# TANANYAG

## I.

## Közmunka-programban dolgozó munkavállalók munkavédelmi felkészüléséhez, továbbképzéséhez

HITELES MASOLAT

2012 JÚN 28

ZalA-KÁR Nonprofit Közhasznú Kft. * Foglalkoztató Zalaszentgrót

Zalaegerszeg, 2012. május 23.

Készítette: Image 007 Marketing Tanácsadó Kft.

**A képzés célja**: a közmunkaprogramban dolgozó munkavállalók munkavédelmi felkészítése, továbbképzése a közmunkaprogram keretében végzett munkákra, a munkavégzés és munkavédelem személyközi, egészségügyi és jogi tartalmára.

## I. A tananyag részletezése

**Téma:** Munkavállalók alapvető munkavédelmi ismeretei (programmodul)

A téma anyagának részletezése:

1. A munkavégzést akadályozó tényezők csökkentése: életvezetési problémákból adódó figyelem csökkenése (alkohol és egyéb bódító szerek másnapi reakciócsökkentő hatása)
2. Konfliktuskezelés (egymás tolerálása, generációs, faji ellentétek kezelése a munkahelyen)
3. Problémamegoldó képesség váratlan helyzetekben
4. A munkavállalók jogai és kötelességei a munkavédelemben
5. Munkabalesetek, foglalkozási megbetegedések elemzése
6. Elsősegélynyújtás alapismeretek

## II. A képzési tematika oktatásának módszertana

A munkavédelmi továbbképzés időtartama: 5 óra (5 x 45 perc). A képzés során a képzésben résztvevők számára alapvetően elméleti ismereteket kell átadni. A munkavállalónak ismernie kell a munkavédelem rá, és a munkáltatóra vonatkozó előírásait, az együttműködés színtereit, a konfliktusok, problémák megoldásának módszereit.
Az oktatás végző az elméleti ismeretek átadásán túl, gyakorlati feladatok megoldásával is segítheti a tananyag elsajátítását.

(Segédanyagok: Önismeret, értékek feladatlap - Önismeret, értékek megismerése a munkavégzés területén.)

## III. Követelmények, elvárások a programmodul elvégzése után

A programmodul elvégzése után a képzésben résztvevők:

- ✓ Ismernek munkahelyi együttműködési konfliktus-típusokat, és azok kezelésének alapvető módozatait
- ✓ Ismernek olyan módszereket, amelyekkel a váratlan munkahelyi balesetek, helyzetek megelőzhetők, megoldhatók.
- ✓ Ismerik a munkavállalókat érintő alapvető munkavédelmi jogokat és kötelességeket
- ✓ Tisztában vannak a munkabalesetek, és foglalkozási megbetegedések tartalmával, kezelésük módjával.
- ✓ Ismerik azokat a munkavédelmi elvárásokat, amelyeket munkavégzés során alkalmazniuk kell.
- ✓ Elsősegély nyújtási alapismereteik vannak.

Foglalkoztató ZalA-KAR Nonprofit Zalaszentgrót Kft * Zalaszentgrót

2012 JÚN 28

HITELES MASOLAT

## IV. A megszerzett tudás ellenőrzésének módja

Az elsajátított ismeretekről a képzésben résztvevők írásbeli vizsgafeladat megoldásával adnak számot.
Minta feladatlap: Vizsgalap – Teszt rendszerű vizsgakérdések munkavédelmi ismeretekből.

### 1. téma:

### A munkavégzést akadályozó tényezők csökkentése: életvezetési problémákból adódó figyelem csökkenése (alkohol és egyéb bódító szerek másnapi reakciócsökkentő hatása)

2012. JÚN 28
HITELES MASOLAT
Zalaszentgrót
Foglalkoztató VIA-KAR Nonprofit Közhasznú Kft.

**A téma célja:** a képzésben résztvevők megismerik, hogy mit jelent az a kifejezés: munkaképes állapot. A téma munkavállalói és munkáltatói szemszögből mutatja be az életvezetési problémákból fakadó munkaképtelenség munkahelyi, baleseti, foglalkozás-egészségügyi, jogi következményeit. A munkaképes állapot alapvető munkavédelmi követelmény.

## Tananyag:

A munkavégzést akadályozó emberi tényezőket alapvetően két csoportba lehet osztani: **akaraton kívüli és akaratlagos** tényezőkre. Az ember munkavégző képességének az alapja a mindenkori fizikai és szellemi állapota. Az ebben beálló változások oka rendszerint olyan betegség, amelyet a munkavállaló nem saját akaratából idézett elő (pl. baleseti sérülés, örökletes megbetegedés, járványszerű megbetegedés stb.) A munkavégzést akadályozó tényezőket akaratlagosan is elő lehet idézni, jellemzően bódító, tudatmódosító szerek fogyasztásával (pl. alkohol, kábítószer). A munkahelyi baleset okai adódhatnak a figyelem, a koncentráció, a megszokott fizikai teljesítőképesség hiányából, amelyek fakadhatnak az alkohol és egyéb bódító szerek másnapi reakciócsökkentő hatásaiból.

Egészségi állapot

A magyar lakosság lélekszám évek óta folyamatosan csökken, egészségi állapota folyamatosan romló. Az EU-ban hat évvel tovább élnek az emberek a magyar átlagnál, jellemzőjük, hogy a tagállamok lakosainak életvitele egészségesebb, fő hangsúly a megelőzésen, az egészség megőrzésén van. Kiemelt figyelmet fordítanak az egészséges munkakörkörnyezet kialakítására és fenntartására. Magyarországon magas a szív- és érrendszeri, valamint a daganatos megbetegedések száma. Az összehasonlító vizsgálatok alapján megállapítható, hogy az életmód és az egészségi állapot között szoros összefüggés van.
A legtöbb áldozatot az alkoholfogyasztás szedi, amelynek következményei a gyógyíthatatlan májbetegségek, valamint a dohányzás, az abból fakadó légúti megbetegedések.

Az alkohol

Kettős funkciójú: egyrészt élvezeti szer, másrészt a drogok nyilvánvaló ismérveit mutatja. Férfiaknál már napi 80 gramm alkohol tartósan károsítja a májat, 20 év elteltével pedig

minden 2-3. esetben májkárosodással kell számolni. Nők esetében napi 35-40 gramm alkoholnak van hasonló hatása.
60-100 gramm alkohol 4-7 üveg sörnek, 1 üveg bornak (0,75-1,6 l), 0,2-0,5 l pálinkának felel meg.

Az alkohol jellemző egészségkárosító hatásai

Károsodik:

- az emésztőrendszer, az anyagcserében résztvevő szervek, mindenekelőtt a máj, a hasnyálmirigy és a gyomor,
- a szív és az erek,
- a nyálkahártyák,
- a bőr, a bőrerek kitágulása miatt,

Elhízást okoz, magas energiatartalma miatt. Az alkohol grammonkénti energiatartalma 7,1 kcal (30 kJ).

Psychés és intellektuális változásokat okoz. Az alkohol gátlás- és feszültségoldó hatása a központi idegrendszer bódítása révén következik be. Folyamatos, mértéktelen alkoholfogyasztás károsítja a perifériás idegeket és az agysejteket. Csökken a felfogóképesség, tompul a figyelem, csökken a gondolkozási képesség.

Munkahelyi veszélyek

A munkavállalónak munkára képes állapotban kell munkába állnia, és ezt az állapotát a munkaidő lejártáig köteles megőrizni. A munkára képes állapot kizárja az alkoholfogyasztást. A munkavállaló csak biztonságos munkavégzésre alkalmas állapotban, az egészséget nem veszélyeztető és biztonságos munka végzésére vonatkozó szabályok betartásával végezhet munkát.

A munkahelyen is több baleset történik alkoholfogyasztás esetén. Már minimális alkoholszint is veszélyes lehet. Csökken a figyelem, beszűkül a látótér, nő a reakcióidő. Emiatt fokozóik a balesetveszély: egyensúlyvesztés, koncentráció-hiány, kába állapot, alacsony és rossz színvonalú teljesítőképesség.

A munkáltatónak kötelessége rendszeresen meggyőződni arról, hogy a munkavállalók megtartják-e a rájuk vonatkozó rendelkezéseket, amibe beletartozik a munkavégzésre alkalmas állapot ellenőrzése is. Ha a munkavállaló az erre vonatkozó kötelezettségét megszegi, vele szemben a munkáltató a törvénynek megfelelő hátrányos jogkövetkezményt alkalmazhat. Ha a munkavállaló alkohol befolyása miatt munkavégzésre nem alkalmas, annak munkajogi következményei vannak.

A kábítószer

A különböző kábítószerek, drogok eseti és hosszú távú alkalmazása komoly kockázatot jelent a munkavállaló számára. A drogok jellemző hatása – hasonlóan az alkoholéhoz –, hogy leginkább a koncentráció hiányát okozza, emiatt a fogyasztójának lankad a figyelme, szétszórttá válik, egyensúlyérzéke nem megfelelő, beszéde bizonytalan, kifejezésmódjai beszűkültek.

HITELES MÁSOLAT

2012 JÚN 28

Zalaszentgrót

A kábítószer fogyasztás munkahelyi veszélyei megegyeznek az alkoholfogyasztásával. Minkét „bódító" szer fogyasztása csökkenti, negatívan befolyásolja a munkavégző képességet, amely a munkavállaló – és környezete! – számára jelent veszélyt, fokozza a balesetek előfordulásának lehetőségét.

A bódító szerek használata a mindennapi életvezetésben

Szocializációs szempontból mind az alkoholfogyasztásra, mind pedig a drogfogyasztásra az a jellemző, hogy alapvetően közösségben fordul elő, a társas összejövetelek egyik kísérője, az alkohol esetében elmaradhatatlan kelléke. Kialakult függőség esetén a fogyasztás magányossá válhat, nem kellenek hozzá társak.

A bódító szerek fogyasztása az életvezetésben anyagi függőséget is jelent, a fogyasztó egyre nagyobb mértékben fordít a jövedelméből erre a célra. Mindez hosszú távon hanyatlást jelent a családi és társas kapcsolatokban, az egészségi állapotban, a munkavégző képességben.

HITELES MÁSOLAT

2012 JÚN 28

Foglalkoztató ZalA-KAR Nonprofit Közhasznú KFT Zalaszentgrót

**2. téma:**

**Konfliktuskezelés**
**(egymás tolerálása, generációs, faji ellentétek kezelése a munkahelyen)**

**A téma célja:** a képzési program e része azt a lehetőséget kínálja a résztvevők számára, hogy a jellemzően inkább elutasítással fogadott közmunka végzése során a munkatársakkal, a munka irányítóival szükségszerűen kapcsolatba kerülő munkavállalók képesek legyenek a munkavédelem, az egészségvédelem célkitűzéseit szem előtt tartani. A munkavégzés során felmerülő konfliktusokat a munkavállaló munkavédelmi és együttműködési szempontból képes lesz kezelni, hiszen a munkát az előírt módon és minőségben el kell végezni, azt nem akadályozhatják konfliktusok, és az abból adódó balesetek, egészségkárosodások.

## Tananyag:

A kommunikáció

Mitől alakul ki konfliktus, melyek a munkahelyi konfliktus okai?
A konfliktusok alapvető okai az ember, vagy emberek közötti kommunikációban bekövetkezett zavar, gát.

A kommunikáció fogalma: a kommunikáció olyan folyamat, melynek során két vagy több ember egy közös kódrendszer (pl. beszéd, jelek) segítségével információk, gondolatok cseréjére, kapcsolatteremtésre törekszik. A kommunikáció egy munkahely működésének feltétele; összetartja az adott munkahely, szervezet tagjait, egységeit, valamint összekapcsolja ezt a munkahelyet, szervezetet más szervezetekkel, a környezettel.

A munkahelyi kommunikáció alapja, hogy minél több információt szerezzünk a munkavégzéshez, a munkavégzéshez kapcsolódó a döntéseinkhez, valamint, hogy a döntések és utasítások gyorsan és pontosan jussanak el az érintettekhez. A hatékony kommunikáció nyomán az ember hatékonyabban tud dolgozni, és gyorsabban éri el a célokat.

Az eredményes és hatékony kommunikációt számos „zavar" gátolja: pl. nem vagyunk tisztában a képességeinkkel, az adott külső feltételekhez nehezen alkalmazkodunk, családi krízisek, munkahelyi konfliktusok, szocializációs zavarok.

Tipikus kommunikációs gátak:

- figyelmeztetés, fenyegetés
- tanács, javaslat
- parancsolás, irányítás, utasítás
- bírálat, kritizálás, kioktatás
- dicséret, pozitív értékelés
- szidás, megbélyegzés, kifigurázás
- értelmezés, elemzés, megállapítás
- kérdezgetés, vallatás
- visszavonulás
- gúnyolódás, humorizálás

HITELES MÁSOLAT
2012 JÚN 28
Zala-KAR Nonprofit Korlátolt Felelősségű Társaság Zalaszentgrót

Konfliktuskelezés

A konfliktus két vagy több személy közötti érdekellentét, melynek megoldását lehet együttműködő, békés, erőszakos, indulatos. A konfliktusoknak különböző szintjei vannak: egyénen belüli, személyek közötti, csoporton belüli, csoportok közötti, szervezeten belüli, szervezetek közötti.

**A konfliktus folyamata:** alaphelyzet, a konfliktus felismerése, a kezelési mód kialakítása, a konfliktus alatti tényleges viselkedés, következmények.

A konfliktus hatékony kezelésének kiindulási alapja, hogy nagy pontossággal lehessen meghatározni az ellentét tárgyát, tartalmát, a résztvevők, érintettek körét, szerepét a konfliktus kialakulásában, kialakításában (kezdeményező, provokátor, illetve hogy maga a konfliktus melyik szakaszban van.

**A konfliktus típusai:** látszatkonfliktus (hatásuk rövid vagy csak alig érzékelhető); extrém konfliktusok (erős és hosszantartó); perem konfliktus (nem erős és hamar megszűnik); központi konfliktus (mély, hosszú ideig tart és erősen befolyásol).

A konfliktus kezelésének módozatai, típusjegyei:

- *versengő:* az együttműködés hiánya jellemzi, lényege a másik pozíciójának megszerzése vagy megdöntése, illetve saját érdekeink érvényesítése a másik kárára.
- *alkalmazkodó:* a versengő konfliktuskezelés ellentéte, nagymértékben együttműködő. Az alkalmazkodó saját érdekeit hanyagolja, törekvései a másik érdekeinek irányába mutatnak.
- *problémamegoldó:* megkísérli teljes mértékben kielégíteni mindkét felet, közös elintézési módot alkalmaz, célok elérésekor mindkét fél nyer.

- *kompromisszumos:* középútként értelmezhetjük; mindkét fél eléri célját, de nem teljes mértékben.
- *elkerülő*: megpróbálja tagadni vagy hanyagolni mind saját, mind a másik érdekét.

## A kommunikációs modell gyakorlati alkalmazása a munkahelyen a munkavédelemben, egészségfejlesztésben

A munkahelyi egészségfejlesztés, a munkahelyi munkavédelem, egészségvédelem, akkor valósul meg, ha a résztvevők között hatékony a kommunikáció.

A hatékony kommunikáció fő területei:

a. A munkavállaló szemszögéből
b. A munkáltató szemszögéből
c. Külső szakemberek szemszögéből

Foglalkoztató ZalA-KAR Nonprofit Közhasznú KFT * Zalaszentgrót
HITELES MASOLAT
2012 JÚN 28

a. A munkavállaló érdekei:
- Minden ember számára a legfontosabb értéke az egészsége
- Jó teljesítmény, fejlődés a szakmáján belül.
- A maga elé kitűzött célok elérése.

Ezt gátló tényezők:
- a munkahelyi rossz közérzetet okozó tényezők, fizikai, lelki, stb.
- a tényezőket nem tudja megváltoztatni, mert főnök-beosztott viszonyt kezelni nem tudja, nem mer szólni

A gátló tényezők következményei:
- betegségek
- teljesítmény csökkenés
- munkahelyről való hiányzás
- lelki félelem: az új, jobb munkaerőre való kicserélésének állandó réme
- a kitűzött cél el nem érése is a belső feszültség, sikertelenség érzéséhez vezet

b. A munkáltató érdekei
- jó szakember, megbízható munkatárs megtalálása
- teljesítmény állandó növelése
- új munkaerő betanításának nehézsége
- kevesebb hiányzás (betegszabadság, táppénz fizetésének anyagi terhei)
- munkahelyi balesetek számának minimalizálása
- selejtes munkaeredmények, produktumok létrehozásának minimalizálása
- kellemes munkahelyi légkör megteremtése

Ezt gátló tényezők:
- a munkaerő állandó betegsége, hiányzás
- a betegszabadság és a táppénz többletköltséget jelent a munkaadónak
- a figyelmetlen, fáradt ember többször hibázik – nem megfelelő az elvégzendő munka eredménye
- munkahelyi feszültségek: a főnök- beosztott hierarchikus viszonyban nincs meg a megfelelő, eredményes kommunikáció
- munkahelyi környezetben állandó feszültség található

A gátló tényezők következményei:

- elégedetlen a munkavállaló is és a munkáltató is
- kettő vagy több táborra szakad a munkahely
- klikkesedés: a valós munka háttérbe szorul (másodlagossá válik)
- a szakmai munka elértéktelenedik
- nem érzi sem a munkavállaló, sem a munkáltató magáénak a munkát, nem találja meg benne céljait
- állandó a fluktuáció, csökken a jó szakemberek, szakértők száma
- állandó belső kommunikációs félreértések
- az érdemi munkából „látszat-munka" lesz

c. Külső szakember

HITELES MÁSOLAT

2012 JÚN 28

ZalaKAR Nonprofit Kft. Zalaszentgrót

A munkahelyi egészségfejlesztő

Munkahelyi egészségfejlesztő, akinek a feladata egy munkahely vonatkozásában:

- felmérni a konkrét munkahelyeken a munkavállaló és munkáltató érdekeit, és megtalálni a közös kapcsolódási pontokat
- hasonló érdekek mentén való összehangolt működés elősegítése
- a kettő vagy több táborhoz a megfelelő kommunikációs kódok megtalálása

Fontos feladata:

- a valóságos probléma megtalálása, felmérése
- annak megfigyelése, hogy melyek valóban a munkavállaló és a munkáltató érdekei
- az egészségügyi és a munkavédelmi szakemberekkel való összehangolt együttműködés
- szakmai analízis készítése
- megfelelő hitelességgel kommunikálni mindezt a munkavállaló illetve a munkáltató felé

1. Lehet munkahelyi egészségfejlesztő a munkavállaló, ebben az estben használható kommunikációs módszerek, eszközök:

- személyes beszélgetések
- figyelemfelkeltő feliratok, plakátok
- kérdőíves felmérés
- jó megoldások, megoldás lehetőségek ismertetése: más munkahelyek tapasztalatai
- egészségkárosító tényezők hatásának megismerése, megelőzés lehetőségei, ezekkel kapcsolatos egészségfejlesztő programok elfogadtatása, megszervezése
- egészségfejlesztő programok kidolgozása, megszervezése:
  - egészséges táplálkozás: üzemi konyha, büfé megfelelő kínálata, az egészségesebb ételek népszerűsítése (reformkonyha, étel és ital automaták egészségesebb kínálata pl. gyümölcs-automaták stb.)
  - munkahelyi torna, mozgás, sport, természetjárás stb.

2. Lehet munkahelyi egészségfejlesztő a munkáltató, ebben az estben használható kommunikációs módszerek, eszközök:

- elfogadtatni a vezetőség tagjaival a munkahelyi egészségfejlesztés szükségességét, hangsúlyozva annak költségmegtakarító hatásait, gazdasági jelentőségét (táppénzes napok száma,, helyettesítési díj csökkentése, új munkaerő betanításának költségei, munkahelyi balesetek csökkentése stb.)

- a munkahelyi juttatások közt minél több legyen egészségmegőrző, egészségfejlesztő jellegű (pl. kedvezményes uszodabérlet, fitness terem használat, egészséges étkeztetés, sporteszközök vásárlásának támogatása)
- egészségfejlesztő programok támogatása (a munkavállalók családtagjainak bevonásával)
- egészséges munkahelyi környezet és munkahelyi légkör megteremtése (fizikai és lelki tényezőkre egyaránt értendő)
- pozitív példák megismerése, együttműködés más cégekkel

3. Lehet munkahelyi egészségfejlesztő külső szakember, ebben az estben használható kommunikációs módszerek, eszközök:

- kapcsolatfelvétel a munkahely foglalkozás-egészségügyi szakorvosával valamint munkabiztonsági szakemberével: segítségével a munkahelyi kockázati tényezők feltárása
- a munkahelyi egészségfejlesztés stratégiájának a kidolgozásában való részvétel: az esetleges változtatások gazdasági jelentősége a munkáltató és a munkavállaló szempontjából
- mindezek megismertetése és elfogadtatása a munkáltatóval
- a munkavállalók szerepének jelentősége: érezzék magukénak ezt a törekvést, javaslataikat építse be, használja
- a munkahelyi egészségfejlesztő program folyamatos frissítése, a változásoknak megfelelő módosítása (pl. új technológiák bevezetése vagy új munkavállaló felvétele estén)
- a programokban való személyes részvétel és személyes példa jelentősége

2012 JÚN 28

Foglalkoztató ZÁLA KAR Nonprofit Közhasznú KFT * Zalaszentgrót

HITELES MÁSOLAT

**3. téma**

**Problémamegoldó képesség váratlan helyzetekben**

**A téma célja:** a képzési program e modulja olyan magatartási módszereket ismertet meg a résztvevőkkel, amelyek a munkavégzés során előforduló váratlan helyzetek kezelésében, logikus és szakszerű megoldásában adnak iránymutatást, kapaszkodót.

## Tananyag:

A problémamegoldó képesség meghatározása

Mit jelent, mit takar a problémamegoldó képessége?

A **képesség** nem más, mint olyan felkészültség, amely alkalmassá teszi az embert arra, hogy különböző helyzetekben hatékonyan cselekedjen. A képesség összetett: ismeretek, általános és specifikus képességek, készségek, látott, tapasztalt minták, hozzáállás, szocializációs állapot együttese.

Vannak ún. kulcskompetenciák, ezek egyike a problémamegoldás képessége.

De mit nevezünk problémának, amely a mindennapi életünkben rendszeresen előfordul? Olyan helyzet, amelyben bizonyos célt el akarunk érni, de a cél elérésének útja nem világos, nem egyértelmű, számunkra rejtve van. A problémamegoldás nem más, mint az út a módszer megkeresése a kitűzött cél eléréséhez.

A problémamegoldó képesség a munkavédelemben is egy folyamat, amelynek kiindulási helyzete magának a problémának a felismerése, a megértése, és a felmerült helyzet megoldása már meglévő ismeretek birtokában.

Váratlan helyzetek megoldása

Milyen munkavédelmi, egészségvédelmi problémákkal találkozhat a munkavállaló a munkavégzés során?
A munkavégzés során megjelenő váratlan helyzetek keletkezhetnek emberi tényezőkből, technikai tényezőkből, környezeti tényezőkből, vagy ezek együtteséből. A váratlan helyzet miatt kialakult probléma akkor oldható meg a munkavállaló számára, ha rendelkezik olyan ismeretekkel, amelyek segítségével képes a problémából kivezető utat megtalálni.

A munkavédelmi, egészségvédelemi problémák megoldása akkor lesz hatékony a munkavállaló számára, ha pontosan ismeri a munkavégzésének emberi, technikai, környezeti körülményeit, a saját teljesítőképességét, a vele szemben támasztott követelményeket, a kötelezően betartandó szabályokat.

Általános munkavállalói magatartási szabályok

HITELES MASOLAT
2012 JÚN 28

- Ott és úgy dolgozhat, amire kioktatták
- Alkohol fogyasztása tilos
- Mások és saját egészséget, életet veszélyeztetni nem szabad
- Fegyelmezetlenség, játék nem szabad
- Rend, rendezett munkakörnyezetet kell biztosítania
- Elektromos berendezést csak szakember szerelhet

A munkába álláskor a munkavállalónak biztosan meg kell tudnia a következőket:

- Melyek a munkámmal járó veszélyek és kockázatok?
- Kapok-e biztonsági képzést, és mikor?
- Mit kell tennem, hogy megvédjem magam; kell-e bármilyen védőeszközt viselnem?
- Mit kell tennem vészhelyzetben? Kapok-e ehhez képzést?
- Kihez kell fordulnom, ha a biztonsággal kapcsolatos kérdésem van?
- Hogyan jelentsek egy balesetet, egészségügyi problémát vagy bármely rendellenes eseményt?
- Mit kell tennem, ha megsérülök? Ki nyújtja az elsősegélyt?

A munkavállalónak a saját biztonsága érdekében célszerű tisztában lennie azzal, hogy a váratlan helyzeteket (pl. baleset) hogyan, milyen magatartással előzheti meg.

- **Elcsúszás és megbotlás** – a balesetek leggyakoribb okai a túlzsúfoltság, nem tisztán tartott munkaterületek, a padlóra fröccsent anyagok, szabadon hagyott kábelek vagy roncsolt padlók.

- **Gépek és felszerelések** – számos balesetet a nem megfelelő karbantartás, a biztonsági korlátok hiánya, a képzés hiánya, égést, tüzet vagy halált előidéző elektromos hiba vagy egy gép javítás előtti kikapcsolásának és áramtalanításának elmulasztása okoz.

- **Terhek emelése** – nehéz vagy ingatag terhek emelése; az emelés ügyetlen végrehajtása

- **Ismétlődő, gyors munka, különösen kényelmetlen testtartásban és elégtelen pihenőidővel** – ez izom- és ízületi fájdalmakat okozhat (izom- és csontrendszeri megbetegedések). Idetartozik pl. az összeszerelési munka.

- **Zaj** – a túlságosan magas zajszint károsíthatja a hallást, bár nehezen észlelhető, mert lassú folyamat. Az ilyen károsodást már soha nem lehet helyrehozni. Az egyéb fizikai kockázatok között szerepel a rezgés és sugárzás

- **Vegyszerek** – idetartoznak a közönséges tisztítófolyadékok, festékek és a por is. A munkahelyen található anyagok a külsőt eltorzító allergikus bőrkiütéseket, állandó asztmát, rákot vagy születési rendellenességet okozhatnak. Káros hatást fejthetnek ki a májra, az idegrendszerre és a vérre.

- **Stressz** – ez a munkaszervezés módjából eredhet – végrehajthatatlan munkaterhek, nem egyértelmű felelősségi körök, túl nagy nyomás. A stressz lehet a főnökök vagy munkatársak részéről tapasztalt durva bánásmód eredménye.

- **Erőszak** –idetartozik a verbális és fizikai erőszak, amely eredhet a munkatársaktól, vagy ügyfelektől, külső személyektől

- **Munkakörnyezet** – meleg vagy hideg hőmérséklet miatti rossz közérzet, illetve szélsőséges hőmérsékletből származó problémák; rossz világítás stb.

Munkavédelmi oktatás fontossága a váratlan helyzetek problémamegoldásában

Munkavédelmi oktatási tematika készítése és a munkavállalók oktatása

HITELES MÁSOLAT 2012 JÚN 28

A munkavédelmi oktatás minimálisan ki kell, hogy terjedjen:

- az elvárható, fegyelmezett magatartásra, a munkaképes állapotban való megjelenésre, az alkoholfogyasztás tilalmára és annak szúrópróbaszerű ellenőrzésére, továbbá következményeire
- a munkaeszközök szakszerű használatáról, gyakoroltatásáról,
- a munkahelyi veszélyforrásokra, azok megelőzésére szolgáló készségszintű felkészítésre, amely eligazítást ad a baleset, rosszullét, veszélyhelyzet esetén a lehetséges teendőkről,
- a szükséges egyéni védőeszközök használatának, kezelésének, karbantartásának gyakoroltatására

Az átadott ismeretek elsajátítását szóban vagy írásban ellenőrizni kell és annak eredményét írásban rögzített módon, a dolgozó aláírásával igazoltan kell dokumentálni.

A munkáltató felelőssége, kötelezettsége:

- A biztonsági követelményeket be kell tartani és tartatni.
- Menekülési utak, vészkijáratok, közlekedési utak, a veszélyzónák, a rakodóhelyek szabadon tartásáról gondoskodni kell
- A munkaeszközök biztonságáról gondoskodni kell.
- A munkaeszközök karbantartását oktatni kell
- Ahol a veszélyt nem lehet megszüntetni, vagy kellő mértékben csökkenteni, ott a munkáltató biztonsági és egészségvédelmi jelzéseket köteles elhelyezni.
- Ahol kockázat áll fenn, egyéni védő eszközt (EVE) köteles a munkavállaló részére biztosítani

Gyakorlati balesetmegelőzés

Közlekedési útvonalak

- A közlekedési utak feleljenek meg a rajtuk közlekedő járművek fajtájának és a forgalom nagyságának.
- Elegendő szélességűek legyenek, és jól karbantartottak.
- Megvilágítás és jó beláthatóság
- Megfelelő figyelmeztető táblák, karbantartás, megvilágítás.
- A szemetet és a mozgatható akadályokat el kell távolítani.

A munkavállaló:

- Ismerje meg a vonatkozó biztonsági előírásokat.
- Naponta végezzen ellenőrzést, és jelezze valamennyi problémát.
- Ismerje meg a jelző rendszereket. a vészhelyzetekre vonatkozó szabályokat is

ZalaKAR Nonprofit Kft. Zalaszentgrót Foglalkoztató Cégcsoport
HITELES MÁSOLAT
2012 JÚN 28

A munkavállalók kötelezettsége

- aktív együttműködés a munkáltatóval
- aktív együttműködés az intézkedésekben, továbbá az oktatások során megismert utasítások megtartásában.

## 4. téma

## A munkavállalók jogai és kötelességei a munkavédelemben

**A téma célja:** a képzési program azokat az alapvető ismeretek nyújtja a képzésben résztvevők számára, amely a munkavégzés körülményiben jelentkező biztonságtechnikai és egészségvédelmi szabályokból fakadnak. Bemutatja az egészséges és biztonságos munkavégzés feltételeit, két megközelítésben: a munkáltatókat érintő jogok és kötelességek, és kiemelten a munkavállalókat érintő jogok és kötelességek szemszögéből. A munkavállalónak meg kell ismernie nemcsak a saját munkavédelmi kereteit, szabályait, de tisztában kell lennie azzal, hogy milyen szabályok vonatkoznak e tekintetben a munkáltatóra.

HITELES MÁSOLAT
2012 JÚN 28

## Tananyag:

Az egészséges és biztonságos munkavégzés feltételei

Alapvető cél: az egészség, a munkavégző képesség megőrzése. Fontos, hogy a munkavégzésből, munkakörnyezetből származó megterhelés, a munkakörnyezetből származó tényezők ne károsítsák a munkavállaló egészségét, ne rontsák a munkavállaló munkavégző képességét.
Az egészséget nem veszélyeztető és biztonságos munkavégzés megvalósítása a munkavállalók ilyen irányú felelősségével összhangban a **munkáltató** feladata.
A munkavédelmi feladatok szakmai összefogását és szervezését, a munkabiztonsági szaktevékenység ellátását jellemzően munkavédelmi szakember végzi.

### I/1. A munkáltató kötelességei:

- a biztonságos, egészséget nem veszélyeztető munkavégzéshez a személyi, tárgyi feltételek biztosítása
- munkabiztonsági szaktevékenység ellátására megfelelő képesítéssel rendelkező személy biztosítása
- a munkahelyi kockázatértékelés elkészítése
- a szükséges utasítások kellő időben történő megadása a munkavállalók részére
- a munkakörülmények rendszeres munkavédelmi ellenőrzése
- a munkavállalók részére a munkavégzéshez szükséges biztonságos munkaeszközök biztosítása
- új technológia (vízgépészeti, vízkezelési, üzemeltetési, takarítószerek, vegyszerek) bevezetése előtt az egészségre kiható következményekről a munkavállaló tájékoztatása
- a biztonságos munkavégzést veszélyeztető körülmény fennállása esetén haladéktalan kivizsgálás és a szükséges intézkedés megtétele (közvetlen veszély esetén a munkavégzés leállítása)
- a munkabalesetek és a foglalkozási megbetegedések esetén az előírt intézkedések megtétele
- a megfelelő védőeszközök biztosítása, szükség szerint pótlása
- a munkavállalók munkavédelmi oktatása
- a munkavállalók előzetes, időszakos munkaköri alkalmassági vizsgálatának biztosítása
- gépek, berendezések időszakos biztonsági felülvizsgálatának munkabiztonsági szakértői engedéllyel rendelkező szakemberrel történő elvégeztetése.

### I/2. A munkavállaló kötelességei:

A munkavállaló csak biztonságos munkavégzésre alkalmas; alkoholtól, gyógyszerektől, narkotikumtól nem befolyásoltan, kipihenten, egészséges állapotban, a munkavégzésre vonatkozó szabályok megtartásával végezhet munkát.

A munkavállaló köteles:

- A munkavégzéshez biztosított munkaeszközök biztonságos állapotáról meggyőződni, azt a rendeltetésének megfelelően, az utasításokban előírtak szerint használni, a meghatározott karbantartási feladatokat elvégezni.
- Az egyéni védőfelszerelést (védőeszköz, védőruha) rendeltetésének megfelelően használni, tisztításáról a tőle elvárható módom gondoskodni.

- Munkaterületén a fegyelmet, rendet, tisztaságot megtartani.
- Munkavégzéshez szükséges munkaruházatot, és egyéni védőfelszerelést viselni.
- A munkája biztonságához szükséges ismereteket elsajátítani és azokat a munkavégzése során alkalmazni.
- Előzetes, időszakos munkaköri alkalmassági orvosi vizsgálaton részt venni.

I/3. Az egészséget nem veszélyeztető és biztonságos munkavégzés személyi feltételei

A munkavállaló csak olyan munkára és akkor alkalmazható, ha:

- annak ellátásához megfelelő élettani adottságokkal rendelkezik
- foglalkoztatása az egészségét, testi épségét, illetőleg egészséges fejlődését károsan nem befolyásolja
- mások egészségét, testi épségét nem veszélyezteti és a munkára alkalmasnak bizonyult

Tilos egyedül munkát végezni:

- villamos kezelőhelyiségekben
- villanyszerelői munkakörben feszültség alatt végzett munkáknál
- veszélyes maróhatású vegyszerraktárakban
- veszélyes maróhatású vegyszerek lefejtésénél
- medencék savazása során
- gáztalanító berendezéseken és közvetlen közelükben
- veszélyes körülmények között végzett hegesztésnél

HITELES MÁSOLAT
2012 JÚN 28

Fent felsorolt munkakörökben csak szakképesítéssel rendelkező és a munka végzésére kioktatott munkavállaló végezhet munkát. A segítőként munkát végzőt is ki kell oktatni. A munka irányítására az egyik munkavállalót kell megbíznia a munkahelyi vezetőnek.

A munkára történő jelentkezéskor és a munkaidő alatt alkoholszondázást lehet tartani. Az alkalmazott szondázást semleges tanú jelenlétében kell elvégezni. Az ittasság tényét, az alkoholszondás vizsgálatot megtagadó dolgozó a munkavégzéstől eltiltható, munkabérének megvonása is elrendelhető az eltiltás időtartalmára. Soron kívüli alkoholszondás ellenőrzést kell tartani munkabaleset bekövetkeztekor, illetve a munkahelyén szemmel láthatóan ittas állapotban lévő munkavállalónál.
Egyértelműen ittas munkavégzés esetén a munkavállalót a munkahelyéről el kell tiltani. Ilyen esetben a munkáltatói jogokat gyakorló ügyvezető fegyelmi eljárást indít.

**Az egyéni védőeszköz juttatásának rendje**

Amennyiben a munkakör keretében ellátandó feladatok megkívánják, a munkavállaló egyéni védőeszközt kap.

Egyéni védőfelszerelések típusai

**Medenceőrök, uszodamesterek részére:**

Védőszemüveg (tip.: Visilux)
- EU szabvány EN. 166.

- Véd a savak, lúgok, gőzök, gázok, idegen testek becsapódásától és a szaruhártyába jutásától.

Légzésvédő (tip.: SupAir FFP2SL)
- EU szabvány EN. 1492001.
- Véd szerves gőzök hatása ellen, mérgek ellen, mérsékelten veszélyes szilárd és folyékony részecskék, valamint szagok ellen.

Védőkesztyű (tip.: HTG LATEX 5000)
- EU szabvány EN. 420.
- Véd sav, lúg, hipo és más vegyszerek ellen.

PVC védőcsizma
- EU szabvány EN. 347.
- Véd sav, lúg, hipo és más vegyszerek ellen.

Saválló PVC kötény
- EU szabvány EN. 340.
- Véd sav, lúg, hipo és más vegyszerek ellen.

**Takarítónők részére:**

- védőszemüveg
- légzésvédő
- védőkesztyű
- munkavédelmi kézkrém

A munkavédelmi eszközök minősítése, engedélyezési száma és védőképességi funkciója megegyezik az uszodamesterekével.

**Karbantartók, gépészek részére:**

- védőszemüveg (ua., mint a fentiek)
- légzésvédő (ua., mint a fentiek)
- PVC védőcsizma (ua., mint a fentiek)
- védősisak (tip.: OPUS)
  - EU szabvány EN. 937.
- szerelőkesztyű
- bélelt hegesztőkesztyű (csak a hegesztési feladatot végzők részére)
- védőkesztyű (tip.: PVC Plus)
  - EU szabvány EN. 420., 421.
  - Véd sav, lúg, olaj, benzin ellen.
- hegesztő fejpajzs (csak a hegesztési feladatot végzők részére)
  lánghegesztő védőszemüveg (csak a hegesztési feladatot végzők részére)
- hegesztőkötény (csak a hegesztési feladatot végzők részére)
- lábszárvédők
- saválló védő overall

Szükséges időjárási körülmények ellen védő ruházat

**Medenceőrök és uszodamesterek részére:**

a.) eső elleni ruházat (meg. nev. orkánköpeny)
- EU szabvány EN. 340.
- Véd a csapadék ellen.

HITELES MÁSOLAT

2012 JÚN 28

b.) orkánruha (anyaga lágy PVC)
- EU szabvány EN. 340.
- Véd csapadék, sav, lúg ellen.

2012 JUN 28

Téli védőruházat:
- Bélelt téli kabát
- Bélelt nadrág

HITELES MASOLAT

**Gépészek, karbantartók részére:**

Téli védőruházat
Eső elleni ruházat

- A védőruhát, védőeszközöket a munkavállaló részére át kell adni, írásban dokumentálva annak átvételét.
- A védőfelszerelések (védőruha, védőeszköz) használatát a részlegvezetőknek ellenőrizniük kell. Abban az esetben mikor a technológia folyamat megköveteli a védőeszköz használatát (pl.: maróhatású vegyszerrel végzett tevékenység vagy hegesztés, villanyszerelés stb.) és ha a munkavállaló nem használja, a munkahelyi vezető haladéktalanul intézkedjék a tevékenység felfüggesztésére, a védőeszköz felvételére, oktassa ki a munkavállalót az EVE használatára, és az esetről vegyen fel jegyzőkönyvet.
- Ha valamely munkafolyamatnál a munkavállalót többféle ártalom érheti, minden egyes ártalomra biztosítani kell az egyéni védőfelszerelést.
- A védőfelszerelés a munkaadó tulajdonát képezi, kihordási ideje nincs, a munkavállaló tulajdonába nem kerülhet. Szakszerű és rendeltetés szerinti használatáért és megóvásáért a munkavállaló felelősséggel tartozik.
- Ha az egyéni védőeszköz már a védelmi funkciót nem tölti be, a használója köteles jelenteni a vezetőnek.
- Munkavégzéshez csak olyan védőeszközt szabad vásárolni, amely rendelkezik a megfelelő minősítésű bizonyítvánnyal.
- Az egyéni védőfelszerelésnek kihordási ideje nincs, elhasználódása esetén azonnali cseréjéről a munkavállaló gondoskodik.

Védőeszközök használatának oktatása, gyakoroltatása a munkáltató/részlegvezetők feladata.

**Védőital biztosításának rendje**

Az alábbiakban megjelölt munkakörülmények között dolgozók térítés nélküli védőital juttatására jogosultak:

- A szabadban dolgozók, ha a napi középhőmérséklet – a Meteorológiai Intézet jelentése szerint – a +4C° -ot nem haladja meg. Védőital +50C° cukrozott tea, igény szerinti mennyiségben. Cukorbetegek részére cukrozatlan teát és megfelelő édesítőszert biztosítunk. A tea cukortartalma az ital 4 súly százalékát nem haladhatja meg.
- Ha a munkahelyi hőmérséklet (zárttéri és szabadtéri munkahelyen) a 24C°-ot meghaladja, a munkavállalók részére igény szerint, de legalább félóránként 14-16C° hőmérsékletű ivóvizet, szikvizet biztosítunk a folyadékvesztés pótlására.
- A védőitalt természetben biztosítjuk, az pénzben nem váltható meg.

**Munkavédelmi oktatás rendje**

A munkavállaló kötelessége az egészséget nem veszélyeztető, biztonságos munkavégzés elméleti és gyakorlati szabályainak megismertetése.

HITELES MÁSOLAT

Munkavédelmi oktatásban kell részesíteni minden munkavállalót:

- munkaviszony létesítésekor
- munkakör megváltozásakor
- új technológiai módszer bevezetésekor
- új munkaeszköz üzembe helyezésekor
- halálos, csonkolásos vagy egyéb súlyos baleset esetén.

2012 JÚN 28

Egészségi ártalommal és baleseti veszéllyel járó munkakörökben foglalkoztatott fizikai és nem fizikai munkavállalót évenként ismételt munkavédelmi oktatásban kell részesíteni. A munkavédelmi oktatást munkaidőben kell megtartani. Az oktatás időtartalmát úgy kell meghatározni, hogy ezen idő alatt a munkavállalónak:

- el kell sajátítania a munkavégzéshez szükséges, az egészséget nem veszélyeztető és biztonságos munkavégzéshez szükséges elméleti és gyakorlati ismereteket.
- meg kell ismernie a vonatkozó szabályokat, utasításokat, információkat.
- ismernie kell a kezelendő gép, munkaeszköz, berendezés működését, kezelési szabályait, a baleseti veszélyeket, a baleset megelőzésének módját, a védőeszközöket és azok alkalmazását.

A munkavédelmi oktatást az intézmény által alkalmazott munkavédelmi referens végzi.

Az oktató köteles:

- az ismeretek elsajátításáról visszakérdezéssel meggyőződni.
- az oktatás tényét az erre a célra rendszeresített Munkavédelmi Oktatási Naplóban dokumentálni.

**Ellenőrzések személyi és tárgyi feltételei**

A szolgáltatási és műszaki vezetők személyesen kötelesek rendszeresen ellenőrizni, hogy

- a munkakörülmények, munkafeltételek megfelelnek-e a biztonsági körülményeknek.
- az egészséget nem veszélyeztető és biztonságos munkavégzésre vonatkozó szabályok betartására.
- szerszámok, gépek, berendezések munkaeszközök biztonságos (egészséges testi épséget nem veszélyeztető) működését, használhatóságát.
- a munkavállalók betartják-e a rájuk vonatkozó rendelkezéseket
- az időszakos biztonsági felülvizsgálatok meglétét.
- vész és veszély jelző berendezések megbízható működését.
- a figyelmeztető táblák meglétét.
- a tűzoltó készülékek érvényességét, használhatóságát
- a menekülő-útvonalak, vészkijáratok funkcionális használhatóságát
- érintésvédelmi és villámvédelmi előírások gyakorlati megvalósulásának meglétét
- anyagmozgatás, szállítás, tárolás biztonságtechnikai megvalósulását

- környezetvédelmi előírások gyakorlati megvalósulását
- veszélyes anyagok kezelésével, tárolásával és használatával kapcsolatos biztonságos munkavégzés megvalósulását
- veszélyes hulladék kezelésének szabályait
- tűzmegelőzési feladatok betartását
- az egyéni védőeszközök meglétét, tárolását, karbantartását, használatát
- közegészségügyi feltételek betartását
- elsősegélynyújtó helyiség állapotát, a mentőládák gyógy és kötszer tartalmát

Az ellenőrzések során rendellenességet, szabálytalanságok, biztonsági előírások be nem tartását tapasztalják, haladéktalanul intézkedjenek azok megszüntetéséről, kiküszöböléséről a biztonságos, az egészséget nem veszélyeztető munkavégzés tárgyi feltételeinek megteremtéséről, vagy erre intézkedést kérni az ügyvezetőtől.

**A szolgáltatást igénybevevők baleseteinek megelőzése**

A szolgáltatást igénybevevő vendégek testi épségének megóvása, balesetek elkerülése, kiküszöbölése a legfontosabb feladatok közé tartozik. A balesetek megelőzése érdekében a minden dolgozó a saját területén büntetőjogi felelősséggel tartozik.

A balesetek elkerülhetők, megelőzhetők, ha betartjuk, és a vendégeinkkel/ügyfeleinkkel betartatjuk:

- a házirend utasításait
- a tájékoztató táblák előírásait

**Munkáltatói kötelezettségek:**

- megfelelő létszámú és képzettségű személyzet biztosítása
- biztonságos üzemeltetési és technológiai folyamatok kidolgozása és betartása
- vonatkozó szakhatósági előírások ismertetése és alkalmazása
- balesetmentes tárgyi környezet kialakítás és fenntartása
- műszaki, karbantartási feladatok biztosítása
- balesetvédelmi, elsősegély-nyújtási ismeretek átadása
- biztonságos munkavégzési körülmények fenntartása
- szinten tartó elméleti és gyakorlati foglalkozások szervezése
- biztonsággal kapcsolatos ellenőrző tevékenység
- megelőzési intézkedések kidolgozása
- vész és veszélyjelző berendezések biztosítása
- mentőfelszerelések biztosítása
- vegyszerek és egyéb anyagok biztonságos tárolásának biztosítása
- elsősegélynyújtó helyek kijelölése, gyógy és kötszerek biztosítása
- mentőfelszerelések biztosítása

Foglalkoztató Zala KAH Nonprofit Kiemeszkedő KFT * Zalaszentgrót

2012 JÚN 28

HITELES MÁSOLAT

**Munkavállaló kötelezettsége:**

- ismerje meg és alkalmazza munkaköri feladatait
- sajátítsa el az elsősegély-nyújtási ismereteket

- vész és veszélyjelző berendezések működésének ellenőrzése
- figyelmeztető táblák meglétének ellenőrzése
- sérüléseket a sérülési naplóba bevezetni
- súlyosabb sérülés vagy rosszul lét esetén azonnal orvost kell hívni

**A környezettel kapcsolatos biztonsági rendszabályok:**

- a lehetséges elcsúszás, elesés, akadályokba ütközés veszélyének okait fel kell számolni
- a közlekedő utak padlózatában ne legyen veszélyes egyenlőtlenség
- a területen lévő bokrok, fák, kifejlett állapotban sem zavarhatják a gyalogos közlekedést, lelógott ágakat, hajtásokat 2m magasságban vissza kell vágni
- a pázsit növényzetet rendszeresen nyírni kell
- el kell végezni a kullancs- és rágcsáló irtást
- a berendezések, bútorzatok terhelhetőségének, műszaki állapotukat naponta ellenőrizni kell
- a hulladékgyűjtők elhelyezése ne zavarja a gyalogos közlekedést
- elektromos csatlakozási pontok, fedelek épek, sérülésmentesek legyenek
- aknafedeleket üzemidő alatt nem szabad nyitva tartani, ideiglenesen nyitva tartott akna mellé őrt kell állítani, vagy rögzített ráccsal körbe kell keríteni
- a járó és lépcső felületeknek csúszásmentesnek kell lenniük
- gondoskodni kell a játszó és sportterületek mindenkori balesetmentes állapotáról

HITELES MASOLAT
Zalaszentgrót
2012 JÚN 28

**5. téma:**

**Munkabalesetek, foglalkozási megbetegedések elemzése**

**A téma célja:** a képzésben résztvevők megismerkednek a munkabalesetek, valamint foglalkozásból eredő megbetegedések munkahelyi kezelésével. Az ismeretek elsajátítása megkönnyíti az ilyen típusú esetek felismerését, azonosítását, segít a helyes döntés meghozatalában.

## Tananyag:

A munkabalesetek és foglalkozási megbetegedések

1. Munkáltatók és munkavállalók kötelezettségei

A Munkavédelmi Törvény a munkáltató kötelességévé teszi az egészséget nem veszélyeztető és biztonságos munkavégzés követelményeinek megvalósítását, a munkavállalók felelősségével (kötelezettségével) összhangban. A munkáltatók felelőssége elsődleges, mivel a feltételek megteremtéséhez az eszközöket neki kell biztosítani. A munkavállalóknak azonban hatékonyan közre kell működniük a kockázatok csökkentésében - a munkabalesetek

és foglalkozási megbetegedések megelőzésében - azzal, hogy az előírásokat megtartják, a részükre biztosított védőeszközöket használják, alkalmazzák.

A munkavédelemre vonatkozó jogok gyakorlása és a kötelezettségek teljesítése során a munkáltatóknak és a munkavállalóknak együtt kell működniük. A törvény abból a felismerésből kiindulva írta elő az együttműködési kötelezettséget, hogy - amint az élet egyéb területén a munkavédelemben sem lehet az eredményeket egyoldalúan, a partnerek együttes akarata nélkül elérni, a követelményeket végrehajtani, az előírások megtartását kikényszeríteni.

**Munkahelyi vezetők kötelesek gondoskodni arról, hogy:**

- a munkahelyek, munkaeszközök, berendezések a munka- és tűzvédelmi követelményeknek megfeleljenek,
- a munkavállalók a munkájukkal összefüggő ismereteket elsajátítsák, az előírásokat betartsák, a megfelelő eszközöket, munka- illetve védőruházatot használják,
- az irányításuk alá tartozó területeken rend és fegyelem legyen.

**A munkavállalók kötelezettsége és felelőssége:**

- A munkavállaló köteles munkaképes állapotban a munkahelyén meghatározott időben megjelenni (munkaképes állapot: szellemileg és fizikailag kipihent, gyógyszer/vegyszer/biológiai szerek hatása alatt nem áll, az ítélő- és cselekvőképességét semmi sem befolyásolja).
- Előírásszerű ruházatot viselni.

Bizonyára vannak olyan munkahelyek, ahol a ruházat előírásszerű használata a felületes szemlélő számára nem bír nagy jelentőséggel (pl. irodában). Egy baleset kapcsán azonban (pl. tűsarkú cipő okozta) mindjárt megnőhet ennek a jelentősége. Például az irodában dolgozó munkavállaló egy fokozott tűz- és robbanásveszélyes üzembe műszálas ruházatban lép be, annak önmaga és mások számára is - messzemenő tragikus következményei lehetnek.

**A munkavállaló köteles:**

- a munkavégzéshez szükséges, a munka- és tűzvédelmi ismereteket elsajátítani. Ez tehát kötelesség
- rendellenességet, rosszullétet, balesetet és tűzesetet haladéktalanul jelenteni;
- a rábízott eszközöket, anyagokat munkakezdés előtt megvizsgálni,
- majd a munka- és tűzvédelmi előírások betartásával rendeltetésszerűen használni,
- a munkahelyükön rendet, tisztaságot és fegyelmet tartani.

A rendetlenség, az üzemi tisztasági szabályok be nem tartása és fegyelmezetlenség számos baleset forrása lehet.
A rendetlenség korlátozza fizikai mozgásterünket, a környezet a normálistól eltérő, váratlan hatásokat produkál, elvonja figyelmünket, ezért megsokszorozza a balesetek lehetőségét, csökkenti tevékenységünk hatékonyságát.
Tiltott {nem engedélyezett) munka, {goromba) játék, italozás - nem csupán munkaerkölcsi kategória, hanem komoly veszélyforrások táptalaja.

Ezért a fegyelmezetlenségből és italozásból eredő baleseteket illetően az újabb rendelkezések fokozottabb szigor alkalmazását követelik meg.

HITELES MASOLAT

2012 JÚN 28

A Munkavédelmi Törvény a megelőzés elsődlegessége mellett számításba veszi, hogy a munkavégzés során jelen vannak olyan előre tátható vagy nem látható veszélyek és kockázatok, amelyek balesethez vagy foglalkozási megbetegedésekhez vezetnek. Ezért kötelezi a munkáltatókat minden esetben, hogy ezeket a bekövetkezett eseteket kivizsgálja, nyilvántartásba vegye és bejelentse, valamint az okok feltárása alapján intézkednie is kell a munkabalesetek és foglalkozási megbetegedések megelőzésére.
A törvény új fogalomként vezette be a munkabaleset meghatározást a korábbi üzemi baleset, majd az azt követő foglalkozási baleset definíciók helyett. A fogalomba csak azok a balesetek tartoznak, amelyek a munkáltató részéről megelőzhetők és elháríthatók. A foglalkozási megbetegedések definíciója nem változott, de bejelentés, kivizsgálás és nyilvántartás szempontjából ide kell érteni a fokozott expozíciós eseteket is.

Munkabalesettel kapcsolatos tudnivalók

1. Baleset:
Az emberi szervezetet ért olyan egyszeri külső hatás, amely a sérült akaratától függetlenül, hirtelen vagy aránylag rövid idő alatt következik be és sérülést, mérgezést vagy más (testi, lelki) egészségkárosodást, illetőleg halált okoz.

2. Munkabaleset:
Az a baleset, amely a munkavállalót a szervezett munkavégzés során vagy azzal összefüggésben éri, annak helyétét és időpontjától és a munkavállaló (sérült) közrehatásának mértékétől függetlenül.
Nem tekinthető munkavégzéssel összefüggésben bekövetkező balesetnek (munkabalesetnek) az a baleset, amely a sérültet a lakására (szállására) menet közben éri, kivéve, ha a baleset a munkáltató saját vagy bérelt járművével történt.

**A munkavállaló köteles a balesetét, sérülését, rosszullétét közvetlen vezetőjének azonnal** jelenteni.

Foglalkozási megbetegedések

A munkavégzés során az ember szervezetében elváltozások jöhetnek létre. A fizikai és a szellemi munkavégzés környezeti hatásai egészségkárosodáshoz vezethetnek, amivel a munkaegészségügy foglalkozik

Foglalkozási megbetegedés a munkavégzés, a foglalkozás gyakorlása közben bekövetkezett olyan heveny és idült, valamint a foglalkozás gyakorlását követően megjelenő vagy kialakuló idült egészségkárosodás, amely a munkavégzéssel, a foglalkozással kapcsolatos, a munkavégzés, a munkafolyamat során előforduló fizikai-, kémiai- biológiai-, pszichoszoális és ergonómiai kóroki tényezőkre, ill. a munkavállalónak az optimálisnál nagyobb vagy kisebb igénybevételére vezethető vissza.

A munkavállaló szervezetét munka közben különféle hatások (expozíciók) érik. Ezek lehetnek szokásos és fokozott mértékűek.

A fokozott expozíciók sem haladhatják meg a munkavégzés során a munkavállaló szervezetében a megengedett mértéket. Pl. zajterhelés esetén a 4000Hz-en a 30dB halláscsökkenést bármely fülön. A biológiai expozíciós mutatók azok a paraméterek,

Foglalkoztató ZalA-KAH Nonprofit Kapacitáznú KFT * Zalaszentgrót
HITELES MASOLAT
2012 JÚN 28

amelyekkel a vegyi anyagok és a szervezet közötti kölcsönhatások mennyiségileg jellemezhetők.

A foglalkozási betegségeket kóroki tényezők szerint a következő csoportokba lehet besorolni:

**Fizikai kóroki tényezők többek között:**

- A zaj okozta halláskárosodások,
- A helyileg ható vibráció okozta betegségek,
- Az ionizáló sugárzás okozott betegségek,
- A nem ionizáló sugárzás (ultraibolya, infravörös) által okozott betegségek,
- A túlnyomás alatti munkavégzés által kiváltott betegségek.

**Kémiai kóroki tényezők többek között:**

- Az ólom és vegyületei által okozott megbetegedések,
- A higany és vegyületei által okozott megbetegedések,
- A klór által okozott megbetegedések,
- A szilikózis
- A foglalkozási asztma és allergia

HITELES MÁSOLAT
Zalaszentgrót
2012 JÚN 28

**Biológiai és kóroki tényezők:**

- Gombák okozta bőrbetegségek,
- Borelliózis (Lyme-kór),
- Kullancs okozta agyvelőgyulladás
- Foglalkozással kapcsolatban keletkezett májgyulladások (hepatitiszek),
- Foglalkozással kapcsolatban keletkezett tuberkolózis.

**Pszichoszociális, ergonómiai kóroki tényezők, mint:**

- Csontok, izmok stb. megbetegedése egyoldalú igénybevétel következtében,
- Nyomás eredetű perifériás idegkárosodás,
- Fokozott megterhelés okozta megbetegedések.

A foglalkozási betegséget, a foglalkozási heveny és idült mérgezést, a zaj okozta fokozott expozíciós eseteket az Állami Népegészségügyi és Tisztiorvosi Szolgálat (ÁNTSZ) munkáltató székhelye szerinti illetékes megyei (fővárosi) intézetéhez kell jelenteni, ki kell vizsgálni és elfogadásuk esetén nyilvántartásba kell venni.

A foglalkozás-egészségügyi szolgáltatásról szóló rendeletek meghatározzák a foglalkozás-egészségügyi szolgálat működési formáit. A rendelet szerint foglalkozás-egészségügyi szolgáltatás keretében orvosi tevékenységet csak a feltételrendszernek megfelelő orvos gyakorolhat pl. foglalkozás-orvostani szakorvos.

A munkabalesetek és foglalkozási megbetegedések korrekt bejelentése, kivizsgálása és nyilvántartása a megelőzésen túl azért is érdeke a munkáltatónak, mert ahhoz anyagi érdeke is fűződik. Az erre vonatkozó jogszabály baleseti ellátást - 100 százalékos táppénzt, rokkantság esetén kedvezőbb ellátást, halálos baleset esetén özvegyi és árvaellátások - biztosít a munkavállaló, illetve hozzátartozói számára. A Munka Törvénykönyve a munkabalesetből és

foglalkozási megbetegedésből származó - a társadalombiztosítással nem fedezett - egyéb károk megtérítését írja elő a munkáltató részéről.

A munkáltatónak minden bejelentett, illetve tudomására jutott balesetről meg kell állapítania, hogy azt munkabalesetnek tekinti-e. Ha nem tekinti munkabalesetnek, akkor erről és a jogorvoslat lehetőségéről a sérültet, halálos baleset esetén a hozzátartozót köteles értesíteni. Ezt természetesen célszerű írásban megtenni, illetve a sérültnek ezt joga van írásban kérni.

Ha a sérült, vagy halála esetén hozzátartozója a munkáltatónak a munkabaleset bejelentésével, kivizsgálásával kapcsolatos intézkedését vagy mulasztását sérelmezi, az OMMF illetékes felügyelőségéhez, vagy a területileg illetékes bányakapitánysághoz fordulhat jogorvoslatért.

A munkavédelmi képviselő részvételét lehetővé kell tenni a munkáltatónak a baleset kivizsgálásában. A képviselőknek minden esetben élniük kell ezzel a lehetőséggel, hogy a sérültet vagy hozzátartozóját a baleset korrekt kivizsgálásában támogatni tudják.

A munkabaleset bekövetkezésétől számított három éven túl a munkáltató már nem köteles a munkabalesetet bejelenteni, kivizsgálni és nyilvántartani, ezért a sérült, illetve a balesetet észlelő személy érdeke, illetve kötelessége a baleset haladéktalan jelentése.

Alkoholfogyasztás tilalmára vonatkozó előírások

A vonatkozó jogszabályok előírják, hogy az alkohol hatása alatt álló munkavállalót a munkavégzéstől el kell tiltani. Az eltiltás időtartamára munkabér nem jár. A gazdálkodó szervezetnek joga és kötelessége a munkavállalókat alkoholszondás vizsgálattal ellenőrizni. Alkoholszondás ellenőrzésre azok a személyek jogosultak, akiket a gazdálkodó szervezet vezetője írásban meghatalmaz.
Ellenőrzés során - pozitív eredmény esetén - véralkohol vizsgálat elvégzése is lehetséges. (Vérvétel az orvosi rendelő feladata.} Amennyiben az alkoholszondás ellenőrzés pozitív eredményét a munkavállaló vitatja, úgy joga van véralkoholos vizsgálatot kémi. A szondázás munkavállaló részéről történő megtagadása viszont az alkoholos állapot elismerését jelenti, s vállalnia kell az ezzel kapcsolatos következményeket.
A véralkohol vizsgálat nem tartozik az állampolgárokat megillető ingyenes orvosi ellátás körébe, pozitív eredmény esetén tehát a felmerülő költség az ittas munkavállalóra hárul.
A munkahelyen leittasodott személyeket metanol-mérgezettnek kell tekinteni, ebből csak az következhet, hogy őket mentővel a megfelelő egészségügyi ellátást biztosító intézménybe szállítják.
Az a sérült, akinek halesete az alkoholos állapottal hozható összefüggésbe, sem 100 százalékos táppénz kifizetésére, sem pedig kártérítés igénylésére nem jogosult, sőt a súlyos fegyelmi vétségen túlmenően szabálysértést követ el.

Egyéb előírások, korlátozó-tiltó rendelkezések

A munkahelyen található eszközök, gyógyszerek, vegyszerek és egyéb anyagok egyéni célra történő felhasználása, fogyasztása, eltulajdonítása szigorúan tilos és veszélyes!
Itt kell megadnunk a "rendeltetésszerű használat" elvének magyarázatát is, ami azt jelenti, hogy az eszközalkotók, a gépek szerkesztői, a technológiai előírások és szerelési utasítások készítői feltételezik a rendeltetésszerű használatot, és útmutatásaikat ennek értelmében adják meg.

Foglalkoztató Zalaszentgrót Nonprofit Közhasznú KFT * Zalaszentgrót

HITELES MÁSOLAT



2012 JÚN 28

- A munkavállaló munkahelyén köteles tartózkodni. Idegen munkahelyen csupán munkájával összefüggő céllal, külön megbízás alapján tartózkodhat.
- Azokon a munkaterületeken, ahol a munkavállaló munkahelyének és tevékenységi körének megfelelő ruházatot és lábbelit kapott, tilos más (otthoni eredetű) ruházat és lábbeli használata.

Tilos minden olyan tárgy (ékszer, ruhadísz, hiányos öltözet, rádió, stb.) viselése, hordása és használata, amely balesetet okozhat, vagy saját és munkatársai figyelmét a munkáról elvonhatja.

Ha valamely más területen rendkívüli esemény történik, tilos a munkavállalónak munkahelyét elhagyva odamenni, zavarva ezzel az elhárításra, mentésre irányuló intézkedéseket, munkálatokat. Ha azonban saját munkahelyén történik rendkívüli esemény, köteles az elhárítási, mentési tevékenységben képességei szerint helytállni.

Mindez természetesen nem zárja ki az utasításra történő segítési kötelezettséget és azt sem, hogy ha valakinek éppen beosztásából adódóan (például létesítmény tűzoltó, vagy munkahelyi elsősegélynyújtó} feladata, természetesen odamehet, sőt oda is kell mennie.
Adott esetben a rendkívüli esemény hatóköre olyan nagy is lehet, hogy a hatókörben tartózkodóknak sürgősen el kell távozni. A menekülés irányát speciális esetekben a szélirány is befolyásolhatja.

- Tilos szemetes kosárba cigarettavéget, éles, szúró tárgyat, gombostűt dobni.
- A liftbe szorultak (üzemzavar esetén) a vészjelző csengő piros színű nyomógomb (a többi nyomógombtól elütő színű) megnyomásával jelezzenek. Aki a hangjelzést észleli, köteles haladéktalanul a liftszerelőket értesíteni.

HITELES MÁSOLAT

2012 JÚN 28

## 6. téma:

## Elsősegélynyújtás alapismeretek

Az elsősegélynyújtás célja: elhárítani az életveszélyt, megakadályozni az állapotromlást. Sérült, balesetet szenvedett embertársaink segítése a tőle elvárható szinten mindenkinek erkölcsi és törvényes kötelessége. Különös fontossággal bír az a munkahelyen sérült munkatársak esetében, ezért az elsősegélynyújtásra megfelelően kiképzett, szakismeretekkel rendelkező munkavállalókat célszerű biztosítani.

Elemi fokon az elsősegélynyújtás mindenkinek kötelessége, ennél magasabb fokon orvosi feladat, amelyet szükség esetén a beteg végleges szakintézeti, kórházi ellátása követ.

Alapvető szabályok:
a.) Mindenki köteles bajbajutott dolgozótársának segítséget nyújtani.

b.) A sérülttel szigorúan csak azt és annyit szabad tenni, amihez az elsősegélynyújtó ért. Ha bizonytalan a konkrét sérülést illetően, akkor nem szabad "buzgalmában" olyat tenni, ami esetleg árthat a sérültnek. A második alapszabály tehát: nem ártani!

c) Több sérült esetén mindig a legsúlyosabban sérültet kell ellátni először, majd a súlyossági sorrendet követni:

Felhasznált irodalom:


- 1992. évi XXII. Törvény a Munka Törvénykönyvéről
- 1993. évi XCIII. törvény a munkavédelemről
- Antidiszkriminációs kézikönyv –Szociális és Munkaügyi Minisztérium 2007.
- Kommunikáció, konfliktuskezelés, tárgyalástechnika a munkahelyeken - Friedrich Ebert Alapítvány 2006.


HITELES MÁSOLAT

ZalA-KAR Nonprofit Közhasznú Kft. * Fogyatékos Zalaszentgrót

2012 JUN 28