

Zarządzenie nr 36/2015

Dyrektora Powiatowego Urzędu Pracy w Sejnach

z dnia 12 października 2015 r.
w sprawie bezpieczeństwa i higieny pracy na stanowiskach wyposażonych w monitory ekranowe.

Na podstawie § 8 ust. 2 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. Nr 148, poz. 973) oraz art. 229 ustawy z dnia 26 czerwca 1974 r. Kodeks pracy (Dz. U. z 2014 poz. 1502, z późn. zm.) , zarządza się co następuje:

§ 1

Postanowienia niniejszego zarządzenia dotyczą pracowników zatrudnionych w Powiatowym Urzędzie Pracy w Sejnach, użytkujących w czasie pracy monitor ekranowy co najmniej przez połowę dobowego wymiaru czasu pracy.

§ 2

Pracodawca obowiązany jest:

1. Organizować stanowiska pracy z monitorami ekranowymi w taki sposób, aby spełniały one minimalne wymagania bezpieczeństwa i higieny pracy oraz ergonomii, określone w załączniku nr 1 do niniejszego zarządzenia,
2. Wnioskować do służb BHP i P.Poż. o przeprowadzenie na stanowiskach pracy, wyposażonych w monitory ekranowe okresowej oceny warunków pracy (nie rzadziej niż raz na 3 lata) i każdorazowej oceny dla nowo tworzonych stanowisk oraz po każdej zmianie organizacji i wyposażenia stanowisk pracy i przeszkolenie pracowników,
3. Podejmować działania mające na celu usunięcie stwierdzonych w wyniku oceny, o której mowa w pkt. 2, zagrożeń i uciążliwości,
4. Informować pracowników o wszystkich aspektach ochrony zdrowia i bezpieczeństwa pracy na stanowiskach pracy, w tym o wynikach przeprowadzonej oceny oraz wszelkich środkach bezpieczeństwa i ochrony zdrowia.

§ 3

Nowe stanowiska pracy wyposażone w monitory ekranowe należy organizować z zachowaniem wszystkich wymagań bezpieczeństwa i higieny pracy, zawartych w załączniku nr 1 do niniejszego zarządzenia.

§ 4

Pracownikom, o których mowa w § 1 należy zapewnić :

- a) łączenie przemienne pracy związanej z obsługą monitora ekranowego z innymi rodzajami prac nie obciążających wzroku lub co najmniej 5 minutową przerwę, po każdej godzinie pracy przy obsłudze monitora wliczoną do czasu pracy,
- b) zwrot kosztów, w zakresie podstawowego standardu, okularów korygujących wzrok, w przypadku gdy wynik badania okulistycznego, przeprowadzonego w ramach

profilaktycznej opieki zdrowotnej, wykaże potrzebę ich stosowania podczas pracy przy obsłudze monitora ekranowego.

§ 5

1. Refundacja (dofinansowanie w przypadku zakupu okularów w cenie powyżej podstawowego standardu), od wejścia w życie niniejszego zarządzenia na podstawie analizy średniego kosztu zakupu okularów w specjalistycznych punktach usługowych wynosi: **400 zł**.
2. W przypadku, gdy rzeczywisty koszt zakupu okularów będzie wyższy od ustalonego, różnicę pokrywa pracownik.
3. Dyrektor PUP w Sejnach w porozumieniu z osobą odpowiedzialną za BHP w PUP może ustalić nową, kwotę refundowania w przypadku znacznego wzrostu cen okularów korygujących wzrok na podstawie cen w zakładach optycznych.

§ 6

1. Refundacja (dofinansowanie) przysługuje Pracownikom, o których mowa w § 1 nie częściej niż raz na dwa lata.
2. W przypadku zmiany stanu zdrowia narządu wzroku, powodującego konieczność wymiany okularów korekcyjnych, pracownik może wystąpić z pisemnym wnioskiem o skierowanie na badanie okulistyczne w okresie wcześniejszym niż wymieniony w ust. 1 – wzór wniosku stanowi zał. nr 4 do zarządzenia
3. Zamiennie do okularów korygujących wzrok dopuszcza się zwrot kosztu zakupu szkieł (soczewek) kontaktowych, zgodnie z wyżej wymienionymi zasadami, jeśli zakup soczewek zamiast okularów będzie wynikał z zaleceń lekarza badającego wzrok.

§ 7

1. Koszty zakupu okularów korygujących wzrok w kwocie ustalonej zarządzeniem obciążają daną jednostkę organizacyjną, na podstawie przedłożonego przez pracownika **zaświadczenia** od lekarza, stanowiącego załącznik nr 3 do niniejszego zarządzenia, **faktury VAT** oraz wypełnionego i zaakceptowanego przez Pracodawcę **wniosku o refundację** stanowiącego zał. nr 2 do Zarządzenia.
2. Obsługę medyczną w zakresie profilaktycznych badań dla pracowników Powiatowego Urzędu Pracy w Sejnach prowadzi: - **Lekarz Medycyny Pracy w Sejnach – Irena Grygucis**
3. **Faktura VAT** winna być wystawiona imiennie na pracownika dokonującego zakupu okularów korygujących wzrok.
4. Faktura winna być na odwrocie opisana przez pracownika w następujący sposób: „Refundowanie / dofinansowanie do okularów korekcyjnych w kwocie” i parafowana przez Kierownika wydziału, w którym pracownik jest zatrudniony.
5. Przed oddaniem faktury VAT wraz z zaświadczeniem do rozliczenia, **należy ją zarejestrować w "Rejestrze refundowanych okularów pracownikom**

Powiatowego Urzędu Pracy w Sejnach", u pracownika zajmującego się sprawami BHP.

§ 8

Osoby dokonujące zaopatrzenia dla Powiatowego Urzędu Pracy w Sejnach zobowiązane są przy sporządzaniu specyfikacji zakupu sprzętu komputerowego i wyposażenia stanowisk pracy z monitorami ekranowymi, uwzględniać minimalne wymagania bezpieczeństwa i higieny pracy oraz ergonomii, jakie powinny spełniać stanowiska pracy wyposażone w monitory ekranowe, o których mowa w załączniku nr 1 do niniejszego zarządzenia.

§ 9

Wykonanie zarządzenia powierza się pracownikowi zajmującemu się sprawami BHP.

§ 10

Traci moc Zarządzenie Nr 12/2011 Dyrektora Powiatowego Urzędu Pracy w Sejnach z dnia 17czerwca 2011 r. w sprawie bezpieczeństwa i higieny pracy na stanowiskach wyposażonych w monitory ekranowe.

§ 11

Zarządzenie wchodzi w życie z dniem 12.10.2015 r.

D Y R E K T O R
Powiatowego Urzędu Pracy w Sejnach
Wioletta Myszczyńska

**MINIMALNE WYMAGANIA BEZPIECZEŃSTWA I HIGIENY PRACY ORAZ
ERGONOMII, JAKIE POWINNY SPEŁNIAĆ STANOWISKA PRACY
WYPOSAŻONE W MONITORY EKRAKOWE.**

1. Wyposażenie stanowiska pracy oraz sposób rozmieszczenia elementów tego wyposażenia nie może powodować podczas pracy nadmiernego obciążenia układu mięśniowo-szkieletowego i (lub) wzroku oraz być źródłem zagrożeń dla pracownika.
2. Monitor ekranowy powinien spełniać następujące wymagania:
 - znaki na ekranie powinny być wyraźne i czytelne,
 - obraz na ekranie powinien być stabilny, bez tętnienia i innych form niestabilności,
 - jaskrawość i kontrast znaku na ekranie powinny być łatwe do regulowania w zależności od warunków oświetlenia stanowiska pracy,
 - regulacje ustawienia monitora powinny umożliwiać pochycenie ekranu co najmniej 20° do tyłu i 5° do przodu oraz obrót wokół własnej osi co najmniej o 120° - po 60° w obu kierunkach
 - ekran monitora powinien być pokryty warstwą antyodbiciową lub wyposażony w odpowiedni filtr.
3. W razie potrzeby wynikającej z indywidualnych cech antropometrycznych pracownika, powinna być użyta oddzielna podstawa monitora lub regulowany stół.
4. Ustawienie monitora względem źródeł światła powinno ograniczać olśnienie i odbicia światła.
5. Klawiatura powinna stanowić odrębny element wyposażenia podstawowego stanowiska pracy.
6. Konstrukcja klawiatury powinna umożliwić użytkownikowi przyjęcie pozycji, która nie powodowałaby zmęczenia mięśni kończyn górnych podczas pracy. Klawiatura powinna posiadać w szczególności możliwości:
 - możliwość regulacji kąta nachylenia w zakresie 0=15°, odpowiednią wysokość - przy spełnieniu warunku, aby wysokość środkowego rzędu klawiszy alfanumerycznych z literami A, S..., licząc od płaszczyzny stołu, nie przekraczała 30 mm dla przynajmniej jednej pozycji pochycenia klawiatury.
 - Powierzchnia klawiatury powinna być matowa, a znaki na klawiaturze powinny być kontrastowe i czytelne.
7. Konstrukcja stołu powinna umożliwiać dogodne ustawienie elementów wyposażenia stanowiska pracy, w tym zróżnicowaną wysokość ustawienia monitora ekranowego i klawiatury.
8. Szerokość i głębokość stołu powinna zapewniać:
 - wystarczającą powierzchnię do łatwego posługiwania się elementami wyposażenia stanowiska i wykonywania czynności związanych z rodzajem pracy,
 - ustawienie klawiatury z zachowaniem odległości nie mniejszej niż 100 mm między klawiaturą a przednią krawędzią stołu,
 - ustawienie elementów wyposażenia w odpowiedniej odległości od pracownika, to jest w zasięgu jego kończyn górnych, bez konieczności przyjmowania wymuszonych pozycji.

9. Wysokość stołu oraz siedziska krzesła powinna być taka, aby zapewniała:
 - naturalne położenie kończyn górnych przy obsłudze klawiatury, z zachowaniem co najmniej kąta prostego między ramieniem i przedramieniem,
 - odpowiedni kąt obserwacji ekranu monitora w zakresie $20^{\circ}+50^{\circ}$ w dół (licząc od granicy 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,
 - odpowiednią przestrzeń do umieszczenia nóg pod blatem stołu.
10. Powierzchnia blatu stołu powinna być matowa, najlepiej barwy jasnej.
11. Krzesło stanowiące wyposażenie stanowiska pracy powinno posiadać:
 - dostateczną stabilność, przez wyposażenie go w podstawę co najmniej pięciopodporową z kółkami jezdnyymi,
 - wymiary oparcia i siedziska, zapewniające wygodną pozycję ciała i swobodę ruchów, regulację wysokości siedziska w zakresie 400+500 mm, licząc od podłogi,
 - regulację wysokości oparcia oraz regulację pochylenia oparcia w zakresie: 5° do przodu i 30° do tyłu,
 - wyprofilowanie płyty siedziska i oparcia odpowiednie do naturalnego wygięcia kręgosłupa i odcinka udowego kończyn dolnych,
 - możliwość obrotu wokół osi pionowej o 360° ,
 - podłokietniki.
12. Mechanizmy relacji wysokości siedziska i pochylenia oparcia powinny być łatwo dostępne i proste w obsłudze oraz tak usytuowane, aby regulację można było wykonywać w pozycji siedzącej.
13. Na życzenie pracownika, a także gdy wysokość krzesła uniemożliwia pracownikowi płaskie, spoczynkowe ustawienie stóp na podłodze, stanowisko pracy należy wyposażać w podnózek.
14. Podnózek powinien mieć kąt pochylenia w zakresie $0^{\circ}+15^{\circ}$, a jego wysokość powinna być dostosowana do potrzeb wynikających z cech antropometrycznych pracownika.
15. Powierzchnia podnóżka nie powinna być śliska, a sam podnózek nie powinien przesuwаться po podłodze podczas używania.
16. Stanowisko pracy powinno być tak zaprojektowane, aby pracownik miał zapewnioną dostateczną przestrzeń pracy, pozwalającą na umieszczenie wszystkich elementów obsługiwanych ręcznie w zasięgu kończyn górnych.
17. Stanowisko pracy wyposażone w monitor ekranowy powinno być tak usytuowane w pomieszczeniu, aby zapewniało pracownikowi swobodny dostęp do tego stanowiska. Odległości między sąsiednimi monitorami powinny wynosić co najmniej 0,6 m, a między pracownikiem i tyłem sąsiedniego monitora - co najmniej 0,8 m.
18. Odległość oczu pracownika od ekranu monitora powinna wynosić 400+750 mm.
19. Oświetlenie powinno zapewniać komfort pracy wzrokowej, a szczególnie:
 - poziom natężenia oświetlenia powinien spełniać wymagania określone w Polskich Normach,
 - należy ograniczyć oślnienie bezpośrednio od opraw, okien, przezroczystych lub półprzezroczystych ścian albo jasnych płaszczyzn pomieszczenia oraz oślnienie obciowe od ekranu monitora, w szczególności przez stosowanie odpowiednich opraw oświetleniowych, instalowanie żaluzji lub zasłon w oknach.
20. Dopuszcza się stosowanie opraw oświetlenia miejscowego, pod warunkiem że będą to oprawy nie powodujące oślnienia.
21. Przy projektowaniu, doborze i modernizacji oprogramowania, a także przy planowaniu wykonywania zadań z użyciem ekranu monitora pracodawca powinien uwzględnić w szczególności następujące wymagania:

- oprogramowanie powinno odpowiadać zadaniu przewidzianemu do wykonania,
 - oprogramowanie powinno być łatwe w użyciu oraz dostosowane do poziomu wiedzy i (lub) doświadczenia pracownika,
 - systemy komputerowe muszą zapewniać przekazywanie pracownikom informacji zwrotnej o ich działaniu,
 - systemy komputerowe muszą gwarantować wyświetlanie informacji w formie i tempie odpowiednich dla pracownika,
 - bez wiedzy pracownika nie można dokonywać kontroli jakościowej i ilościowej jego pracy,
 - przy tworzeniu oprogramowania i przetwarzaniu danych powinny być stosowane zasady ergonomii.
22. Wilgotność względna powietrza w pomieszczeniach przeznaczonych do pracy z monitorami ekranowymi nie powinna być mniejsza niż 40%.
23. Wymagania dotyczące najwyższych dopuszczalnych stężeń i natężeń czynników szkodliwych dla zdrowia w środowisku pracy, w tym dotyczące poziomu hałasu oraz promieniowania, określają odrębne przepisy i Polskie Normy.

D Y R E K T O R
Powiatowego Urzędu Pracy w Sejnach
Wioletta Myszczyńska

.....
/Pieczęć jednostki/

.....
/Nazwisko i imię pracownika/

WNIOSEK
o refundację kosztów za okulary korygujące wzrok/ szkieł (soczewek)
kontaktowych*, przysługujące pracownikom zatrudnionym przy obsłudze
monitorów ekranowych

Proszę o zwrot kosztów zakupu okularów korygujących wzrok / szkieł (soczewek) kontaktowych*, przysługujących mi w związku z pracą przy obsłudze monitora ekranowego.

W załączeniu:

1. Rachunek z Zakładu Optycznego z dnia
2. Zaświadczenie lekarza medycyny pracy o konieczności używania okularów korygujących wzrok / szkieł (soczewek) kontaktowych*

.....
/podpis pracownika/

Stwierdzam, że Pan(i)

.....
w ramach realizacji obowiązków służbowych, obsługuje monitor ekranowy w wymiarze minimum 4 godziny dziennie.

.....
/data/ /pieczęć i podpis bezpośredniego przełożonego/

Akceptuję przedłożony wniosek i proszę o dokonanie zwrotu kosztów w wysokości..... (słownie złotych.....)

.....
/data/ /pieczęć i podpis/

*niepotrzebne skreślić

D Y R E K T O R
Powiatowego Urzędu Pracy w Sejnach
Wioletta Myszczyńska

Załącznik nr3
do zarządzenia Nr 36/2015
Dyrektora Powiatowego Urzędu Pracy w Sejnach
z dnia 12 października 2015 r.

.....
(oznaczenie podmiotu przeprowadzającego badanie lekarskie)

Sejny, dnia

Z A Ś W I A D C Z E N I E

Na podstawie badań okulistycznych przeprowadzonych w ramach badań profilaktycznych stwierdza się, że **pracownik Powiatowego Urzędu Pracy w Sejnach** Pan/i/ powinien /powinna/ nosić okulary korygujące wzrok / szkła (soczewki) kontaktowe* podczas pracy przy obsłudze monitorów ekranowych.

Zaświadczenie wydaje się celem refundacji przez pracodawcę w/w okularów.
Podstawa prawna Dz. U. Nr 148 poz. 973 z dnia 1.12.1998 r.

.....
(pieczętka i podpis lekarza przeprowadzającego badanie lekarskie)

*niepotrzebne skreślić

D Y R E K T O R
Powiatowego Urzędu Pracy w Sejnach
Wioletta Muszczyńska

Załącznik nr 4
do zarządzenia Nr 36/2015
Dyrektora Powiatowego Urzędu Pracy w Sejnach
z dnia 12 października 2015 r.

Sejny, dnia.....

.....
(imię i nazwisko pracownika)

.....
(stanowisko, komórka organizacyjna)

.....
(oznaczenie pracodawcy)

Wniosek o skierowanie na wcześniejsze badanie wzroku

Zwracam się z prośbą o skierowanie na wcześniejsze badanie wzroku, celem wydania przez lekarza medycyny pracy, potwierdzenia potrzeby stosowania przeze mnie okularów korekcyjnych podczas pracy przy obsłudze monitora ekranowego.

Data kolejnego badania profilaktycznego jest wyznaczona na dzień, tymczasem aktualnie zauważam znaczne pogorszenie się jakości mojego widzenia podczas pracy przy obsłudze monitora ekranowego.

.....
(podpis pracownika)

D Y R E K T O R
Powiatowego Urzędu Pracy w Sejnach

Wioletta Myszczyńska