

ZAGROŻENIA DLA POSZCZEGÓLNYCH STANOWISK LIDER ZMIANY

Lp.	Typ zagrożenia	Charakterystyka zagrożenia (informacje charakteryzujące zagrożenie)		Środki i działania profilaktyczne
		Źródło zagrożenia	Skutki zagrożenia	
1.	Upadek na tym samym poziomie (potknięcie się, poślizgnięcie itp.)	Zagrożeniem mogą być źle umocowane lub porwane wykładziny podłogowe, wyszczerbione lub ruszające się płytki podłogowe, luźno leżące przewody zasilające, przedmioty i przeszkody znajdujące się na drodze przemieszczania, słabo, oświetlone miejsca, nieporządek na stanowisku pracy oraz niefortunny odruch pracownika.	Skutkiem zagrożenia może być upadek i urazy kończyn (skręcenia stawów, zwichnięcia lub stłuczenia) powodujące krótkotwałą niezdolność do pracy.	Oznakowanie zgodnie z PN, miejsc słabo widocznych lub słabo oświetlonych, mogących stwarzać zagrożenie potknięcia lub poślizgnięcia, utrzymanie porządku w przejściach i na drogach przemieszczania.
2.	Upadek na niższy poziom	Zagrożenie występuje u osób przemieszczających się po schodach, podczas sięgania na górne półki po rzeczy z podestu lub innych elementów podwyższających.	Skutkiem zagrożenia może być upadek i urazy ciała (skręcenia stawów, zwichnięcia, stłuczenia lub złamania) a nawet śmierć.	Zachowanie ostrożności, należytej koncentracji, oznakowanie zgodnie z PN, miejsc słabo widocznych lub słabo oświetlonych, odpowiednie tempo poruszania się po ciągach komunikacyjnych.
3.	Uderzenie o nieruchome przedmioty / Uderzenie człowieka o nieruchome czynniki materialne	Nieprawidłowo ustawione meble, zastawione przejścia/dojścia, wystające elementy sprzętów/mebli.	Skutkiem zagrożenia mogą być stłuczenia, obtarcia.	Dbanie o porządek, właściwa organizacja stanowisk pracy w pomieszczeniu.
4.	Skaleczenie	Zagrożenie występuje podczas korzystania z ostrych narzędzi ręcznych takich jak: nóż, nożyczki, gilotyna do cięcia papieru, zszywki krawędzie papieru.	Skutkiem zagrożenia jest anatomiczne przerwanie ciągłości powłok zewnętrznych (skóry, błony śluzowej) oraz znajdujących się w głębi tkanek.	Zachowanie szczególnej uwagi, stosowanie indywidualnych środków ochrony, znajomość obsługi używanych narzędzi.

5.	Porażenie prądem elektrycznym o napięciu do 1kV	Zagrożenie występuje w czasie obsługi urządzeń zasilanych energią elektryczną.	Skutkami bezpośredniego działania prądu przemiennego o napięciu 230 V i częstotliwości 50Hz mogące spowodować ujemne skutki poprzez działanie na układ krążenia krwi i oddychanie, układ nerwowy, działanie ciepłne, uszkodzenie mięśni i kości do śmierci włącznie. Może też spowodować urazy ciała w wyniku upadków po porażeniu prądem elektrycznym.	Przeprowadzanie okresowych przeglądów instalacji elektrycznej. Przestrzeganie instrukcji obsługi stosowanych urządzeń. Właściwe opisanie tablic rozdzielczych oraz wyłączników prądu. Zakaz naprawy urządzeń elektrycznych. Zachowanie ostrożności.
6.	Obciążenie fizyczno-statyczne	Zagrożenie związane z obciążeniem układu szkieletowego oraz mięśni obręczy barkowej i kończyn górnych przy wykonywaniu czynności w pozycji siedzącej.	Skutkiem mogą być schorzenia układu kostno-szkieletowego i mięśniowego.	Naprzemienne wykonywanie pracy na komputerze ze zwykłymi czynnościami biurowymi, wyposażenie stanowisk w odpowiednie meble oraz akcesoria umożliwiające utrzymanie odpowiedniej pozycji siedzącej, stosowanie gimnastyki w czasie przerw.
7.	Przeciążenie układu ruchu	Zagrożeniem jest długotrwałe utrzymywanie wymuszonej pozycji ciała oraz nadmierny wysiłek fizyczny.	Skutkami są bóle mięśni i stawów.	Przerwa w wykonywaniu zadania. Przenoszenie ciężarów zgodnie z wymogami przepisów bezpieczeństwa.
8.	Obciążenie psychoneurwowe - stres/zmęczenie	Zagrożeniem jest stres związany z odpowiedzialnością za podejmowane decyzje oraz potencjalnymi sytuacjami konfliktowymi.	Skutkami stresu mogą być: zniechęcenie i niedokładne wykonywanie swoich obowiązków, "wypalenie zawodowe", podejmowanie nieprzemysłanych decyzji, w skrajnych przypadkach stres ma negatywny wpływ na zdrowie człowieka.	Przestrzeganie norm dotyczących czasu pracy stosowanie regularnych przerw pozwalających zniwelować napięcie, zapewnienie odpowiedniej ilości czasu na wypoczynek, zapewnienie przez kierownictwo właściwej atmosfery w pracy.

9.	Wypadek komunikacyjny	Wypadki komunikacyjne wynikające z trudnych warunków drogowych i/lub nadmiernej prędkości, nieodpowiednie przygotowanie pojazdu, niedostateczna koncentracja, nieodpowiedni stan psychofizyczny, zderzenia z innymi pojazdami, wykonywanie dodatkowych funkcji kierowcy (np. zmiana kół), nieprzestrzeganie przepisów ruchu drogowego.	Obrażenia ciała, uszkodzenia organów wewnętrznych, śmierć.	Przestrzeganie Kodeksu Drogowego, zwracanie uwagi na pozostałych użytkowników dróg.
10.	Oparzenie termiczne	Przygotowywanie, przenoszenie oraz spożywanie gorących napojów i posiłków, korzystanie z urządzeń do podgrzewania napojów i posiłków.	Oparzenia ciała, ciężkie uszkodzenia tkanki skórnej.	Zachowanie należytej ostrożności, odpowiednie tempo przygotowywania posiłków, prawidłowe korzystanie ze sprzętów.
11.	Czynniki biologiczne- wirusy, bakterie, choroby pasożytnicze.	Przemieszczanie się po szpitalach i ośrodkach zdrowia, kontakt z osobami nie posiadającymi szczepień oraz potencjalnie chorymi i przebywanie z nimi w małych przestrzeniach (np. samochód/światlica), kontakt z dużą liczbą osób podczas wydawania 'towarów', pomoc przy opiece nad dziećmi, przebywanie w dużym gronie osób w pomieszczeniach z niedostatecznym poziomem wentylacji.	Skutkiem zarażenia mogą być różnego rodzaju choroby bakteryjne lub wirusowe, powodujące czasową niedyspozycyjnosc.	Stosowanie środków ochrony indywidualnej (maseczki, rękawiczki), przestrzeganie higieny osobistej (częste mycie rąk), stosowanie środków dezynfekcyjnych.
12.	HBV, HCV, HIV	Kontakt z krwią, płynami ustrojowymi, tkankami osób zarażonych, ewentualnie z pozostawionymi zanieczyszczonymi przedmiotami.	Zakażenia chorobami zakaźnymi.	Unikanie sytuacji konfliktowych, stosowanie rękawiczek.
13.	Hałas	Długotrwały/częsty hałas spowodowany pracą silnika, krzyki/wrzaski dzieci, głośne rozmowy osób w najbliższym otoczeniu, hałas emitowany przez sprzęt biurowy.	Zmęczenie, znużenie, dyskomfort.	Właściwy nadzór nad rozmowami osób przebywających na korytarzu.
14.	Mikroklimat / zmienne temperatury	Różnice temperatur między różnymi pomieszczeniami / w czasie poruszania się między budynkami, między pojazdem i budynkiem.	Choroby układu oddechowego, przeziębienie, wychłodzenie organizmu, choroby reumatyczne.	Odpowiednie dostosowywanie temperatury względem panujących warunków atmosferycznych na zewnątrz, stosowny do danych warunków atmosferycznych ubiór.

15.	Praca na wysokości	Wykonywanie prac (np. umieszczenie/zdejmowanie dokumentów/paczek/towarów na półkach/regałach) przy wykorzystaniu drabin, podestów, krzeseł, ramp rozładunkowych - złe zabezpieczenia wykorzystywanych urządzeń/elementów, ukryte wady sprzętowe, niski poziom koncentracji (stan psychofizyczny), tempo wykonywanej pracy (pośpiech), brak zabezpieczeń.	Pośluczenia, złamania kończyn, uszkodzenia kręgosłupa, wstrząśnienie mózgu, stłuczenia, śmierć.	Zabezpieczenie drabiny przed ześliznięciem. Każdorazowe oględziny stosowanego sprzętu do pracy powyżej poziomu, w celu wyeliminowania uszkodzonych, mogących spowodować zagrożenie. Lekarskie badania profilaktyczne dopuszczające pracę na wysokości. Praca na wysokości jedynie po wyeliminowaniu czynników potencjalnie niebezpiecznych.
16.	Kontakt z chemią budowlaną	Używanie substancji chemicznych takich jak: farby, lakiery, impregnaty, kleje, zaprawy, podkłady, gładzie.	Choroby górnych dróg oddechowych, alergie, zatrucia.	Stosowanie odpowiednich zabezpieczeń, instrukcji użytkowania.
17.	Elektronarzędzia	Niewłaściwe posługiwanie się elektronarzędziami, niewłaściwy stan techniczny izolacji, uszkodzone wtyczki.	Urazy kończyn górnych, porażenia prądem.	Przestrzeganie instrukcji obsługi stosowanych urządzeń. Okresowa kontrola stanu technicznego elektronarzędzi. Wzrokowe szacowanie sprawności urządzenia przed każdą pracą, okresowa kontrola ciągłości przewodów.
18.	Agresja ze strony osób trzecich	Atak ze strony agresywnej osoby, w wyniku nieporozumień międzyludzkich, nieodpowiedniego tonu konwersacji.	Obrażenia ciała, choroby zakaźne.	Stosowanie regularnych przerw pozwalających zniwelować napięcie, zapewnienie odpowiedniej ilości czasu na wypoczynek.
19.	Przeciążenie narządu wzroku	Zagrożenia związane jest z koniecznością stałej pracy z użyciem monitora ekranowego; skutkiem może być zmęczenie narządu wzroku i osłabienie wzroku.	Choroby narządu wzroku.	Oświetlenie stanowiska pracy spełniające wymogi PN, właściwe ustawienie monitora ekranowego względem okien i źródeł światła, przerwy w pracy.

20.	Pożar, wybuch	Zagrożenie stanowią materiały łatwopalne, gromadzone na stanowisku wykonywania obowiązków lub w jego pobliżu i możliwość ich niezamierzonego podpalenia w wyniku zwarcia w instalacji elektrycznej oraz zaproszenia ognia.	Poparzenia, zatrucia dymem, śmierć.	Przestrzeżenie instrukcji p.poż., zapewnienie sprawnego sprzętu gaśniczego (okresowe kontrole). Regularne przeglądy instalacji i urządzeń zasilanych energią elektryczną. Bezwzględne respektowanie przestrzegania zakazu palenia tytoniu.
21.	Uderzenie, przygniecenie przez spadające przedmioty	Nieodpowiednie składowanie przedmiotów na wysokich (półkach, regałach).	Urazy głowy, stłuczenia, złamania, uraz kręgosłupa.	Zachowanie porządku w miejscu wykonywania obowiązków, sygnały ostrzegawcze.
22.	Czynniki chemiczne	Możliwość wybuchu akumulatora w czasie jego montowania do pojazdu. Kwas siarkowy – mgły i opary kwasu siarkowego – wchłanianie przez układ oddechowy i przez skórę. Spaliny zawierające tlenek węgla, tlenki siarki, tlenki azotu, aldehydy - możliwość zatrucia. Preparaty czyszczące, substancje zapobiegające zamarzaniu, płyny hamulcowe, olej napędowy i oleje mineralne, benzyna.	Podrażnienia, zapalenia skóry, zmian trądzikowych oraz uczuleniowych, zatrucia.	Należy stosować rękawice chroniące przed czynnikami chemicznymi i zachowywać ostrożność w czasie podstawowych czynności uzupełniania płynów (płyn do spryskiwaczy).
23.	Przeciążenie narządu mowy	Prowadzenie zajęć dydaktycznych, hałas zakłócający porozumiewanie się, częste podnoszenie głosu, wydawanie poleceń podczas koordynacji pracy wolontariuszy, długotrwały, wielogodzinny wysiłek głosowy.	Uszkodzenie strun głosowych, okresowa lub stała chrypka, załamywanie się głosu, okresowy bezgłos, zmiana wysokości lub barwy głosu, uczucie suchości w gardle lub krtani, uczucie drapania w gardle lub krtani, zmęczenie głosowe po dłuższym mówieniu.	Zaleca się ograniczać nadmierne obciążenie narządu mowy, ograniczać poziom hałasu, często wietrzyć pomieszczenia, często spożywać napoje w temp. pokojowej.
24.	Pyły, kurz	Wykonywanie prac porządkowych, prac przygotowawczych przed malowaniem powierzchni, zanieczyszczenie powietrza wynikające z wadliwego systemu wentylacji, nieporządek.	Możliwość podrażnienia dróg oddechowych, oczu, reakcje alergiczne, astma, zatrucia, zaproszenie oczu.	Ośłona twarzy, ubranie robocze i ochronne, częste wietrzenie pomieszczeń, dbanie o porządek.

25.	Owady	Ukąszenia, ugryzienia, praca poza budynkiem, przebywanie na otwartej przestrzeni z dziećmi, spacer, przemieszczanie się poza budynkiem.	Możliwe reakcje alergiczne, problemy z oddychaniem, urazy, zakażenie chorobami przenoszonymi przez zwierzęta, choroby pasożytnicze, powstanie opuchlizny, zaczerwienienie w miejscu ugryzienia lub ukąszenia.	Stosowanie preparatów ochronnych.
26.	Czynniki uczulające - lateks	Zetknięcie z lateksowymi rękawicami lub innymi lateksowymi materiałami podczas opatrywania drobnych ran, urazów, prac porządkowych, pomocy w kuchni.	Reakcje alergiczne, uczulenie, zapalenie skóry, astma, wstrząs.	W przypadku uczulenia na lateks należy stosować rękawice wykonane z innych materiałów, a także unikać kontaktu z innymi produktami zawierającymi lateks.
27.	Ręczne narzędzia	Zagrożenie urazem spowodowanym niewłaściwym użytkowaniem podstawowych narzędzi ręcznych, takich jak: młotek, przecinak, pilnik, piłki ręczne, śrubokręt, klucze, imadła, itp., stosowanie niewłaściwie dobranych narzędzi, stosowanie narzędzi niezgodnie z przeznaczeniem, nieprawidłowe osadzenie narzędzia na rękojeści, zastosowanie narzędzi o nieprawidłowych wymiarach, wielkości, niewłaściwe przygotowanie miejsca wykonywania zadań przy zastosowaniu narzędzi ręcznych.	Skaleczenia, rozcięcia naskórka, uszkodzenie gałki ocznej, urazy, stłuczenia.	Konserwacja narzędzi, bieżąca wymiana zniszczonych, zużytych elementów, stosowanie ochron oczu i odzieży roboczej, stosowanie sprawnych narzędzi (každorazowy przegląd przed wykonywaną pracą).
28.	Czynniki chemiczne alergizujące	Substancje i mieszaniny chemiczne, zawarte w farbách, klejach, flamastrach.	Podrażnienia, zapalenia skóry, zmian trądzikowych oraz uczuleniowych, zatrucia.	Stosowanie produktów zawierających czynniki chemiczne alergizujące zgodnie z przeznaczeniem, zwiększona ostrożność.
29.	Przygniecenie przez paletę	Zagrożenie urazem spowodowane jest przemieszczaniem palet z materiałami/rzeczami przy wykorzystaniu wózka paletowego ("paleciak" ręczny)	Przygniecenie stopy, pęknięcia, złamania kości stopy.	Zapoznanie się z instrukcją obsługi wózka paletowego, zastosowanie obuwia roboczego z metalowym noskiem.