie elektrického prúdu alebo majúca napätie, alebo časť s ňou vodivo spojená.

**Neživá časť**- také vodivé časti elektrického zariadenia, ktoré sú prístupné dotyku a nie sú určené k vedeniu elektrického prúdu ani na nich za normálnych okolností nie je napätie. Môžu sa však dostať pod napätie pri náhodnej poruche. Takéto časti môžu, ale nemusia byť súčasťami elektrického zariadenia.

**Dotykové napätie**- časť napätia uzemňovacej sústavy proti zemi, ktorú človek preklenie pri dotyku, pričom sa uvažuje prechod prúdu od ruky k nohám.

**Krokové napätie**- časť napätia zemniča proti zemi, ktorá môže byť preklenutá krokom.

**Pracovný vodič**- slúži k vedeniu elektrického prúdu pri prevádzke zariadenia.

**Stredný vodič**- pripojený na stred zdroja bez ohľadu na to či je spojený so zemou alebo nie.

**Ochranný vodič**- úmyselne vedený vodič pre spojenie neživých častí za účelom ochrany pred nebezpečným dotykom, bez ohľadu na to či je súčasne pracovným alebo nie.

**Náhodný ochranný vodič**- vytvorený súvislými vodivými časťami, spĺňajúcimi podmienky ochranného vodiča a použitý pre ochranu pred nebezpečným dotykovým napätím.

**Elektrické zariadenie**- zariadenie slúžiace k výrobe, rozvodu a k spotrebe elektrickej energie.

**Obsluha elektrického zariadenia**- úkony spojené s prevádzkou elektrického zariadenia napr. spínanie, regulovanie, odčítavanie údajov zo zabudovaných prístrojov, výmena závitových i prístrojových poistiek, žiaroviek, žiariviek, prehliadka zariadenia.

**Prehliadka elektrického zariadenia**- prehliadka stavu a sluchová kontrola činnosti zariadenia pri dodržaní predpísaných bezpečných vzdialeností od častí pod napätím.

**Práca na elektrickom zariadení**- montáž, odborná prehliadka a odborná skúška, údržba elektrického zariadenia. Sem patria tiež úkony pre zaistenie pracoviska, ako aj meranie prenosnými prístrojmi.

**Údržba elektrického zariadenia**- všetky druhy opráv, čistenie a odstraňovanie závad a porúch k zaisteniu dobrého technického stavu elektrického zariadenia.

**Ochranné pomôcky**- predmety potrebné, k práci na elektrickom zariadení alebo v jeho blízkosti, prípadne k obsluhu zariadenia.

**Pracovisko**- vymedzený priestor pre prácu na elektrickom zariadení alebo v jeho blízkosti.



**Práca s dohľadom**- práca, ktorá sa prevádza podľa podrobnejších pokynov. Pred zahájením práce sa osoba prevádzajúca dohľad, presvedčí či sú prevedené potrebné nutné bezpečnostné opatrenia. V priebehu práce podľa potreby občas kontroluje dodržiavanie bezpečnostných pokynov. Pri tejto práci zodpovedajú za dodržiavanie bezpečnostných predpisov pracujúci.

**Práca pod dozorom**- práca, ktorá sa prevádza za trvalej prítomnosti osoby, poverenej dozorom a zodpovedá za dodržiavanie príslušných bezpečnostných predpisov.

**Blízkosť elektrického zariadenia**- taká vzdialenosť osoby alebo pracovného miesta od živých častí elektrického zariadenia pod napätím, v ktorej sa pri použití pomôcok alebo iných vodivých predmetov musia dodržiavať bezpečnostné opatrenia. Osoba poučená smie pri práci s dohľadom pracovať vo vzdialenosti 20 cm od živých častí, alebo na dotyk ak sú živé časti chránené krytom pred nahodilým dotykom na zariadenia nn / do 1000 V / ..

**Poučený pracovníci**- sú tí, ktorých organizácia oboznámila s predpismi pre činnosť na elektrickom zariadení, zaškolila ich na túto činnosť, upozornila ich na možné, ohrozenie týmito zariadeniami a oboznámila ich s poskytovaním prvej pomoci pri úrazoch elektrickým prúdom. Poučenie sa musí previesť preukázateľne.

**Preukázateľné**- spôsob činnosti, kedy organizácia prevádza školenie, inštruktáž, zácvik a p., musí sa doložiť záznamom, podpísaným školiacim i školeným, že inštruktáž, zácvik a p. boli prevedené. Iba predanie predpisov alebo pokynov aj proti podpisu sa nepovažuje za dostatočné. Zo záznamu musí byť jasné, čo bolo predmetom poučenia.

Predmet skúšok a preskúšania :

a) predpisy pre zaistenie bezpečnosti a ochrany zdravia pri práci, súvisiace s činnosťou na elektrickom zariadení príslušného druhu a napätia, ktorú má skúšaný pracovník vykonávať, prípadne riadiť.

b) miestne pracovné a technologické postupy, prevádzkové a bezpečnostné pokyny, príkazy, smernice a návody na obsluhu, ktoré súvisia s činnosťou na elektrickom zariadení príslušného druhu a napätia, ktorú má príslušný skúšaný pracovník vykonávať, prípadne riadiť.

c) teoretické a praktické vedomosti o poskytovaní prvej pomoci, najmä pri úraze elektrickým prúdom.

## II. ELEKTRICKÉ PRÍSTROJE

**Spínače** - slúžia na spínanie elektrických obvodov, s funkciou spínača musia byť oboznámení všetci pracovníci, ktorí príslušné zariadenie obsluhujú alebo môžu v naliehavom prípade previesť vypnutie. Kde sa z bezpečnostných dôvodov vyžaduje možnosť vypnutia príslušného elektrického zariadenia, alebo jeho časti, musí byť na vhodnom mieste umiestnený spínač, ktorým je možné v prípade potreby príslušného zariadenia alebo jeho časť spoľahlivo vypnúť. Tento vypínač má byť podľa potreby označený vhodným nápisom podľa STN 34 3510 napr. tabuľkou:

"VYPNI V NEBEZPEČÍ" číslo tab.2101

**Vypínače sa montujú tak, aby páčkové sa zapínali smerom nahor, ťahové sa vypínali tlakom.**

**Poistky** -elektrický prvok elektrického obvodu ktorý slúži na ochranu vedenia pred poistkou a nie na ochranu spotrebiča!

**Poistky sa nesmú opravovať!**

**Rozvádzač** -zariadenie slúžiace na rozvod elektrického prúdu, napr. v domácnosti pre spotrebiče a p. Skriňové rozvádzače nn musia byť zaistené tak, aby osoby bez elektrotechnickej kvalifikácie nemohli prísť do styku s živými časťami. Kryty, chrániace pred dotykom s živými časťami sa môžu dať odstrániť len pomocou nástroja.

**Elektrický spotrebič** -všetky zariadenia, potrebujúce pre svoju činnosť elektrický prúd.

**Obsluhovať elektrické zariadenie** -zapínať, vypínať, prevádzkať bežné udržiavacie práce podľa návodu výrobcu, bez použitia nástroja a rozoberania môžu aj osoby bez elektrotechnického vzdelania.

### III. OBSLUHA ELEKTRICKÉHO ZARIADENIA

- obsluhovať elektrické zariadenie smú osoby s kvalifikáciou, požadovanou pre príslušné elektrické zariadenie. Pokiaľ sú pre obsluhu predpísané ochranné pomôcky, musia sa používať.
- osoby, ktoré obsluhujú stroje a zariadenia, musia byť tieto oboznámené s prevádzkovaným zariadením a jeho funkciami. Tam kde sú vypracované miestne alebo iné bezpečnostné a pracovné predpisy alebo pokyny, musia byť tieto na vhodnom mieste prístupné a pracovníci musia byť s nimi preukázateľne poučení.
- obsluhujúci smie chytať alebo sa dotýkať len časti určenej pre obsluhu. K obsluhovaným častiam zariadenia musí byť vždy voľný prístup. Pri poškodení zariadenia, alebo poruche ktorá by mohla ohroziť bezpečnosť a zdravie pracujúcich, musí pracovník, ktorý tento stav zistil, urobiť také opatrenia - ak sám nemôže príčinu ohrozenia odstrániť - aby sa zamedzilo, či znížilo nebezpečenstvo úrazu, požiaru alebo iného nebezpečenstva.
- pri premiestňovaní strojov a elektrických spotrebičov musia byť tieto odpojené od napätia, neplatí to pre spotrebiče na to prispôsobené.

### IV. PRACOVNÉ ČINNOSTI OSÔB BEZ ELEKTROTECHNICKEJ KVALIFIKÁCIE

**Pracovníci poučení s §20 Vyhl. MPSV a R SR č. 508/2009 Z. z. môžu:**

- a) samostatne obsluhovať jednoduché elektrické zariadenia všetkých napätí
- b) pracovať na častiach elektrických zariadení nn bez napätia, v blízkosti nekrytých častí pod napätím vo vzdialenosti väčšej ako 20 cm pod dohľadom.

**NA ČASTIACH POD NAPATÍM PRACOVAŤ NESMÚ!**

Obmedzenia uvedené v tomto bode, sa netýkajú jednoduchých prác, ktoré sú určené pracovným návodom, schváleným príslušným štátnym odborným dozorcom

- c) pracovať na vypnutých zariadeniach vysokého napätia a veľmi vysokého napätia s dohľadom, v blízkosti časti pod napätím smú pracovať pod dozorom

**NA ČASTIACH POD NAPATÍM PRACOVAŤ NESMÚ!**

- d) merať skúšacím zariadením, napr. pri inforatívnych skúškach výrobkov elektrického náradia pre tieto práce, bod b) neplatí.

### V. OSNOVA PRE OBOZNÁMENIE PRACOVNÍKOV S PREDPISMI O ZAOBCHÁDZANÍ S ELEKTRICKÝMI ZARIADENIAMI V ZMYSLE § 20 VYHL. MPSV a R SR č. 508/2009 Z. z.

V pracovnom procese prichádzajú do styku s elektrickými zariadeniami aj pracovníci bez elektrotechnickej kvalifikácie preto je potrebné, aby boli v rozsahu nimi vykonávanej činnosti oboznámení s elektrickými zariadeniami a súvisiacimi predpismi.

Rozdelenie pracovníkov podľa kvalifikácie - pracovníkov obsluhujúcich elektrické zariadenia možno rozdeliť:

- a\ poučení pracovníci
- b\ znalí pracovníci

Pracovníci, uvedení v bode a, sú osoby bez akéhokoľvek vzdelania v elektrotechnickom obore, nemajú žiadny kurz, ani školenie zakončené skúškou.

Znalí pracovníci sú tí, ktorí majú ukončené odborné vzdelanie uvedené vo vyhl. 508/2009 Z. z. a po zaškolení zložili skúšku v rozsahu určenom vo vyhl. 508/2009 Z. z.

Obsluha a práca s elektrickým zariadením.

Pracovníci bez elektrotechnickej kvalifikácie nesmú pracovať na nekrytých živých častiach elektrických zariadení, ani sa nesmú dotýkať akýmkoľvek predmetom živých častí. Živé časti

elektrických zariadení sú tie, ktoré sú určené na vedenie elektrického prúdu. Osoba bez elektrotechnickej kvalifikácie môže samostatne obsluhovať elektrické zariadenia vn a nm, tak, že pri obsluhu nemôže prísť do styku s nekrytými živými časťami elektrického zariadenia pod napätím. Osoby bez elektrotechnickej kvalifikácie môžu zapínať a vypínať jednoduché elektrické zariadenia, za vypnutého stavu ich premiestňovať a predlžovať pohyblivé príklady spojovacími šnúrami, vymieňať pretavené vložky prístrojových a závitových poistiek len za vložky rovnakej hodnoty, ďalej môžu vymieňať vypálené žiarovky, žiarivky, udržiavať elektrické spotrebiče podľa návodu výrobcu a p. Môžu čistiť, mazať, vykonávať bežné prehliadky elektrických zariadení bez rozoberania pomocou nástroja.

### ZASAHOVANIE DO ELEKTRICKÉHO ZARIADENIA MÔŽE SPÔSOBIŤ ÚRAZ ELEKTRICKÝM PRÚDOM, POŽIAR ALEBO VÝBUCH A PRETO JE ZAKÁZANÉ !

Pri obsluhu elektrického zariadenia musí obsluha dodržiavať príslušné návody a inštrukcie a dbať, aby zariadenie nebolo nadmerne preťažené alebo inak poškodzované.

Ak sa zistí porucha v elektrickom zariadení, napr. poškodenie izolácie, zápach po spálení, dym, hlučný chod, nadmerné oteplenie, musí sa elektrické zariadenie ihneď vypnúť.

### POŠKODENÉ ELEKTRICKÉ ZARIADENIE SA NESMIE POUŽÍVAŤ !

Pracovníci, ktorí nemajú elektrotechnickú kvalifikáciu, môžu pri predaji elektrosprebič zastaviť, zapnúť, predviesť, vyskúšať, nastaviť, vyladiť ale nesmú ho rozobrať tak, aby odkryli živé časti elektrického zariadenia spotrebiča.

#### Zabezpečenie poučenia

Pre osoby poučené môže poučenie vykonať, len osoba s elektrotechnickou kvalifikáciou. Na záver poučenia vyhotoví skúšajúci zápis.

Pred elektrickým rozvádzačom MUSÍ BYŤ PRIESTOR S HLĚBKOU ASPOŇ 800 mm S ROVNOU PODLAHOU !

### JE ZAKÁZANÉ PRETAVENÉ POISTKOVÉ VLOŽKY OPRAVOVAŤ !

#### Farebné označenie poistiek.

Menovitý prúd ( v Ampéroch )	Farba
2	ružová
4	hnedá
6	zelená
10	červená
16	sivá
20	modrá
25	žltá
35	čierna

Tavné poistkové vložky sa vyrábajú v dvojakom prevedení:

- normálne, bez zvláštneho označenia
- pomalé, majú označenie na keramickom plášti v tvare ulity, sú určené pre spotrebiče s elektrickými motormi.

STN 33 2130 Elektrotechnické predpisy pre vnútorné elektrické rozvody.

Čl.2.1.11. Rozvádzače, rozvodnice s dverami, ktoré po otvorení dvier nemajú krytie aspoň IP 20, musia byť označené výstražnou tabuľkou:

"VÝSTRAHA : ŽIVOTU NEBEZPEČNÉ PRIBLIŽOVAŤ SA K ELEKTRICKÉMU ZARIADENIU. "

#### **STN 33 2000 Základné ustanovenia pre elektrické a zariadenia.**

čl.5.2. Ku každému elektrickému zariadeniu musí byť dodaná dokumentácia v potrebnom rozsahu, umožňujúca zriadenie, prevádzku, údržbu a revízie ako i výmenu jednotlivých častí a ďalšie rozšírenie zariadenia. Do výkresov musia byť zaznamenané všetky zmeny

elektrického zariadenia oproti projektu, ktoré vznikli pred uvedením do prevádzky alebo počas prevádzky.

čl.4.4. Elektrické zariadenie musí byť udržiavané, pravidelne kontrolované v takom stave, aby bola zaistená jeho správna činnosť a ostatné požiadavky.

### **STN 37 5245 Kladenie elektrických vedení do podláh a stropov.**

čl.14 Vedenie uložené do drážky v dlážke musí byť chránené pred poškodením dostatočne pevným a trvanlivým krytom. Musí byť urobené také opatrenie, aby pri bežnom umývaní dlážky do drážok nemohla vniknúť voda.

#### Niektoré ďalšie pojmy a obrazové prílohy.

**MN** - malé napätie do 50 V medzi vodičmi a proti zemi.

**NN** - nízke napätie do 600 V medzi vodičmi a do 1000 V proti zemi.

Osoby bez elektrotechnickej kvalifikácie - osoby, ktoré neabsolvovali nižšiu, strednú alebo vysokú školu elektrotechnického smeru, nie sú vyučené v elektrotechnickom obore a ani neboli preukázateľne poučené a oboznámené s obsluhou a prácou na elektrickom zariadení alebo v jeho blízkosti.

Ochranné pásmo - priestor v blízkosti energetického diela, určený pre zabezpečenie plynulej prevádzky elektrického zariadenia i pre zaistenie bezpečnosti osôb a majetku.

## **VI. PRVÁ POMOC PRI ÚRAZOCH ELEKTRICKÝM PRÚDOM**

Podrobnejšie pokyny pre poskytovanie prvej pomoci pri úrazoch elektrickým prúdom sú uvedené v červenej knižke prvej pomoci.

**P O S T U P :**

1. Vyprostenie postihnutého z dosahu prúdu
2. IHNEĎ začať s umelým dýchaním, pokiaľ postihnutý nedýcha.
3. IHNEĎ začať s nepriamou masážou srdca, ak nie je hmatateľný tep.
4. Privolať lekára
5. Čo najskôr upovedomiť príslušného vedúceho pracoviska

1. Postihnutého je možné vyprostiť z dosahu prúdu:

a) Vypnutím prúdu - vypnite príslušný vypínač, vyskrutkujte poistky alebo vytiahnite zástrčku zo zásuvky.

b) Odsunutím vodiča, alebo odtiahnutím postihnutého suchým drevom, suchým povrazom, suchým odevom, NIKDY NIE vlhkými alebo vodivými predmetmi. Nedotýkajte sa holou rukou ani tela, ani vlhkých častí jeho odevu, pracujte pokiaľ je to možné len jednou rukou.

Postihnutý sa sám nemôže pustiť

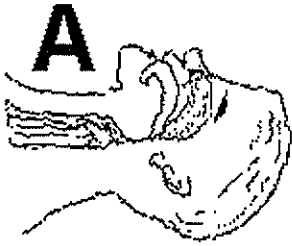
predmetu ktorý zvierá lebo vzniká kľčovité stiahnutie svalstva. Zaistite postihnutého, aby po prerušení prúdu nespadol tak, že sa ho však nedotkneme holou rukou.

c) Prerušením vodiča - napr. preseknutím sekerou so suchým poriskom, izolovanými kliešťami a pod.

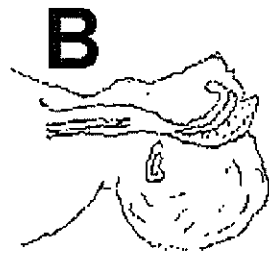
Poznámka: Spôsob podľa b) a c) možno previesť len u zariadení nn.

2. Umelé dýchanie:

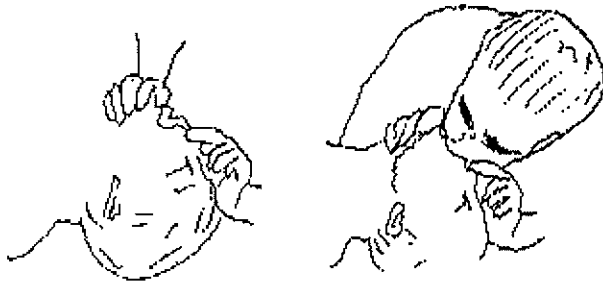
Umelé dýchanie je nutné prevádzať až do oživenia, bez prerušenia. Ináč je možné umelé dýchanie prerušiť len na príkaz lekára. Pred začatím umelého dýchania položíme postihnutého na chrbát, odstránime mu prípadne prekážky z ústnej dutiny a pre uvoľnenie dýchacích ciest mu zakloníme hlavu čo najviac dozadu.



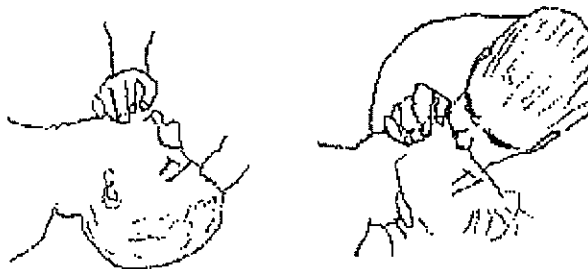
A- pred záklonom hlavy



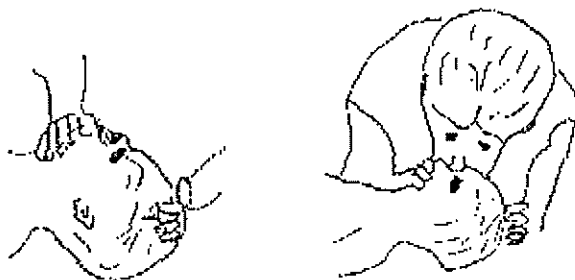
B- po záklone hlavy



Umelé dýchanie z úst do úst



Umelé dýchanie z úst do nosa



## Umelé dýchanie z úst do nosa zároveň

### 3. Nepriama masáž srdca :

Prevádzajú len osoby, vycvičené v poskytovaní prvej pomoci.

#### Súvisiace STN, Vyhlášky a predpisy :

- STN 33 2000-4-41 Ochrana pred úrazom elektrickým prúdom.
- STN 33 2200 Elektrické zariadenia pracovných strojov,
- Knižka prvej pomoci,
- STN 34 3510 Bezpečnostné tabuľky,
- STN 33 2130 Elektrotechnické predpisy pre vnútorné elektrické rozvody,
- STN 37 5245 Kladenie elektrických vedení do podláh a stropov,
- Vyhl. MPSV a R SR č. 508/2009 Z. z.

## Menovací dekrét zástupcu zamestnancov pre BOZP

V zmysle §19 zákona NR SR č. 124/2006 Z. z. o bezpečnosti a ochrane zdravia pri práci v znení neskorších predpisov a Zákonníka práce č. 311/2001 Z. z., § 11 a) v znení neskorších predpisov a na základe voľby zamestnancov

m e n u j e m

za zástupcu zamestnancov pre bezpečnosť a ochranu zdravia pri práci

p. ....

### V zmysle uvedeného zákona je zástupca zamestnancov oprávnený:

1. vykonávať kontroly na pracoviskách a overovať plnenie opatrení na zaistenie bezpečnosti a zdravia pri práci (ďalej BOZP),
2. vyžadovať od zamestnávateľa informácie o skutočnostiach ovplyvňujúcich BOZP – tie môže prerokovať so zamestnávateľom a s odborníkmi v danom odbore za podmienky, že nevyzradí utajované skutočnosti chránené osobitnými predpismi,
3. spolupracovať so zamestnávateľom a predkladať návrhy na opatrenia na zvýšenie BOZP,
4. požadovať od zamestnávateľa odstránenie zistených nedostatkov – ak zamestnávateľ neodstráni nedostatky, na ktoré bol upozornený, je oprávnený dávať podnety orgánom dozoru, alebo inšpektorátu práce /IP/,
5. zúčastňovať sa na rokovaníach organizovaných zamestnávateľom týkajúcich sa BOZP, vyšetrovania príčin pracovných úrazov, chorôb z povolania, havárií, technických zariadení merania a hodnotenia faktorov pracovného prostredia, zúčastňovať sa na kontrolách vykonávaných orgánmi dozoru a od zamestnávateľa požadovať informácie o výsledkoch a záveroch týchto kontrol, meraní a hodnotení.
6. Predkladať pripomienky a návrhy príslušnému IP, alebo príslušnému orgánu dozoru pri výkone inšpekcie práce alebo dozoru u zamestnávateľa.

Zástupca zamestnancov nesmie byť za plnenie uvedených úloh zamestnávateľom znevýhodňovaný ani inak postihovaný.

Zamestnávateľ je povinný zástupcovi zamestnancov zabezpečiť na plnenie uvedených úloh vytvoriť nevyhnutné podmienky na výkon ich funkcie.

- zvolený zástupca zamestnancov so zvolením

SÚHLASÍ

NESÚHLASÍ <sup>x</sup>

<sup>x</sup> označte rozhodnutie zástupcu zamestnancov

.....  
Zástupca zamestnancov

.....  
Štatutárny orgán





VYBAVENIE OSOBNÝMI OCHRANNÝMI PROSTRIEDKAMIČINNOSŤ: **Náčelník mestskej polície, príslušník mestskej polície**

ANALÝZA NEBEZPEČENSTVA:

Pochôdzková činnosť, pád, pôsobenie poveternostných vplyvov - chlad, vlhko, dážď, slnečné žiarenie, bodnutie hmyzom, napadnutie osobou

Zoznam OOPP, pracovných prostriedkov, výstroje:	doba užívania v mesiacoch:
Košele s krátkymi rukávami	12
Košele s dlhým rukávom	12
Nohavice letné	24
Nohavice zimné	24
Sveter čierny alebo vychádzková vesta	48
Bunda zimná	60
Bunda letná	60
Obuv zimná holeňová	48
Obuv celoročná holeňová	48
Letná obuv	36
Kombinéza zásahová	48
Taktická vesta	48
Čiapka zimná úpletová	36
Brigádírka	48
Baret	48
Viazanka	60
Rukavice pletené	36
Opasok výstrojný	36
Bavlnené tričko biele	12
Bavlnené tričko tmavomodré s potlačou mestská polícia	12
Ponožky letné a zimné	12
Reflexná vesta	36
Pánske maskáče	48
Uterák	6
Toaletné mydlo	3
Indulóna, krém na ruky	3

## VYBAVENIE OSOBNÝMI OCHRANNÝMI PROSTRIEDKAMI

**ČINNOST': Správa MsÚ – vedenie mesta, zamestnanci, správa, práca so zobrazovacími  
Jednotkami, vedenie osobného motorového vozidla**

### ANALÝZA NEBEZPEČENSTVA:

Psychická záťaž, ionizujúce žiarenie, pri nedodržaní zásad správnej ergonomie možnosť poškodenia podporno-pohybovej sústavy, zraková záťaž, ochorenie karpálneho tunela /oblasť zápästia/..

Zoznam OOPP, pracovných a hygienických prostriedkov doba užívania v mesiacoch:

#### **upratovačka**

Pracovná zdravotná obuv	12
Pracovná zástera, vesta	12
Gumené rukavice	podľa potreby
Uterák	12
Toaletné mydlo	3
Toaletný papier	3
Indulóna, krém na ruky	3

#### **Pracovník v teréne- výstavba a životné prostredie**

Gumené čižmy /pracovníčky v teréne/	60
-------------------------------------	----

**ČINNOST': OTS – vedúci zamestnanec, zámočník – údržbár, murár, pomocný manipulačný  
robotník, strojný zámočník, maliar – natierač.**

### ANALÝZA NEBEZPEČENSTVA:

Psychická záťaž, fyzická záťaž, vplyv poveternostných podmienok, pád – pošmyknutie, kontakt pohybujúceho sa nástroja, odletujúce časti pri opracovávaní materiálu, práca s bremenami, nedostatočná fixácia nákladu – možnosť pádu na osobu, nepriaznivé účinky bodnutia alebo uštipnutia hmyzom, práca s interiérovými i exteriérovými farbami, murárske práce.

Zoznam OOPP, pracovných a hygienických prostriedkov doba užívania v mesiacoch:

Montérky dvojdielne	12
Šiltovka	12
Pracovná obuv vysoká	12
Pracovné rukavice kožené päťprstové	podľa potreby
Pracovné rukavice proti chladu	podľa potreby
Antivibračné rukavice	podľa potreby
Bunda zimná prešivák	36
Zimná čiapka ušianka	36
Čižmy gumené	36
Čižmy filcové	36
Pracovná vesta zateplená	36
Tričko s logom mesta	12
Gumený plášť s nohavicami	24
Zátky do uší	podľa potreby
Uterák	6

Toaletné mydlo	3
Indulóna, krém na ruky	3
Solvina	3
Prach na pranie, 2 kg	6

**ČINNOSŤ: Školská jedáleň – kuchyňa, vedúca kuchyne, hlavná kuchárka, pomocná kuchárka**

**ANALÝZA NEBEZPEČENSTVA:**

Psychická záťaž, fyzická záťaž, pád – pošmyknutie, kontakt pohybujúceho sa nástroja, možnosť popálenia, obarenia, práca s bremenami.

Zoznam OOPP, pracovných a hygienických prostriedkov	doba užívania v mesiacoch:
Nohavice biele	12
Blúza biela	12
Pracovná obuv kožená ergonomická protišmyková	12
Čižmy gumené	36
Lodičky	12
Ochranné rukavice proti popáleniu	podľa potreby
Pokrývka hlavy	12
Uterák	6
Toaletné mydlo	3
Indulóna, krém na ruky	3
Prach na pranie, 2 kg	6

**ČINNOSŤ: Materská škola – riaditeľka, učiteľka, školníčka, upratovačka**

**ANALÝZA NEBEZPEČENSTVA:**

Psychická záťaž, fyzická záťaž, pád – pošmyknutie, práca s chemickými prípravkami pri upratovaní, práca so zobrazovacími jednotkami, nepriaznivé účinky bodnutia alebo uštipnutia hmyzom.

Zoznam OOPP, pracovných a hygienických prostriedkov	doba užívania v mesiacoch:
Nohavice	12
Tričko bavlnené	12
Pracovná zdravotná obuv kožená ergonomická protišmyková	12
Gumené rukavice	3 /upratovačka/ podľa potreby
Uterák	6
Toaletné mydlo	3
Indulóna, krém na ruky	3
Prach na pranie, 2 kg	6

**ČINNOSŤ: Sociálne – opatrovatel'ka**

**ANALÝZA NEBEZPEČENSTVA:**

Psychická záťaž, fyzická záťaž, pád – pošmyknutie, práca s chemickými prípravkami pri upratovaní, práca so zobrazovacími jednotkami, nepriaznivé účinky bodnutia alebo uštipnutia hmyzom.

Zoznam OOPP, pracovných a hygienických prostriedkov	doba užívania v mesiacoch:
Chirurgické rukavice	2 /resp. podľa potreby/
Gumené rukavice	3
Uterák	6
Toaletné mydlo	3
Indulóna, krém na ruky	3