|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| ***Mława - Twoje miejsce, Twój czas - Strona urzędu miasta*** | **Instrukcja określająca zasady bezpieczeństwa i higieny pracy podczas wykonywania pracy zdalnej** | **Data: 02.10.2023 r.** |
| **Numer: 1** |
| **Opracował:  Andrzej Porzeziński** |
| **Obowiązuje od: 02.10.2023 r.** |

**Zawartość instrukcji bhp – praca zdalna**

1. Organizacja stanowiska pracy zdalnej z uwzględnieniem ergonomii.
2. Zasady bezpiecznego i higienicznego wykonywania pracy zdalnej.
3. Czynności do wykonania po zakończeniu wykonywania pracy zdalnej.
4. Zasady postępowania w sytuacjach awaryjnych.
5. Kontrole pracy zdalnej w zakresie warunków pracy, BHP na stanowisku.
6. Lista kontrolna - załącznik nr 1 do instrukcji bhp.
7. Oświadczenie pracownika o zapoznaniu się z instrukcją bhp

- załącznik nr 2 do instrukcji bhp.

**Organizacja stanowiska pracy zdalnej z uwzględnieniem ergonomii.**

**Przed rozpoczęciem pracy** w trybie zdalnym, pracownik ma obowiązek sprawdzić czy jego stanowisko pracy odpowiada warunkom bezpieczeństwa, w tym przede wszystkim czy jest zgodne z wymaganiami ergonomii. Aby dokonać takiej oceny należy posłużyć się listą kontrolną stanowiącą **załącznik nr 1** do instrukcji.

W przypadku pojawienia się jednej lub kilku odpowiedzi **„NIE”** – należy skonsultować listę kontrolną ze swoim przełożonym.

**Zasady bezpiecznego i higienicznego wykonywania pracy zdalnej**

Pracując zdalnie, pracownik może być narażony na zagrożenia zawodowe występujące w procesie pracy. Pracownik ma obowiązek znać te zagrożenia   
i stosować działania ograniczające prawdopodobieństwo ich wystąpienia.

Zagrożenia wraz z działaniami zapobiegawczymi zostały zestawione w tabeli poniżej.

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| **L.p.** | **Zagrożenie** | **Opis** | **Działania zapobiegawcze** |
| 1 | Obraz zawierający tekst, znak, zewnętrzne, żółty  Opis wygenerowany automatycznie | Gorące powierzchnie | * Przygotowanie posiłków poza stanowiskiem pracy. |
| 2 | Obraz zawierający tekst, znak, zewnętrzne, żółty  Opis wygenerowany automatycznie | Energia elektryczna | * Używanie podczas pracy tylko sprawnego wyposażenia. * Przestrzeganie zakazu wykonywania samodzielnych napraw wyposażenia stanowiska pracy. |
| 3 |  | Zalegające przedmioty | * Utrzymywanie porządku. |
| 4 |  | Elementy ruchome  urządzeń | * Korzystając np. z niszczarki nie wolno pracować w zbyt luźnej odzieży. |
| 5 |  | Upadek na niższy  poziom | * Korzystanie ze stopni/podestów przy ściąganiu przedmiotów z poziomu wyżej. |
| 6 |  | Ostre krawędzie | * Używanie podczas pracy tylko sprawnego wyposażenia. |
| 7 |  | Spadające przedmioty  np. z półki | * Utrzymanie porządku na stanowisku pracy. |
| 8 |  | Upadek na niższy  Poziom | * Trzymanie się poręczy podczas poruszania się po schodach. |
| 9 |  | Substancje chemiczne | * Przechowywanie substancji chemicznych w szczelnie zamkniętych pojemnikach. |
| 10 |  | Praca siedząca | * Ergonomiczne stanowisko pracy, * Przerwy w pracy. |
| 11 |  | Pożar | * Zakaz używania otwartego ognia na stanowisku pracy. |

**Czynności do wykonania po zakończeniu wykonywania pracy zdalnej**

Po zakończeniu pracy pracownik ma obowiązek postępować zgodnie ze schematem poniżej:

Zakończenie pracy

Sprawdzenie poprawności wyłączenia sprzętu elektronicznego

Uprządkowanie miejsca pracy

Wyłączenie sprzętu elektronicznego

Zabezpieczenie sprzętu przed jego uszkodzeniem na czas przerwy   
w pracy

**Zasady postępowania w sytuacjach awaryjnych**

Przez sytuację awaryjną należy rozumieć każdą sytuację stanowiącą zagrożenie dla życia i zdrowia pracownika oraz jego najbliższego otoczenia.

Poniżej opisano sposoby postępowania w przypadku wypadku, pożaru oraz ulatniania się gazu.

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| **L.p.** | **Sytuacja awaryjna** | **Sposób postępowania** |
| 1 | **Wypadek przy pracy** | 1. W zależności od rodzaju urazu, pracownik może udzielić sobie samodzielnie pierwszej pomocy lub wezwać **pogotowie ratunkowe**, jeżeli jest to niezbędne, numer 112. 2. Poinformowanie przełożonego najszybciej jak to jest możliwe. |
| 2 | **Pożar** | 1. Odcięcie źródeł energii. 2. Podjęcie próby ugaszenia pożaru niewielkich rozmiarów. 3. Przy dużych pożarach natychmiast należy się ewakuować na miejsce zbiórki PPOŻ i powiadomić **straż pożarną.**   Dzwoniąc na straż pożarną należy podać (998):   * swoje imię i nazwisko, numer telefonu, z którego przekazywana jest informacja o zdarzeniu; * adres i nazwę obiektu, w którym powstał pożar; * co się pali, na którym piętrze; * czy występuje zagrożenie dla życia i zdrowia ludzkiego.  1. Podczas ewakuacji nie wolno używać windy. 2. Dalsze postępowanie zgodnie z instrukcjami straży pożarnej. |
| 3 | **Ulatnianie się gazu** | 1. Zawiadomić jak najszybciej pogotowie **gazowe** (992)i administrację. 2. Nie włączać światła ani żadnych urządzeń elektrycznych. 3. Nie zapalać zapałek czy zapalniczek. 4. Zamknąć zawór **gazu** w mieszkaniu. 5. Otworzyć szeroko okno. 6. Wyjść na zewnątrz budynku. |

**Kontrole pracy zdalnej w zakresie warunków pracy, BHP na stanowisku.**

Pracodawca ma prawo przeprowadzać kontrolę wykonywania pracy zdalnej przez pracownika, w zakresie bezpieczeństwa i higieny pracy. Kontrola pracy zdalnej organizowana jest w porozumieniu z pracownikiem, na zasadach wewnętrznie ustalonych porozumieniem w sprawie pracy zdalnej.