

## **KARTA OCENY RYZYKA ZAWODOWEGO NA STANOWISKU PRACY**

**Stanowisko:** Pracownicy badawczo- dydaktyczni (Asystent, Adiunkt, Profesor Uniwersytetu, Profesor), dydaktyczni (Lektor, Starszy wykładowca, Wykładowca, Lektor)

Opracował : specjalista ds. BHP mgr inż. Łukasz Michniak

### **1. Charakterystyka stanowiska pracy:**

- Prowadzenie projektów naukowo-badawczych,
- Wykonywanie prac związanych ze sporządzaniem dokumentacji administracyjno– biurowej za pomocą komputera i urządzeń biurowych,
- Współuczestniczenie w rozwiązywaniu problemów naukowych realizowanych przez instytut,
- Analiza i opracowywanie wyników badań,
- Prowadzenie zajęć ze studentami.

### **2. Lokalizacja stanowiska pracy**

- Stanowisko pracy zlokalizowane jest wewnątrz budynku, sporadycznie na zewnątrz.
- Stanowisko pracy zlokalizowane w miejscu zamieszkania – praca zdalna

### **3. Stosowane materiały i środki pracy**

- Komputer, drukarka, telefon, kserokopiarka, niszczarka dokumentów, papier, formularze, druki, szafy i regały, biurko wyposażone w elementy zapewniające ergonomijną obsługę komputera, fotel ergonomiczny do pracy przy komputerze.

### **4. Czynniki mogące powodować wypadki**

- Poślizgnięcie, potknięcie i upadek na tej samej płaszczyźnie,
- Upadek na niższy poziom,

- Obciążenie emocjonalne (stres),
- Uderzenie o nieruchome elementy np. elementy konstrukcyjne obiektu,
- Porażenie prądem elektrycznym zasilającym urządzenia biurowe,
- Przeciążenie układu mięśniowo - szkieletowego spowodowane wymuszoną pozycją ciała,
- Przeciążenie narządu wzroku podczas pracy przy komputerze,
- Pożar.

## **5. Przygotowanie pracownika do pracy**

Wymagany poziom wykształcenia, doświadczenia oraz wymagane uprawnienia:

- ukończenie studiów wyższych i uzyskanie stopnia naukowego,
- przygotowanie ogólne pedagogiczne – wykształcenie kierunkowe,
- szkolenia z zakresu BHP – instruktaż ogólny, instruktaż stanowiskowy, szkolenie okresowe,
- badania lekarskie: wstępne, okresowe, kontrolne.

## **Wybrana metoda oceny ryzyka zawodowego:**

Niniejszy dokument opracowano w oparciu o metodę RISC SCORE, w którym oszacowana wartość ryzyka liczona jest na podstawie wzoru:

$$R = S \times E \times P$$

gdzie:

R – oszacowana wartość ryzyka zawodowego,  
S – skutek, potencjalna strata,  
E – ekspozycja na zagrożenie,

P – prawdopodobieństwo wystąpienia zdarzenia o danych stratach.

Parametry metody W tabelach 1–4 przedstawiono parametry metody Risk Score

**Szacowanie skutków zdarzenia**

Wartość S	Szacowanie strat	Straty ludzkie
1	Miała	Udzielenie pierwszej pomocy
3	Średnia	Absencja
7	Duża	Ciężkie uszkodzenia ciała
15	Bardzo duża	Jedna ofiara śmiertelna
40	Katastrofa	Kilka ofiar śmiertelnych
100	Poważna katastrofa	Wiele ofiar śmiertelnych

**Szacowanie ekspozycji na zagrożenie**

E	Opis ekspozycji
0,5	Znikoma (raz w roku)
1	Minimalna (kilka razy w roku)
2	Okazjonalna (raz w miesiącu)
3	Sporadyczna (raz na tydzień)
6	Częsta (codziennie)
10	Stała

**Szacowanie prawdopodobieństwa wystąpienia zdarzenia**

Wartość P	Opis	Szansa
0,1	Tylko teoretycznie możliwe	0,0001% (1 na 1 000 000)
0,2	Praktycznie niemożliwe	0,001% (1 na 100 000)
0,5	Możliwe do zaistnienia	0,01% (1 na 10 000)
1	Tylko sporadycznie możliwe	0,1% (1 na 1000)
3	Miało prawdopodobne, ale możliwe	1% (1 na 100)
6	Całkiem możliwe	10% (1 na 10)
10	Bardzo prawdopodobne	50% (1 na 2)

**Wartościowanie ryzyka**

Wartość ryzyka R	Kategoria ryzyka	Działanie zapobiegawcze	Dopuszczalność ryzyka
R ≤ 20	Pomijalne	Wskazana kontrola	dopuszczalne
20 < R < 70	Mate	Potrzebna kontrola	
70 < R < 200	Istotne	Potrzebna poprawa.	
200 < R < 400	Duże	Potrzebna natychmiastowa poprawa.	niedopuszczalne
400 < R	Bardzo duże	W wstrzymanie pracy	

### Identyfikacja i charakterystyka czynników środowiska pracy

Lp.	Zagrożenie	Źródło zagrożenia	Skutek zagrożenia	Przeciwdziałanie i środki ochronne
1.	Poślizgnięcie, potknięcie i upadek na tej samej płaszczyźnie	<ul style="list-style-type: none"> <li>- nierówne, śliskie powierzchnie,</li> <li>- składowanie towarów i materiałów w przejściach i dojsściach do stanowiska pracy</li> <li>- potknięcia o meble występujące w obszarze stanowiska pracy.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Słuczenia, zwichnięcia, złamania.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- zachowanie należytej ostrożności,</li> <li>- ograniczenie pośpiechu,</li> <li>- dbałość o ład i porządek na stanowisku pracy.</li> </ul>
2.	Upadek na niższy poziom	<ul style="list-style-type: none"> <li>- przemieszczanie się po schodach, pośpiech w miejscu pracy, nieuwaga.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Śmierć, słuczenia, zwichnięcia, złamania.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- zachowanie ostrożności przy wchodzeniu i schodzeniu ze schodów.</li> </ul>
3.	Obciążenie emocjonalne (stres)	<ul style="list-style-type: none"> <li>- kontakt ze studentami,</li> <li>- przeciążenie pracą,</li> <li>- zbyt mała kadra pracowników,</li> <li>- konflikty z współpracownikami,</li> <li>- nadmiar obowiązków</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Zaburzenia somatyczne, zaburzenia psychiczne, zmęczenie.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- dostosowanie wymagań do możliwości psychofizycznych pracownika,</li> <li>- doskonalenie metod instruktażu i szkoleń,</li> <li>- ustalenie jasnych zasad wynagradzania, premiowania i kar regulaminowych,</li> <li>- właściwa organizacja pracy.</li> </ul>

<p>4. Uderzenie o nieruchome elementy np. elementy konstrukcyjne obiektu</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- nieuwaga,</li> <li>- nieostrożność,</li> <li>- zastawione przejścia i dojścia do stanowisk pracy</li> <li>- ograniczona przestrzeń biurowa</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Stłuczenia, zranienia.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- zachowanie ostrożności,</li> <li>- dbałość o ład i porządek w miejscu wykonywania prac,</li> <li>- działania ograniczające pośpiech.</li> </ul>
<p>5. Porażenie prądem elektrycznym zasilającym urządzenia biurowe</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- zły stan techniczny instalacji elektrycznej – uszkodzone osłony przewodów, uszkodzone, wyrwane ze ściany gniazda elektryczne, użytkowanie niesprawnych przedłużaczy, wtyczek, itp.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Śmierć, kalectwo.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- nie włączanie urządzeń w przypadku stwierdzenia niesprawności przewodów zasilających lub wtyczek</li> <li>- zgłaszanie przełożonemu wszelkich uszkodzeń kabli, wtyczek czy gniazdek.</li> </ul>
<p>6. Przeciążenie układu mięśniowo - szkieletowego spowodowane wymuszoną pozycją ciała</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- długotrwała praca w pozycji siedzącej,</li> <li>- nieergonomiczne stanowisko pracy,</li> <li>- przenoszenie dokumentów.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Bóle i skrzywienia kręgosłupa, bóle głowy.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- stosowanie przerw podczas pracy,</li> <li>- zastosowanie ergonomicznego fotela,</li> <li>- zastosowanie zasad ergonomii podczas organizacji stanowiska pracy - fotel z regulowaną wysokością, podparciem na przedramiona, optymalna przestrzeń na stanowisku biurowym.</li> </ul>
<p>7. Przeciążenie narządu wzroku podczas pracy przy komputerze</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- długotrwała praca z wykorzystaniem monitorów ekranowych,</li> <li>- nieprawidłowe oświetlenie.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Bóle głowy, choroby narządu wzroku.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- przestrzeganie instrukcji stanowiskowej dotyczącej m.in.</li> <li>- ustawienia monitora,</li> <li>- oświetlenia zgodnego z normami,</li> <li>- przy nadmiernym nasłonecznieniu stosowanie żaluzji lub rolet,</li> <li>- stosowanie przerw w pracy,</li> <li>- czasowa zmiana rodzaju zajęć,</li> <li>- dbałość o sprawnie funkcjonujące oświetlenie.</li> </ul>

8.	<p>Pożar</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- nieprzestrzeganie obowiązującego zakazu palenia tytoniu,</li> <li>- wyrzucanie niedopałków do koszy na śmieci,</li> <li>- duże nasycenie odbiornikami energii elektrycznej oraz pozostawianie ich bez nadzoru,</li> <li>- użytkowanie obluzowanych gniazd wtykowych, włączników i wyłączników,</li> <li>- brak lub niewłaściwe prowadzenie przeglądów okresowych, napraw i konserwacji urządzeń i instalacji energetycznych,</li> <li>- stosowanie materiałów wykończeniowych bez wymaganych atestów,</li> <li>- zastawianie dróg ewakuacyjnych różnymi materiałami i sprzętem,</li> <li>- zwarcie instalacji elektrycznej.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>-</li> <li>-</li> <li>-</li> <li>-</li> <li>-</li> </ul> <p style="text-align: center;">- Kłectwo, śmierć, poparzenia.</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- przegląd instalacji elektrycznej (kontrolie zgodnie z obowiązującymi przepisami),</li> <li>- utrzymanie instalacji elektrycznej w dobrym stanie technicznym,</li> <li>- użytkowanie w sposób prawidłowy gniazd wtykowych,</li> <li>- wyłączenie z eksploatacji gniazd uszkodzonych lub poluzowanych (do czasu usunięcia uszkodzenia),</li> <li>- nie dopuszczanie do przeciążenia instalacji poprzez przekroczenie możliwości przepływu natężenia prądu- wpinanie znacznej liczby odbiorników do jednego gniazda lub użytkowanie urządzeń o dużym poborze prądu.</li> </ul>
----	--------------	---	---	--

<p>9. Mikroorganizmy chorobotwórcze – bakterie, wirusy grzyby i pleśnie</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Kontakt z innymi pracownikami mającymi objawy chorobowe</li> <li>- Kontakt z innymi pracownikami, klientami, osobami z poza zakładu pracy – możliwość zarażenia drogą kropelkową, inhalacyjną lub przez dotyk.</li> <li>- Przeciążenie organizmu i spadek odporności</li> <li>- Niezidentyfikowane czynniki pochodzenia naturalnego znajdujące się w powietrzu zależnie od pory roku i okresów występowania – możliwy kontakt przez drogę inhalacyjną.</li> <li>- Zarodniki pleśni i grzybów, które mogą występować w powietrzu na skutek niesprawnej lub niewydajnej wentylacji pomieszczeń pracy oraz podwyższonej wilgotności powietrza.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>-</li> <li>-</li> </ul> <p>Przeziębienie i grypa Reakcje alergiczne, dolegliwości ze strony układu oddechowego</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Zapewnienie wentylacji pomieszczeń pracy.</li> <li>- Zapewnienie dostępu do pomieszczeń higieniczno-sanitarnych oraz środków czystości.</li> <li>- Częste mycie rąk.</li> <li>- Zapewnienie regularnego serwisu urządzeń klimatyzacyjnych stanowiących wyposażenie biur.</li> </ul>
---	---	---	--

### Wartościowanie ryzyka

Lp	Zagrożenie	Szacowanie i wartościowanie poziomu ryzyka zawodowego			Określenie poziomu ryzyka końcowego po zastosowaniu środków profilaktycznych				
		Parametry ryzyka			Parametry ryzyka				
		Skutki (S)	Prawdopodobieństwo (P)	Ekspozycja (E)	Poziom ryzyka przed zastosowaniem środków profilaktycznych	Skutki (S)	Prawdopodobieństwo (P)	Ekspozycja (E)	Poziom ryzyka po zastosowaniu środków profilaktycznych
1.	Przeciążenie narządu wzroku podczas pracy przy komputerze	<b>S = 1</b> Udziałenie pierwszej pomocy	<b>P = 3</b> Miało prawdopodobne, ale możliwe	<b>E = 6</b> Częsta (codzienna)	<b>R = 18</b> <u>akceptowalne</u>	nie dotyczy	nie dotyczy	nie dotyczy	nie dotyczy
2.	Uderzenie, przygniecenie przez czynniki materialne.	<b>S = 15</b> Ofiara śmiertelna	<b>P = 0,5</b> Możliwe do zaistnienia	<b>E = 6</b> Częsta (codzienna)	<b>R = 45</b> <u>mate</u>	<b>S = 15</b> Ofiara śmiertelna	<b>P = 0,2</b> Możliwe do pomyślenia	<b>E = 6</b> Częsta (codzienna)	<b>R = 18</b> <u>akceptowalne</u>



3.	Upadek na tym samym poziomie.	S = 3 Absencja	P = 1 Tylko sporaadycznie możliwe	E = 6 Częsta (codzienna)	R = 18 <u>akceptowalne</u>	nie dotyczy	nie dotyczy	nie dotyczy	nie dotyczy
4.	Upadek na niższy poziom.	S = 15 Ofiara śmiertelna	P = 0,5 Możliwe do zaistnienia	E = 6 Częsta (codzienna)	R = 45 <u>małe</u>	S = 15 Ofiara śmiertelna	P = 0,2 Praktycznie niemożliwe	E = 6 Częsta (codzienna)	R = 18 <u>akceptowalne</u>
5.	Pożar.	S = 15 Ofiara śmiertelna	P = 0,5 Możliwe do zaistnienia	E = 6 Częsta (codzienna)	R = 45 <u>małe</u>	S = 15 Ofiara śmiertelna	P = 0,2 Praktycznie niemożliwe	E = 6 Częsta (codzienna)	R = 18 <u>akceptowalne</u>
6.	Przeciążenie układu mięśniowo – szkieletowego.	S = 3 Absencja	P = 1 Tylko sporaadycznie możliwe	E = 6 Częsta (codzienna)	R = 18 <u>akceptowalne</u>	nie dotyczy	nie dotyczy	nie dotyczy	nie dotyczy
7.	Stres.	S = 3 Absencja	P = 3 Mało prawdopodobne, ale możliwe	E = 6 Częsta (codzienna)	R = 54 <u>małe</u>	S = 3 Absencja	P = 1 Tylko sporaadycznie możliwe	E = 6 Częsta (codzienna)	R = 18 <u>akceptowalne</u>

8.	Porażenie prądem elektrycznym.	S = 15 Ofiara śmiertelna	P = 3 Mato prawdopodobne, ale możliwe	E = 6 Częsta (codzienna)	R = 270 <u>duże</u>	S = 15 Ofiara śmiertelna	P = 0,2 Praktycznie niemożliwe	E = 6 Częsta (codzienna)	R = 18 <u>akceptowalne</u>
9.	Wykonywanie ręcznych prac transportowych.	S = 3 Absencja	P = 1 Tylko sporadycznie możliwe	E = 6 Częsta (codzienna)	R = 18 <u>akceptowalne</u>	nie dotyczy	nie dotyczy	nie dotyczy	nie dotyczy
10.	Mikroklimat zmienny.	S = 3 Absencja	P = 3 Mato prawdopodobne, ale możliwe	E = 6 Częsta (codzienna)	R = 45 <u>małe</u>	S = 3 Absencja	P = 1 Tylko sporadycznie możliwe	E = 6 Częsta (codzienna)	R = 18 <u>akceptowalne</u>
11.	Czynniki organiczne	S = 3 Absencja	P = 3 Mato prawdopodobne, ale możliwe	E = 6 Częsta (codzienna)	R = 45 <u>Małe</u>	S = 3 Absencja	P = 1 Tylko sporadycznie możliwe	E = 6 Częsta (codzienna)	R = 18 <u>Akceptowalne</u>

## Wnioski

Na podstawie wyliczeń zgodnie z przyjętą metodą określa się ogólny poziom ryzyka jako akceptowalny.

zatwierdził:

REKTOR  
*Robert Tyrada*  
ks. prof. dr hab. Robert Tyrada



Uniwersytet Papieski  
Jana Pawła II  
w Krakowie

## KARTA INFORMACJI STANOWISKA PRACY

Imię i Nazwisko Pracownika	
Stanowisko pracy	
Zatrudniony od	

<b>Organizacja przestrzeni pracy</b>	
Wielkość pomieszczenia pracy	
Czy stanowisko pracy jest wydzielone (TAK/NIE)? Jaka jest wielkość pomieszczenia?	
Jakie meble znajdują się w pomieszczeniu pracy? Jaką powierzchnię pomieszczenia zajmują?	
Rodzaj podłogi	
Czy są jakieś wystające elementy stanowiące zagrożenie ryzyka potknięcia, zawadzenia, etc. podczas poruszenia się?	
Czy w pomieszczeniu znajduje się okno? Jakiej jest ustawione biurko i pozycja pracy względem okna?	
<b>Oświetlenie na stanowisku pracy</b>	
Rodzaj oświetlenia stanowiska pracy (naturalne/sztuczne)?	
Ilość dodatkowego źródła oświetlenia?	
Lokalizacja dodatkowego źródła oświetlenia?	
<b>Temperatura i wilgotność</b>	
Czy stanowisko pracy wyposażone jest w klimatyzator/oszczyszczacz/nawilżacz powietrza?	
Czy na stanowisku pracy bada się temperaturę oraz wilgotność?	
<b>Hałas</b>	
Czy w pomieszczeniu pracy znajdują się dodatkowe źródła emisji hałasu?	
<b>Zagrożenia elektromagnetyczne</b>	
Jaki rodzaj sprzętu emitującego pole elektromagnetyczne znajduje się w pomieszczeniu pracy?	
<b>Opis</b>	
Krzeseł	
Biurko	
Pozycję podczas pracy	