

MINIMÁLNE POŽIADAVKY NA PRACOVISKO Z HĽADISKA OCHRANY ZDRAVIA:

Pracovisko - miesto, ktoré je určené na výkon práce zamestnancov v priestoroch zamestnávateľa, na ktoré má zamestnanec prístup počas výkonu práce.

Práca: súhrn činností, ktoré zamestnanec alebo skupina zamestnancov vykonáva pri plnení pracovných úloh na konkrétnom pracovisku daných určenými pracovnými postupmi a technológiou.

Pracovné podmienky sú fyzikálne, chemické, biologické, fyziologické, psychologické faktory a spôsob výkonu práce pôsobiace na zdravie a pracovnú výkonnosť človeka v pracovnom procese; sú ovplyvňované režimom práce, odpočinkom a technickým stavom pracovného prostredia,

Zdravý spôsob práce: je taký spôsob práce, ktorý neovplyvňuje negatívne zdravie pracovníkov a ich pracovnú pohodu, ale vytvára predpoklady na uchovanie a kladné ovplyvňovanie zdravia, fyzickej a psychickej zdatnosti.

Zdravé životné a pracovné podmienky sú podmienky, ktoré nepôsobia nepriaznivo na zdravie ľudí, ale ho chránia a kladne ovplyvňujú,

Zdraviu škodlivé faktory životného prostredia a pracovného prostredia sú fyzikálne, chemické a biologické faktory, ktoré podľa súčasných poznatkov vedy spôsobujú alebo môžu spôsobiť poruchy zdravia, a ľudský organizmus zaťažujúce faktory vyplývajúce zo životných podmienok, ktoré nepriaznivo ovplyvňujú fyziologické a psychické funkcie ľudí,

Zamestnávateľ je právnická osoba alebo fyzická osoba, ktorá zamestnáva aspoň jednu fyzickú osobu v pracovnoprávnom vzťahu, a ak to ustanovuje osobitný predpis, aj v obdobných pracovných vzťahoch, ako aj právnická osoba a fyzická osoba, u ktorej sa uskutočňuje praktické vyučovanie žiakov a študentov,

Zamestnanec je

1. fyzická osoba, ktorá je so zamestnávateľom v pracovnoprávnom vzťahu alebo obdobnom pracovnom vzťahu,
2. žiak strednej odbornej školy pri praktickom vyučovaní a študent vysokej školy pri praktickej výučbe,

O minimálnych bezpečnostných a zdravotných požiadavkách na pracovisko pojednáva Nariadenie vlády SR č.391/2006 Z.z..

Minimálne požiadavky na ochranu zdravia na pracovisku, ktoré má byť uvedené do prevádzky:

Požiadavky na ochranu zdravia pri práci na pracovisku, ktoré má byť uvedené do prevádzky sa uplatňujú vždy, keď to vyžaduje charakter pracoviska, činnosť, okolnosti alebo nebezpečenstvo ohrozenia zdravia.

Budovy, v ktorých sú umiestnené pracoviská, musia konštrukciou a pevnosťou vyhovovať účelu ich používania

Požiadavky na zabezpečenie elektroinštalácie, únikových ciest a východov a zisťovanie a hasenie požiaru sú uvedené v NV SR č.391/2006 Z.z. a sú predmetom záujmu iných kontrolných orgánov.

Vetranie uzatvorených pracovísk:

- Je potrebné vykonať opatrenia pre zabezpečenie dostatočného prívodu čerstvého vzduchu so zreteľom na používané pracovné postupy a fyzickú záťaž zamestnancov.
- Ak sa použije nútené vetranie, musí sa udržiavať v prevádzky schopnom stave
- Každú poruchu núteného vetrania, ak si to vyžaduje ochrana zdravia zamestnancov, musí indikovať kontrolný systém
- Prevádzkovať klimatizáciu alebo mechanické vetranie takým spôsobom, aby zamestnanci neboli vystavení prievanu spôsobujúcemu tepelnú nepohodu
- Bezodkladne odstrániť akékoľvek odpady a nečistoty, ktoré môžu bezprostredne ohroziť zdravie zamestnancov znečistením ovzdušia
- Na pracoviskách bez výskytu škodlivých faktorov má byť výmena vzduchu na jedného zamestnanca najmenej 30 m³.h⁻¹ vzduchu; pri fyzickej práci sa má vymeniť na jedného zamestnanca 50 m³.h⁻¹ vzduchu

Teplota na pracovisku:

- Teplota na pracoviskách počas pracovného času musí byť primeraná vzhľadom na používané pracovné postupy a fyzickú záťaž zamestnancov
- Teplota v odpočívacích priestoroch, služobných miestnostiach, zariadeniach na osobnú hygienu, v jedálňach a v miestnostiach prvej pomoci musí byť primeraná účelu týchto priestorov
- Okná, strešné okná, svetlíky a sklenené obvodové segmenty musia zabráňovať nadmernému pôsobeniu slnečného svetla vo vzťahu k charakteru práce a pracoviska

Denné a umelé osvetlenie pracovísk:

- Pracoviská sa musia v čo najväčšej miere osvetliť denným svetlom a vybaviť umelým osvetlením primeraným bezpečnosti a ochrane zdravia zamestnancov
- V prípade osobitného vystavenia zamestnancov nebezpečenstvu sa pracovisko musí vybaviť núdzovým osvetlením pre prípad poruchy umelého osvetlenia

Podlahy, steny stropy miestností a strechy:

- Podlahy pracovísk musia byť rovné / bez hrbolov, dier a šikmých plôch/, pevné a stabilné a nešmykľavé
- Pracovné priestory, v ktorých sú pracoviská, musia mať primeranú izoláciu so zreteľom na druh prevádzky a fyzickú aktivitu zamestnancov /tepelnú, akustickú, ochranu pred vibráciami, žiarením a chemickými faktormi – aby zabráňovali šíreniu sa do okolia, prípadne z okolia na pracovisko/
- Povrchy podláh, stien, stropov v miestnostiach musia byť ľahko čistiteľné, a obnoviteľné tak, aby spĺňali primeraný hygienický štandard.

Okná a strešné okná:

- Zamestnanci musia mať možnosť otvoriť, zatvoriť alebo zaistiť okná a ventilátory bezpečným spôsobom
- Okná musia byť navrhované tak, aby boli vyčistiteľné

Dvere a brány:

- Umiestnenie, počet, rozmery dverí a brán a materiál použitý na ich konštrukciu závisia od charakteru používania miestností alebo priestorov.
- Dvere na únikových cestách sa musia primerane označiť a dať z vnútra kedykoľvek otvoriť bez osobitnej pomoci v prípade ak je na pracovisku zamestnanec.
- V prípade výpadku el.energie / ak sa núdzové dvere automaticky neotvoria/ musí byť možnosť núdzové dvere otvoriť mechanicky

Dopravné komunikácie – nebezpečné priestory:

- Dopravné komunikácie vrátane schodísk, pevných rebríkov, nakladacích plošín a rámp sa musia umiestňovať a dimenzovať tak, aby zabezpečovali ľahký, bezpečný a vhodný prístup pre chodcov alebo vozidlá , ktorý nebude ohrozovať zamestnancov nachádzajúcich sa v blízkosti dopravných komunikácií.
- Komunikácie určené pre chodcov a na prepravu tovaru sa musia vyhotoviť so zreteľom na počet používateľov a na druh na nich vykonávaných činností.
- Medzi dopravnými komunikáciami pre vozidlá a dverami, bránami, priechodmi pre chodcov, chodbami, schodiskami musí byť dostatočný voľný priestor.
- Ak to použitie a vybavenie miestností z dôvodu ochrany zamestnancov vyžaduje, dopravné komunikácie sa musia zreteľne vyznačiť.
- Ak sa na pracoviskách vyskytujú nebezpečné priestory, v ktorých vzhľadom na charakter práce existuje nebezpečenstvo /napr. pád zamestnancov, predmetov/ , musia sa takéto pracoviská vybaviť zariadeniami , ktoré zabránia vstupu neoprávneným osobám do týchto priestorov. Na ochranu zamestnancov oprávnených vstupovať sa musia vykonať primerané opatrenia. Nebezpečné priestory sa musia zreteľne označiť.

Nakladacie plošiny a rampy:

- Nakladacie plošiny a rampy musia vyhovovať rozmerom nákladu , ktorý sa má prepravovať.

Rozmery miestností a voľný priestor v miestnostiach – voľnosť pohybu na pracovisku:

- Pracovné miestnosti musia mať dostatočnú podlahovú plochu, výšku a voľný priestor, aby sa zamestnancom umožnilo vykonávať prácu bez ohrozenia ich bezpečnosti , zdravia alebo pracovnej pohody
- Rozmery voľného neobsadeného priestoru na pracovisku musia umožňovať zamestnancom dostatočnú voľnosť pohybu pri vykonávaní ich práce
- Ak z osobitných dôvodov nemožno dosiahnuť požiadavky na pracovisku, zamestnanec musí mať zabezpečenú dostatočnú voľnosť pohybu v blízkosti svojho pracovného miesta
- Pre jedného zamestnanca má byť na pracovisku voľná podlahová plocha najmenej 2 m² okrem zariadení a spojovacej cesty. Šírka voľnej plochy na pohyb nemá byť v žiadnom mieste zúžená na menej ako 1 meter.
- **Svetlá výška pracovísk, na ktorých sa vykonáva dlhodobá práca, má byť pri ploche**
 - do 50 m² najmenej 2,6 m,
 - 51 až 100 m² najmenej 2,7 m,
 - 101 až 2 000 m² najmenej 3,0 m,
 - viac ako 2 000 m² najmenej 3,25 m.

- **Svetlá výška miestností so šikmými stropmi** má byť aspoň nad polovicou podlahovej plochy 2,3 m.
- **Svetlá výška pracovísk, na ktorých sa vykonáva práca po dobu kratšiu ako 4 hodiny** za pracovnú zmenu, alebo občasná práca, nemá byť nižšia ako 2,1 m.
- Výšky pri ploche 101 až 2 000 m² a väčšej môžu byť v predajných priestoroch, v kanceláriách a iných pracovných priestoroch, v ktorých sa vykonáva ľahká práca alebo práca v sede, znížené o 0,25 m za predpokladu, že bude pre každého zamestnanca na pracovisku požadovaný vzdušný priestor a bude vylúčené oslňovanie zamestnancov.

Pri výskyte rizikových faktorov a faktorov ovplyvňujúcich pracovnú pohodu, najmä v závislosti na počte pracovníkov a technologickom zariadení svetlá výška sa úmerne zvyšuje podľa posudku príslušného orgánu verejného zdravotníctva..

Ak sa na pracoviskách vyskytuje rizikový faktor, mala by byť svetlá výška minimálne 300 cm.

- Na pracoviskách má na jedného zamestnanca pripadnúť najmenej
 - 12 m³ vzdušného priestoru pri práci vykonávanej v sede,
 - 15 m³ vzdušného priestoru pri práci vykonávanej v stojí,
 - 18 m³ vzdušného priestoru pri ťažkej telesnej práci.

Stanovený vzdušný priestor nemá byť zmenšený stabilnými prevádzkovými zariadeniami.

Požiadavky na dostatočnú podlahovú plochu, výšku a voľný priestor sa nevzťahujú na ovládacie stanoviská a kabíny strojového zariadenia, boxy pokladníc a pracovné priestory podobnej povahy.

Priestorové požiadavky na pracovisko bez denného osvetlenia:

- Voľná podlahová plocha pre jedného zamestnanca má byť minimálne 5 m² okrem zariadení a spojovacej cesty.
- Priestory s celkovou podlahovou plochou menšou ako 50 m² majú mať, ak to technológia nevyklučuje, zrkové spojenie so susednými priestormi, oknami, priezormi a podobne.

Na jedného zamestnanca má pripadnúť najmenej

- 20 m³ vzdušného priestoru pri práci vykonávanej v sede,
- 25 m³ vzdušného priestoru pri práci vykonávanej v stojí,
- 30 m³ vzdušného priestoru pri ťažkej telesnej práci.
- Stanovený vzdušný priestor nemá byť zmenšený stabilným prevádzkovým alebo vzduchotechnickým zariadením; uvedené priestorové požiadavky sa nevzťahujú na ovládacie stanoviská a kabíny strojového zariadenia, boxy pokladníc a podobné zariadenia.

Oddychové miestnosti:

- Tam, kde to bezpečnosť a ochrana zdravia zamestnancov si to vyžaduje najmä vzhľadom na druh vykonávanej pracovnej činnosti a počet pracovníkov, musia mať k dispozícii ľahko prístupnú oddychovú miestnosť /nevzťahuje sa to na zamestnancov v kanceláriách a podobných pracovných priestoroch, ktoré počas prestávky umožňujú primeranú relaxáciu/
- Oddychové miestnosti musia byť dostatočne veľké, dostatočne osvetlené, vetrané a vybavené dostatočným počtom stolov a stoličiek s operadlami a vešiakov pre daný počet zamestnancov; musia zabezpečovať zrakovú a tepelnú pohodu pre zamestnancov. Ak slúžia zároveň na jedenie a zabezpečenie pitného režimu musia byť vybavené umývadlom, kuchynským drezom s výtokom teplej a studenej vody, varičom na zohrievanie jedál a nápojov a chladničkou.
- V oddychových miestnostiach sa musia vykonať opatrenia na ochranu nefajčiarov pred obťažovaním a účinkami tabakového dymu
- Ak sa pracovný čas pravidelne a často prerušuje a nie je k dispozícii oddychová miestnosť, musia sa vytvoriť iné priestory, v ktorých sa zamestnanci môžu zdržiavať počas týchto prerušení, kedykoľvek je to potrebné na zaistenie ich bezpečnosti a ochrany zdravia. V týchto miestnostiach sa musia vykonať opatrenia na ochranu nefajčiarov

Tehotné a dojčiace matky:

- Musia mať možnosť oddychovať poležiačky v primeraných podmienkach / požiadavky pre oddychové miestnosti /

Zariadenia na osobnú hygienu:

Šatne a uzamykateľné skrinky:

- Ak sú zamestnanci povinní nosiť špeciálny pracovný odev a nemôžu sa prezliekať z dôvodu ochrany zdravia alebo zachovania súkromia v inej miestnosti, musia mať k dispozícii primeranú šatňu. Šatňa musí byť ľahko prístupná, musí mať dostatočnú kapacitu a musí sa vybaviť nábytkom na sedenie.
- Šatne musia byť dostatočne veľké a musia sa vybaviť zariadením, ktoré každému zamestnancovi umožní uzamknúť si odev a obuv počas pracovnej zmeny. Ak to okolnosti vyžadujú / napr. nebezpečné látky, vlhkosť, nečistota/ uzamykateľné skrinky na pracovné oblečenie sa musia oddeliť od uzamykateľných skriniek na civilné oblečenie a v odôvodnených prípadoch umiestniť v oddelených miestnostiach.
- Musia sa vykonať opatrenia na oddelenie šatní alebo na oddelené používanie šatní pre mužov a ženy.
- V prípade ak nie sú šatne potrebné, musí mať každý zamestnanec k dispozícii miesto na odkladanie svojho oblečenia

Sprchy a umývadlá:

- Ak to vyžaduje charakter práce alebo ochrana zdravia, musia mať zamestnanci k dispozícii primeraný počet vhodných sprch; minimálne musí byť zabezpečená jedna sprcha pre 20 zamestnancov. Musia sa vykonať opatrenia na oddelenie sprchovacích miestností alebo na oddelené používanie sprch pre mužov a ženy.
- Sprchovacie miestnosti musia byť dostatočne veľké, aby umožnili každému

zamestnancovi umyť sa bez prekážok v podmienkach primeraného hygienického štandardu. Sprchy sa musia vybaviť teplou a studenou tečúcou vodou.

- A sprchy nie sú potrebné, v blízkosti pracovísk a šatní musí byť k dispozícii vhodná miestnosť s umývadlami s tečúcou vodou / v prípade potreby teplou /, minimálne musí byť zabezpečené jedno umývadlo pre 15 zamestnancov. Umývadlá sa musia oddeliť alebo používať oddelene pre mužov a ženy, ak je to nevyhnutné z dôvodu zachovania súkromia.
- Ak sú miestnosti so sprchami alebo s umývadlami od šatní oddelené, musí byť medzi nimi jednoduchý priechod.

Záchody a umývadlá:

- V blízkosti pracovísk, oddychových miestností, šatní, miestností so sprchami alebo s umývadlami musia byť k dispozícii oddelené zariadenia pre osobnú hygienu s dostatočným počtom záchodových mís a umývadiel.

Minimálny počet záchodov sa určí podľa počtu zamestnancov na pracovisku:

1 záchodová misa na 10 žien,

2 záchodové misy na 11 – 30 žien,

3 záchodové misy na 31 – 50 žien

a na každých ďalších 30 žien jedna záchodová misa;

1 záchodová misa na 10 mužov,

2 záchodové misy na 11 – 50 mužov

a na každých ďalších 50 mužov jedna záchodová misa.

- Na pracovisku s počtom zamestnancov do piatich môže byť spoločný záchod pre ženy a mužov.
- Musia sa vykonať opatrenia na oddelenie záchodov alebo na oddelené používanie záchodov pre mužov a pre ženy.

Miestnosti na poskytnutie prvej pomoci:

- Ak si to vyžaduje veľkosť pracovných priestorov, druh vykonávanej činnosti a frekvencia výskytu nehôd, musí byť k dispozícii jedna alebo viac miestností na poskytnutie prvej pomoci.
- Miestností na poskytnutie prvej pomoci sa musia vybaviť základnými zariadeniami a prostriedkami na poskytovanie prvej pomoci a musia byť ľahko prístupné aj pri manipulácii s nosidlami. Tieto miestnosti musia byť označené príslušnými značkami.
- Okrem toho primerané vybavenie pre prvú pomoc musí byť dostupné na všetkých miestach, kde si to pracovné podmienky vyžadujú.

Miestnosť na upratovanie

- Miestnosť na upratovanie musí byť zriadená na každom podlaží pracoviska, ak je to potrebné; musí byť vetrateľná a vybavená výlevkou s výtokom teplej a studenej vody a skrinkou na odkladanie čistiacich a dezinfekčných prostriedkov.

Miestnosť na údržbu osobných ochranných pracovných prostriedkov

- Ak je to potrebné, musí byť na pracovisku v závislosti od faktorov práce a pracovného prostredia zriadená miestnosť na umývanie pracovnej obuvi, na sušenie alebo údržbu osobných ochranných pracovných prostriedkov, najmä pracovných odevov a obuvi.

Zdravotne postihnutí zamestnanci:

- Ak je to potrebné, pracoviská musia byť usporiadané tak, aby boli vytvorené podmienky pre zdravotne postihnutých zamestnancov. Ide predovšetkým o zariadenia, ktoré zdravotne postihnutí zamestnanci používajú, najmä dvere, chodby, schodiská, sprchy, umývadlá a záchody,, ako aj na pracoviská, na ktorých sú priamo zdravotne postihnuté osoby zamestnané.

Vonkajšie pracoviská:

- Pracoviská, dopravné komunikácie a ďalšie plochy a zariadenia na otvorenom priestranstve, ktoré používajú zamestnanci alebo na ktorých zamestnanci vykonávajú pracovnú činnosť, musia byť usporiadané tak, aby sa chodci a mobilné mechanizmy mohli bezpečne pohybovať.
- Vonkajšie pracoviská sa musia primerane osvetliť umelým osvetlením, ak denné svetlo nie je dostatočné.
- Ak zamestnanci vykonávajú prácu na vonkajších pracoviskách, musia sa takéto pracoviská, ak je to potrebné upraviť tak, aby zamestnanci:
 - 1/ boli chránení pred nepriaznivými poveternostnými podmienkami, a ak je to potrebné, pred padajúcimi predmetmi
 - 2/ neboli vystavení škodlivej hladine hluku ani iným škodlivým vonkajším vplyvom, ak sú plyny, výpary alebo prach
 - 3/ boli schopní v prípade nebezpečenstva rýchle opustiť svoje pracoviská alebo aby sa im mohla poskytnúť okamžitá pomoc
 - 4/ sa nemohli pošmyknúť alebo spadnúť

Poskytovanie pitnej vody

- Ak zamestnanci majú k dispozícii v zariadeniach na osobnú hygienu len úžitkovú vodu, je potrebné zabezpečiť pre zamestnancov na pracovisku pitnú vodu.