

ZARZĄDZENIE Nr 11/2024

**Dyrektora Zespołu Kształcenia i Wychowania z dnia 15.05.2024 roku
w sprawie oceny warunków pracy na stanowiskach wyposażonych w monitory ekranowe**

Na podstawie: § 5 Rozporządzenia Ministra Pracy i Polityki Socjalnej z dnia 1 grudnia 1998 r. w sprawie bezpieczeństwa i higieny pracy na stanowiskach wyposażonych w monitory ekranowe (Dz. U. z 1998 r. nr 148, poz. 973 oraz Dz. U. z 2023 r., poz. 2367) w związku z art. 207 § 2 ustawy z dnia 26 czerwca 1974 roku Kodeks pracy (t.j. Dz. U. z 2023 r. poz. 1465 ze zmianami)

zarządzam co następuje:

§ 1. W celu przeprowadzenia na stanowiskach pracy, wyposażonych w monitory ekranowe, oceny warunków pracy wyznaczam komisję w składzie:

Przewodniczący:

1. Wiesława Lisek-Fronczak.

Członkowie:

2. Jolanta Klebeko.

3. Roman Langkafel.

§ 2. Wzór karty oceny warunków pracy na stanowisku obsługi monitora ekranowego stanowi załącznik do niniejszego zarządzenia.

§ 3. Zarządzenie wchodzi w życie z dniem podpisania.

**Dyrektor Zespół Kształcenia
i Wychowania
/-/mgr Wiesława Lisek-Fronczak**

Karta oceny warunków pracy na stanowisku obsługi monitora ekranowego

Nazwa zakładu pracy

Nazwa działu i nr pomieszczenia

Imię i nazwisko pracownika i stanowisko

Dobowy czas pracy z monitorem ekranowym i jego marka

Monitor	Ocena		
	Tak	Nie	Uwagi
Czy znaki na ekranie są wyraźne i czytelne?			
Czy obraz na ekranie jest stabilny, bez migotania lub innych form niestabilności?			
Czy jasność i kontrast znaków na ekranie jest łatwy do regulowania w zależności od warunków oświetlenia stanowiska pracy?			
Czy regulacja ustawienia monitora umożliwia pochylenie obrazu?			
Czy ustawienie monitora ekranowego oraz innych elementów wyposażenia wymusza niewygodne ruchy głowy i szyi?			
Czy górna krawędź monitora ekranowego znajduje się na wysokości oczu pracownika?			
Czy ustawienie monitora ekranowego względem źródeł światła ogranicza oślnienie i odbicie światła?			

Stół	Ocena		
	Tak	Nie	Uwagi
Czy powierzchnia blatu stołu jest matowa?			
Czy jest zapewniona odpowiednia przestrzeń do umieszczenia nóg pod blatem stołu oraz do przyjęcia wygodnej pozycji i możliwości jej zmiany podczas pracy?			
Czy jest wystarczająca powierzchnia, gwarantująca łatwe posługiwanie się elementami wyposażenia stanowiska pracy i wykonywanie czynności związanych z pracą?			
Czy ustawienie klawiatury zachowuje taką odległość od przedniej krawędzi stołu, która umożliwia podparcie dla rąk i przedramion z zachowaniem co najmniej kąta prostego między ramieniem i przedramieniem?			
Czy ustawienie elementów wyposażenia jest odpowiedniej odległości od pracownika, bez konieczności przyjmowania wymuszonych pozycji?			

Klawiatura i mysz	Ocena		
	Tak	Nie	Uwagi
Czy klawiatura i mysz stanowią osobne części?			
Czy jest możliwość wygodnego oparcia nadgarstków podczas pracy na klawiaturze?			
Czy powierzchnia klawiatury jest matowa?			
Czy znaki na klawiaturze są kontrastowe i czytelne?			
Czy klawiatura i mysz, z których Pan/Pani korzysta spełniają wymagania ergonomii?			

Krzesło i podnóżek	Ocena		
	Tak	Nie	Uwagi
Czy podstawa krzesła ma co najmniej 5 kółek?			
Czy zapewniona jest sprawna regulacja wysokości siedziska?			
Czy zapewniona jest sprawna regulacja wysokości oparcia?			
Czy jest regulacja kąta pochylenia oparcia?			
Czy są odpowiednie wymiary oparcia i siedziska, zapewniające wygodną pozycję ciała i swobodę ruchów?			
Czy jest wyprofilowane siedzisko i oparcie odpowiednie do naturalnego wygięcia kręgosłupa i ud?			
Czy jest możliwość obrotu wokół osi pionowej o 360°?			
Czy mechanizmy regulacji wysokości siedziska i pochylenia oparcia są łatwo dostępne i proste w obsłudze oraz są tak usytuowane, aby regulację można było wykonywać w pozycji siedzącej?			
Czy krzesło ma regulowane podłokietniki?			
Czy korzysta Pan/Pani z podnóżka?			
Czy Pana/Pani zdaniem krzesło spełnia wymagania ergonomii?			

Oświetlenie	Ocena		
	Tak	Nie	Uwagi
Czy oświetlenie na stanowisku pracy jest dostosowane do rodzaju wykonywanych prac?			
Czy oświetlenie zapewnia komfort pracy wzrokowej?			
Czy należy ograniczyć oślnienie bezpośrednie oraz oślnienie odbiciowe?			
Czy należy doposażyć stanowisko w oprawy oświetlenia miejscowego pod warunkiem, że będą to oprawy niepowodujące oślnienia?			

Pozostałe elementy oceny	Ocena		
	Tak	Nie	Uwagi
Czy operator zajmuje swobodną i niewymuszoną pozycję ciała?			
Czy operator korzysta z podparcia nadgarstków?			
Czy operator korzysta z okularów korygujących wzrok lub szkieł kontaktowych?			
Czy operator korzysta z 5 minutowej przerwy po każdej godzinie pracy?			
Czy operator posiada orzeczenie lekarskie o braku przeciwwskazań do obsługi komputera?			
Czy urządzenia są oznaczone znakiem bezpieczeństwa i mają wymagany certyfikat?			
Czy stanowisko pracy należy wyposażać w uchwyt na dokumenty, posiadający regulację ustawienia wysokości, pochylenia oraz odległości od pracownika?			
Czy stanowisko pracy jest tak zaprojektowane, by pracownik miał zapewnioną dostateczną przestrzeń pracy, pozwalającą na umieszczenie wszystkich elementów obsługiwanych ręcznie w zasięgu kończyn górnych?			
Czy stanowisko pracy jest tak usytuowane w pomieszczeniu, aby pracownik miał do niego swobodny dostęp?			

Obciążenie psychiczne	Ocena		
	Tak	Nie	Uwagi
Czy pracownik odczuwa przeciążenie ilościowe pracą?			
Czy pracownik odczuwa przeciążenie jakościowe pracą?			
Czy pracownik odczuwa niedociążenie jakościowe pracą?			
Czy pracownik odczuwa niejasność roli (gdy nie wie za co odpowiada)?			
Czy pracownik odczuwa brak kontroli nad pracą?			
	Mały	Średni	Wysoki
Na jakim poziomie pracownik określa stres pozytywny? (motywujący)			
Na jakim poziomie pracownik określa stres negatywny? (demotywujący)			

Wnioski pracownika

Warunki pracy wymagają poprawy w zakresie.....

Podpis pracownika:

Wnioski komisji

.....

Miejscowość, data:

Podpisy komisji:

1.

2.

3.