|  |
| --- |
| **Formularz oceny ryzyka zawodowego**  Oceny ryzyka zawodowego metodą RISK SCORE |
| STANOWISKO: Praca zdalna  DATA PRZEPROWADZENIA OCENY:.   |  |  |  |  | | --- | --- | --- | --- | | **Przygotował zespół w składzie:** | |  | | |  |  | |  | | Imię i Nazwisko |  | |  |  | |  | | **Zatwierdził:** | |  | | |  |  | |  | | Imię i Nazwisko |  | |  | |

**OCENA RYZYKA PRZY POMOCY WSKAŹNIKA RYZYKA - RISC SCORE**

**R = S x E x P**

Zgodnie z tą metodą poziom ryzyka określa się jako iloczyn trzech parametrów:

* **S** - możliwych skutków (następstw) zagrożenia
* **E**- ekspozycji (narażenia) na zagrożenie
* **P**- prawdopodobieństwa wystąpienia zdarzenia

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| **S – możliwe skutki zagrożenia** | | | |
| **Wartość S** | **Szacowane Straty** | **Straty ludzkie** | **Straty materialne** |
| 100 | Poważna katastrofa | Liczne ofiary śmiertelne | Ponad 30mln zł |
| 40 | Katastrofa | Kilka ofiar śmiertelnych | 10 – 30mln zł |
| 15 | Bardzo duża | Jedna ofiara śmiertelna | 300tys. – 1mln zł |
| 7 | Duże | Ciężkie uszkodzenie ciała | 30 – 300tys. zł |
| 3 | Średnie | Nieobecność w pracy | 2– 30tys. zł |
| 1 | Małe | Udzielenie pierwszej pomocy | poniżej 2000zł |

|  |  |
| --- | --- |
| **E – ekspozycja ( narażenie) na zagrożenia** | |
| **Wartość E** | **Charakterystyka ekspozycji** |
| 10 | Ekspozycja stała |
| 6 | Częsta (codzienna) |
| 3 | Raz na tydzień |
| 2 | Raz na miesiąc |
| 1 | Kilka razy w roku |
| 0,5 | Rzadka raz w roku |

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| **P – Prawdopodobieństwo zaistnienia zdarzenia** | | | |
| **Wartość P** | **Charakterystyka** | **Szansa w %** | **Prawdopodobieństwo** |
| 10 | Bardzo prawdopodobne | 50 | 0,5 |
| 6 | Całkiem możliwe | 10 | 0,1 |
| 3 | Praktycznie możliwe | 1 | 0,01 |
| 1 | Mało prawdopodobne lecz możliwe | 0,1 | 0,001 |
| 0,5 | Tylko sporadycznie możliwe | 0,01 | 0,0001 |
| 0,2 | Możliwe do pomyślenia | 0,001 | 0,00001 |
| 0,1 | Teoretycznie możliwe | 0,0001 | 0,000001 |

#### INTERPRETACJA OCENY RYZYKA ZAWODOWEGO

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| **Ryzyko** | | |
| **Wartość** | **Kategoria** | **Działania zapobiegawcze** |
| **Co najwyżej 20** | **akceptowalne** | Wskazana kontrola |
| **Co najwyżej 70** | **Małe** | Potrzebna kontrola |
| **Co najwyżej 200** | **Średnie** | Potrzebne zmniejszenie ryzyka |
| **Co najwyżej 400** | **Duże** | Potrzebne natychmiastowe zmniejszenie ryzyka |
| **Powyżej 400** | **Bardzo duże** | Wstrzymać pracę |

**Etap 1. Nazwa i opis stanowiska**

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| **Stanowisko** | **Pracownik wykonujący prace w sposób zdalny** | |
| **Opis stanowiska**  (krótki opis technologii lub rodzaju produkcji, elementy wyposażenia, materiały, strefy zagrożenia, podstawowe czynności, sposób i czas ich wykonywania) | 1. Obsługa komputera 2. Obsługa drukarki 3. Obsługa kserokopiarki i innych urządzeń biurowych 4. Rozmowy telefoniczne 5. Przygotowywanie dokumentacji w formie papierowej | |
| **Wymagania ogólne** | | |
| **Pomieszczenie pracy** | Oświetlenie naturalne | Okna- świetliki |
| Oświetlenie sztuczne | Oprawy oświetleniowe |
| Wentylacja | Grawitacyjna |
| Temperatura | 18-22 |
| **Wymagania bhp i procedury bezpieczeństwa** | Instruktaż ogólny | Przed podjęciem pracy |
| Instruktaż stanowiskowy | Przed podjęciem pracy |
| Szkolenie okresowe | Zgodnie z harmonogramem szkoleń |
| Instrukcje stanowiskowe | Instrukcja bhp na stanowisku pracy |
| **Profilaktyczne badania lekarskie** | Wstępne | przed podjęciem pracy |
| Okresowe | według zaleceń lekarza |
| Kontrolne | po 30 dniowej niezdolności pracownika do pracy spowodowanej chorobą |
| **Wypadki przy pracy** | Ilość wypadków | Nie wystąpiły |
| Choroby zawodowe | Nie wystąpiły |
| Inne osoby narażone na ryzyko | Nie dopuszcza się w strefę pracy osób niededykowanych |

|  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| **Czynnik** | **Zagrożenie - Źródło** | **Możliwe skutki** | **S** | **E** | **P** | **Ryzyko** | **Działania w celu zachowania lub obniżenia ryzyka zawodowego do poziomu akceptowalnego** |
| **Obciążenie kręgosłupa – część lędźwiowa** | **Siedząca pozycja ciała** | **Schorzenia układu kostnoszkieletowego w części lędźwiowej** | **2** | **9** | **5** | **90 dopuszczalne** | **-ergonomiczne siedzisko**  **- przerwa od narażenia ( zmiana pozycji ciała)**  **- badania profilaktyczne**  **- przestrzeganie norm czasu pracy**  **- zalecane ćwiczenia kręgosłupa**  **- właściwie przeprowadzone szkolenie bhp z uwzględnieniem zagrożenia** |
| **Obciążenie kręgosłupa – część szyjna** | **Siedząca pozycja ciała** | **Schorzenia układu kostnoszkieletowego w części lędźwiowej** | **2** | **9** | **4** | **72 dopuszczalne** | **- ergonomiczne siedzisko**  **- przerwa od narażenia ( zmiana pozycji ciała)**  **- badania profilaktyczne**  **- przestrzeganie norm czasu pracy**  **- zalecane ćwiczenia kręgosłupa**  **- właściwie przeprowadzone szkolenie bhp z uwzględnieniem zagrożenia** |
| **Długotrwałe przeciążenie ręki podczas wykonywania ruchów nadgarstka** | **Wymuszona – zgięta pozycja stawu łokciowego** | **Schorzenie typu „łokieć tenisisty”** | **2** | **8** | **2** | **32 dopuszczalne** | **- stosowanie poręczy w siedziskach biurowych**  **- przerwy w pracy**  **- badania profilaktyczne**  **- ćwiczenia zalecane**  **- właściwa technika pracy podlegająca na pianiu dzięki pracy palców , bez użycia nadgarstków i mięśni przedramienia , bez wywoływania napięcia w mięśniach przedramienia i nadgarstków** |
| **Obciążenie układu naczyniowego kończyn dolnych** | **Siedząca pozycja ciała** | **schorzenia układu naczyniowego kończyn dolnych** | **3** | **9** | **4** | **102 dopuszczalne** | **- ergonomiczne siedzisko**  **- przerwa od narażenia ( zmiana pozycji ciała)**  **- badania profilaktyczne**  **- przestrzeganie norm czasu pracy**  **- zalecane ćwiczenia układu mięśniowego kończyn dolnych**  **- właściwie przeprowadzone szkolenie bhp z uwzględnieniem zagrożenia**  **- na wniosek pracownika podnóżki**  **- promowanie przez zakład zdrowego trybu życia** |
| **Praca na klawiaturze i myszce** | **Nieergonomiczna pozycja dłoni przy obsłudze komputera** | **Obciążenie dłoni i nadgarstków, zespół cieśni nadgarstków** | **2** | **9** | **3** | **42 dopuszczalne** | **- ogólna organizacja pracy poprzez ustawienie stanowiska z uwzględnieniem cech indywidualnych pracownika**  **- ergonomiczne ustawienie klawiatury poprzez podpórki i podkładki**  **- ergonomiczne podkładki pod myszkę**  **- przerwy w pracy**  **- przestrzeganie norm czasu pracy**  **- ćwiczenia mięśni i stawów dłoni**  **- promowanie prozdrowotnych zachowań przez pracodawcę** |
| **Obciążenie narządu wzroku** | **Praca przed monitorem ekranowym** | **Schorzenia narządu wzroku** | **3** | **9** | **6** | **162 dopuszczalne** | **-przerwy od narażenia co 50 minut**  **- odległość monitora 40 cm od twarzy (organizacja stanowiska pracy)**  **- sprawne monitory , zalecane filtry na monitor**  **- badania profilaktyczne**  **- w razie konieczności zastosowanie okularów korekcyjnych ( powłoka antyrefleksyjna)**  **- właściwie przeprowadzony instruktaż stanowiskowy**  **- przestrzeganie norm czasu pracy**  **- przerwy w pracy**  **- promowanie zdrowego trybu życia ( odżywianie bota w witaminy)** |
| **Oświetlenie światłem sztucznym** | **Nieprawidłowe oświetlenie** | **Schorzenia narządu wzroku** | **2** | **9** | **3** | **54** | **- oświetlenie ogólne i miejscowe zgodne z PN „oświetlenie światłem sztucznym” min. 500 lux**  **- zastosowanie oświetlenia miejscowego**  **- sprawne oświetlenie ogólne**  **- przerwy w pracy** |
| **Olśnienie , oślepiania** | **Operowanie światła naturalnego** | **Obciążenie narządu wzroku** | **2** | **9** | **2** | **36** | **- zalecane oświetlenie naturalne**  **- rolety i żaluzje**  **- przerwy w pracy** |
| **Porażenie prądem** | **Instalacja elektryczna** | **Porażenie prądem- skutki dla zdrowia** | **4** | **6** | **1** | **32 dopuszczalne** | **- pomiary i przeglądy instalacji elektrycznej**  **- stosowanie urządzeń zgodnie z ich przeznaczeniem**  **- eksploatacja przewodów elektrycznych i gniazdek elektrycznych wyłącznie sprawnych**  **- przestrzeganie instrukcji eksploatacji urządzeń** |
| **Dywany wykładziny- potkniecie i upadek na tym samym poziomie** | **Poruszanie się po pomieszczeniach, znajdujące się na posadzce przewody** | **Skręcenia stłuczenia, złamania kończyn** | **4** | **9** | **2** | **72 dopuszczalne** | **- koncentracja uwagi na wykonywanych czynnościach**  **- ład i porządek w pomieszczeniach**  **- oświetlenie zgodne z PN**  **- właściwy stan techniczny posadzek i podłóg** |
| **Stres w związku z wykonywaną pracą** | **Podejmowanie decyzji mogący powodować konsekwencje prawne i finansowe** | **Choroby układu nerwowego, krążenia, psychiczne** | **3** | **7** | **4** | **84** | **- właściwa ogólna organizacja pracy ( planowanie zadań )**  **- właściwie przeprowadzony instruktaż stanowiskowy**  **- kontakt skuteczny z przełożonym**  **- przestrzeganie norm czasu pracy**  **- dobór osobowościowy pracowników do wykonywanych zadań**  **- przerwy w pracy**  **- tworzenie więzi miedzy pracownikami – relacje interpersonalne** |