

ZARZĄDZENIE NR 8/2004/ BHP

STAROSTY POWIATOWEGO

dnia 25 maja 2004 r.,

W sprawie : bezpieczeństwa i higieny pracy na stanowiskach pracy z komputerem wyposażonym w monitor ekranowy

Na podstawie rozporządzenia Ministra Pracy i Polityki Socjalnej z dnia 1 grudnia 1998r w sprawie bezpieczeństwa i higieny pracy na stanowiskach pracy wyposażonych w monitory ekranowe (Dz. U. Nr 148 poz . 973) zarządzam co następuje :

§ 1

Wprowadzam jako obowiązującą w całym Starostwie Powiatowym " Instrukcję bezpieczeństwa i higieny pracy dla stanowisk pracy z komputerem wyposażonym w monitor ekranowy", stanowiącą załącznik nr 1 do niniejszego zarządzenia

§ 2

Zobowiązuję Kierowników Wydziałów oraz samodzielnych pracowników wykorzystujących komputery w swojej pracy zawodowej do:

1. zapoznania się z postanowieniami niniejszej Instrukcji
2. dokonania oceny pod kątem warunków pracy na podległych sobie stanowiskach
3. informowania pracowników o aspektach ochrony zdrowia i bezpieczeństwa pracy na stanowiskach pracy wyposażonych w monitory ekranowe

§ 3

Stwierdzone w trakcie przeprowadzonej oceny uciążliwości i nieprawidłowości techniczne oraz organizacyjne występujące na stanowiskach pracy z komputerem należy wyeliminować do dnia 30.10.2004r.

§ 4

Kierownicy jednostek , nie objętych niniejszym zarządzeniem wydadzą analogiczną instrukcję dla podległych pracowników.

§ 5

Zarządzenie wchodzi w życie z dniem podpisania.


mgr Stanisław Pszonka
2004


mgr Stanisław Pszonka

Załącznik nr 1

do Zarządzenia nr 8/2004
Starosty Powiatowego

z dnia 25.05.2004r.

Zatwierdza :
STAROSTA

mgr Mirosław Pszonka

INSTRUKCJA

BEZPIECZEŃSTWA I HIGIENY PRACY DLA STANOWISK
PRACY Z KOMPUTEREM WYPOSAŻONYM W MONITOR EKRANOWY
W STAROSTWIE POWIATOWYM
W OTWOCKU

OTWOCK 2004r.

1. Wstęp

Instrukcja niniejsza dotyczy stanowisk komputerowych wyposażonych w monitory ekranowe.

Wymagania ergonomii i bezpieczeństwa pracy stawiane urządzeniom wyposażonym w monitory ekranowe mają na celu :

1. eliminację bądź ograniczenie :
 - a) nadmiernego obciążenia wzroku (zmęczenie, pieczenie oczu i skóry)
 - b) obciążenia układu mięśniowo-szkieletowego (sztywność i bolesność nadgarstków, palców a nawet rąk , ból ,usztynienie szyi i ramion.)
2. dostosowania stanowisk pracy do istniejących w tym zakresie przepisów .

2. Wymagania (szczegółowe) dot. pomieszczenia pracy

Pomieszczenie pracy , w którym znajdują się komputery powinno spełniać następujące wymagania :

- a) powierzchnia przypadająca na 1 pracownika - 2 m^2 (nie zajęta przez sprzęty i wyposażenie) lub kubatura - 13 m^3
- b) oświetlenie pomieszczenia naturalne i sztuczne z możliwością regulacji światła dziennego poprzez instalowanie żaluzji , zasłon lub rolet . Minimalne oświetlenie - 500 luksów (lx).
- c) natężenie hałasu nie może przekraczać 75 decybeli (dB)
- d) wilgotność względna nie mniej niż 40 % , a temperatura powietrza min. 18° .
- e) podłoga powinna być wykonana z materiałów antyelektrostatycznych
- f) udostępniony dostęp do stanowiska pracy o szerokości przejścia - 75cm.

3. Wymagania dotyczące stanowiska pracy

3.1. Biurko lub stół , siedzisko (krzesło) powinny spełniać następujące wymogi :

- a) powierzchnia biurka powinna być matowa ,a jego konstrukcja wystarczająca do swobodnego ustawienia wszystkich elementów wyposażenia stanowiska komputerowego
- b) głębokość biurka powinna gwarantować takie ustawienie monitora ,aby odległość monitora od oczu pracownika wynosiła od 40 do 75 cm .
- c) wysokość ustawienia monitora i klawiatury powinna znajdować się na dwóch płaszczyznach i gwarantować pracownikowi łagodne oparcie nadgarstków (ramiona powinny tworzyć kąt prosty)
- d) przestrzeń wolna pod biurkiem powinna gwarantować swobodne umieszczenie nóg pod biurkiem.

- e) krzesło obrotowe powinno posiadać stabilną konstrukcję wspartą na 5 kółkach ,oraz powinno gwarantować :
 - możliwość regulacji wysokości krzesła w zakresie 40 - 50 cm licząc od poziomu podłogi
 - możliwość regulacji oparcia w zakresie 5° do przodu i 30° do tyłu dającą możliwość dopasowania siedziska do indywidualnych potrzeb pracownika.
 - posiadać podłokietniki odciążające mięśnie ramion ,barku i kręgosłupa.
- f) wysokość biurka oraz siedziska powinna zapewniać pracownikowi odpowiedni kąt obserwacji ekranu monitora .Monitor należy ustawić tak, by pracownik spoglądał na ekran nieco z góry pod kątem 20° .
- g) odległość między sąsiednimi monitorami powinna wynosić 60 cm , zaś odległość między pracownikiem , a tyłem sąsiedniego monitora nie może być mniejsza niż 80 cm.

4. Wymagania jakie powinien spełniać monitor i klawiatura

- 4.1. znaki na ekranie monitora powinny być wyraźne i czytelne a obraz stabilny ,bez tętnień
- 4.2. jasność i kontrast obrazu powinna być łatwa do wyregulowania w zależności od warunków oświetlenia
- 4.3. regulacja ustawienia monitora powinna umożliwiać jego pochylenie co najmniej 20° do tyłu i 5° do przodu oraz obrót wokół własnej osi co najmniej o 12° - 60° w obu kierunkach
- 4.4. ekran monitora powinien być pokryty warstwą antyodbiciową lub posiadać odpowiedni filtr.
- 4.5. ustawienie ekranu monitora względem źródła światła powinno ograniczać olśnienia i odbicia światła .
- 4.6. powierzchnia klawiatury powinna być matowa , a znaki na klawiaturze powinny być czytelne

5. Obowiązki kierownictwa

- 5.1. Organizować i prowadzić pracę przy obsłudze komputera zgodnie z obowiązującymi wymaganiami ergonomii i bezpieczeństwa pracy.
- 5.2. Podległych sobie pracowników zapoznać z obowiązującymi wymaganiami bhp wynikającymi z niniejszej instrukcji.
- 5.3. Przestrzegać aby pracownicy posiadali aktualne badania lekarskie i wymagane szkolenia z zakresu bhp .
- 5.4. Przy stałej pracy przy obsłudze komputera , zapewnić pracownikom po każdej godzinie pracy 5 minutową przerwę wliczaną do czasu pracy.
- 5.5. Zapewnić pracownikowi okulary korygujące wzrok , o ile zaleci je lekarz , po uprzednich badaniach okulistycznych przeprowadzanych w ramach profilaktycznej opieki zdrowotnej (zasady przydziału okularów zawarte są w Zarządzeniu nr 3a Starosty Powiatowego z dnia 15.05.2000r.)

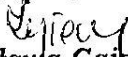
6. Postanowienia końcowe :

6.1. Zabrania się :

- dowolnego przemieszczania , samodzielnego naprawianie sprzętu komputerowego
- zatrudniania przy pracy z komputerem kobiet w ciąży powyżej 4 godzin na dobę
- spożywania posiłków i napojów na stanowisku pracy

6.2. Wszelkie informacje szczegółowe ujęte są w rozporządzeniu MP i PS z dnia 1.12.98r. w sprawie bezpieczeństwa i higieny pracy na stanowiskach wyposażonych w monitory ekranowe (Dz.U. nr 148 poz.973)

St. Inspektor BHP


Zdzisława Gajbownik