



Ocenjevanje tveganja



VARNOST IN ZDRAVJE PRI DELU



Za mala in
srednje velika
podjetja

Delovne razmere so tudi pomembne za uspeh podjetja!

Kot delodajalec ste vsakodnevno tako ali drugače prisotni v vašem podjetju. Majhna podjetja imajo določene prednosti, ker so se sposobna veliko hitreje prilagajati in se odzivati na spremembe na trgu. Vendar pa ima lahko majhnost podjetja tudi svoje pomanjkljivosti. Vi in vaši zaposleni lahko zbolite in ne morete izvajati delovnih nalog oziroma morajo nekateri delavci (tudi vi) delati precej preko običajnega delovnega časa. Enako kot velika podjetja imate tudi vi določene obveznosti: delovanje podjetja mora biti v skladu s predpisi, ki se nanašajo na najrazličnejša področja, kot so varovanje okolja, varnost in zdravje pri delu, finančno poslovanje itd. Razlika je v tem, da vi najverjetneje nimate dovolj delavcev, ki bi se na ustrezen način lahko ukvarjali s temi področji, zato smo pripravili kontrolno listo, ki vam bo olajšala izpolnjevanje obveznosti s področja varnosti in zdravja pri delu.

Varno in zdravju neškodljivo delo pomembno prispeva k uspešnemu poslovanju. Dobre delovne razmere lahko izboljšajo delovne rezultate. Slabe razmere na delovnih mestih pa lahko vodijo do nezaželenih posledic: poškodb pri delu, zdravstvenih okvar, bolezni, odsotnosti z dela zaradi slabih odnosov v kolektivu, prevelikega stresa itd. Večkrat imajo razmere na delovnih mestih (kar se tiče varnosti in zdravja pri delu) celo večji vpliv na poslovne rezultate majhnih podjetij. Poleg tega ne smete pozabiti na to, da predpisi s področja varnosti in zdravja pri delu veljajo tudi za majhna podjetja, ne samo za velika.

Navodilo za izpolnjevanje kontrolne liste:

1. **Prekrižajte ustrezen odgovor.**
2. Če se neko vprašanje ne nanaša na vaše podjetje oziroma ne pride v poštev v vašem podjetju, odgovorite z "DA".
3. Povsod, kjer ste odgovorili z odgovorom "NE", obstaja tveganje za varnost in zdravje pri delu. Potrebno je izvesti ustrezne ukrepe.
4. Če ste v posameznem sklopu vprašanj na eno ali več vprašanj odgovorili z "NE", to označite tudi v tabelah na zadnjih straneh, ki se nanašajo na posamezno vprašanje.
5. Pod posameznim sklopom vprašanj določite:
 - nevarnosti, ki so prisotne v vašem podjetju (navedite jih po vrstnem redu (po prioriteti) glede na to, kakšna je verjetnost za poškodbe ali zdravstvene okvare),
 - varnostne in zdravstvene ukrepe, ki ste oziroma jih boste izvedli,
 - rok izvedbe ukrepov.



Vsebina

Splošni varnostni in zdravstveni ukrepi, organizacija dela	4
Premeščanje bremen, delo z računalniki, ergonomija	6
Nevarne snovi	8
Hrup, zvok.....	10
Temperatura, vlažnost, razsvetljava	12
Nevarnost zaradi električnega toka	16
Nevarnost padcev, zdrsa in zadužitve, prometne poti	18
Požar, prva pomoč, urejeno (čisto) delovno mesto	20
Bolj ogrožene skupine delavcev.....	22
Druge nevarnosti za poškodbe in zdravstvene okvare	24

Izjava o varnosti z oceno tveganja je obvezna za vsakega delodajalca.

Kdo je delodajalec oziroma kdo je tisti, ki mora za svoje delavce zagotoviti varno in zdravju neškodljivo delo?

Zakon o varnosti in zdravju pri delu (Ur. list RS, št. 56/99, št. 64/01) določa, da je **delodajalec** oseba, ki na podlagi pogodbe o zaposlitvi zaposluje delavca. Kot delodajalec v smislu tega zakona se šteje tudi oseba, ki na kakršnikoli drugi pravni podlagi zaposluje delavca. Kot delodajalec se šteje tudi kmet ali fizična oseba, ki sam ali s člani svojih gospodarstev oziroma z družinskimi člani opravlja kmetijsko, pridobitno ali drugo dejavnost kot edini ali glavni poklic in ne zaposluje drugih oseb.



Splošni varnostni in zdravstveni ukrepi, organizacija dela



"Prezaposlen, preobremenjen, ne uspem pravočasno dokončati delovnih nalog".

Veliko delavcev se pritožuje zaradi prevelikih delovnih obremenitev, časovnih stisk in napetosti. Prihaja do stresnih situacij, kar zelo negativno vpliva na delavčevo zdravje. Posledica je lahko tudi predčasna (invalidska) upokožitev.

Nasveti

- Planirajte izvajanje delovnih nalog kolikor je le mogoče dobro.
- Poskusite ustvariti tiho oziroma mirno delovno okolje.
- Pogovorite se o problemih preden ti postanejo nenadzirljivi oziroma jih ne bo več mogoče enostavno rešiti.
- Razpravljajte o tem, kako ravnati s "težavnimi" strankami.
- Poskrbite za dobro vzdušje v podjetju (z različnimi aktivnostmi v podjetju in izven njega).
- Poskrbite za to, da bo dovolj odmorov med delavnikom.
- Ne delajte več kot 9 ur na dan in 45 ur na teden.



Kakšna je trenutna situacija?	DA	NE
Ali ste v podjetju organizirali zagotavljanje varnosti in zdravja pri delu (strokovni delavec za varnost in zdravje pri delu ali zunanja služba; pooblaščen zdravnik, specialist medicine dela prometa in športa itd.)?	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
Ali ste v podjetju izdelali Izjavo o varnosti z oceno tveganja, v kateri ste določili ukrepe za varno in zdravju neškodljivo delo na delovnih mestih?	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
Ali so delavci ustrezno usposobljeni za varno in zdravju neškodljivo delo?	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
Ali za delavce zagotavljate ustrezne preventivne zdravstvene preglede (ne samo ob nastopu delovnega razmerja)?	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
Ali zagotavljate, da delavci redno (odvisno od nevarnosti na delovnem mestu) dobivajo ustrezna navodila za varno delo (prilagojena posameznemu delavcu, razumljiva, nedvoumna)?	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
Ali z ustrezno organizacijo dela zagotavljate, da: - delavnik večinoma ni "nabito poln"? - delavci lahko vplivajo na tempo svojega dela? - da so delovne naloge razdeljene glede na sposobnosti delavcev? - ni potrebno pogosto delati preko rednega delovnega časa (nadure)? - da delavci lahko izkoristijo predvidene odmore?	<input type="radio"/> <input type="radio"/> <input type="radio"/> <input type="radio"/> <input type="radio"/>	<input type="radio"/> <input type="radio"/> <input type="radio"/> <input type="radio"/> <input type="radio"/>
Ali je za podjetje značilno dobro delovno vzdušje in medsebojni odnosi?	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
Ali delavci vedo, kako (s čim manj stresa) ravnati s "težavnimi" strankami?	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>



Premeščanje bremen, delo z računalniki, ergonomija



"Prosi za pomoč ali pa uporabi voziček za premeščanje bremen".

Veliko delavcev mora redno dvigovati težke predmete ali drugače uporabljati mišice rok, nog, hrbta itd. Pogosto imajo delavci težave tudi zaradi monotoni in neprestano ponavljajočih se gibov, npr. tudi pri delu z računalnikom.

Nasveti

- Ne delajte dlje kot šest ur na dan pred računalniškim zaslonom. Delo prekinjajte z rednimi krajšimi odmori.
- Oprema (stoli, mize itd.) naj bo prilagodljiva.
- Ne dvigujte predmetov, ki so težji od 25 kg. Uporabite pripomočke za dvigovanje.
- Potiskanje bremena je boljše od vlečenja. Poskusite delati vzravnano.
- Ni dobro preveč dolgo stati ali sedeti v istem položaju. Redno spreminjajte položaj telesa.
- Delo, ki se izvaja stoje, je potrebno izvajati tako, da vrat ni preveč napet.



Kakšna je trenutna situacija?	DA	NE
Ali delavci pri opravljanju dela stojijo ali sedijo dlje časa brez prekinitve?	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
Ali ste pri izbiri delovne opreme (stroji, naprave, računalniška oprema, mize, stoli itd.) upoštevali možnost nastavitve glede na značilnosti posameznega delavca (velikost, starost, spol in druge značilnosti)?	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
Ali ste izbrali tako delovno opremo, da delavci delajo s čim manj napora?	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
Ali v primeru, da delavci delajo z računalnikom več kot 4 ure na dan, upoštevate zahteve Pravilnika o varnosti in zdravju pri delu s slikovnim zaslonom (Ur. list RS, št. 30/00)?	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
Ali delavec lahko prilagodi računalniško opremo (postavitev in nastavitve računalniškega zaslona, tipkovnice, stola, mize itd.) glede na svoje želje oziroma potrebe?	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
Ali zagotavljate, da je delo, kjer je potrebno izvajati monotone, neprestano ponavljajoče gibe, in sicer nepretrgoma dalj časa, redno prekinjano s krajšimi ali daljšimi odmori?	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
Ali so delovne naloge raznolike?	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
Ali pri premeščanju (dvigovanju, potiskanju, vlečenju) težjih bremen uporabljate ustrezne pripomočke?	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
Ali pri organiziranju dela, kjer je potrebno ročno premeščanje bremen, upoštevate dejavnike, kot so spol, starost, nosečnost, značilnosti bremena, obremenitve, ki delujejo na delavca, značilnosti delovnega okolja itd.?	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
Ali pri organiziranju dela vedno skušate doseči, da se delovne naloge ne izvajajo v neugodnem položaju telesa oziroma prisilni drži?	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>



Nevarne snovi



Nevarne snovi lahko povzročijo alergije, ekceme, težave s pljuči, težave z živčnim sistemom. Veliko delavcev umre zaradi izpostavljenosti kancerogenim snovem. Poleg tega pa lahko nekatere snovi povzročijo uničujoče eksplozije.

Nasveti

- Običajno lahko prepoznate nevarne snovi s pomočjo oranžnega piktograma.
- Omejite uporabo nevarnih snovi čimbolj je to mogoče.
- Zavedajte se, da je lahko vsaka snov (kemična ali biološka) nevarna. Za nadaljnje informacije povprašajte vašega dobavitelja.
- Izogibajte se vdihavanju, požiranju ter kožnim stikom z nevarnimi snovmi.
- Pomembno je, da veste, s katerimi materiali delate, tako da boste lahko izvedli ustrezne (preventivne) varnostne ukrepe.
- Preverite oznake na nevarnih snoveh in jih primerno (ločeno) hranite.



Kakšna je trenutna situacija?	DA	NE
Ali se delovne naloge izvajajo na delovnih mestih, kjer ni prisotnosti škodljivega prahu, dima ali par?	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
Ali se delovne naloge izvajajo na delovnih mestih, kjer ni večjega tveganja za okužbo (zaradi izpostavljenosti biološkim dejavnikom)?	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
Ali veste, katere snovi uporabljate pri delu?	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
Ali veste, kako nevarne za zdravje so snovi, s katerimi prihajate v stik?	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
Ali v vašem podjetju uporabljate samo snovi, ki delavcem ne povzročajo težav (npr. solzenje oči, ekcemi, alergije, težave z dihanjem ipd.)?	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
Ali pri ravnanju z nevarnimi snovmi upoštevate zahteve predpisov, ki se nanašajo na varnost in zdravje pri delu z nevarnimi snovmi?	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
Ali so delavci ustrezno usposobljeni za ravnanje z nevarnimi snovmi?	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
Ali hranite kemične snovi v originalni embalaži in ali so na embalaži oznake jasno vidne?	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
Ali so nevarne snovi (odvisno od škodljivosti) hranjene v posebej za to namenjenih in ustrezno opremljenih prostorih?	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>



Hrup, zvok



Veliko delavcev je redno podvrženo škodljivemu hrupu na delovnih mestih. Slušna sposobnost se lahko začasno ali pa tudi trajno zmanjša pri izpostavljenosti visokim ravnom hrupa (> 85 dB (A)). Taka raven hrupa (če poskusimo oceniti brez meritev) je običajno takrat, ko je težko razumeti sogovornika, ki je oddaljen več kot dva metra od nas. Poleg tega, da hrup škodi sluhu, pa lahko tudi moti pri delu in na ta način zmanjšuje učinkovitost dela. Previsoka raven hrupa lahko zelo stresno deluje na človeka (živčnost, razdražljivost itd.).

Nasveti

- Uporabljajte samo takšno delovno opremo, ki povzroča karseda nizko raven hrupa.
- Delovno mesto uredite tako, da bodo delavci izvajali delo v čim manj hrupnem okolju.
- Kjer je to mogoče, postavite hrupno delovno opremo izven delovnega mesta delavca.
- Uporabljajte osebno varovalno opremo za varovanje sluha, če ni mogoče na drugačen način znižati raven hrupa.



Kakšna je trenutna situacija?	DA	NE
Ali je raven hrupa na delovnih mestih takšna, da ni škodljiva za zdravje delavcev?	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
Ali je raven zvoka (hrupa) na delovnih mestih takšna, da ne moti delavcev pri opravljanju delovnih nalog?	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
Ali ste (v primeru, da je raven hrupa previsoka) izvedli ustrezne varnostne in zdravstvene ukrepe in pri tem upoštevali zahteve Pravilnika o varovanju delavcev pred tveganji zaradi izpostavljenosti hrupu pri delu (Ur. list RS, št. 07/01)?	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
Ali so delovna mesta urejena tako, da delavci izvajajo delo v čim manj hrupnem okolju?	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
Ali pri nabavi delovne opreme namenite posebno pozornost ravni hrupa, ki jo ta oprema povzroča?	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
Ali so hrupni stroji in naprave, kjer je to mogoče, postavljeni v poseben prostor (izven delovnega mesta delavca)?	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
Ali ste poskusili znižati raven hrupa na čim nižjo možno raven?	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
Ali se uporablja oprema za varovanje sluha, če je to potrebno?	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
Ali je oprema za varovanje sluha prilagojena značilnostim delovnih nalog in posameznim delavcem?	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>



Temperatura, vlažnost, razsvetljava

Previsoka in prenizka temperatura, prepih, neustrezna vlažnost in razsvetljava lahko povzročijo številne težave pri opravljanju delovni nalog. Če ne drugega, so to moteči faktorji, ki pa lahko vodijo do zdravstvenih težav (tudi trajnih).

Nasveti

- Poskusite doseči, da bo temperatura na delovnih mestih vedno v sprejemljivih mejah. To je možno doseči z ustreznim prezračevanjem, izolacijo, ustreznim zasenčenjem prostorov itd.
- Namenite pozornost ustrezni vlažnosti zraka.
- Zagotovite ustrezna oblačila, če se na višino temperature ne da vplivati (dela na prostem, hladilnice itd.).
- Ustrezna razsvetljava preprečuje napenjanje oči in prispeva k kakovosti opravljanja delovnih nalog.
- Poskusite zagotoviti, da bo na delovnih mestih čim več dnevne svetlobe, ki pozitivno vpliva na ugodje človeka.



Kakšna je trenutna situacija?	DA	NE
Ali je poleti temperatura na delovnih mestih prijetna?	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
Ali je pozimi temperatura na delovnih mestih prijetna?	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
Ali je vlažnost zraka prijetna?	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
Ali zagotavljate, da na delovnih mestih ni neprijetnega prepriha?	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
Ali prilagajate delovne razmere (temperatura, vlažnost, razsvetljava...), če je to možno, glede na posameznikove potrebe in značilnost delovnih nalog?	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
Ali uporabljate ustrezna varovalna oblačila, če je to potrebno?	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
Ali je razsvetljava na delovnih mestih zadostna, tudi za natančna dela?	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
Ali je možno z ustreznimi senčili (ali kako drugače) preprečiti neposreden vpad sončne svetlobe na delovno mesto?	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
Ali vas motijo odsevi ali bleščanje na računalniškem zaslonu?	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
Ali podnevi vsaj deloma svetloba prihaja od zunaj?	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>



Varnost pri uporabi delovne opreme



Nasveti

- Stroji, aparati in druga delovna oprema morajo biti opremljeni z ustreznimi varnostnimi napravami in varovali, da za delavca ni nevarnosti v zvezi z odletavanjem delcev, brizganjem, rezanjem, stisnjenjem itd.
- Izključite stroje, ko jih ne uporabljate.
- Nikoli ne snemite ali drugače onesposobite varnostne naprave na strojih.
- Izogibajte se uporabi delovne opreme, ki povzroča prekomerne vibracije. Zamenjajte tako delovno opremo ali pa jo ustrezno modificirajte. Na primer, stiskanje je boljše od udarjanja, ali pa poskrbite za ustrezno dušenje vibracij.
- Če to ni možno, uporabite ustrezno varnostno opremo (ustrezne rokavice, ki dušijo vibracije, stoli, ki ne prenašajo vibracij na uporabnika itd.).



Kakšna je trenutna situacija?	DA	NE
Ali poznate in upoštevate zahteve Pravilnika o varnosti in zdravju pri uporabi delovne opreme (Ur. list RS, št. 89/99)?	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
Ali so premikajoči se deli strojev in druge delovne opreme ustrezno zavarovani?	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
Ali so stroji in druga delovna oprema ustrezno zavarovani pred nevarnim iskrenjem, brizganjem in odletavanjem delcev?	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
Ali so stroji redno periodično preskušani?	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
Ali ste vi in vaši delavci dovolj dobro usposobljeni za delo s stroji, aparati in drugo delovno opremo?	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
Ali so stroji opremljeni stikalom za izklop v sili, ki ga je možno enostavno doseči?	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
Ali so varnostne naprave in varovala na predvidenih mestih in pravilno delujejo oziroma se uporabljajo?	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
Ali ste poskrbeli za ustrezno varovanje delavcev pred vibracijami in udarci (sunki), ki jih povzročata delovna oprema (npr. z ustrezno ureditvijo delovnega mesta oziroma pripomočki in opremo za zmanjšanje vpliva vibracij in sunkov na človeka)?	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
Ali je stanje takšno, da delavci nimajo težav s t.i. "belimi prsti" ali težav s hrbtenico, ko uporabljajo določena orodja ali stroje?	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
Ali je poskrbljeno za varnost v zvezi z električnim tokom?	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>



Nevarnost zaradi električnega toka



Nasveti

- Vedno skrbite za sprotno ureditev pomanjkljivosti in nepravilnosti na električnih instalacijah (delovanje osnovne in dopolnilne zaščite pred električnim udarom, ustrezne tokovne vrednosti varovalk, vtičnice, stikala, ozemljitve prevodnih delov, ...).
- Vedno skrbite za brezhibnost električnih podaljševalnih garnitur in priključnih kablov (mehanske poškodbe izolacije, poškodbe vtičakov in vtičnic, prekinitve zaščitnega vodnika, ...)
- Nikoli ne posegajte v električne naprave in opremo ali električne instalacije, če so le te pod napetostjo (predvsem je mišljena omrežna napetost 220 V).
- Stalno skrbite za brezhibnost strelovodnega in ozemljitvenega sistema (obdobni pregledi in preizkusi).
- Skrbite za stalno izvajanje zahtev in ukrepov pred nevarnostjo električnega udara tudi na začasnih deloviščih (gradnja objektov, različna vzdrževalna dela, ...). Te zahteve in ukrepi so: zaščita delov pod napetostjo pred neposrednim dotikom, zaščita in namestitve kablov in svetilk, uporaba orodja razreda II in III, priključevanje električne delovne opreme preko posebnih in ustrezno izvedenih (dodatno varovanje z zaščitno napravo na diferenčni tok) električnih razdelilnikov, izenačitev potencialov in ozemljevanje, ustreznost priključevalnih elementov oz. uporaba samo namenskih priključevalnih naprav, obvezna uporaba ustreznih zaščitnih sredstev in opreme (s trajno označeno napetostjo) ter uporaba ustreznega izolirnega orodja.
- Predpis, ki obravnava posluževanje in delo na elektroenergetskih postrojih, električnih napravah, opremi in instalacijah, delovne prostore, mesta dela in delovišča, prenosna orodja in prenosne električne svetilke, ločilne transformatorje ter notranji nadzor, je Pravilnik o varstvu pri delu pred nevarnostjo električnega toka (Ur.l.RS, št.29/92).



Kakšna je trenutna situacija?	DA	NE
Ali ste v izjavi o varnosti ustrezno obravnavali nevarnosti zaradi udara električnega toka (dokumenti, pooblastila, navodila, postopki, ...)?	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
Ali so delavci ustrezno usposobljeni in seznanjeni z nevarnostmi zaradi električnega toka ter dosledno upoštevajo predpisana varnostna pravila?	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
Ali so električne instalacije ustrezno izvedene (zaščita pred električnim udarom) ter se obdobjno pregledujejo in preizkušajo?	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
Ali se zagotavlja stalna ustreznost električnih instalacij (sprotno odstranjevanje morebitnih ugotovljenih pomanjkljivosti in nepravilnosti)?	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
Ali je v vseh objektih ustrezno izvedena izenačitev električnih potencialov in ozemljitev (strelovod, ozemljilni sistem, povezave in ozemljitve električno prevodnih delov)?	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
Ali se pri delih na električnih napravah, opremi in instalacijah dosledno izvajajo predpisani varnostni ukrepi kot npr: osebna varovalna oprema, ustrezni delovni postopki, ustrezni dokumenti, ustrezna orodja in druga delovna oprema, ... (glej pravilnik)?	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
Ali se pri uporabi električne delovne opreme uporabljajo ustrezni električni podaljški ter drugi električni priključevalni elementi?	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>



Nevarnost padcev, zdrs in zadužitve, prometne poti



"Menil je, da je zidarski oder še vedno dovolj dober. Ni želel kupiti nobenih novih delov zanj. Rekel je, da je predrago. Dokler ni padel. Zaradi strohnelih desk. Na srečo je utrpel le manjše poškodbe. Sedaj mu verjetno ni več predrago."

Nasveti

- Pri delih na višini (višje od 2 m) je potrebno izvesti potrebne varnostne ukrepe, kot so ustrezni odri, varnostne vrvi itd., tako da je delavec varen pred padcem.
- Pomembno je, da so stopnice, nakladalne rampe, transportne poti in podobno načrtovane tako, da se prepreči nevarnost padca in zdrs.
- Osebe se ne smejo prevažati z napravami za dvigovanje in/ali prevoz bremen, razen če so te naprave posebej prirejene za ta namen.
- Pri delih v zaprtih prostorih (cevovodi, cisterne in drugi utesnjeni prostori) vedno obstaja nevarnost zadužitve ali zastrupitve. Vnaprej morate preveriti, kakšne nevarnosti so možne in kakšni so predpisani ukrepi. Izvedite ustrezne varnostne ukrepe, npr. uporaba jeklenk s stisnjenim zrakom.
- Pri delih v zaprtih prostorih je nujno potrebno zunanje nadzorstvo.
- Pri kopanju in vstopanju v jarke, vodnjake, gradbene jame in druge izkope se morate vedno zavedati nevarnosti, da stene popustijo in se zrušijo oziroma zdrsnejo. V tem primeru lahko pride do težkih poškodb ali celo zadužitve.



Kakšna je trenutna situacija?	DA	NE
Ali ste poskrbeli za varnost pri opravljanju delovnih nalog na višini?	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
Ali zagotavljate, da se delovne naloge ne izvajajo v primerih, ko je velika nevarnost za padec iz višine npr. zaradi nezavarovanih odprtih v tleh, neustreznega odra, neustrezne osebne varovalne opreme ipd.?	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
Ali zagotavljate, da so poti, kjer se gibljejo osebe, dobro razsvetljene, redno čiščene in vzdrževane v dobrem stanju tako, da ni nevarnosti za zdrs ali spotaknitev oseb?	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
Ali so transportne poti (za vozila in naprave) ustrezno označene, razsvetljene in vzdrževane?	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
Ali je promet vozil na območju podjetja urejen tako, da ni nevarnosti za poškodbe delavcev?	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
Ali zagotavljate, da se delavci ne prevažajo z napravami, ki niso temu posebej namenjene?	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
Ali delavci vstopajo v zaprte utesnjene prostore, vodnjake, jarke itd. tako, da se pred tem preveri ali je vstop varen oziroma se izvedejo ustrezni varnostni ukrepi?	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
Ali je pri delih v zaprtih in utesnjenih prostorih, ki jih izvaja en delavec, vedno poskrbljeno za nadzorovanje od zunaj tako, da se lahko delavcu nemudoma priskoči na pomoč?	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>



Požar, prva pomoč, urejeno (čisto) delovno mesto



Vsako leto mnogo delavcev utrpi opekline. Največ delavcev pa utrpi poškodbe zaradi zdrsa ali spotaknitve.

Nasveti

- Primerno razporejeno in urejeno delovno mesto zelo pomembno pripomore k temu, da delavci delajo varno in z večjim zadovoljstvom. Tla morajo biti iz ustreznega materiala, ustrezno vzdrževana in čiščena. Paziti je potrebno, da so poti, kjer se delavci gibljejo, urejene in brez "nastlanih" predmetov, sicer lahko pride do poškodb zaradi zdrsa ali spotaknitve.
- Pomembno je zagotoviti, da vsi delavci vedo, kje se nahajajo aparati za gašenje in kako se jih uporablja.
- Zasilni izhodi morajo biti v vsakem trenutku na voljo (brez ovir, nezaklenjen prehod...), da se delavci lahko v primeru požara hitro umaknejo na varno.
- Zelo pomembno je, da delavci vedo, kako ukrepati v primeru neljubega dogodka (požar, poplava, poškodba pri delu itd.). Delavce je potrebno predhodno seznaniti oziroma jih poučiti, kako morajo ukrepati v takih primerih.
- Potrebno je zagotoviti, da je oprema za prvo pomoč vedno na voljo na predvidenem mestu, ki ga vsi delavci poznajo. Oprema za prvo pomoč mora biti hitro dostopna in vedno popolna (redno preveriti vsebino škatle za prvo pomoč).



Kakšna je trenutna situacija?	DA	NE
Ali so tla na delovnih mestih iz ustreznega materiala, ustrezno vzdrževana in čiščena?	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
Ali skrbite za to, da na tleh ni kablov, žic in drugih predmetov, za katere ni predvideno, da se tam nahajajo?	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
Ali je možno v primeru požara hitro zapustiti prostore podjetja?	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
Ali zagotavljate, da so zasilni izhodi v vsakem trenutku na voljo (brez ovir, nezaklenjeni...)?	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
Ali imate dovolj veliko število aparatov za gašenje in se ti aparati nahajajo na predvidenih, lahko dostopnih in prepoznavnih mestih?	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
Ali zagotavljate, da so aparati za gašenje redno (periodično) preskušani?	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
Ali vsi delavci poznajo številko 112 – Center za obveščanje, gasilci, reševalna postaja?	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
Ali redno preverjate vsebino in lokacijo škatle za prvo pomoč?	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
Ali ste v organizaciji določili ukrepe, ki jih je potrebno izvesti v primeru nevarnih situacij (požar, poplava, druge neposredne nevarnosti) in v primeru poškodb pri delu?	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
Ali so delavci seznanjeni s temi ukrepi (glej prejšnje vprašanje)?	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>



Bolj ogrožene skupine delavcev

Določene skupine delavcev so, kar se tiče varnosti in zdravja pri delu, bolj ogrožene (ranljive) kot druge.

Bolj ogrožene skupine delavcev so mladi delavci, nosečnice, starejši delavci, pripravniki oziroma vajenci, invalidi, začasni delavci, delavci, ki ne razumejo jezika itd.

Nasveti

- Vsak ima svojo šibko točko. Vsak ima neke omejitve oziroma meje sposobnosti. In tega se je potrebno zavedati.
- Delovne naloge oziroma delovne razmere je potrebno prilagoditi vsakemu posameznemu delavcu glede na njegove značilnosti. Potrebno je delovno mesto prilagoditi delavcu in ne obratno.



Kakšna je trenutna situacija?	DA	NE
Ali pri zagotavljanju varnega in zdravju neškodljivega dela posvečate posebno pozornost določenim skupinam delavcev, kot so invalidi, mladoletniki, nosečnice, starejši delavci, začetniki (pripravniki, vajenci...), začasni delavci?	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
Ali pri dajanju navodil za varno delo upoštevate, da imajo morda nekateri delavci težave z razumevanjem jezika?	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
Ali pri določanju delovnih nalog oziroma organiziranju dela upoštevate značilnosti posameznih delavcev (psihofizične sposobnosti oziroma omejitve posameznikov, spol, starost, delovne izkušnje itd.)?	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
Ali upoštevate, da nosečnice nekaterih delovnih nalog ne morejo oziroma ne smejo izvajati?	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
Ali namenjate ustrezno pozornost varnosti obiskovalcev?	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>



Druge nevarnosti za poškodbe in zdravstvene okvare



Nekatere nevarnosti oziroma tveganja, ki so značilne za vaše podjetje, se morda ne nahajajo v tem kontrolnem listu.

Take nevarnosti so lahko povezane z nasiljem, spolnim nadlegovanjem, azbestom, sevanjem itd. Dejstvo, da nekatere nevarnosti niso bile vključene v kontrolni list, ne pomeni, da niso pomembne, oziroma da jih ne rabite upoštevati.

Prosimo, da kontrolni list dopolnite z vsemi nevarnostmi, ki so pomembne oziroma so prisotne v vašem podjetju.

Vprašajte se: "Ali se to nanaša na nas? Ali je to za nas pomembno?"

Če ste v posameznem sklopu vprašanj na eno ali več vprašanj odgovorili z "NE", to označite tudi v tabelah na naslednjih straneh, ki se nanašajo na posamezno vprašanje. Na ta način boste dobili boljši občutek, na katerih področjih so potrebni ustrezni varnostni in zdravstveni ukrepi.

Pod posameznim sklopom vprašanj določite:

- nevarnosti, ki so prisotne v vašem podjetju (navedite jih po vrstnem redu glede na to, kakšna je verjetnost za poškodbe ali zdravstvene okvare),
- varnostne in zdravstvene ukrepe, ki ste oziroma jih boste izvedli,
- rok izvedbe ukrepov.

Čemu je potrebno najprej (prioritetno) nameniti pozornost?

Poskusite ugotoviti, katere ukrepe je potrebno najprej izvesti. Pomagajte si z vprašanji, kot so:

- Kako lahko posamezna nevarnost ogrozi varnost in zdravje delavcev?



- Do kakšnih posledic lahko pride, če sploh ne bomo ukrepali?
- Ali lahko v celoti odpravimo določeno nevarnost?
- Ali lahko v celoti spremenimo način dela in ga na ta način naredimo varnejšega?
- Kako velika je verjetnost, da bo zaradi neustreznega stanja prišlo do poškodbe ali zdravstvene okvare?
- Ali lahko z določenimi enostavnimi in poceni ukrepi takoj zmanjšamo ali odpravimo tveganje za poškodbe ali zdravstvene okvare?

Pomembno je, da veste, katere ukrepe je potrebno najprej izvesti, preden se lotite samih ukrepov. Najprej je potrebno izvesti ukrepe v zvezi s tistimi nevarnostmi, ki najbolj ogrožajo varnost in zdravje vaših delavcev in seveda tudi vas samih. Pri uvedbi ukrepov upoštevajte, da je bolje odpraviti nevarnost za poškodbe oziroma zdravstvene okvare kot uporabljati osebno varovalno opremo. Torej, uporaba delovne opreme, ki povzroča nizko raven hrupa, je primernejša od uporabe glušnikov, čepov za ušesa in podobno; uporaba barv, ki ne vsebujejo škodljivih topil, je primernejša od uporabe opreme za varovanje dihal.

Štev.	Področje	Ali je stanje zadovoljivo?	
1.	Splošni varnostni in zdravstveni ukrepi, organizacija dela	DA	NE
Če je odgovor "NE":			
Ugotovljene nevarnosti oziroma pomanjkljivosti:		Uvedeni ukrepi oziroma izboljšave:	Datum izvedbe



Štev.	Področje	Ali je stanje zadovoljivo?	
2.	Premeščanje bremen, delo z računalniki, ergonomija	DA	NE
Če je odgovor "NE":			
Ugotovljene nevarnosti oziroma pomanjkljivosti:		Uvedeni ukrepi oziroma izboljšave:	Datum izvedbe

Štev.	Področje	Ali je stanje zadovoljivo?	
3.	Nevarne snovi	DA	NE
Če je odgovor "NE":			
Ugotovljene nevarnosti oziroma pomanjkljivosti:		Uvedeni ukrepi oziroma izboljšave:	Datum izvedbe



Štev.	Področje	Ali je stanje zadovoljivo?	
		DA	NE
4.	Hrup, zvok	DA	NE
Če je odgovor "NE":			
Ugotovljene nevarnosti oziroma pomanjkljivosti:		Uvedeni ukrepi oziroma izboljšave:	
		Datum izvedbe	

Štev.	Področje	Ali je stanje zadovoljivo?	
		DA	NE
5.	Temperatura, vlažnost, razsvetljava	DA	NE
Če je odgovor "NE":			
Ugotovljene nevarnosti oziroma pomanjkljivosti:		Uvedeni ukrepi oziroma izboljšave:	
		Datum izvedbe	



Štev.	Področje	Ali je stanje zadovoljivo?	
		DA	NE
6.	Varnost pri uporabi delovne opreme	DA	NE
Če je odgovor "NE":			
Ugotovljene nevarnosti oziroma pomanjkljivosti:		Uvedeni ukrepi oziroma izboljšave:	
		Datum izvedbe	

Štev.	Področje	Ali je stanje zadovoljivo?	
		DA	NE
7.	Nevarnost zaradi električnega toka	DA	NE
Če je odgovor "NE":			
Ugotovljene nevarnosti oziroma pomanjkljivosti:		Uvedeni ukrepi oziroma izboljšave:	
		Datum izvedbe	



Štev.	Področje	Ali je stanje zadovoljivo?	
8.	Nevarnost padcev, zdrs in zadržitve, prometne poti	DA	NE
Če je odgovor "NE":			
Ugotovljene nevarnosti oziroma pomanjkljivosti:		Uvedeni ukrepi oziroma izboljšave:	
		Datum izvedbe	

Štev.	Področje	Ali je stanje zadovoljivo?	
9.	Požar, prva pomoč, urejeno (čisto) delovno mesto	DA	NE
Če je odgovor "NE":			
Ugotovljene nevarnosti oziroma pomanjkljivosti:		Uvedeni ukrepi oziroma izboljšave:	
		Datum izvedbe	



Štev.	Področje	Ali je stanje zadovoljivo?	
10.	Bolj ogrožene skupine delavcev	DA	NE
Če je odgovor "NE":			
Ugotovljene nevarnosti oziroma pomanjkljivosti:		Uvedeni ukrepi oziroma izboljšave:	
		Datum izvedbe	

Štev.	Področje	Ali je stanje zadovoljivo?	
11.	Druge nevarnosti (naštejte jih): - - - - - -		
Če je odgovor "NE":			
Ugotovljene nevarnosti oziroma pomanjkljivosti:		Uvedeni ukrepi oziroma izboljšave:	
		Datum izvedbe	



Založil: Urad RS za varnost in zdravje pri delu
Ministrstvo za delo, družino in socialne zadeve

**KONTROLNI LIST ZA VARNOST IN ZDRAVJE PRI DELU ZA
MALA IN SREDNJE VELIKA PODJETJA**

Besedilo: mag. Milan Srna, univ. dipl.inž.,
Etbin Tratnik, univ. dipl. inž.,
Boris Ružič, univ.dipl.inž.,
Metka Teržan, dr.med.

Vir: - Checklist gezondheidsrisico's voor werkgevers met één werknemer, NIA TNO B.V.,
Ministerie van Sociale Zaken en Werkgelegenheid, december 1999

Slike in ilustracije: Travail et Sécurité, INRS, Paris

Oblikovanje: Saša Žebovec, univ.dipl.inž.

Tisk: STILGRAF, Mengeš 2001

