

**Vysoká škola Zdravotníctva a Sociálnej práce Sv.  
Alžbety, Palackého 1 , 811 02 Bratislava**

## **Smernica**

### **Bezpečné pracovné postupy**

Bezpečné pracovné postupy pre Vysokú školu Zdravotníctva a Sociálnej práce Sv. Alžbety, Palackého 1, 811 02 Bratislava, v zmysle § 6, ods. 1, písm. i) zákona NR SR č. 124/2006 Z. z. v znení neskorších predpisov o bezpečnosti a ochrane zdravia pri práci.

V Bratislave , dňa: 01.05.2016

**Vypracoval:**  
**Ľubomír Buchta**  
autorizovaný bezpečnostný  
technik

**Schválil:**  
**Rastislav Hochman, Mgr.**  
vedúci oddelenia

## 1. Úvodné ustanovenie:

V zmysle § 6, ods. 1, písm. i) zákona NR SR č. 124/2006 Z. z. v znení neskorších predpisov o bezpečnosti a ochrane zdravia pri práci „je zamestnávateľ v záujme zaistenia bezpečnosti a ochrany zdravia pri práci povinný dodržiavať povinnosti ustanovené osobitnými predpismi a ďalej je povinný určovať bezpečné pracovné postupy“.

## 2. Rozsah platnosti:

Riaditeľ v súlade so zákonom č. 124/2006 Z. z. v znení neskorších predpisov o bezpečnosti práce vydáva tieto bezpečné pracovné postupy, ktorými sú povinní riadiť sa zamestnanci pre Vysokú školu Zdravotníctva a Sociálnej práce Sv. Alžbety, Palackého 1, 811 02 Bratislava, ako aj zamestnanci iných právnických alebo fyzických osôb pracujúci v objekte alebo v zariadeniach spoločnosti.

## 3. Zásady bezpečného správania sa na pracovisku:

- Dodržiavať bezpečnostné predpisy platné pre jednotlivé pracoviská a pre vykonávanú prácu.
- Rešpektovať príkazy a pokyny svojich nadriadených a orgánov dozoru nad bezpečnosťou práce.
- Počínať si na pracovisku a pri práci tak, aby nebolo ohrozené zdravie Vaše a kolegov.
- Oboznámiť sa s rizikami pracoviska a vykonávanej práce, ako aj so spôsobmi ochrany proti nim.
- Zúčastňovať sa na Inštruktážach a školeniach bezpečnosti práce.
- Pri práci najprv myslieť a až potom konať.
- Používať pri práci osobné ochranné prostriedky všade tam, kde je to predpísané; pred začatím práce si obliecť pracovný odev a pevnú obuv.
- Pracovať len s vhodnými a bezchybnými nástrojmi, náradím a pracovnými pomôckami.
- Pracovať len na pridelenom stroji a zariadení; neobsluhovať zariadenia bez poverenia a potrebnej kvalifikácie.
- Pred spustením stroja prekontrolovať jeho bezpečnostné zariadenia a neodstraňovať ich pri práci.
- Čistiť, opravovať a udržiavať v prevádzkyschopnom stave podľa návodu na obsluhu len vo vypnutom stave.
- Neodstraňovať nefunkčné elektrické zariadenia a každý zistený nedostatok ihneď hlásiť svojmu nadriadenému.
- Na pracovisku používať len vyhradené cesty a priechody na komunikáciu.
- Materiál ukladať len na vyhradených miestach a nezatarasovať ním priestory okolo stroja a priechodové cesty ako aj prístupy k uzáverom vody, plynu a vypínačom el. prúdu.
- Podlahy, cesty a komunikácie nesmú byť klzké, mokré a musia mať rovný povrch.
- Otvory a priehlbiny v podlahách musia byť zakryté a kryty osadené na rovnakej úrovni s okolitou podlahou.
- Všetky vnútorné komunikácie v pracovných priestoroch musia byť od ostatných plôch farebne odlišené inou farbou povrchu.
- Za poľadovice alebo snehu musia byť cesty, schody, lávky, rampy očistené a posypané.
- Na pracovisku dodržiavať poriadok a čistotu; dbať na osobnú hygienu.
- Pri práci vo výške používať rebrík alebo bezpečnú plošinu, prípadne aj ochranný prostriedok.

- Rešpektovať príkazy a zákazy uvedené na výstražných tabuľkách, najmä: "Zákaz vstupu nezamestnaným osobám", " Zákaz fajčiť a vstupovať s otvoreným ohňom" a pod..
- Zákaz požívať alkoholické nápoje a iné omamné prostriedky počas pracovnej doby a vstupovať pod ich vplyvom na pracoviská.
- Zistené nedostatky na pracovisku ihneď odstrániť podľa možností resp. oznámiť svojmu nadriadenému.
- Každé poranenie a úraz, ktorý sa stane na pracovisku, hlásiť svojmu nadriadenému neodkladne a dať sa ošetriť.
- Osvojiť si zásady poskytovania prvej pred lekárskej pomoci postihnutým zamestnancom.
- Svoje pracovisko pred jeho opustením upratať a presvedčiť sa či sú vypnuté prívody energií.

#### **4. Zásady bezpečnej práce v administratíve:**

- Zamestnanci v administratíve musia predchádzať pracovným úrazom tým, že svoju prácu vykonávajú starostlivo, s rozvahou, obvyklým spôsobom a primeraným správaním.
- Nesmú sa používať poškodené stoly, stoličky, kancelársky nábytok a zariadenia.
- Je zakázané hojdať sa pri práci v kancelárii na stoličkách resp. kreslách.
- Kancelársky nábytok sa nesmie používať za účelom výstupu do výšky.
- Po chodbách a schodištiach sa nesmie utekať.
- Zamestnanci v administratíve môžu elektrické zariadenia len obsluhovať - t. j. vypínať a zapínať el. stroje a zariadenia, zasúvať a vysúvať ich pohyblivé prívody, zapínať ističe, vymieňať žiarovky, v odpojenom stave prenášať a čistiť.
- Pri obsluhu elektrických zariadení zamestnanci postupujú podľa návodu výrobcov (variče, varné kanvice, mikrovlnné rúry, faxy, rozmnožovacie stroje, ohrievače, el. písacie stroje, počítače, sušiče rúk, ventilátory, atď.).
- Poškodené el. zariadenia sa nesmú používať; treba zabezpečiť ich odbornú opravu. Zamestnanec nesmie rozoberať a opravovať el. zariadenia alebo približovať sa k odkrytým častiam týchto zariadení.
- Administratívny zamestnanec musí rešpektovať bezpečnostné tabuľky, ktoré sú umiestnené na el. zariadeniach.

#### **5. Základné bezpečnostné predpisy pri upratovacích prácach:**

- Upratovať len miesta a priestory, kde nie sú prítomní zamestnanci, resp. návštevníci, aby sa z bezpečnostných dôvodov nezvyšovalo ohrozenie osôb z pádov a pošmyknutí na mokrej podlahe.
- Elektrické svietidlá sa môžu čistiť len vo vypnutom stave suchou handrou.
- Ochranné kryty možno umývať len po ich odmontovaní zo svietidiel; späť sa môžu nasadiť až po uschnutí.
- Predlžovacia šnúra - pohyblivý prívod prenosných elektrických spotrebičov nesmie byť dlhší ako 12 metrov a musí mať rovnaký počet a prierez žíl ako prvý pohyblivý prívod.
- Pohyblivý prívod musí mať neporušenú zásuvku a vidlicu.
- Obsah košov a nádob na odpadky sa nesmie vyberať rukami, pri čistení a dezinfekcii pomocou chemických prostriedkov sa musia používať ochranné rukavice a pracovný odev.
- Za prácu vo výške sa považuje práca vo výške chodidiel od podlahy a pri práci na rebríku nad 5 m sa musí použiť prostriedok osobného zabezpečenia.
- Upratovačky vykonávajúce prácu vo výške musia byť zdravotne a odborne spôsobilí - 1 x za 12 mesiacov.

- Pri práci používať vhodné pomôcky (jednoduchý rebrík, dvojité rebrík, schodíky); je zakázané používať stoličky, stoly alebo používať iné nebezpečné postupy a improvizácie.
- Rebríky a schodíky musia byť v bezchybnom stave; dvojité rebríky musia byť zabezpečené retiazkami alebo iným mechanickým zariadením resp. spôsobom.
- Pri čistení okien je zakázané na ne vystupovať alebo sa z nich vykláňať bez predchádzajúceho zabezpečenia bezpečnostným pásom s lanom.
- Na okenné rámy, kde nie je možné bezpečne uchytiť bezpečnostné lano alebo ak ide o okná so zníženou pevnosťou (staré), sa nesmie vystupovať.
- Bezpečnostné lano sa musí upevniť o pevné miesto, ktoré určil vedúci zamestnanec.
- Upratovačky musia byť oboznámené s existujúcimi ohrozeniami:
  1. šmykľavosť povrchov podláh pri mokrom upratovaní,
  2. pichnutie a rez pri čistení predmetov s ostrými hranami a rohmi,
  3. poranenie el. prúdom pri obsluhu el. zariadení,
  4. pád z výšky.

## 6. Práce na rebríkoch:

- Pri práci na rebríku, keď je zamestnanec chodidlami vo väčšej výške ako 5 m musí používať osobné zabezpečenie proti pádu.
- Bezpečnostné lano musí byť také, aby zamestnanec bol pri páde zachytený v hĺbke max. 1,5 m pod pracovným stanovišťom.
- Použitý rebrík musí byť stabilný, spoje musia byť pevné a priečky nepoškodené.
- Rebríky opravované klincovaním, drôtovaním, nadlomené s kruhovým prierezom priečok sa nesmú používať.
- Pevnosť rebríkov a ich stabilita sa musí každoročne preukázateľne kontrolovať.
- Zamestnanci pracujúci vo výške musia mať zdravotné osvedčenie zdravotnej spôsobilosti pre prácu vo výškach.
- Na rebrík môže vystupovať len jeden zamestnanec, ktorého na túto prácu určil vedúci.
- Obuv vystupujúceho na rebrík musí byť pevná (nie s voľnou pätou), s protišmykovou a čistou podrážkou.
- Priečky na rebríku neslúžia na odpočívanie, ale na výstup a čiastočné pridržiavanie sa.
- Rebrík možno používať len na krátkodobé fyzicky nenáročné práce pri použití jednoduchého náradia.
- Pri vystupovaní a zostupovaní musí byť zamestnanec otočený tvárou k rebríku a musí mať možnosť pridržať sa obidvoma rukami.
- Po rebríku sa nesmie vynášať alebo znášať ťažšie bremená ako 20 kg.
- Na jednom rebríku je zakázané pracovať s inou osobou nad sebou.
- Pred výstupom musí byť rebrík stabilne zabezpečený proti posunutiu, bočnému vychýleniu, prevráteniu alebo rozovretiu.
- Sklon jednoduchého rebríka nesmie byť menší ako 1 : 2,5.
- Jednoduché rebríky musia pri výstupe presahovať konštrukcie o 1,1 m, ak nejde o výstup na tieto konštrukcie musí rebrík prečnievať alebo byť opretý o stenu.
- Na jednoduché rebríky možno vystúpiť max. do výšky 0,8 m od horného okraja a na dvojité do 0,5 m od horného okraja rebríka.
- Je zakázané stavať rebríky pred neuzamknuté dvere.

## 7. Bezpečnosť pri skladovaní:

- Sklad musí svojim vybavením a usporiadaním zodpovedať druhu skladovaných materiálov.
- Plochy skladu musia byť čisté, rovné a nešmykľavé.
- Najmenšia šírka prechodovej uličky, kde sa prenášajú bremená jedným smerom v jednej ruke, musí byť min. 850 mm v oboch rukách 1000 mm. Pri dvojstrannej premávke sa uvedené hodnoty zvýšia o 1500 mm.
- Regály prázdne, čiastočne i úplne zaplnené, musia byť stabilné.
- Regály musia byť trvale označené štítkami s uvedením najvyššej nosnosti bunky a počtom buniek v stĺpci.
- Regály nesmú byť preťažované.
- Je zakázané liezť a stúpať do regálov a na regály.
- Ručná manipulácia do regálov vo výške nad 1,8 m sa vykonáva z bezpečných zariadení - rebríky, pojazdne schody a pod..
- Stabilitu regálov, ich nosnosť, zvislosť a vodorovnosť kontroluje organizácia raz za rok a pri uvedení do prevádzky a pri každom premiestnení.

## 8. Bezpečnosť pri manipulácii s materiálom:

- Zamestnanec môže sám prenášať len také bremená, ktoré mu nebránia v bezpečnej chôdzi a je ich schopný ovládať bez ohrozenia seba a ostatných osôb.
- Zamestnávateľ zabezpečí používanie primeraných prostriedkov, najmä mechanických zariadení, aby sa zamestnanec vyhol nadmernej práci s bremenami.
- Zamestnanec manipulujúci s bremenami je povinný používať osobné ochranné pracovné prostriedky - pracovný odev, obuv a rukavice.
- Na všetkých prostriedkoch malej mechanizácie (paletový vozík, vysokozdvíhací vozík) musí byť vyznačená ich povolená nosnosť.
- Spôsob vykladania a nakladania materiálu musí byť vopred určený vedúcim zamestnancom.
- Smerné hmotnostné hodnoty oboma rukami zdvíhaných a prenášaných bremien pre mužov ženy rôznych vekových kategórií sú uvedené v prílohe Nariadenia vlády SR č. 281/2006 Z. z..

## 9. Zásady bezpečnosti pri údržbárskych prácach:

- Zamestnanec môže používať len nástroje, náradie a pracovné pomôcky zodpovedajúce požiadavkám bezpečnosti práce.
- Organizácia je povinná vykonávať pravidelné kontroly, údržby a opravy nástrojov, náradia a pracovných pomôcok.
- Poškodené ručné nástroje musia byť vyradené z používania.
- Ostré a špicaté náradie sa môže prevážať a prenášať len v obaloch alebo puzdrách.
- Násady nástrojov musia byť správne nasadené a zaistené proti uvoľneniu.
- Pri každom použití náradia, keď hrozí poranenie očí, sa musia použiť ochranné okuliare alebo štít a pri ohrození rúk ochranné rukavice.
- Pri práci s mechanickým ručným náradím nesmie mať zamestnanec voľne vľajúci odev, musí mať upnuté manžety rukávov a nohavíc, obutú pracovnú obuv.
- Pohyblivý privod elektriny musí byť chránený pred poškodením.
- S mechanickým náradím je zakázané pracovať na rebríkoch, vratkých predmetoch a tam, kde zamestnanec nemá dobrú stabilitu.
- Ak je mechanické náradie opatrené ochranným krytom, nesmie sa tento, alebo jeho časť, pri práci snímať alebo inak upravovať.
- Zoradovať, čistiť, mazať a opravovať mechanické nástroje je dovolené len za kľudu nástroja a pri odpojení od zdroja.

## **10. Bezpečnosť práce pri prevádzke motorových vozidiel** ( výňatok z vyhlášky SÚBP č. 208/1991 Zb. )

### **Vedenie vozidla a bezpečnostné prestávky**

- Nepretržitá doba vedenia vozidla nesmie trvať dlhšie ako 4,5 hodiny. Za túto dobu sa považuje doba vlastného vedenia vrátane prerušenia vedenia vozidla na dobu kratšiu ako 15 min.
- Po uplynutí doby uvedenej v odseku 1. musí vodič prerušiť vedenie vozidla z dôvodov bezpečnosti práce najmenej na dobu 45 min. (ďalej len „bezpečnostná prestávka“), počas ktorých nesmie vykonávať činnosť, vyplývajúcu z jeho pracovných povinností, okrem dozoru na vozidlo a jeho náklad.
- Vodič je povinný viesť evidenciu o dobe vedenia vozidla a bezpečnostných prestávkach. Záznamy môžu byť vedené technickým zariadením.
- Vodič nesmie viesť vozidlo, ak je jeho schopnosť na vedenie znížená únavou po vykonaní fyzicky namáhavej práce, ktorá mu vyplýva z jeho pracovných povinností (napr. nakladanie a vykladanie, opravy, obsluha mechanizmov), v takom prípade je prevádzkovateľ povinný pred začiatkom ďalšieho vedenia vozidla poskytnúť vodičovi primeranú prestávku.

### **Povinnosti prevádzkovateľa**

#### **Prevádzkovateľ motorových vozidiel je povinný:**

- vykonať u vodičov pred pridelením vozidla alebo pred ich priradením na iný druh a typový rad vozidiel ich oboznámenie s týmito vozidlami (skúšobnou jazdou, praktickým oboznámením s návodom výrobcu na obsluhu vozidla, manipulačným zariadením pre nakládku a vykládku a pod.),
- zabezpečiť údržbu a čistenie svojich dopravno-prevádzkových priestorov,
- označiť účelové komunikácie príslušným dopravným značením podľa osobitných predpisov,
- určiť priestory pre nakladanie a vykladanie vrátane ich bezpečného zaistenia,
- vykonať technické alebo organizačné opatrenia na svojich pracoviskách, kde dochádza k opakovanému cúvaniu alebo otáčaniu vozidiel, aby bolo zabránené možnosti vstupu osôb do ohrozeného priestoru.

**Všetci vodiči nákladných a úžitkových vozidiel sú v tejto súvislosti povinní na pracoviskách spoločnosti zaistiť bezpečné cúvanie a otáčanie pomocou spôsobilej a náležite poučenej osoby.**

### **11. Záverečné ustanovenia:**

1. Od pokynov týchto bezpečnostných pracovných postupov sa možno odchýliť len v prípade záchrany života alebo pri odvrátení novej prevádzkovej nehody a havárie, na čas nevyhnutne potrebný.
2. Bezpečnostné pracovné postupy nadobúdajú účinnosť dňom podpisu riaditeľa.