

Spis treści

| | |
|---|----|
| Wstęp | 5 |
| 1. Służba bhp | 6 |
| 2. Ocena ryzyka zawodowego | 9 |
| 3. Badania lekarskie pracowników | 12 |
| 3.1. Rodzaje badań | 12 |
| 3.2. Obowiązki pracodawcy i pracownika | 14 |
| 3.3. Skierowanie na badania | 15 |
| 3.4. Skierowanie jako polecenie służbowe | 17 |
| 3.5. Orzeczenie lekarskie | 17 |
| 3.7. Koszty badania | 18 |
| 3.8. Ponowne badanie profilaktyczne – w trybie odwoławczym | 19 |
| 4. Szkolenia bhp | 20 |
| 4.1. Szkolenie wstępne | 21 |
| 4.2. Szkolenie okresowe | 24 |
| 4.3. Odstępstwo od szkoleń okresowych – pracownicy administracyjno-biurowi | 26 |
| 5. Wymagania bhp dla pracy przy komputerze | 29 |
| 5.1. Obowiązki pracodawcy wobec pracowników wykonujących pracę przy komputerze | 30 |
| 5.2. Warunki pracy na stanowisku wyposażonym w monitory ekranowe | 31 |
| 5.3. Okulary dla pracownika pracującego przy komputerze | 33 |
| 5.4. Refundacja szkieł kontaktowych | 36 |
| 6. Zapewnienie środków ochrony indywidualnej oraz odzieży i obuwia roboczego | 36 |
| 6.1. Wydawanie odzieży i obuwia roboczego oraz środków ochrony indywidualnej | 37 |
| 6.2. Ekwiwalent za pranie odzieży roboczej | 40 |
| 7. Profilaktyczne posiłki i napoje | 41 |
| 8. Wymagania bhp dla pomieszczeń | 43 |
| 8.1. Wymiary pomieszczeń | 43 |
| 8.2. Podłoga | 44 |
| 8.3. Oświetlenie | 44 |
| 8.4. Dostęp do stanowiska pracy | 45 |
| 8.5. Ogrzewanie | 45 |
| 8.6. Wentylacja | 45 |
| 8.7. Wymagania bhp w pomieszczeniach higieniczno-sanitarnych | 46 |
| 9. Ochrona pracy kobiet w ciąży i kobiet karmiących dziecko piersią | 47 |
| 10. Regulamin pracy a bhp | 47 |

| | |
|--|----|
| 11. Apteczki | 51 |
| 12. Wypadki przy pracy | 51 |
| 12.1. Pierwsza pomoc | 52 |
| 12.2. Przyczyny i definicje wypadków przy pracy | 53 |
| 12.3. Wypadek w trakcie delegacji | 54 |
| 12.4. Działania podejmowane w razie wypadku przy pracy | 54 |
| 12.5. Zespół powypadkowy – powołanie, skład, zadania | 56 |
| 12.6. Protokół powypadkowy | 57 |
| 12.7. Rejestr wypadków | 59 |
| 13. Konsultowanie z pracownikami działań związanych z bhp | 60 |
| 14. Konsekwencje niewypełnienia obowiązków z zakresu bhp | 61 |
| 14.1. Powstrzymanie się pracownika od pracy | 61 |
| 14.2. Odpowiedzialność za naruszenie zasad bhp | 63 |
| 15. Kontrola w zakresie bhp | 64 |
| 16. Obowiązki bhp związane z pracą zdalną | 67 |
| 16.1. Szczególne przesłanki wydania polecenia pracy zdalnej | 68 |
| 16.2. Badania profilaktyczne | 69 |
| 16.3. Szkolenie bhp | 69 |
| 16.4. Zapewnienie narzędzi, ich instalacja oraz serwisowanie | 70 |
| 16.5. Ocena warunków technicznych oraz lokalowych | 71 |
| 16.6. Rodzaje prac wyłączone z pracy zdalnej | 73 |
| 16.7. Obowiązkowa ocena ryzyka | 74 |
| 16.8. Oświadczenie w sprawie bezpiecznych warunków pracy | 76 |
| 16.9. Ergonomia w gestii pracownika | 77 |
| 16.10. Kontrola pracodawcy w zakresie bhp | 78 |
| 16.11. Możliwy wypadek – choć nie zawsze przy pracy | 79 |
| 17. Podsumowanie | 80 |