



aleja 1000-lecia 15G, 32-300 Olkusz

**OCENA RYZYKA
ZAWODOWEGO NA
STANOWISKU
PRACOWNIK
ADMINISTRACYJNY**

Ogólna charakterystyka stanowiska pracy

1.	Stanowisko	PRACOWNIK ADMINISTRACYJNY
2.	Nazwa i typ obsługiwanych na danym stanowisku maszyn i innych urządzeń	Komputer, drukarka, kserokopiarka, niszczarka, czajnik elektryczny, telefon, zszywacz, rozszywacz, nożyczki, art. piśmiennicze, papiernicze.
3.	Rodzaj podstawowych czynności	<ul style="list-style-type: none"> • praca przy komputerze (powyżej 4godz.), obsługa urządzeń biurowych, • Prowadzenie prac administracyjno-biurowych zgodnie z zakresem czynności, • przyjmowanie zamówień, • obsługa klientów w kontakcie bezpośrednim, jak również telefonicznym, • przesyłanie i potwierdzanie wiadomości, • kserowanie, niszczenie dokumentów, • wprowadzanie danych do systemów komputerowych, • sporządzanie dokumentów, • przeglądanie instrukcji i procedur firmy, • współpraca z innymi pracownikami i przełożonymi, • wykonywanie innych czynności zleconych dorywczo lub na stałe przez bezpośredniego przełożonego w zakresie nie przekraczającym posiadanych kwalifikacji, • zapoznanie się i stosowanie do zasad i instrukcji bhp. • odbieranie poczty tradycyjnej i elektronicznej, • archiwizacja dokumentów, • przygotowywanie dokumentacji transportowej, • fakturowanie i rozliczanie klientów
4.	Środki ograniczające ryzyko zawodowe (obecnie stosowane)	<ul style="list-style-type: none"> • Instrukcja udzielania pierwszej pomocy • Instrukcja ppoż. Ogólna • Instrukcje postępowania w nagłych wypadkach • Instrukcje dla prac administracyjnych
5.	Pozycja przy pracy	Siedząca
6.	Zagrożenia dla zdrowia występujące na stanowisku	<ul style="list-style-type: none"> • czynniki mogące powodować wypadki • czynniki fizyczne • czynniki chemiczne • czynniki ergonomiczne, psychospołeczne i związane z organizacją pracy

KARTA ANALIZY RYZYKA

Możliwe niebezpieczne wydarzenia ZAGROŻENIE	PRZYCZYNY ZAGROŻENIA	MOŻLIWE SKUTKI ZAGROŻENIA	SKUTEK	PRAWDOP.	RYZYKO	SPOSOBY ZMNIEJSZENIA RYZYKA	SKUTEK	PRAWDOP.	RYZYKO	Ryzyko po redukcji
Czynniki mogące powodować wypadki, zagrożenia fizyczne i psychofizyczne										
Upadek na tym samym poziomie - poślizgnięcie, potknięcie	Śliskie, brudne/lepkie powierzchnie Bałagan na drogach komunikacyjnych oraz na stanowisku pracy	Złamania, zwichnięcia, otarcia, potłuczenia	Ś	M	M	Kontrola stanu posadzki – na bieżąco uzupełnienie ubytków oraz codzienne mycie i zamiatanie. Dbalność o ład i porządek w miejscu wykonywania prac. Zwrócenie uwagi na zachowanie należytej ostrożności. Działania ograniczające pośpiech.	M	M	M	A
Upadek ze schodów	Śliska i brudna powierzchnia	Złamania, zwichnięcia, otarcia, potłuczenia	Ś	M	M	Utrzymanie porządku – codzienne mycie i zamiatanie. Zwrócenie uwagi na zachowanie należytej ostrożności. Działania ograniczające pośpiech. Stosowanie odpowiedniego obuwia ograniczającego poślizg. Stosowanie taśm antypoślizgowych na schodach.	M	M	M	A
Przygniecenie	Podczas dojścia do stanowiska pracy - możliwość upadku składowanych segregatorów i innych materiałów biurowych.	Złamanie, sřtłuczenie, kalectwo, śmiertć	D	M	Ś	Prawidłowe składowanie. Działania ograniczające pośpiech.	D	M	Ś	A
Porażenie prądem elektrycznym	Uszkodzona instalacja elektryczna, uszkodzone urządzenia elektryczne bądź ich przewodów	Poparzenie, śmiertć	D	M	Ś	Regularne przeglądy i kontrole sprawności instalacji i urządzeń zasilanych energią elektryczną oraz urządzeń przeciwporażeniowych wyłącznie przez osoby uprawnione.	D	M	Ś	A
Pożar / wybuch	Uszkodzona instalacja elektryczna, awaria urządzenia elektrycznego, składowane materiały łatwopalne lub podtrzymujące palenie	Poparzenie, śmiertć	D	M	Ś	Przeglądy i konserwacje sprzętu elektrycznego wykonywane przez osoby o odpowiednich kwalifikacjach. Zapewnienie sprawnego sprzętu ppoż. Stosowanie obowiązujących instrukcji (zwłaszcza dotyczących wykorzystywania materiałów łatwopalnych). Zwrócenie uwagi na zachowanie należytej ostrożności. Zakaz używania otwartego ognia i palenia tytoniu.	D	M	Ś	A

Czynniki fizyczne										
Hałas, na stanowiskach pracy z wyposażonym w monitor ekranowy oraz drukarkę a także hałas z innych urządzeń i maszyn, hałas emitowany z urządzeń klimatyzacyjnych, hałas ruchu drogowego	Nadmierny hałas emitowany przez sprzęt biurowy, rozmowy, telefon itp., W pomieszczeniach o złych warunkach akustycznych, hałas ruchu drogowego zwłaszcza przy otwartych oknach	Ból głowy, uczucie zmęczenia, stres, złe samopoczucie	Ś	M	M	Ograniczenie do minimum, jeżeli jest to możliwe, czasu przebywania w pobliżu pracy sprzętu powodującego hałas. Stosowanie ochronników słuchu (ochronniki słuchu w formie naszników lub wkładek dousznych) podczas przebywania w obszarach narażonych na hałas.	Ś	M	M	A
Pola elektromagnetyczne różnej częstotliwości	Promieniowanie urządzeń wykorzystywanych w procesie pracy (min. monitor ekranowy, sieć telekom.)	Różne dolegliwości zdrowotne w zależności od częstotliwości pola elektromagnetycznego	M	M	M	Właściwa organizacja pracy, unikanie przebywania w pobliżu maszyn i urządzeń wytwarzających znaczne pole elektromagnetyczne, wietrzenie pomieszczeń, wykładziny antystatyczne, zwiększenie wilgotności powietrza	M	M	M	A
Czynniki chemiczne i pyły										
Substancje specyficzne dla komputerowego stanowiska pracy oraz stanowiska wyposażonego w kserokopiarkę	Emisja związków zawartych w tonerach drukarek i kserokopiarok: ozonu i tlenków azotu	Ból głowy, złe samopoczucie, szybsze uczucie zmęczenia	Ś	M	M	Ograniczenie do minimum, jeżeli jest to możliwe, czasu przebywania w pobliżu pracy sprzętu emitującego ozon i tlenki azotu, Kopiarki i drukarki laserowe należy umieścić w osobnym pomieszczeniu odpowiednio wentylowanym	Ś	M	M	A
Czynniki ergonomiczne, psychospołeczne i związane z organizacją pracy										
Długotrwała praca przy komputerze bez przerw	Wykonywanie czynności powtarzalnych (posługiwanie się klawiaturą, myszką)	Dolegliwości bólowe wynikające z przeciążenia układu mięśniowo-szkieletowego	Ś	M	M	Należy stosować przerwy w pracy (min. 5 minut po każdej godzinie pracy) i ćwiczenia, aby nie dopuścić do zmęczenia wzroku oraz powstania urazów wynikających z przeciążenia	Ś	M	M	A

Subiektywne objawy zmęczenia wzroku związane z pracą z komputerem	Wielogodzinna intensywna praca wzrokowa, (niewłaściwy kąt obserwacji, złe oświetlenie, odbłaski na ekranie, migotanie ekranu, tętnienie znaków, niewłaściwe ustawienie kontrastu)	wzrokowe: zamazane lub podwójne widzenie, problemy z prawidłowym ogniskowaniem obrazu oczne: suchość, swędzenie, pieczenie, zaczerwienie, zmęczenie oczu, (szczególnie uciążliwe dla osób noszących soczewki kontaktowe układowe: bóle i zawroty głowy, zaburzenia żołądkowe, bóle mięśniowo - kostne czynnościowe: np. światłowstręt możliwość przeciążenia narządu wzroku, złe samopoczucie, szybsze objawy zmęczenia	Ś	Ś	Ś	Przerwy co najmniej 5 min co godzinę zgodnie z obowiązującymi przepisami, stosowanie okularów profilaktycznych, odpowiednia organizacja pracy, stosowanie w praktyce zasad ergonomii pracy na stanowisku wyposażonym w monitor ekranowy.	Ś	M	M	A
Niedostateczne oświetlenie podczas wykonywania pracy (praca przy komputerze)	Organizacja pracy w warunkach niedostatecznego oświetlenia stanowiska pracy	Możliwość zmęczenia wzroku	M	M	M	Należy zainstalować efektywne oświetlenie miejscowe i ogólne	M	M	M	A
Praca pod presją czasu	Zła organizacja pracy	Możliwość stresu psychicznego	M	Ś	M	Należy właściwie organizować pracę tak, aby nie było konieczności pośpiechu w procesie pracy	M	Ś	M	A
Stres	Praca zbyt trudna i niedostosowana do poziomu wiedzy i doświadczenia pracownika, duże obciążenia psychiczne, przeciążenie pracą, Niewłaściwe stosunki międzyludzkie istniejące w zespole i konflikty na tle osobistym	Zdenerwowanie (lęk, gniew), depresje, nerwice, choroby psychiczne, choroba wrzodowa, zaburzenia immunologiczne, nałogi	S	M	M	szkolenia stanowiskowe, ankiety satysfakcji pracownika, imprezy integracyjne, balansowanie stanowisk pracy,	S	M	M	A
Dodatkowe zagrożenia związane ze stanowiskiem kierowniczym										
Agresja pracowników	kontakt z ludźmi	pośluczenia, guzy, siniaki	M	M	M	szkolenia, wzmożona uwaga	M	M	M	A

Ocenę ryzyka sporządziła:

Paulina Nowotarska

Specjalista ds. BHP

Data opracowania: kwiecień 2020 r.