

## Zarządzenie Nr 42 /2012

Wójta Gminy Ustronie Morskie z dnia 18 maja 2012r.  
w sprawie wprowadzenia instrukcji bezpieczeństwa i higieny pracy w Urzędzie  
Gminy Ustronie Morskie

Na podstawie art. 33 ust. 3 ustawy z dnia 8 marca 1990 roku o samorządzie gminnym (tekst jednolity Dz.U z 2001r. Nr. 142, poz.1591 z późn. zm.) i art. 237 Kodeksu pracy w związku z art. 41 ust. 1 rozporządzenia Ministra Pracy i Polityki Socjalnej z dnia 26 września 1997r. w sprawie ogólnych przepisów bezpieczeństwa i higieny pracy ( tekst jednolity Dz.U. z 2003r. Nr 169, poz. 1650 z późn. zm.) zarządzam co następuje:

### §1

Wprowadzam instrukcje bezpieczeństwa i higieny pracy w brzmieniu stanowiącym załączniki do niniejszego zarządzenia.

### § 2.

1. Zobowiązuję wszystkich pracowników Urzędu Gminy Ustronie Morskie do przestrzegania postanowień instrukcji.
2. Nadzór nad realizacją postanowień powierzam Inspektorowi ds. bezpieczeństwa i higieny pracy.

### § 3.

Zarządzenie wchodzi w życie z dniem podjęcia.

WÓJTA GMINY  
Jerzy Kosiński

#### Załączniki:

1. Ogólna Instrukcja BHP -załącznik Nr1;
2. Instrukcja BHP przy pracach administracyjno-biurowych – załącznik Nr 2;
3. Instrukcja BHP z komputerem i drukarką – załącznik Nr 3;
4. Instrukcja BHP przy obsłudze kserokopiarki – załącznik Nr 4;
5. Instrukcja BHP przy obsłudze niszczarki dokumentów – załącznik Nr 5;
6. Instrukcja udzielania pierwszej pomocy- załącznik Nr 6;
7. Instrukcja BHP przy sprzątanii pomieszczeń i myciu okien- załącznik nr 7;
8. Instrukcja – prace porządkowe – zasady bezpiecznej pracy z preparatami chemicznymi używanymi przy pracach porządkowych - załącznik nr 8;
9. Instrukcja BHP przy obsłudze kosi spalinowej- załącznik nr9;
10. Instrukcja BHP w kotłowniach gazowo-olejowych- załącznik nr 10;
11. Instrukcja alarmowa w przypadku powstania pożaru- załącznik nr 11;
12. Instrukcja przeciwpożarowa dla budynków i pomieszczeń administracyjno-biurowych- załącznik nr 12;
13. Instrukcja obsługi apteczki- załącznik nr13;
14. Instrukcja BHP w sprawie ochrony pracy kobiet.

Sprawdzona i  
formalnym  
Rząd Gminy  
Agnieszka Jankowska

## INSTRUKCJA BHP OBOWIĄZUJĄCA WSZYSTKICH PRACOWNIKÓW

1. Zgodnie z przepisami działu dziesiątego Kodeksu Pracy podstawowym obowiązkiem każdego pracownika jest przestrzeganie przepisów i zasad BHP. W szczególności pracownik jest obowiązany:

- znać przepisy i zasady BHP, brać udział w szkoleniu i instruktażu z tego zakresu oraz poddawać się wymagającym egzaminom sprawdzającym,
- wykonywać pracę w sposób zgodny z przepisami i zasadami BHP oraz przestrzegać wydawanych w tym zakresie zarządzeń i wskazówek przełożonych,
- dbać o należyty stan maszyn, narzędzi i sprzętu oraz o ład i porządek w miejscu pracy,
- używać przydzielonej mu odzieży ochronnej i roboczej oraz sprzętu ochrony osobistej zgodnie z ich przeznaczeniem,
- poddawać się profilaktycznym badaniom lekarskim oraz stosować się do zaleceń lekarskich,
- niezwłocznie zawiadamiać przełożonego o zauważonym w zakładzie wypadku przy pracy oraz zagrożeniu życia lub zdrowia ludzkiego.

2. Pracownik ponadto powinien rzetelnie wykonywać pracę, dokładnie i zapoznać się z obowiązującymi przepisami i instrukcjami BHP związanymi z wykonywanymi czynnościami zawodowymi. Przestrzegać regulaminu pracy i postanowień dyscypliny pracy.

3. Do pracy pracownik powinien stawić się w stanie, zdolnym do jej wykonywania i pozostawać w takim stanie przez cały dzień roboczy, a w szczególności przestrzegać obowiązku trzeźwości.

4. Przed rozpoczęciem pracy należy:

- szczegółowo zapoznać się ze stanowiskową instrukcją BHP,
- ubrać się w odzież roboczą i sprawdzić czy pozapinane są wszystkie guziki i czy nie zwisają luźno jakiegokolwiek części ubrania,
- zdjąć z rąk wszystkie zbędne przedmioty, jak pierścionki, obrączki, bransoletki,
- sprawdzić stan wyposażenia technicznego stanowiska pracy, stan narzędzi, osłon i zabezpieczeń stosowanych na stanowisku.
- w przypadku stwierdzenia jakiegokolwiek usterek niedokładności lub braków bezzwłocznie zawiadomić o nich przełożonego,
- upewnić się, że rozpoczęcie pracy nie spowoduje zagrożenia osób przebywających na stanowisku pracy lub w jego pobliżu,
- zapewnić sobie dobre oświetlenie, włączyć wentylację i wszystkie urządzenia gwarantujące bezpieczeństwo wykonywania pracy,
- założyć stosowany na danym stanowisku pracy sprzęt ochrony osobistej, po uprzednim sprawdzeniu, że nie jest uszkodzony i może spełnić swoje ochronne zadanie.

5. W czasie pracy należy:

- stanowisko pracy utrzymywać w porządku i czystości, nie rozrzucać narzędzi i przedmiotów przeznaczonych do wykonywania zadań,
- nie tarasować dróg i przejść oraz dostępu do sprzętu przeciwpożarowego i wyłączników prądu elektrycznego, drogi i przejścia muszą być zawsze czyste i suche,
- ściśle przestrzegać obowiązujące stanowiskowej instrukcji BHP, instrukcji technologicznej oraz poleceń i wskazówek przełożonych,
- pracować z szybkością odpowiadającą naturalnemu rytmowi pracy, nie naprawiać samodzielnie maszyn i urządzeń, nie zdejmować osłon i urządzeń zabezpieczających, w razie zauważenia uszkodzenia natychmiast unieruchomić urządzenie, wyłączyć spod napięcia i zawiadomić o tym przełożonego,
- nie dopuszczać do pracy na swym stanowisku osób postronnych,
- nie przeszkadzać w pracy innym i nie pozwolić przeszkadzać sobie, należy unikać zbędnych rozmów, kłótni, żartów, popychania itp.,
- nie dotykać części maszyn będących w ruchu (wałów pędnych, kół, pasów), nie czyścić ich i nie smarować w ruchu,
- nie dotykać przewodów elektrycznych będących pod napięciem oraz nie naprawiać urządzeń elektrycznych, jeśli nie ma się do tego wymaganych uprawnień,

k) pracownicy obsługujący maszyny powinni mieć odzież roboczą dokładnie opiętą, nie powinni nosić szalików ani krawatów a włosy na głowie muszą zabezpieczyć odpowiednimi czepkami lub chusteczkami bez zwisających końców,

l) w razie konieczności opuszczenia swego stanowiska pracy należy zatrzymać obsługiwane maszyny lub urządzenia, w przypadku przerwy w dopływie prądu również należy maszyny i urządzenia wyłączyć.

6. Przed zakończeniem pracy należy:

- zatrzymać wszystkie obsługiwane maszyny i urządzenia,
- dokładnie oczyścić stanowisko robocze,
- ułożyć narzędzia i przyrządy w miejsce do tego celu przeznaczone,
- wyłączyć dopływ energii zasilającej urządzenia i maszyny.

7. W szczególnych okolicznościach np. gdy zdarzy się wypadek pracownika lub sąsiada, awaria maszyny, wybuchnie pożar lub nastąpi inny ważny powód, należy:

- zatrzymać obsługiwaną maszynę, urządzenie,
- natychmiast powiadomić o tym najbliższemu znajdującemu się przełożonemu. Następnie pracownik jest obowiązany:
  - przy awarii - oczekiwać na decyzję przełożonego,
  - po wypadku przy pracy - udać się do punktu pierwszej pomocy, samemu udzielić pierwszej pomocy poszkodowanym lub wezwać pogotowie ratunkowe,
  - przy pożarze - natychmiast uruchomić system alarmowy - powiadomić najbliższą jednostkę straży pożarnej, - przystąpić do gaszenia dostępnymi środkami gaśniczymi (do czasu przybycia straży pożarnej).

8. Wszyscy pracownicy obowiązani są stosować się do sygnałów znaków bezpieczeństwa.

9. Pracownik jest obowiązany zachować szczególną ostrożność przy poruszaniu się po drogach zakładowych i przestrzegania obowiązujących zasad ruchu drogowego.

Zgodnie z nimi należy:

- poruszając się pieszo po zakładzie korzystać z dróg wyznaczonych dla pieszych, w razie braku takiej drogi, poruszać się po krawężniku po lewej stronie,
  - nie tamować ruchu innym użytkownikom drogi,
  - niosąc narzędzia lub przedmioty należy je tak zabezpieczyć, aby nie przeszkadzały innym użytkownikom drogi i nie stwarzały niebezpieczeństwa,
  - wchodząc na jezdnię zachować szczególną ostrożność, zwłaszcza upewnić się czy nie nadjeżdżają pojazdy,
  - przekraczać jezdnię w miejscach wyznaczonych, nie przebiegać przez jezdnię,
  - nie chodzić po torach, nie przechodzić przez torowisko w miejscach na to nie przeznaczonych,
  - nie przechodzić między pojazdami szynowymi i pod nimi,
  - nie przechodzić pod zawieszonymi ciężarami,
  - nie usuwać, nie zmieniać, nie zastaniać lub nie przestawiać znaków i sygnałów drogowych oraz urządzeń ostrzegawczych,
  - przestrzegać dopuszczalnej szybkości jazdy środkami transportu.

10. Zabrania się pracownikom palić tytoń i wchodzić z otwartym ogniem do pomieszczeń oznaczonych znakiem „Poleń wzbronione”, „Zakaz używania otwartego ognia”.

11. Zabrania się rzucać zapalek, niedopalków, płuc na podłogę oraz zaśmiecać tereny fabryczne wszelkiego rodzaju odpadami.

12. Zabrania się wychodzenia bez potrzeby i zezwolenia na inne wydziały, w których pracownik nie jest zatrudniony.

13. Nie wolno samowolnie wchodzić na wysokość, przechylać się przez balustrady i poręcze, pozostawiać na górze narzędzi i materiałów.

14. Przestrzegać norm dźwigania, przenoszenia i podnoszenia ciężarów.

15. Do zdejmowania towarów, przedmiotów z górnych półek, regałów wykorzystać drabinki lub schodki.

# INSTRUKCJA BHP

## PRZY PRACACH ADMINISTRACYJNO-BIUROWYCH

### Uwagi ogólne

Do pracy administracyjno-biurowej mogą być zatrudnione osoby, które posiadają :

- wymagane kwalifikacje na wyznaczonym stanowisku,
- właściwy stan zdrowia bez przeciwwskazań do wykonywania zawodu, potwierdzony stosownym zaświadczeniem lekarskim,
- przeszkolenie na stanowisku pracy ze szczegółowym zapoznaniem z instrukcjami obsługi maszyn i urządzeń biurowych.

Do pracy należy przystąpić w stanie trzeźwości , zachowując schludny i estetyczny wygląd.

Bezpieczne warunki pracy w biurze są zapewnione , gdy biuro posiada:

- dostatecznie dużą powierzchnię ( min. 4 m<sup>2</sup>/ prac.),
- właściwe oświetlenie , które go natężenie jest zgodne z PN (w zależności od charakteru pracy min. 300 lx),
- dostateczną wentylację pomieszczenia naturalną lub mechaniczną ,
- wystarczające ogrzewanie w okresie jesienno-zimowym (min. +18°C ),
- dostępne , schludne i czyste pomieszczenia i urządzenia higieniczno-sanitarne,
- dobry stan techniczny mebli i urządzeń biurowych.

### Podstawowe czynności przed rozpoczęciem pracy

**Przed rozpoczęciem pracy pracownik powinien:**

- zapoznać się ze stanowiskiem pracy, sprzętem miejscem umieszczenia apteczki pierwszej pomocy oraz z rozmieszczeniem innych pomieszczeń i urządzeń higieniczno-sanitarnych oraz dróg komunikacyjnych
- sprawdzić stan techniczny mebli, sprzętu, urządzeń, oświetlenia ( powinno być skierowane na wprost lub z lewej strony – z prawej dla leworęcznych,
- zapoznać się z instrukcją przeciwpożarową oraz postępowania w czasie zaistnienia pożaru i poznać kierunki tras ewakuacyjnych,
- zaznajomić się z instrukcjami obsługi sprzętu biurowego i wyposażenia będącego w dyspozycji np. komputer, kserokopiarka , itp.
- dopasować odpowiednią wysokość krzesła (ergonomicznie).

**Czynności w czasie pracy:**

W czasie wykonywania pracy pracownik powinien :

- utrzymywać ład i porządek na stanowisku pracy ,
- przy konieczności sięgania wysoko (np. po akta) korzystać zawsze z odpowiednio ustawionej drabinki ,
- przestrzegać istniejących zakazów palenia tytoniu i używania otwartego ognia w miejscach niedozwolonych ,
- zachować szczególną ostrożność przy korzystaniu z urządzeń elektrycznych będących na wyposażeniu biura (np. czajnika elektrycznego itp.) ,
- przy obsłudze sprzętu i urządzeń biurowych postępować zgodnie z obowiązującymi instrukcjami,
- nie tarasować przejść i tras ewakuacyjnych ,
- dbać o estetyczny wygląd i higienę osobistą ,
- każdy zaistniały wypadek przy pracy zgłaszać przełożonemu, w razie zaistnienia wypadku przy pracy , pozostawić stanowisko robocze w takim stanie w jakim nastąpił wypadek ( jeżeli nie powoduje zagrożenia dla poszkodowanego lub innych osób) , do czasu przybycia zespołu powypadkowego.

**Czynności zabronione:**

Pracownikowi zabrania się :

- używania niesprawnych bądź uszkodzonych urządzeń elektrycznych, instalacji elektrycznej, np. o zniszczonej izolacji na przewodach, stłuczonej wtyczki lub gniazdka, wyrwanego gniazdka, prowizorycznie połączonych przewodów, itp.
- samodzielnego naprawiania uszkodzonego sprzętu urządzeń elektrycznych lub instalacji,
- wchodzenia na krzesła , stoły parapety w celu sięgnięcia wyżej,
- wrzucania niedopałków papierosów do koszyków na śmieci.

### Czynności po zakończeniu pracy

Pracownik po zakończeniu pracy powinien :

- uporządkować i sprzątnąć stanowisko pracy , jednocześnie przygotować do pracy w dniu następnym,
- zamknąć otwarte okna , wyłączyć urządzenia elektryczne i oświetlenie

### Uwagi końcowe

W razie wątpliwości co do zachowania warunków bezpieczeństwa pracy przy wykonywaniu poleconych czynności , pracownik ma prawo przerwać prace i zwrócić się do przełożonego o udzielenie wyjaśnień.

# INSTRUKCJA BHP PRZY OBSŁUDZE KOMPUTERA I DRUKARKI

## Podstawowe czynności przed rozpoczęciem pracy

1. Przewietrzyć pomieszczenie.
2. Skontrolować wyposażenie stanowiska.
3. Dostosować siedzisko krzesła, podnózek, stół komputerowy do wymiarów swojego ciała tak, aby zapewnić sobie wygodną pozycję i swobodę ruchów, jednocześnie zachowując:
  - naturalną pozycję kończyn górnych przy obsłudze klawiatury (co najmniej kąt prosty między ramieniem a przedramieniem),
  - odpowiednią przestrzeń do umieszczania nóg pod blatem stołu,
  - odległość oczu pracownika od ekranu monitora wynoszącą 400-750 mm,
  - odpowiedni kąt obserwacji ekranu monitora w zakresie 20°-50° w dół (licząc od linii poziomej na wysokości oczu pracownika do linii poprowadzonej od jego oczu do środka ekranu), przy czym górna krawędź ekranu monitora nie powinna znajdować się powyżej oczu pracownika,
  - ustawienie monitora pod względem źródeł światła powinno ograniczając oślnienie i odbicia światła.
4. Przygotować komputer do pracy :
  - podłączenie do sieci zasilającej,
  - wyświetlenie na ekranie dowolnej informacji z programu znajdującego się na twardym dysku lub nośniku informacji,
  - regulację jasności i kontrastu pomiędzy znakami a tłem w zależności od potrzeb i aktualnych warunków otoczenia,
  - w razie potrzeby zastosować filtr lub ekran ochronny.
5. Przygotować potrzebne dokumenty oraz programy do pracy.

## Podczas pracy

1. Zachowywać wygodną pozycję ciała i swobodę ruchów kończyn, a także odległości oczu od monitora.
2. Przy pracy ciągłej stosować przerwy (5-10 min. po godzinie pracy lub 20 min. po 2 godz. pracy, lecz dalsze łączenie przerw jest niedopuszczalne).
3. Przy pracy łączonej obsługę komputera z innym rodzajem pracy nie obciążającej narządu wzroku i wykonywanymi czynnościami w innych pozycjach ciała – stosować przemienność minimum co 2 godziny.
4. Miejsce pracy utrzymywać w należyтым porządku i czystości.

## Czynności zabronione

1. Manipulowanie przy zestawie komputerowym w przypadku jego awarii, dokonywanie napraw.
2. Stosować nieznanych lub nie sprawdzonych programów i nośników informacji.
3. Spożywania posiłków w czasie pracy bezpośrednio przy zestawie komputerowym.
4. Dopuszczać do pracy przy komputerze osoby nieupoważnione.

## Czynności po zakończeniu pracy

1. Po zapisaniu i zabezpieczeniu danych należy odpowiednio wyłączyć komputer, monitor, drukarkę oraz inny sprzęt stanowiskowy zasilany energią elektryczną.
2. Schować, zabezpieczyć nośniki danych zawierające programy i informacje zastrzeżone.
3. Uporządkować stanowisko pracy, usunąć kurz z zestawu komputerowego.
4. Nakryć zestaw komputerowy pokrowcem ochronnym i zabezpieczyć przed dostępem osób niepowołanych.

## Informacje dodatkowe

1. Zabrania się zatrudniać kobiety w ciąży do pracy przed monitorem ekranowym – powyżej 4 godz. / dobę.
2. W celu usunięcia awarii w pracy zestawu komputerowego należy bezzwłocznie wezwać informatyka.
3. Każdy zaistniały wypadek przy pracy należy bezzwłocznie zgłosić przełożonemu.

## **INSTRUKCJA BHP PRZY OBSŁUDZE URZĄDZENIA KOPIUJĄCEGO - KSEROKOPIARKA**

**Obsługiwać urządzenie mogą tylko osoby przeszkolone i upoważnione przez kierownika.**

**I. Przed pracą pracownik obsługujący urządzenie zobowiązany jest:**

1. Sprawdzić czy urządzenie znajduje się w stanie pełnej sprawności, czy osłony i zabezpieczenia są na właściwych miejscach i czy ich stan jest należyty  
sprawdzić dokładnie czy uruchomienie urządzenia nie grozi wypadkiem.

**II. W czasie pracy pracownikowi nie wolno:**

1. Manipulować w urządzeniu w wypadku zepsucia, otwierania i dokonywania napraw itp.
2. Dopuszczać do pracy na kserokopiarce osób postronnych bez zgody przełożonego.
3. Rozmawiać i odwracać uwagi od wykonywanej pracy.

**III. W wypadku uszkodzenia urządzenia pracownik ma obowiązek:**

1. Przerwać pracę wyłączyć kserokopiarkę i powiadomić bezpośredniego przełożonego.
2. Po naprawie przystąpić do pracy dopiero po uzyskaniu zgody przełożonego.

**IV. Po zakończeniu pracy pracownik ma obowiązek:**

1. Miejsce pracy utrzymać w należytych porządku i czystości.
2. Usuwać zużyty, papier ze stołu i wokół stanowiska pracy do pojemnika przeznaczonego na ten cel.
3. Wyczyścić starannie kserokopiarkę.
4. Odchodząc od kserokopiarce lub przystępując do jej czyszczenia wyłączyć kserokopiarce i zabezpieczyć ją przed przypadkowym uruchomieniem.

### **UWAGA !**

**Każdy zaistniały wypadek przy pracy należy natychmiast zgłosić swojemu bezpośredniemu przełożonemu. W razie zaistnienia wypadku przy pracy należy w pierwszej kolejności udzielić pomocy przedlekarskiej osobom poszkodowanym i zabezpieczyć stanowisko w takim stanie, w jakim nastąpił wypadek aż do czasu przybycia zespołu powypadkowego.**

# INSTRUKCJA BHP

## OBSŁUGA NISZCZARKI DO PAPIERU

Podstawowe czynności przed rozpoczęciem pracy:

Pracownik powinien

- zapoznać się z instrukcją,
- przed rozpoczęciem pracy przygotować sprzęt i materiały,
- sprawdzić stan wtyczki i gniazdka z bolcem zerowania,
- sprawdzić zamknięcia wszystkich pokryw urządzenia.

Uwagi ogólne:

- urządzenie winno być usytuowane blisko źródła prądu, tak by była możliwość łatwego i szybkiego odłączenia go z zasilania,
- nie należy umieszczać go na trasach komunikacyjnych a także należy je umieścić z dala od źródeł ciepła,
- należy zadbać, by w trakcie eksploatacji urządzenia nie doszło do przypadkowego rozlania płynów na niszczarkę.

Zasady i sposoby bezpiecznej pracy:

- a. obsługiwać niszczarkę zgodnie z instrukcją eksploatacyjną,
- b. koncentrować uwagę na wykonywanej czynności,
- c. zabronione jest wkładanie rąk, palców lub innych przedmiotów do wejścia papieru,
- d. nie wolno używać płynów łatwopalnych do czyszczenia sprzętu lub w okolicy niszczarki.  
Może dojść do przypadkowego samozapłonu.
- e. należy zawsze wyłączyć i odłączyć niszczarkę od prądu przed przenoszeniem jej, czyszczeniem itp.,
- f. w razie dostrzeżenia objawów nienormalnej pracy należy urządzenie odłączyć z zasilania.

Nie wolno naprawiać niszczarki we własnym zakresie – w razie uszkodzenia należy korzystać z usług autoryzowanego serwisu.

### Uwaga

Maszyna nie jest przeznaczona do częstego użycia. Nie dozwala się, by urządzenie było użytkowane w sposób ciągły. Po zniszczeniu pewnej partii papieru należy wyłączyć urządzenie. Po przerwie około 10 min. można ponownie przystąpić do pracy.

## INSTRUKCJA UDZIELANIA PIERWSZEJ POMOCY

Życie poszkodowanego w wypadku przy pracy lub powstałego w innych okolicznościach bardzo często zależy od postawy ratujących oraz znajomości udzielania pierwszej pomocy. Obowiązek ratowania poszkodowanego spoczywa na każdym. Osoby udzielające pierwszej pomocy nie powinny obawiać się odpowiedzialności karnej za niewłaściwe jej udzielanie.

Przed prawem odpowiada tylko ta osoba, która tej pomocy nie udzieliła, a mogła to uczynić bez narażenia siebie i innych osób ratujących poszkodowanego.

Jak pomóc poszkodowanemu?

Obowiązują pewne standardy postępowania. I tak, w sytuacji kiedy to zdrowie, a nawet życie poszkodowanego zależy od naszych działań, musimy:

- zachować spokój,
- powiadomić pogotowie ratunkowe,
- usunąć poszkodowanego – jeśli jest to konieczne – ze środowiska zagrażającego życia, jednocześnie podjąć akcję ratunkową,
- przeprowadzamy wstępną ocenę stanu poszkodowanego:
  - jego świadomości (zadajemy jakieś pytanie),
  - czy oddycha (przykładając rękę do ust chorego),
  - czy jest zachowana czynność serca (sprawdzamy na tętnicy szyjnej),
  - czy nie wystąpiły objawy krwawienia wewnętrznego (objawy wstrząsu pourazowego, tzn. bledność powłok skórnych, niepokój lub obojętność, zimny pot, szybkie, słabo wyczuwalne tętno),
  - sprawdzić, czy nie wystąpiły złamania, oparzenia itp.

Postępowanie nasze będzie uzależnione od objawów, jakie stwierdzimy.

### 1. Przenoszenie poszkodowanego

Ciężko poszkodowanego należy przenieść w taki sposób, aby nie sprawiać bólu i nie spowodować pogorszenia jego stanu. Przenosić powinny trzy osoby ustawione z jednej strony lub dwie osoby i trzecia ze strony przeciwnej pośrodku. Przyklękają na lewe kolano i wsuwają obie dłonie pod ciało poszkodowanego: jedna osoba - pod głowę i plecy, druga - pod krzyż i miednicę, trzecia pod uda i podudzia, przy czym jednocześnie podnoszą do góry celem przeniesienia w bezpieczne miejsce.

### 2. Opatrywanie ran

Udzielający pierwszej pomocy powinni zadbać o swoje bezpieczeństwo, gdyż każda rana może być źródłem zakażenia. Przede wszystkim należy używać rękawic (np. gumowych). Rany nie wolno przemywać wodą, środkami leczniczymi, zasypywać proszkami i smarować maściami, gdyż utrudnia to gojenie. Przenoszony brud z powierzchni skóry do rany może wywołać

zakażenie. Na ranę nakładamy wyjałowioną gazę, której nie należy dotykać rękami na powierzchni, a tylko chwycić za jej obrzeża, i owijamy bandażem. Oczyszczenie ran z brudu, ziemi itp. należy do lekarza.

### **3. Tamowanie krwotoków**

W przypadku nacięcia, przebicia żył tętnicznych kończyn górnych i dolnych należy je podnieść do góry. Na ranę przyłożyć wyjałowiony opatrunek i mocno przyciskać przez 4 - 5 minut. Nie należy dotykać rany palcami. Kiedy krwawienie nie ustaje, czynność należy powtórzyć.

Krwotok możemy próbować powstrzymać stosując ucisk palcami tętnicy lub żyły pomiędzy miejscem zranienia a sercem.

W przypadku krwotoku z nosa poszkodowanego należy położyć lub posadzić, odchylić mu lekko głowę ku tyłowi, nałożyć okład z zimnej wody. Można włożyć do nosa kawałek wyjałowionej waty i jednocześnie uciskać nos palcami. Watę umoczyć w wodzie utlenionej. Krwotoki z ran twarzy wstrzymuje się przyciskając tętnicę szczękową do dolnego brzegu dolnej szczęki.

Krwotok z czoła i skroni wstrzymuje się poprzez przyciskanie tętnicy skroniowej z przodu ucha.

Krwawienie z dużych ran głowy wstrzymuje się przyciskając tętnicę do kręgosłupa szyi, a z dołu pachowego przyciskając tętnicę podobojczykową do kości w dole nadobojczykowym. Na przedramieniu przyciska się tętnicę ramieniową, pośrodku ramienia od strony wewnętrznej. Po udzieleniu pierwszej pomocy poszkodowanym z uszkodzonymi tętnicami należy niezwłocznie powiadomić Pogotowie Ratunkowe, by umożliwić udzielenie niezbędnej dalszej pomocy lekarskiej. W przypadku krwotoku z dróg rodnych, chorą położyć na brzuch, nałożyć zimny okład na podbrzusze i przewieźć do szpitala.

#### **Pamiętaj:**

- nie wyjmuj ciał obcych z rany,
- nie kładź waty na otwartą ranę.

### **4. Złamania kości: dzielimy na zamknięte i otwarte**

**Złamanie kości czaszki:** na skutek upadku na głowę lub uderzenia w głowę. Objawy: poszkodowany jest nieprzytomny, krwawi z uszu i ust. Postępowanie: zimny okład na głowę, zapewnić spokój i skierować do szpitala. Złamanie kręgosłupa – silny ból w kręgosłupie, sztywność karku lub w stopach. Nie przemieszczać chorego. Wezwać pomoc instytucjonalną. Złamanie i zwichnięcie obojczyka objawia się bólem i znacznym obrzękiem w okolicach obojczyka. Włożyć do dołu pachowego zwitek waty, zgiąć rękę pod kątem prostym, zawiesić na temblaku zrobionym z chustki i na uszkodzone miejsce nałożyć zimny okład.

**Złamanie żeber** objawia się silnym bólem przy oddychaniu, kaszlu, kichaniu i przy ruchach. Mocno obandażować klatkę piersiową lub dobrze ściągnąć



ręcznikiem podczas wydechu. W przypadku stłuczenia lub zwichnięcia stosować zimne okłady z wody i mocno zabandażować. Miejsca stłuczonego nie jodynować, rozcierać lub smarować maściami.

### **Złamania kończyn**

W przypadku ręki należy ją unieruchomić za pomocą deski lub szyny tak, aby dwa sąsiadujące stawy uległy unieruchomieniu, zawiesić na temblaku i przymocować do tułowia.

Przy złamaniu i zwichnięciu palców u rąk należy przymocować deseczkę na szerokość dłoni, zabandażować. Długość deseczki powinna być od końca palców do przedramienia.

Złamanie kończyn dolnych – należy unieruchomić na desce od długości pięty, by zachodziła poza miednicę, i przymocować do tułowia.

### **Pamiętaj:**

- nie zmieniaj ułożenia kończyny,
- nie próbuj nastawiać złamania,
- unieruchom kończynę w jej aktualnym położeniu,
- przy złamaniu otwartym nie dotykaj wystających odłamów kostnych – łatwo ulegają zakażeniu.

### **5. Usuwanie obcych ciał z oka**

Najlepiej zanurzyć twarz w wodzie i przez chwilę mrugać zaproszonym okiem. Nie wolno trzeć oczu. Ciała obce z oczu usuwa tylko lekarz okulista.

**6. W przypadku obrażeń brzucha, rażącej bledzi na twarzy i silnych bólów, należy natychmiast wezwać pogotowie ratunkowe w celu szybkiego przewiezienia poszkodowanego do szpitala. Mogło zaistnieć uszkodzenie organów wewnętrznych (krwotok wewnętrzny).**

### **7. Oparzenia ciepłe**

Udzielając pierwszej pomocy poszkodowanemu, trzeba przestrzegać pewnych zasad: Niezależnie od stopnia oparzenia należy zdjąć lub rozciąć ubranie przykrywające poparzone miejsca. Jeśli poparzeniu uległa dłoń, usuń z niej wszystkie ciasne przedmioty, zanim wystąpi obrzęk. Oparzoną część ciała włóż pod bieżącą zimną wodę na co najmniej 10 - 15 minut. Łagodzi to ból i zapobiega obrzękowi. Przede wszystkim zmniejsza głębokość uszkodzenia skóry. Przy wystąpieniu pęcherzy na oparzone miejsce połóż sterylną gazę. Owiń bandażem. Właściwie każde oparzenie, poza zupełnie błahym, powinien obejrzeć lekarz.

### **Pamiętaj:**

- nie używaj waty do opatrywania poparzonych miejsc,
- staraj się nie dotykać oparzonych okolic – łatwo ulegają zakażeniu.

**8. Oparzenia chemiczne kwasami stężonymi (siarkowym, azotowym, solnym) i ługami żrącymi (sodą kaustyczną, bielidłami, niegaszonym wapnem itp.)**

Miejsca oparzone należy niezwłocznie przemywać strumieniem bieżącej wody z kranu przez co najmniej 10-15 min. Po dokładnym obmyciu wodą nałożyć okład z roztworem sody (jedna łyżeczka od herbaty na szklanę wody), a na miejsce oparzone ługiem – okład ze słabego roztworu octu lekko kwaśnego albo kwasu bornego (jedna łyżeczka od herbaty na szklanę wody).

### **9. Zatrucia gazami i trującymi parami**

Poszkodowanych należy natychmiast wynieść z zatrutego pomieszczenia na świeże powietrze, rozluźnić wszystkie części ubrania i przykryć, by uchronić ich przed utratą ciepła i nadmiernym oziębieniem ciała. Wstrzymanie oddechu następuje przy zatruciach tlenkiem węgla, siarkowodorem, cyjanowodorem, benzenem i innymi węglowodorami aromatycznymi i pochodnymi, które działają bezpośrednio na ośrodkowy układ nerwowy. Działają one dusząco, przez zahamowanie dostawy tlenu z płuc do tkanek. Być może zaistnieje konieczność wentylowania poszkodowanego metodą usta-usta. Nie stosuje się jej przy zatruciach benzenem. W przypadku zatrucia przez przewód pokarmowy podstawowym zabiegiem jest wywołanie wymiotów poprzez podanie wody o temperaturze pokojowej, węgla aktywowanego, białka jaja (węgiel w postaci gęstej zawiesiny – jaja 4 szt. na 1/2 litra wody). Mleka nie stosujemy przy zatruciach fosforem, gdyż przyspiesza wchłanianie trucizny. Znakomitą odtrutką przy połknięciu kwasu (solnego, siarkowego, azotowego) jest roztwór tlenu magnezowego. Nie wolno stosować węglanu sodu. W przypadku zatrucia przez skórę np. aniliną, nitrobenzenem, etyliną i pochodnymi, należy skórę zmywać bieżącą wodą, tak by strumień wody ze spłukaną trucizną nie skaził zdrowych części ciała. Oparzone oczy spłukujemy strumieniem letniej wody. Wody nie stosujemy przy oparzeniach wapnem niegaszonym. We wszystkich przypadkach zatruc poszkodowanych należy skierować do przychodni specjalistycznych.

### **10. Udar cieplny**

Występuje w pomieszczeniach o bardzo wysokiej temperaturze i dużej wilgotności, tj. powyżej 40°C i wilgotności powyżej 75%. W tych warunkach występuje ogólne osłabienie, przyspieszenie tętna, szybki i płytki oddech, nadmierne pocenie, dreszcze, bóle, zawroty głowy mdłości, bladeść skóry. Ratując chorego, należy go wynieść z pomieszczenia, na głowę położyć zimny kompres lub lód, podać do picia chłodne płyny, krople nasercowe (np. kardiamid). W razie wystąpienia bezdechu zastosować sztuczne oddychanie (16-20 razy na minutę), do momentu, kiedy chory zacznie oddychać. Chorego niezwłocznie przewieźć do szpitala.

### **11. Omdlenie**

Najczęściej oznacza krótkotrwałą, zwykle kilkusekundową lub parominutową utratę przytomności. Objawy: bladeść skóry, pocenie się, zawroty głowy, kłopoty ze wzrokiem, dzwonienie w uszach, ostatecznie utrata przytomności. Pomoc: położyć chorego na plecach, zapewnij mu dostęp powietrza, unieś wysoko jego nogi, rozluźnij ubranie. Jeśli chory jest nieprzytomny, należy go ułożyć w tak zwanej pozycji bocznej ustalonej.

- uklęknij z boku poszkodowanego,
- ułóż bliższą tobie rękę chorego wzdłuż tułowia, drugą rękę, zgiętą w łokciu, przełóż nad jego klatką piersiową,
- unieś kolano nogi leżącej dalej od ciebie, delikatnie pociągnij za łokieć i kolano, obracając poszkodowanego w swoją stronę,
- odchyl głowę chorego do tyłu, aby zapewnić drożność dróg oddechowych, sprawdź tętno.

## **12.Odmrożenia**

Występują w trzech stopniach. Lekkie odmrożenia charakteryzują się uczuciem palenia i kłucia w miejscu odmrożonym, bladnięcie i utrata czucia. Ratując poszkodowanego, należy zastosować ciepłe (lecz nie gorące) kąpiele i ostrożnie rozcierać miejsca suchą czystą ręką. Nie wolno rozcierać brudnymi szmatami lub śniegiem. Przy odmrożeniach II-go stopnia miejsca odmrożenia są ciemnoczerwone lub sine, tworzą się pęcherze wypełnione przezroczystym lub lekko krwistym płynem. Nie należy moczyć ani rozcierać odmrożonych miejsc, a także przekłuwać pęcherzy. Chorego szybko przewieź do szpitala.

Odmrożenia III-go stopnia: skóra ma zabarwienie czerwone lub fioletowe, następuje jej martwica. Najpierw silny ból w miejscu odmrożenia, później brak czucia.

Poszkodowanego należy stopniowo ogrzać, podać środki przeciwbólowe, przykryć miejsca odmrożenia jałowym opatrunkiem i szybko przewieź do szpitala.

## **13.Porażenie prądem elektrycznym**

- odetnij dopływ prądu, wyłącz główny przełącznik (bezpiecznik) lub wyciągnij z kontaktu wtyczkę urządzenia elektrycznego,
- jeśli to możliwe, odsuń poszkodowanego od źródła prądu; zrób to za pomocą np. drewnianego kija od szczotki lub drewnianego krzesła, stojąc na suchej macie gumowej, książce lub złożonej gazecie.

### **Pamiętaj:**

- nie dotykaj skóry poszkodowanego, jeśli ma on kontakt z przewodem pod napięciem,
- nie dotykaj też kabla elektrycznego,
- wezwij pogotowie,
- skontroluj oddech i tętno; w razie bezdechu – zastosuj sztuczne oddychanie, braku tętna – masaż serca,
- przytomnego ułóż wygodnie i okryj.

### **Sztuczne oddychanie**

Przy podejrzeniu urazu kręgosłupa (np. po upadku z wysokości) można wykonywać tylko trzecią i czwartą spośród poniższych czynności.

1. Upewnij się, czy poszkodowany leży na twardej, równej powierzchni. Sprawdź, czy w ustach nie ma ciała obcych.

2. Odchyl głowę poszkodowanego do tyłu – trzymając jedną dłoń na jego czole, drugą chwytając podbródek.
3. Zaciśnij skrzydełka nosa za pomocą kciuka palca wskazującego. Weź głęboki wdech. Obejmij szczelnie jego usta. Wykonując szybki wydech, wdmuchnij powietrze do jego dróg oddechowych. Gdy zauważysz, że klatka poszkodowanego unosi się, odejmij usta, przystaw ucho do jego ust, aby usłyszeć szmer wychodzącego powietrza. Kiedy klatka piersiowa opadnie, kontynuuj sztuczne oddychanie.

#### **Masaż serca**

1. Połóż chorego na twardym podłożu na plecach.
2. Wymacaj dolny koniec mostka. Połóż nasadę dłoni w odległości dwóch palców powyżej tego miejsca.
3. Połóż na dłoni drugą rękę, palce powinny być uniesione. Pochyl się do przodu, tak by twoje barki znajdowały się nad mostkiem chorego. Ręce trzymaj wyprostowane.
4. Uciskaj klatkę piersiową na 4-5 cm. Wykonaj to 15 razy w tempie szybszym niż jeden ucisk na sekundę (licz równo do trzech i na raz uciskaj).
5. Wykonaj dwa oddechy metodą usta-usta.

**Jedna osoba reanimująca:** Powtarzaj cykl: 15 ucisków i 2 wdechy dopóki poszkodowany nie okaże odznak życia lub nie przybędzie pomoc.

**Dwie osoby reanimujące:** Pierwsza prowadzi sztuczne oddychanie, druga – masaż serca. Według schematu 5 ucisków 1 oddech.

#### **Pamiętaj:**

- nigdy nie zostawiaj poszkodowanego bez opieki,
- staraj się zadbać o komfort cieplny poszkodowanego,
- jeśli tylko sytuacja na to pozwoli – okryj go,
- w zasadzie podawanie leków, np. środków przeciwbólowych, jest **nie** wskazane; być może będzie istniała potrzeba zaopatrzenia operacyjnego.

## INSTRUKCJA BHP PRZY SPRZĄTANIU POMIESZCZEŃ I MYCIU OKIEN

Do obowiązków wyznaczonego pracownika należy sprzątanie pomieszczeń, podłóg, mebli, okien i urządzeń sanitarnych. W pomieszczeniach oprócz mebli znajduje się aparatura elektryczna i urządzenia sanitarne. Osoba sprzątająca narażona jest na bezpośredni kontakt z brudem i zarazkami które musi usunąć aby pomieszczenie było czyste, posługując się środkami czystości: proszkiem, mydłem, pastą, środkami dezynfekującymi, oraz aparaturą elektryczną: odkurzac, froterka itp.

Zagrożenia występujące przy tych czynnościach to:

1. Porażenie prądem elektrycznym,
2. Skaleczenie szkłem, (szyba, porcelana),
3. Uczulenia i zakażenia skóry,
4. Uderzenie o wystające przedmioty,
5. Upadek z wysokości,
6. Poślizgnięcie na mokrej posadzce.

**I.** Porażenie prądem może wystąpić w przypadku uszkodzonego urządzenia, izolacji przewodu zasilającego, lub uszkodzonej wtyczki o czym świadczy jej nagrzewanie się. Wszelką instalację elektryczną (przewody, przedłużacze itp. leżącą na podłodze) w czasie mycia podłogi należy bezwzględnie wyłączyć z pod napięcia i zabezpieczyć przed zalaniem wodą.

Nie wolno przy wyłączaniu ciągnąć za przewód zasilający.

Nie wolno samemu dokonywać naprawy jakichkolwiek urządzeń elektrycznych, wymiany żarówek, oraz reperować bezpieczników.

**II.** Najczęściej skaleczenia spowodowane są szkłem rozbitych szklanek, pękniętą umywalką, muszlą klozetową lub drzazgą z przedmiotów drewnianych.

Aby uniknąć skaleczeń należy stosować rękawice ochronne i szczególnie ostrożnie wykonywać czynności czyszczenia kublów na śmieci, urządzeń sanitarnych, wykręcać i spierać ścierki.

Każde skaleczenie może spowodować zakażenie rany co jest niebezpieczne, dlatego też należy niezwłocznie zdezynfekować ranę i udać się do lekarza.

Wszelkie środki medyczne muszą być zabezpieczone przed łatwym dostępem do nich dzieci.

**III.** Przy stałym kontakcie rąk ze środkami dezynfekującymi mogą wystąpić stany zapalne i zmiany uczuleniowe w postaci pęknięcia skóry, zaczerwienienia, sączących się wyprysków itp.

Jedyną ochroną jest używanie rękawiczek gumowych, i smarowanie rąk kremem. Należy wystrzegać się dotykania twarzy, a zwłaszcza oczu brudną ręką czy rękawicą.

**IV.** Porządkowanie wymaga często pracy na wysokości np. przy myciu okien, zakładaniu zasłon itp.

Czynności te należy wykonywać na nie uszkodzonej drabinie i posiadającej wymagany certyfikat na znak bezpieczeństwa.

Przy pracy na wysokości osobę pracującą winna ubezpieczać druga i należy pamiętać że:

- drabina rozstawna nie może być stosowana jako przystawna, nie wolno opierać drabiny o obiekty lekkie lub wywrotne (np. stopy niestabilnych materiałów)

- drabina musi być ustawiona na stabilnym podłożu, na drabinie może znajdować się tylko jeden pracownik,

- nie pracować w pozycji wychylnej ( tułów nie może być poza obrębem drabiny), nie ustawiać drabin przed zamkniętymi drzwiami, jeżeli nie są zabezpieczone przed nagłym otwarciem przez osoby wchodzące z zewnątrz, myjąc okno otwierać tylko jedno skrzydło ( aby nie narazić się na uderzenie drugim w wyniku nagłego niespodziewanego otwarcia np. w wyniku przeciągu- pamiętać zabezpieczyć drzwi), skrzydło okienne w czasie mycia ustawić w pozycji uniemożliwiającej jego ruch który mógłby wpłynąć na zachwianie równowagi i upadek pracownika,

- w trakcie mycia ram okiennych pracownica nie może wychylać się poza płaszczyznę zewnętrzną budynku, musi być zabezpieczona przed upadkiem z wysokości oraz asekurowana przez drugą osobę, z parapetu i podłogi należy usunąć wszelkie przedmioty mogące spowodować potknięcie, zabronione jest mycie ze stołków lub krzeseł ustawionych na biurku lub parapecie.

Stosować prawidłowe obuwie robocze – nie wolno tych czynności wykonywać w klapkach !

**V.** Często praca wymaga nachylania się i w tej pozycji posuwania po podłodze. Zachodzi możliwość uderzenia się o wystające przedmioty otwarte okno, szufladę, róg biurka itp. należy prostować się wolno i uważać na otoczenie – meble i urządzenia.

Osoba sprzątająca musi również uważać aby nie poślizgnąć się na mokrej lub świeżo wypastowanej podłodze. Czynności mycia i pastowania należy wykonywać małymi powierzchniami, nie stawiać wiaderka, szczotki za swoimi plecami.

Aby zapobiec powstaniu pożaru należy:

- wyłączyć wszystkie urządzenia elektryczne,
- pozamykać okna i drzwi,
- kosze ze śmieciami opróżnić do wyznaczonych pojemników,

Klucze od sprzątanego pomieszczenia zdać do recepcji pracowniczej lub Kierownikowi stoiska.

### UWAGA !!!.

Po zakończonej pracy wszelki używany sprzęt (wiaderka, szczotki, drabiny) i środki chemiczne muszą być zabezpieczone w wyznaczonym magazynku przed dostępem do nich dzieci.

**VI.** Niniejsza instrukcja obowiązuje pracowników zatrudnionych przy sprzątanu jak również wykonujących te czynności doraźnie.

## **INSTRUKCJE - PRACE PORZĄDKOWE**

\*\*\*

### **ZASADY BEZPIECZNEJ PRACY Z PREPARATAMI CHEMICZNYMI UŻYWANymi PRZY PRACACH PORZĄDKOWYCH**

#### **CZĘŚĆ I**

#### **ZASADY BEZPIECZNEJ PRACY**

Poniższe zasady dotyczą wszystkich pracowników, zatrudnionych na wszystkich stanowiskach pracy. Stosowanie się do nich zmniejszy lub wyeliminuje zagrożenie.

1. W trakcie pracy całą uwagę skupiaj na wykonywanej czynności, pracuj uważnie, starannie, ostrożnie i bez pośpiechu.
2. Otrzymane polecenia zawsze wykonuj zgodnie z wskazówkami i instrukcjami otrzymanymi od przełożonego. Jeżeli czegoś nie wiesz, nie rozumiesz, prosz przełożonego o dokładniejsze instrukcje.
3. Zawsze używaj odzieży i sprzętu ochronnego (rękawice gumowe i ochronne).
4. W trakcie wykonywania pracy uważaj, czy pracując nie zagrażasz innym,
  - a) nie wykonuj prac, do których wykonywania nie masz uprawnień i umiejętności,
  - b) nie zdejmuj z maszyn, urządzeń i narzędzi osłon zabezpieczających,
  - c) nie używaj uszkodzonych, niesprawnych narzędzi i sprzętu,
  - d) jeżeli nie masz odpowiednich uprawnień to nie naprawiaj samodzielnej narzędzi i sprzętu, zwłaszcza sprzętu elektrycznego.
5. Nie pal tytoniu, nie używaj otwartego ognia w miejscach, w których to zabronione.
6. Nigdy też nie zapominaj że urodziłeś się bez części zamiennych.

#### **PRZED PRACĄ**

Najczęściej zdarzające się wypadki wynikają z nieprzestrzegania jednej lub kilku podstawowych zasad bezpieczeństwa. Przed rozpoczęciem pracy należy:

1. Zapoznać się z stanowiskową instrukcją bhp, ubrać się w odzież roboczą sprawdzając czy są zapięte wszystkie guziki i czy nie zwisają luźne części ubrania.
2. Zdjąć z rąk wszystkie zbędne przedmioty (pierścionki, obrączki), sprawdzić stan wyposażenia technicznego, narzędzi, osłon i zabezpieczeń.

3. Jeśli zostaną stwierdzone usterki zawiadomić przełożonego a przy braku jego reakcji służbę Bezpieczeństwa i higieny pracy.
4. Upewnić się że rozpoczęcie pracy nie spowoduje zagrożenia tobie lub innym osobom w pobliżu przebywającym. Jeśli takie zagrożenie występuje można i należy przerwać pracę.
5. Jeśli wszystko jest w porządku, założyć sprzęt ochrony osobistej (sprawdzając wcześniej czy jest cały i technicznie sprawny), włączyć oświetlenie i wentylację, rozpocząć pracę.

### **W CZASIE PRACY**

Na stanowiskach pracy na których wyznaczono konieczność używania odzieży roboczej i środków ochrony osobistej, używanie tej odzieży i dbanie o nią jest jednym z podstawowych obowiązków pracownika a używanie odzieży własnej jest na tych stanowiskach zabronione. W czasie pracy należy:

1. Utrzymywać porządek i czystość na stanowisku, nie tarasować dróg i przejść oraz dostępu do wyłączników prądu i sprzętu ochrony przeciwpożarowej.
2. Przestrzegać przepisów bhp oraz poleceń i zaleceń przełożonych.
3. Pracować z szybkością odpowiadającą normalnemu rytmowi pracy.
4. Nie naprawiać samodzielnie maszyn, nie zdejmować osłon, nie dopuszczać na swoje stanowisko pracy osób niepowołanych, nie przeszkadzać innym.
5. Unikać zbędnych rozmów, żartów, kłótni, bójek oraz nie dotykać ruchomych części maszyn ani przewodów elektrycznych pod napięciem.

### **PO PRACY**

Należy oczyścić, posprzątać stanowisko, narzędzia odłożyć na ich stałe miejsca. Zadbać o czystość odzieży roboczej i sprzętu ochrony osobistej, odzież roboczą zostawić w szafce.

### **HIGIENA OSOBISTA**

Przestrzeganie higieny osobistej, poza obowiązkiem używania środków ochrony osobistej (rękawice ochronne i gumowe) jest jednym z warunków bezpiecznej pracy pracowników wykonujących pracę w kontakcie z preparatami chemii gospodarczej. Znaczenia mycia rąk po kontakcie z preparatami chemicznymi oraz biologicznymi zawartymi w kurzu czy brudzie nie potrzeba szczegółowo wyjaśniać. Nieprzestrzeganie używania środków ochrony osobistej oraz przestrzegania zasad higieny osobistej może być powodem powstawania uczuleń i alergii. Wszyscy pracownicy posiadają dostęp do pomieszczeń sanitarnych wyposażonych w pojemniki z mydłem w płynie oraz ręcznikami jednorazowymi. Wszyscy pracownicy wykonujący prace brudzące otrzymują dodatkowe uzupełnienie środków higieny oraz ręczniki. Środki te pracownicy otrzymują w naturze.

### **PIERWSZA POMOC PRZEDMEDYCZNA**

W ramach systemu pierwszej pomocy w razie wypadku posiadamy wyposażone apteczki pierwszej pomocy a wszyscy zatrudniani pracownicy w ramach szkolenia wstępnego i okresowego są szkoleni z praktycznej umiejętności udzielania pierwszej pomocy.

1. Apteczki pierwszej pomocy znajdują się na wszystkich wydziałach (oddziałach), portierniach, sekretariatach.
2. W każdej apteczce znajduje się instrukcja udzielania pierwszej pomocy a środki medyczne są na bieżąco uzupełniane.
3. W ramach koniecznej do udzielenia pierwszej pomocy, pomocy takiej udziela także, sprawujący profilaktyczną opiekę medyczną nad pracownikami UZ, przychodnia NZOZ „WIGOR”.

#### UWAGA:

Wszystkie produkty chemii gospodrczej używane podczas prac porządkowych są szkodliwymi w przypadku ich spożycia. W przypadku stwierdzenia takiej sytuacji należy usunąć resztę produktu z ust poszkodowanego oraz podać do wypicia 1-2 szklanek wody (w celu rozcieńczenia stężenia spożytego preparatu) oraz wezwać fachową pomoc medyczną.

Przy zanieczyszczeniu skóry, należy ją przemywać dużą ilością wody.

Przy zanieczyszczeniu oczu należy natychmiast przemywać oczy dużą ilością wody

(przemywanie oczu przy otwartych powiekach) i zwrócić się o pomoc do specjalisty.

Przy zatruciach parami należy wyprowadzić poszkodowanego na świeże powietrze i wezwać pomoc medyczną.



## CZĘŚĆ II

Preparaty chemiczne używane w pracach porządkowych są dopuszczonymi do ogólnego stosowania i posługiwanie się nimi zgodnie z ich przeznaczeniem i sposobem użycia nie stanowi zagrożenia zdrowia. Wszystkie preparaty posiadają karty charakterystyk preparatu chemicznego z szczegółowym opisem preparatu a na każdym opakowaniu preparatu jest podany jego sposób użycia. W każdym przypadku gdy nie znamy, lub pierwszy raz mamy do czynienia z nowym preparatem, bezwzględnie należy zapoznać się z jego sposobem użycia oraz przestrzegć podanych zasad bhp.

Należy zwrócić uwagę że jakkolwiek preparaty te nie są szkodliwe to stała praca z nimi powoduje usunięcie naturalnej tłuszczowo-łojowej warstwy ochronnej naskórka. Natomiast długotrwała praca bez naturalnej warstwy ochronnej skóry, może doprowadzić do powstawania przesuszenia nasórka, stanów uczuleniowych a u osób bardziej wrażliwych alergii.

Jest to powodem konieczności używania gumowych rękawiczek ochronnych. W przypadku stosowania preparatu oznakowanego pomarańczowym lub żółtym kwadratowym znakiem informacyjnym z czarnym krzyżem – informującego że w opakowaniu znajduje się produkt drażniący lub żrący - należy obowiązkowo używać rękawic gumowych oraz przestrzegać wskazań podanych w sposobie użycia .

W czasie używania, niektóre preparaty mogą wydzielać drażniące pary a niektóre z tych par mogą z powietrzem tworzyć mieszaniny palne albo wybuchowe. Dlatego w czasie ich stosowania nie wolno palić papierosów ani używać otwartego ognia.

Większość z tych preparatów jest bardzo szkodliwa dla żywych organizmów wodnych i stwarza zagrożenie dla wód powierzchniowych, dlatego ich użycie jest związanym z koniecznością użycia większej ilości wody do ich rozcieńczenia.

W przypadku pożaru preparatów chemicznych należy używać gaśnic z dwutlenkiem węgla, gaśnic proszkowych, śniegowych a duże pożary są gaszone pianą wodną lub rozproszonymi prądami wody.

Wszyscy pracownicy zatrudnieni przy pracach porządkowych w trakcie których używają ogólnodostępnych preparatów chemii gospodarczej, muszą zapoznać się z kartami charakterystyk tych preparatów oraz potwierdzić własnoręcznym podpisem fakt zapoznania się z kartami.

# INSTRUKCJA BHP

## OBSŁUGA KOSY SPALINOWEJ

- Przed rozpoczęciem użytkowania kos/spalinowej należy dokładnie przeczytać instrukcję obsługi.
- Należy pamiętać, że kosa spalinowa jest urządzeniem niebezpiecznym, co wymaga od użytkownika ścisłego przestrzegania zasad podanych w tej instrukcji.
- W przypadku pojawienia się jakichkolwiek wątpliwości związanych z pracą lub eksploatacją urządzenia należy zwrócić się do najbliższego specjalistycznego serwisu.
- Kosy spalinowej nie mogą posługiwać się osoby niepełnoletnie.
- Kosy nie wolno używać do celów niezgodnych z jej przeznaczeniem
- Podczas pracy należy bezwzględnie używać zalecanych środków ochrony osobistej: kasku ochronnego, ochronników słuchu i twarzy oraz rękawic i butów ochronnych.
- Nie wolno pracować kosą w stanie zmęczenia, złego samopoczucia, choroby oraz pod wpływem alkoholu.
- Podczas pracy w pobliżu operatora nie mogą przebywać osoby postronne, gdyż grozi to ich zranieniem.
- Operator musi pamiętać, że jest odpowiedzialny za wszystkie następstwa wynikające z jego pracy.
- Kosą spalinową nie wolno pracować w pomieszczeniach zamkniętych, jeśli nie posiadają one sprawnej wentylacji.
- Podczas pracy należy obiema rękami pewnie trzymać uchwyty kierujące.
- Nie wolno pracować kosą w innym położeniu niż wynikające z jej zamocowania na pasie nośnym, a w przypadku modeli nie posiadającego pasa nośnego poza naturalnym zasięgiem rąk.
- Ostrze lub głowicę tnącą należy podczas pracy prowadzić tuż nad ziemią.
- Nie wolno pracować bez założonej osłony ochronnej.
- W żadnym wypadku nie można dotykać ostrza tnącego przy włączonym silniku.
- Nie wolno dotykać rozgrzanego silnika ani tłumika.
- Naprawa kosy może być przeprowadzana jedynie przez autoryzowany serwis
- Należy używać tylko takich ostrzy, przystawek i głowic tnących, jakie producent zaleca do stosowania w danym modelu kosy
- Przed pracą należy uprzątnąć teren z kamieni i innych przedmiotów, gdyż ich zetknięcie z ostrzem tnącym może być przyczyną wypadku i ciężkiego zranienia operatora. Z tego samego powodu należy omijać przeszkody stałe: krawężniki, ogrodzenia, pnie drzew, itp.
- Jeżeli konieczne jest wykonanie pracy w terenie z dużą ilością przeszkód należy zastosować głowicę żyłkową, co pozwoli uniknąć wypadku.
- Nie wolno pracować niesprawnym urządzeniem.
- Kosę można uruchamiać w odległości co najmniej 3 metrów od miejsca tankowania.
- Przed transportem należy wyłączyć silnik urządzenia oraz założyć osłonę ostrza tnącego.

## **ZASADY BEZPIECZEŃSTWA**

**UWAGA! PRZED PRZYSTĄPIENIEM DO PRACY NALEŻY ZAPOZNAĆ SIĘ Z ZASADAMI BEZPIECZEŃSTWA, A PODCZAS PRACY POSTĘPOWAĆ ZGODNIE Z NIMI.**

- Operator kosi jest odpowiedzialny za wszystkie następstwa wynikające z jego pracy.
- Kosę mogą pracować jedynie osoby powyżej 18 lat.
- Pracować kosą mogą tylko osoby zdrowe i dobrej kondycji fizycznej.  
Nie wolno pracować w stanie osłabienia, choroby oraz pod wpływem alkoholu.
- Pilarkę uruchamia i obsługuje operator, a w strefie pracy nie mogą znajdować się osoby postronne.
- Ze względów bezpieczeństwa nie należy pracować pojedynczo. W pobliżu powinna zawsze znajdować się druga osoba obeznana z obsługą kosi i udzielaniem pierwszej pomocy.
- Kosę spalinową można przekazać jedynie doświadczonemu pracownikowi. Wraz z urządzeniem należy przekazać mu instrukcję obsługi.

## **ODZIEŻ I SPRZĘT OCHRONNY**

Podczas pracy należy nosić opisane niżej wyposażenie ochronne :

- oczy należy chronić okularami lub specjalną siatką ochronną,
- ubranie powinno dobrze przylegać do ciała, ale nie można krępować ruchów. Nie wolno używać fartuchów ani luźnej odzieży, która mogłaby przeszkadzać podczas pracy. Z tego samego powodu nie można nosić szali, krawatów i biżuterii, a długie włosy należy spiąć lub założyć opaskę podtrzymującą,
- spodnie powinny nachodzić na buty. Najlepiej gdy posiadają specjalną wkładkę antyprzecięciową,
- głowę należy chronić kaskiem ochronnym,
- rękawice ochronne powinny posiadać nieślizgającą powierzchnię chwytną,
- obuwie powinno sięgać powyżej kostki, dobrze przylegać do stopy oraz posiadać podeszwę zapobiegającą poślizgnięciu. W miarę możliwości używać butów posiadających stalową wkładkę ochronną oraz wkładkę antyprzecięciową,
- podczas pracy należy używać ochronników słuchu, typ E-A-R, model 1000 (średnie tłumienie 24 dB), a czas narażenia przez hałas nie powinien przekraczać 5 godzin jednej zmiany roboczej,
- ze względu na występowanie niekorzystnych wibracji urządzenia należy stosować przerwy w pracy i ograniczyć do minimum przenoszenie kosi na biegu jałowym, a łączny czas pracy podczas jednej zmiany roboczej nie może przekraczać 5 godzin,
- przekroczenie podanych bezpiecznych czasów narażenia na wpływ hałasu i wibracji może stać się przyczyną ujemnego oddziaływania tych czynników i utraty zdrowia obsługującego kosę.

## **OBSŁUGA KOSY**

- wszystkie czynności związane z obsługą kosi należy wykonywać w rękawicach ochronnych,
- kosę należy transportować z odłączonym ostrzem tnącym lub założoną specjalną osłoną
- przed przystąpieniem do pracy kosa musi zostać prawidłowo zmontowana i

- sprawdzona pod względem sprawności. Kosą niesprawną pracować nie wolno,
- podczas uruchamiania kosi (zawsze tylko przez jedną osobę) należy położyć ją na podłożu naciskając jedną ręką obudowę silnika drugą pociągnąć rozrusznik. Równocześnie należy zwrócić uwagę, by ostrze tnące nie dotykało żadnych przedmiotów. Nie wolno przytrzymywać urządzenia przez naciśnięcie lub nadeptanie wysięgnika, gdyż może to doprowadzić do jego uszkodzenia,
  - przed jakąkolwiek kontrolą ostrza lub innymi czynnościami z zakresu obsługi kosi należy wyłączyć silnik. Silnik należy wyłączyć również przed transportem oraz przenosząc ją przez przeszkody.

### **PRACA KOSĄ SPALINOWĄ**

- ze względów bezpieczeństwa nie należy pracować pojedynczo. W pobliżu powinna zawsze znajdować się druga osoba obeznana z obsługą kosi i udzielaniem pierwszej pomocy,
- podczas przerw w pracy kosę należy postawić tak, by nie stanowiła dla nikogo zagrożenia. Nie wolno stawiać kosi ani uruchamiać jej na podłożu łatwopalnym,
  - podczas pracy w promieniu 1 5 m. od operatora nie mogą znajdować się osoby postronne ani zwierzęta - podczas pracy oraz tankowania urządzenia nie wolno palić papierosów ani otwartego ognia
  - kosą spalinową nie wolno pracować w pomieszczeniach nie posiadających sprawnie działającej wentylacji
  - kosę można uruchamiać w odległości przynajmniej 3 m. od miejsca tankowania.
  - pracować można tylko urządzeniem z prawidłowo wyregulowanym gaźnikiem i właściwie naostrzonym ostrzem tnącym,
  - podczas pracy kosę należy mocno trzymać obiema rękami za uchwyty kierujące i zachowywać stabilną pozycję,
  - urządzenie należy zamocować na szelkach nośnych w taki sposób, aby wisząc swobodnie znajdowało się w położeniu skośnym z ostrzem ok. 5 cm nad podłożem. Podobne ułożenie urządzenia należy zachować pracując modelami nie posiadającymi szelek nośnych,
  - podczas pracy nie wolno unosić ostrza tnącego nad podłoże,
  - nie wolno pracować w pozycjach niestabilnej równowagi,
  - przed przystąpieniem do pracy należy uprzątnąć teren z kamieni, szkieł i innych przeszkadzających przedmiotów,
  - pracując należy zwracać uwagę, by ostrze tnące nie zetknęło się z kamieniami i przeszkodami, gdyż może to doprowadzić do uszkodzenia ostrza lub wypadku,
  - zawsze zachowywać prawidłową pozycję ciała z wysięgnikiem z boku ciała i ostrzem przed sobą. Dłonie powinny trzymać uchwyty kierujące, a stopy utrzymywać pewny kontakt z podłożem. Należy również zwrócić szczególną uwagę na fakt, że zachodzi zwiększone niebezpieczeństwo "odbicia", co grozi wypadkiem,
  - należy pamiętać, że kosa spalinowa jest urządzeniem niebezpiecznym, co wymaga od operatora podczas pracy pełnej koncentracji.
  - proszę pamiętać, że ze względu na zastosowanie sprzęgła odśrodkowego ostrze tnące porusza się po zwolnieniu dźwigni gazu. Dlatego kosę należy odstawić dopiero po zatrzymaniu ostrza,
  - w celu zatrzymania ostrza należy wyłączyć silnik i docisnąć do podłoża głowicę

- mocującą ostrze,
- ostrze tnące utrzymywać w bezpiecznej odległości od ciała,
  - przed jakimkolwiek dotknięciem ostrza tnącego należy wyłączyć silnik. Ponieważ podczas manipulowania przy ostrzu istnieje możliwość zranienia, należy ostrząc lub czyszcząc ostrze używać rękawic ochronnych,
  - pracować jedynie podczas dobrych warunków świetlnych. Szczególną uwagę należy zachować w terenie wilgotnym i śliskim,
  - nigdy nie pracować na podłożu niestabilnym. Zachować szczególną uwagę omijając rowy, korzenie i inne przeszkody.
  - nigdy nie dotykać rozgrzanego silnika ani tłumika,
  - stosować tylko bezpieczne techniki cięcia (opisane w rozdziale "Zasady pracy"),
  - należy zwrócić uwagę na odpowiednie przepisy branżowe dotyczące bezpieczeństwa pracy,
  - kasę spalinową można wykorzystywać jedynie w pracach, do których została przeznaczona.

### **PALIWO, OLEJ I SPORZĄDZANIE MIESZANKI**

Silniki kos spalinowych są wysokoobrotowymi silnikami dwusuwowymi dużej mocy o cylindrach pokrytych gładzią niklową co zapewnia ich długą żywotność. Zaleca się stosowanie do nich mieszanki złożonej z benzyny bezołowiowej lub stylizowanej o liczbie oktanowej powyżej 90 oraz specjalnego oleju do silników dwusuwowych CASTROL super H.

W okresie docierania urządzenia, tj. do zużycia pierwszych pięciu zbiorników paliwa stosunek mieszanki benzyna-olej powinien wynosić 25:1, a w późniejszym okresie 50:1. Dopuszczalne jest również stosowanie innych olejów w wysokiej jakości (lepkość 30-50 SAE), jednak w tym przypadku stosunek zmieszania benzyny i oleju powinien wynosić zawsze 25:1. Podczas sporządzania mieszanki należy wlać do kanistra odmierzoną ilość oleju, a następnie dolać benzyny do 1/3 objętości i dokładnie wymieszać jego zawartość, po czym uzupełnić kanister benzynę do pełna i ponownie wymieszać całość.

BENZYN litry	OLEJ litry (cm3)		
BEZOŁOWIOWA LUB ETYLIZOWANA LO>90	CASTROL SUPER H 50:1	PODCZAS LUB INNE SILNIKÓW	DOCIERANIA FIRMOWE OLEJE DO DWUSUWOWYCH 25:1
1	0,020	(20)	0,040 (40)
5	0,100	(100)	0,200 (200)
10	0,200 (200)		0,400 (400)

Przed wlaniem do zbiornika kosi paliwo należy starannie wymieszać przez potrząśnięcie kanistrem.

Ze względu na procesy starzenia się i rozwarstwiania mieszanki nie wolno przechowywać w zbiorniku kosi dłużej niż 1 -2 tygodnie, a mieszankę sporządzoną w kanistrze należy zużyć w

okresie 2-3 tygodni. W przypadku stosowania w mieszance benzyny bezołowiowej zaleca się uwzględniać krótsze z podanych okresów przechowywania.

### UWAGA: Mieszanki starszej niż 3 tygodnie nie wolno używać do silników kos.

Po każdym tygodniu pracy zbiornik paliwa trzeba oczyścić przepłukując benzyną.

Jeżeli urządzenie przez dłuższy czas nie będzie używane, zbiornik paliwa trzeba opróżnić, po czym włączyć silniki zużyć paliwo znajdujące się w gaźniku.

Przy przechodzeniu z jednego paliwa na inny (np. z benzyny stylizowanej na bezołowiową) należy zwiększyć ilość oleju w mieszance i w pierwszym okresie unikać pełnego obciążenia silnika, gdyż może nastąpić jego zatarcie.

Ponieważ zarówno paliwo etylizowane, jak i bezołowiowe jest silną trucizną, kosą nie wolno pracować w pomieszczeniach nie posiadających sprawnie działającej wentylacji oraz należy unikać wdychania par paliwa i bezpośredniego kontaktu benzyny ze skórą. Zmoczony paliwem rękawice lub ubranie należy natychmiast wymienić.

### **TANKOWANIE**

- przed tankowaniem należy wyłączyć silnik i pozwolić mu na ostygnięcie,
- wyczyścić otwór wlewu paliwa podczas tankowania nie wolno palić papierosów ani otwartego ognia
- unikać przelewania paliwa, a jeżeli do tego dojdzie oczyścić kosę,
- ze względu na ochronę środowiska uważać, aby paliwo nie wylało się na ziemię; z tego powodu dobrze jest używać specjalnych podkładek,
- nie tankować w zamkniętych pomieszczeniach, gdzie nagromadzenie oparów paliwa stwarza niebezpieczeństwo eksplozji,
- napełnić zbiornik paliwem tak, aby jego poziom sięgał do dolnej krawędzi otworu wlewowego,
- zamknąć zbiornik mocno dokręcając korek,
- przed uruchomieniem kosy oddalić się przynajmniej 3 metry od miejsca tankowania.

### **OPTYMALNE USTAWIENIE KOSY**

#### **MONTAŻ PASA NOŚNEGO**

W większości modeli kos pas nośny znajduje się w wyposażeniu standardowym lub na wyposażeniu dodatkowym.

Pas pojedynczy należy przełożyć przez prawe ramię w taki sposób, aby po odpowiedniej regulacji długości hak wraz z osłoną znalazł się przy prawym biodrze operatora. Montując pas podwójny należy postępować zgodnie z zaleceniami umieszczonymi w załączonej instrukcji. Najpierw trzeba dopasować pas do własnej sylwetki, a następnie wyregulować długość szelek podtrzymujących hak i osłonę biodra.

Hak nośny należy zaczepić do tego z otworów szyny wysięgnika, w którym uzyskujemy skośne położenie swobodnie wiszącej kosy z ostrzem skierowanym równoległe do ziemi, ok 5 cm. nad podłożem. Jedynie podczas pracy piłą tarczową kosę należy wyważyć tak, aby przy swobodnie wiszącej kosie ostrze znajdowało się ok. 30 cm. nad podłożem. Jeżeli kosy nie uda się wyważyć przez wybór odpowiedniego otworu na szynie wysięgnika należy to uzyskać przesuwając na wysięgniku mocowanie zaczepu lub wspornik uchwytu, po uprzednim zluzowaniu śruby zaciskowej.

W celu zdjęcia pasa zamknięcie bagnetowe otwiera się przez naciśnięcie elementów blokujących, wówczas pas nośny może zostać przypięty do kosy.

Można również odpiąć hak od szyny nośnej co jest wygodniejsze w momencie, gdyż

zamierzamy wkrótce ponownie pracować kosą. Każdorazowo przed rozpoczęciem pracy powinno się skontrolować wyważenie kosy pamiętając, by przeprowadzić je z założonym ostrzem tnącym.

### **OPTYMALNE USTAWIENIE**

Optymalne ustawienie osiąga się wtedy, gdy środek ciężkości kosy znajduje się możliwie blisko środka ciężkości ciała operatora, tj. jak najbliżej biodra. Podczas pracy należy zachować swobodną pozycję ciała, a łokcie powinny być lekko zgięte. Po osiągnięciu takiego ustawienia uchwyty kierownicze trzeba dokręcić śruby dociskowe.

**UWAGA:** Dokonując ustawienia uchwyty kierownicze należy pamiętać, że złącze kablowe (ciągno gazu i wyłącznika) nie może zostać zaciśnięte, gdyż uniemożliwia to bieg jałowy silnika. W związku z tym trzeba sprawdzić, czy dźwignia gazu przy gaźniku jest w pełni odciążona i czy porusza się tylko w reakcji na ruchy manetki gazu.

W przeciwnym razie istnieje niebezpieczeństwo wypadku przez niespodziewany ruch ostrza.

### **URUCHAMIANIE KOSY**

Przed rozruchem silnika kosę spalinową należy poziomo położyć na podłożu. Proszę przyjąć stabilną pozycję i pewnie trzymać urządzenie pamiętając, aby żadne przeszkody nie blokowały ruchu ostrza. Podczas rozruchu nie wolno opierać się o wysięgnik, gdyż może to spowodować uszkodzenie wału napędowego i rury wysięgnika. Kolejność czynności podczas rozruchu została opisana poniżej, oddzielnie dla poszczególnych modeli kos. Przed każdym uruchomieniem kosy należy sprawdzić prawidłowość jej funkcjonowania:

- dźwignia gazu powinna samoczynnie powracać do pozycji biegu jałowego,
- ostrze tnące musi być właściwie zamontowane,
- podczas pracy silnika biegu jałowym ostrze tnące nie może się obracać.

### **ROZRUCH SILNIKA KOS Z UCHWYTEM PAŁĄKOWYM**

1. Przełącznik przesunąć do pozycji "start"
2. Nacisnąć dźwignię gazu, a następnie wcisnąć blokadę unieruchamiając dźwignię w pozycji półgazu
3. Przesuwając dźwignię zamknąć klapę ssania
4. Kilkakrotnie naciskając pompkę szybkiego startu - aż pojawi się w niej paliwo.
5. Trzymając lewą ręką obudowę silnika, prawą powoli wyciągnąć uchwyt linki rozrusznika do pierwszego wyczuwalnego oporu, a następnie szarpnąć go mocnym ruchem. Czynność tą powtarzać, aż silnik "zaskoczy".
6. Przesuwając dźwignię zamknąć klapę ssania i powtórzyć rozruch.
7. Gdy silnik zacznie pracować i rozgrzeje się nacisnąć na moment dźwignię gazu co spowoduje odblokowanie przycisku półgazu i umożliwi pracę silnika na biegu jałowym.
8. Po zakończeniu pracy wyłączyć silnik przesuwając przełącznik do pozycji "stop".

**UWAGA:** Ostrze tnące obraca się jeszcze przez pewien czas po wyłączeniu silnika.

### **ROZRUCH SILNIKA KOS Z UCHWYTEM OBURĘCZNYM**

1. Wciskając blokadę dźwigni gazu i dźwignię gazu przesunąć przełącznik do

- pozycji "start", co zablokuje dźwignię w pozycji półgazu
2. Przesuwając dźwignię w lewo zamknąć klapę ssania
  3. Naciskając kilkakrotnie pompkę łatwego startu, aż pojawi się paliwo.
  4. Trzymając lewą ręką obudowę silnika prawą wyciągnąć uchwyt linki rozrusznika do pierwszego wyczuwalnego oporu, a następnie szarpnąć go mocnym ruchem.
  5. Powtarzać rozruch do momentu aż silnik "zaskoczy".
  6. Przesuwając dźwignię w prawo otworzyć klapę ssania i kontynuować rozruch.
  7. Gdy silnik zacznie pracować i rozgrzeje się, wcisnąć na moment dźwignię gazu spowoduje jej odblokowanie i umożliwi pracę silnika na biegu jałowym.
  8. Po zakończeniu pracy wyłączyć silnik przesuwając przełącznik do pozycji "start".

UWAGA: Ostrze tnące obraca się jeszcze przez pewien czas po wyłączeniu silnika.

### **ROZRUCH CIEPŁEGO SILNIKA LUB PO KRÓTKOTRWAŁYM WYŁĄCZENIU**

Dźwignia ssania ustawić w pozycji otwartej i przy dźwigniach sterujących w pozycji biegu jałowego wykonać czynności rozruchowe. Jeżeli nie uda się uruchomić silnika, ustawić dźwignię gazu w pozycji półgazu i powtórzyć rozruch.

### **TRUDNOŚCI Z ROZRUCHEM SILNIKA**

Jeżeli mimo kolejnych prób rozruchu silnik nie daje się uruchomić na ogół oznacza to, że zalana została komora spalania. W tym wypadku zaleca się wykręcenie świecy zapłonowej wysuszenie. Następnie należy ustawić przełącznik w pozycji "stop" i naciskając do oporu dźwignię gazu pociągnąć wielokrotnie uchwyt linki rozrusznika w celu przewietrzenia komory spalania. Następnie powtórzyć czynności rozruchowe. Jeżeli w dalszym ciągu nie jest możliwy rozruch silnika należy zwrócić się do specjalistycznego serwisu.

### **ZASADY KONSERWACJI**

Po okresie docierania trwającym do zużycia pierwszych 5 zbiorników paliwa należy sprawę dokręcić wszystkie śruby i nakrętki (z wyjątkiem śrub regulacyjnych gaźnika). Inne prace konserwacyjne niż opisane w instrukcji mogą być przeprowadzane jedynie przez specjalistyczny serwis. Uszkodzonych urządzeń nie wolno samemu naprawiać ani przerabiać (spawać, skręcać, prostować, itp.), gdyż może to stworzyć zagrożenie dla obsługującego. Pracę z zakresu konserwacji, obsługi i regulacji sprzętu można wykonywać tylko przy wyłączonym silniku i zdjętej wtyczce świecy zapłonowej. Wyjątkiem jest regulacja gaźnika, lecz czynność tą może wykonywać jedynie wykwalifikowany serwis.

### **ZASADY PRACY**

- podchodząc do obiektu, który zamierzamy kosić, należy utrzymać kosę na biegu jałowym, dopiero później włączyć pełny gaz,
  - nigdy nie pozostawiać kos bez obciążenia na dużej prędkości obrotowej,
  - nie wolno pracować przy zbyt niskich obrotach silnika.
- aby osiągnąć optymalną moc cięcia należy utrzymywać kosę na pełnym gazie.

Ostrze należy zagłębić do 2/3 w koszony obiekt i pracować kolistymi ruchami z lewej strony na prawą i z powrotem, stopniowo przesuwając się do przodu utrzymując ostrze na pożądanej wysokości i pamiętając, że ostrze tnące kosi niezależnie od ruchów wykonywanych kosą przez operatora. Błędem często popełnianym przez początkujących operatorów, zwłaszcza przyzwyczajonych do pracy tradycyjną kosą



jest praca przy ruchu urządzenia tylko z prawej strony na lewą. Sposób taki jest zupełnie nieodpowiedni podczas pracy kosą spalinową, nieekonomiczny, nieefektywny i bardziej czasochłonny, - podczas pracy unikać pulsacyjnego dodawania gazu, ponieważ prowadzi to do nierównomiernego obciążenia silnika, wału napędowego i przekładni kątowej, a tym samym skrócenia żywotności urządzenia, natomiast wcale nie umożliwi oszczędności paliwa. Dlatego należy wprowadzić kosę na odpowiednio wysokie obroty utrzymywać je w trakcie pracy.

#### **SYMBOLE OSTRZEGAWCZE I INFORMACYJNE**

Na wysięgnikach kos oraz obudowach silników i elementach sterowniczych naklejone są symbole ostrzegawcze i informacyjne: Naklejki z symbolami ostrzegawczymi powinny być czytelne i utrzymane w czystości. W przypadku zniszczenia lub zgubienia należy zaopatrzyć się w nowe, zamawiające je u sprzedawcy sprzętu.

# INSTRUKCJA BHP W KOTŁOWNIACH GAZOWO-OLEJOWYCH

Bardzo często, zwłaszcza w odniesieniu do małych i średnich obiektów produkcyjnych, usługowych i mieszkalnych stosuje się ogrzewanie budynków oraz wykorzystywanie ciepła dla celów technologicznych, przy wykorzystaniu kotłów przystosowanych do spalania gazu i paliw płynnych. Generalnie rzecz biorąc paliwami są tym wypadku gaz ziemny, propan-butan i oleje opałowe (mazuty) otrzymywane przy przerobie ropy naftowej. Zagadnienia bezpieczeństwa dla tej grupy kotłowni reguluje: Zarządzenie Ministra Górnictwa i Energetyki z dnia 14.06.1972 r. w sprawie eksploatacji kotłów pyłowych, gazowych i olejowych (M.P. Nr 35 póż.193).

Zarządzenie to określa niezbędne wymagania, które muszą być spełnione, by eksploatacja przebiegała bezpiecznie.

Zbiorniki, w których składowane będzie paliwo płynne lub gazowe muszą spełniać osobne wymagania, określone przepisami Urzędu Dozoru Technicznego.

## **Pomieszczenia kotłowni:**

Z uwagi na to, że kotłownie gazowo-olejowe nie wymagają stałej obsługi pracowników, ich wysokość minimalna powinna wynosić 2,5 m i posiadać odpowiednią wentylację nawiewno-wywiewną.

Kanał nawiewny winien mieć 50-100% przekroju komina, nie mniej niż 0,21x0,21 m. Dolna krawędź otworu nawiewnego powinna być umieszczona powyżej 0,3 m od podłogi kotłowni.

Natomiast kanał wywiewny powinien mieć przekrój co najmniej 25-50% przekroju komina, nie mniej niż 0,14x0,14 cm. Otwór taki należy umieścić co najmniej 0,2 m od sufitu lub górnej krawędzi dachu.

**UWAGA!** W kotłowni z kominem o ciągu naturalnym nie należy stosować mechanicznej wentylacji wyciągowej, gdyż może ona powodować powstawanie podciśnienia i wydostawanie się spalin z kotłów do pomieszczenia kotłowni. W związku ze stosowaniem paliw, które z powietrzem tworzą mieszaniny wybuchowe, wszystkie urządzenia i instalacje elektryczne powinny być w wykonaniu przeciwwybuchowym.

## **Wymagania dla urządzeń zabezpieczających**

Kotłownia powinna być zabezpieczona na wypadek awarii, przy czym należy pamiętać, aby kotły przyjmowane do eksploatacji miały następujące urządzenia zabezpieczające:

1. urządzenia do regulacji automatycznej, w tym:

- ilości paliwa i powietrza dostarczanego do palników
- temperatury wody przegrzanej, jeżeli kotły wyposażone są w schładzacz pary
- temperatury wody dla kotłów wodnych
- ilości wody dla kotłów wysokowydajnych.

2. urządzenia zabezpieczające ciągłą kontrolę:

- poziomu wody (dla kotłów walczkowych)
- ciśnienia, temperatury, ilości pary i wody zasilającej
- przepływu (dla wymuszonego obiegu i przepływowych).

3. niezbędną ilość wzierników, które zabezpieczone są przed samoczynnym otwieraniem się, umożliwiającą:

- wzrokową kontrolę procesu spalania
  - sprawdzanie czystości komory paleniskowej i powierzchni ogrzewalnych
  - dostęp do powierzchni ogrzewalnych w celu ich czyszczenia bądź usuwania nieczystości.
4. urządzenia do czyszczenia powierzchni ogrzewalnych od strony spalin.

Niezależnie od ogólnych warunków bezpieczeństwa, kotły gazowe i olejowe powinny spełniać warunki dodatkowe:

- na rurociągu zasilającym kocioł lub zespół kotłów powinna znajdować się awaryjna armatura odcinająca, zainstalowana w strefie ochronnej kotłowni.
- na rurociągu zasilającym przed palnikami powinny znajdować się automatyczne zawory szybko zamykające, odcinające dopływ paliwa w przypadku:
  - a) nadmiernego wzrostu lub spadku ciśnienia przed palnikiem
  - b) nadmiernego wzrostu ciśnienia w palenisku
  - c) zatrzymania się wentylatorów ciągu lub podmuchu
  - d) zaniku płomienia w palenisku
  - e) przekroczenia dopuszczalnej temperatury wody w kotle
  - f) w razie spadku poziomu wody lub ilości przepływu poniżej ustalonego minimum.

Ponadto zawory szybko zamykające powinny mieć blokadę uniemożliwiającą ich otwarcie bez uprzedniego przewietrzenia kotła.

Ponadto rurociągi gazowe powinny być wyposażone w instalację do usuwania gazu, odwadniającą, zabezpieczenia przed wybuchem, oraz manometry do pomiaru ilości, temperatury i ciśnienia doprowadzanego gazu.

### **Eksploatacja kotłów**

Eksploatację kotłów należy prowadzić zgodnie z dokumentacją techniczno-ruchową dostarczoną przez wytwórcę kotła. Osoby sprawujące nadzór nad pracą kotłowni powinny zapoznać się z treścią dostarczonych instrukcji oraz przejść odpowiednie przeszkolenie potwierdzone świadectwem. Kotłownia powinna posiadać „Książkę pracy”, gdzie należy dokonywać wpisów odbytych kontroli oraz wszelkich czynności naprawczych lub kontrolnych i uwag dotyczących pracy kotła i kotłowni. Szczególne środki bezpieczeństwa powinny być podjęte w trakcie rozpalania kotłów lub w razie zgaśnięcia palników:

- komora paleniska i kanały spalinowe powinny być przewietrzone w czasie zgodnym z dokumentacją kotła
- rozpalania kotła można dokonać po uzyskaniu podciśnienia w komorze paleniska oraz uruchomieniu podgrzewaczy powietrza
- palniki główne wolno włączyć wtedy, gdy palniki rozpatowe dają stabilny płomień, a palenisko jest właściwie nagrzane
- zapalenie palników głównych gazowych lub olejowych dozwolone jest tylko przez palnik rozpałowy przeznaczony dla danego palnika głównego.

### **Kocioł należy bezwzględnie wyłączyć z ruchu w wypadku:**

- uszkodzenia części ciśnieniowych kotła oraz nieszczelności armatury i rurociągów
- braku możliwości ustabilizowania płomienia w palenisku
- wzrostu ponad dopuszczalny stan ciśnienia pary w kotle i niezadziałania zaworów bezpieczeństwa
- urywania się płomienia w palnikach
- zapalenia się podgrzewaczy powietrza
- awarii urządzeń pomiarowych temperatury pary lub ciśnienia.

### **Kontrola sprawności kotłów**

Co najmniej raz na dobę należy sprawdzić:

- szczelność rurociągów i osprzętu
- stan uwodnień rurociągów gazowych
- stan zaworów i zamknięć wodnych
- stan klap przeciwwybuchowych.

### **Raz w tygodniu sprawdzić:**

- stan zaworów odcinających
- sprawność działania sygnalizacji oraz urządzeń samoczynnego zamykania dopływu paliwa.

### **Obsługa kotłowni w czasie przerwy letniej**

- na okres letni należy wyłączyć dopływ energii elektrycznej do urządzeń wyłączonych z ruchu oraz zamknąć dopływ paliwa do kotłów wyłączonych z ruchu
- przeprowadzić konserwację wszystkich urządzeń kotłowni według wskazówek zawartych w Dokumentacji Techniczno- Ruchowej poszczególnych urządzeń - sprawdzić drożność przewodów wentylacyjnych, dokonać czyszczenia kominów i czopuchów oraz przewodów spalinowych (zgodnie z terminami).

### **Przepisy końcowe**

Podczas pobytu w kotłowni jak również podczas prowadzenia prac konserwacyjno-remontowych należy przestrzegać przepisów BHP i ppoż. obowiązujących przy pracy w kotłowni.

### **Przepisy ppoż.**

Z uwagi na stosowanie paliw łatwopalnych należy przestrzegać instrukcji przeciwpożarowej dla danego rodzaju paliwa, oraz instrukcji alarmowej na wypadek pożaru. Do gaszenia pożarów zaleca się stosowanie gaśnic proszkowych.

## **INSTRUKCJA POSTĘPOWANIA NA WYPADEK POWSTANIA POŻARU**

### **I. ALARMOWANIE WEWNĘTRZNE**

Każdy pracownik który zauważy pożar w obiekcie zobowiązany jest:

- Powiadomić bezpośredniego przełożonego
- Powiadomić osoby bezpośrednio zagrożone i przystąpić do akcji ratowniczej lub ewakuacji

### **II. ALARMOWANIE ZEWNĘTRZNE**

Dozorca lub osoba z Kierownictwa w przypadku otrzymania informacji o pożarze zobowiązani są do niezwłocznego powiadomienia:

- Państwową Straż Pożarną - tel. alarmowy - **998** lub  
Komendę Powiatową PSP tel. : .....
- Właściciela obiektu tel.: .....
- Zachować spokój i przystąpić do organizacji akcji ratowniczo gaśniczej

Po uzyskaniu telefonicznego połączenia ze strażą pożarną **998** należy wyraźnie podać:

- gdzie się pali: dokładny adres, nazwę instytucji, piętro,
- co się pali: np. pomieszczenie magazynowe na parterze,
- czy istnieje zagrożenie życia ludzkiego,
- numer telefonu, z którego się alarmuje oraz swoje nazwisko i imię.

### **UWAGA!**

**Należy odłożyć słuchawkę dopiero po otrzymaniu odpowiedzi, że zgłoszenie zostało przyjęte.  
Odczekać chwilę przy telefonie na ewentualne sprawdzenie zgłoszenia powstania pożaru.**

### **III. TELEFONY ALARMOWE**

W razie potrzeby - np. nieszczęśliwy wypadek, awaria, itp. należy poinformować:

- **POGOTOWIE RATUNKOWE – tel. 999**
- **POLICJĘ - tel. 997**

### **IV. AKCJA RATOWNICZO - GAŚNICZA**

Równocześnie z alarmowaniem straży pożarnej należy przystąpić do akcji ratowniczo-gaśniczej przy pomocy podręcznego sprzętu gaśniczego i urządzeń pożarniczych. Do czasu przybycia straży pożarnej kierownictwo akcją obejmuje: Dyrektor, osoba z kierownictwa, a w dni wolne od pracy i porze nocnej dozorca. Każdy przystępujący do akcji ratowniczo-gaśniczej powinien pamiętać, że :

- w pierwszej kolejności przeprowadzić ratowanie zagrożonego życia ludzkiego,
- wyłączyć dopływ prądu elektrycznego do pomieszczeń objętych pożarem. Nie wolno gasić wodą z hydrantów wewnętrznych instalacji i urządzeń elektrycznych będących pod napięciem. Do tego celu stosować gaśnice proszkowe i na dwutlenek węgla,
- usunąć z zasięgu ognia wszystkie materiały palne, a w szczególności cenne dokumenty, urządzenia komputerowe, bazy danych, archiwa itp.,
- nie otwierać bez koniecznej potrzeby drzwi i okien do pomieszczeń, w których powstał pożar, ponieważ dopływ powietrza sprzyja rozprzestrzenianiu się ognia,
- szybkie i prawidłowe użycie podręcznego sprzętu gaśniczego umożliwia ugaszenie pożaru w zarodku.

## **INSTRUKCJA PRZECIWOŻAROWA DLA BUDYNKÓW I POMIESZCZEŃ ADMINISTRACYJNO BIUROWYCH**

W celu zapobiegania powstawania pożarów w budynkach i pomieszczeniach administracyjno - biurowych, zobowiązuje się pracowników zakładu do przestrzegania niżej wymienionych zasad przeciwpożarowych:

1. Zabrania się używania otwartego ognia (maszynek, świec itp. ) w pomieszczeniach, gdzie składowane są materiały palne: papier, tektura, odzież itp.
2. Zabrania się instalowania przenośnych pieców, (koksowników, elektrycznych i innych ) bez zgody ochrony p. pożarowej.
3. Zabranie się używania do rozpalania w piecach płynów łatwopalnych (benzyna, spirytus).
4. Zabrania się składowania na grzejnikach centralnego ogrzewania i piecach materiałów polnych i innych. Urządzenia i sprzęt, jak: szafy, krzesła, wieszaki itp. winny być ustawione co najmniej 50 cm od urządzeń grzejnych.
5. Zebrania się owijanie żarówek elektrycznych papierem.
6. Zabrania się wymiany bezpieczników i naprawy urządzeń elektrycznych przez osoby nieupoważnione, czynności te winien wykonywać elektryk zakładowy.
7. Oświetlenie elektryczne, maszyny i inne urządzenia zasilane z sieci elektrycznej, winny być wyłączone po zakończeniu pracy.
8. Zabrania się zastawiania drzwi wejściowych i korytarzy, meblami i innymi przedmiotami.
9. Zabrania się magazynowania w piwnicach i na strychach materiałów palnych.
10. Zabrania się zastawiania sprzętu p. pożarowego i używania go do celów nie związanych z gaszeniem pożaru.
11. W pomieszczeniach biurowych i administracyjnych winna być zachowana czystość. Nie opałki papierosów wrzucać wyłącznie do popielniczek.
12. Przy każdym aparacie telefonicznym winna być umieszczona wywieszka z Nr telefonu straży pożarnej, pogotowia ratunkowego i policji.
13. W wypadku powstania pożaru należy bezzwłocznie zaalarmować straż pożarną i przystąpić do gaszenia pożaru przy pomocy podręcznego sprzętu p. pożarowego.
14. W pomieszczeniach nie wolno otwierać okien, by nie stwarzać przeciągów uniemożliwiających rozprzestrzenienie się pożaru.
15. Każdy pracownik zakładu zobowiązany jest brać udział w akcji likwidacji pożaru i ewakuacji mienia zakładowego jak również wykonywać bezwzględnie polecenia kierującego akcji gaszenia pożaru. .
16. Każdy pracownik zakładu zobowiązany jest przejść przeszkolenie p. pożarowe i znać zasady posługiwania się sprzętem p. pożarowym oraz postępowania na wypadek powstania pożaru.
17. W wypadku stwierdzenia zagrożenia pożarowego :zobowiązuje się każdego pracownika d zgłaszania powyższego Kierownikowi Zakładu lub odpowiednim służbą.

**NIEPRZESTRZEGANIE PRZEPISÓW NINIEJSZEJ INSTRUKCJI PRZECIWOŻAROWEJ  
POCIĄGA ZA SOBĄ KONSEKWENCJE ADMINISTRACYJNE I KARNE.**

# INSTRUKCJA OBSŁUGI APTECZKI

## UWAGI OGÓLNE

1. Zestaw niezbędnych środków służących do udzielania pierwszej pomocy zamieszczonych w odpowiedniej szafce, pojemniku czy tablicy nazywamy apteczką pierwszej pomocy.
2. Miejsca usytuowania apteczek powinny być odpowiednio oznakowane, zgodnie z Polska Normą i łatwo dostępne.
3. Apteczka powinna być przejrzysta, zawsze gotowa do użycia oraz łatwa do uzupełnienia.

## CZYNNOŚCI ZWIĄZANE Z OBSŁUGA APTECZKI

1. Do obsługi apteczki należy *wyznaczyć* osobę odpowiedzialną za jej utrzymanie w należytym porządku i stanie umożliwiającym jej natychmiastowe użycie. Osoba ta winna być odpowiedzialna za uzupełnianie zawartości apteczki w miarę stopniowego wykorzystywania zawartych w niej materiałów i leków.
2. Obsługa apteczek na każdej zmianie w zakładzie pracy powinna być powierzana wyznaczonym pracownikom, przeszkolonym w udzielaniu pierwszej pomocy.
3. Przy apteczkach, w widocznych miejscach, powinny być wywieszony wykazy pracowników przeszkolonych w udzielaniu pierwszej pomocy.
4. W apteczce powinny znajdować się tylko materiały i leki z aktualnym terminem przydatności do użycia.
5. Apteczka powinna zawierać instrukcję pierwszej pomocy w stanach nagłych oraz telefony alarmowe.
6. Apteczka winna zawierać spis stwierdzonych w niej materiałów medycznych i leków.

### **Podstawowe wyposażenie apteczki pierwszej pomocy przedmedycznej:**

Maseczka sztucznego oddychania

Nożyce do cięcia odzieży

Latarka

Gaza opatrunkowa jałowa 1 m<sup>2</sup>

Jałowe tampony gazowe 9x9 - 5 opak.

Opaska elastyczna 12 cm x 3 m - 3 opak.

Zestaw plastrów - 1 opak.

Roztwór soli fizjologicznej - 1 flakon x 0,25 ml

Rękawiczki jednorazowe

Instrukcja postępowania „Działania ratujące życie” - pierwszej pomocy w stanach nagłych

• ewentualnie dodatkowo:

• Mentowal - krople 1 flakon 5,0 g -1 opak.

• Kocyk z aluminium pokryty folią poliestrem - chroni przed utratą ciepła

## ZASTOSOWANIE APTECZKI

1. Podany zestaw podstawowy apteczki ma zastosowanie:

- a) przy organizacji masowych imprez,
- b) w zakładach pracy (zestaw ten powinien być uzupełniony o artykuły medyczne bądź leki mogące mieć zastosowanie z uwagi na warunki pracy, technologie produkcji itp.)

### **CZYNNOŚCI ZABRONIONE**

1. Nie należy zestawiać ani kupować takich leków i materiałów opatrunkowych, które są w ratownictwie nieprzydatne albo szybko ulegają zepsuciu.

### **UWAGI KOŃCOWE**

1. Apteczka może być ścienna, walizkowa, samochodowa lub apteczka okrętowego sprzętu ratunkowego.
2. Możliwe jest zastosowanie apteczek z importu posiadających Świadectwo Dopuszczenia do Obrotu.



## OCHRONA PRACY KOBIET

### PRZEPISY OGÓLNE

1. Zakład pracy nie może rozwiązać umowy o pracę oraz jej wypowiedzieć w okresie ciąży i urlopu macierzyńskiego pracownicy, chyba, że zachodzą przyczyny uzasadniające wypowiedzenie z jej winy i bez wypowiedzenia.  
Przepis ten nie dotyczy pracownicy zatrudnionej w okresie próbnym.
2. Kobiety w ciąży nie wolno zatrudniać w godzinach nadliczbowych ani w porze nocnej. Kobiety w ciąży nie wolno bez jej zgody delegować poza stałe miejsce pracy.
3. Kobiety opiekującej się dzieckiem w wieku do 4 lat nie wolno bez jej zgody zatrudniać w godzinach nadliczbowych ani w porze nocnej, jak również delegować poza stałe miejsce pracy.
4. Zakład pracy jest zobowiązany przenieść do innej pracy kobietę w ciąży:  
a/ zatrudnioną przy pracy wzbronionej kobietom w ciąży,  
b/ której lekarz wydał orzeczenie, że nie może być zatrudniona na dotychczasowym stanowisku pracy.
5. Stan ciąży pracownicy powinien być potwierdzony świadectwem lekarskim.  
Pracodawca jest zobowiązany zwolnić kobietę w ciąży na zalecone przez lekarza badania lekarskie przeprowadzone w związku z ciążą, jeżeli badania te nie mogą zostać wykonane poza godzinami pracy. Za czas nieobecności w pracy kobieta zachowuje prawo do wynagrodzenia.
6. Pracodawca zatrudniająca kobietę w czasie ciąży lub matkę karmiącą dziecko piersią przy wykonywaniu prac wzbronionych przy narażeniu na czynniki szkodliwe lub niebezpieczne dla zdrowia zobowiązany jest przenieść ją do innej pracy, a jeżeli jest to niemożliwe zwolnić ją na czas niezbędny z obowiązku świadczenia pracy.
7. W przypadku gdy zmiana stanowiska pracy, skrócenia czasu pracy powoduje obniżenie wynagrodzenia pracownicy przysługuje dodatek wyrównawczy.
8. Pracownica zwolniona z obowiązku świadczenia pracy zachowuje prawo do wynagrodzenia.
9. Pracownicom (także małżonkom) po złożeniu odpowiedniego oświadczenia a wychowującym dzieci do lat 14, przysługuje w ciągu roku zwolnienie od pracy na okres 2 dni, z zachowaniem prawa do wynagrodzenia.
10. Wymiar i sposób udzielania urlopu macierzyńskiego ustalają przepisy ogólne.
11. Za czas urlopu macierzyńskiego przysługuje zasiłek macierzyński na zasadach i warunkach określonych odrębnymi przepisami.
12. Kobiecie karmiącej dziecko piersią przysługują 2 – 30 minutowe przerwy w pracy, a w przypadku karmienia więcej niż 1 dziecko 2 przerwy 45 minutowe wliczane do czasu pracy. Przerwy na karmienie dziecka piersią na wniosek pracownicy mogą być łączone.  
W przypadku gdy czas pracy nie przekracza 6 godzin przysługuje 1 przerwa a gdy czas pracy nie przekracza 4 godzin – przerwy na karmienie nie przysługują.

Ochronę pracy kobiet dokładnie regulują przepisy działu 8 art. 1176-189 Kodeksu Pracy oraz Rozporządzenie Rady Ministrów z dnia 10. września 1996r (Dz.U. Nr 114 poz. 545)