

The page features a decorative graphic consisting of three blue circles of varying sizes, each with a lighter blue ring around its center. These circles are arranged vertically and are connected by thin blue lines that extend from the top-left and bottom-right corners of the page towards the center, creating a sense of depth and movement.

METODICKÝ MATERIÁL

**K PROVEDENÍ ŠKOLENÍ ZAMĚSTNANCŮ
V OBLASTI BEZPEČNOSTI A OCHRANY ZDRAVÍ
PŘI PRÁCI A POŽÁRNÍ OCHRANY
(VYBĚR)**

Dokument byl vypracován pro Vysoké učení technické v Brně
a je nedílnou součástí dokumentace o školení BOZP a PO

§ 102

(1) Zaměstnavatel je povinen vytvářet bezpečné a zdraví neohrožující pracovní prostředí a pracovní podmínky vhodnou organizací bezpečnosti a ochrany zdraví při práci a přijímáním opatření k předcházení rizikům.

(2) Prevencí rizik se rozumí všechna opatření vyplývající z právních a ostatních předpisů k zajištění bezpečnosti a ochrany zdraví při práci a z opatření zaměstnavatele, která mají za cíl předcházet rizikům, odstraňovat je nebo minimalizovat působení neodstranitelných rizik.

(3) Zaměstnavatel je povinen soustavně vyhledávat nebezpečné činitele a procesy pracovního prostředí a pracovních podmínek, zjišťovat jejich příčiny a zdroje. Na základě tohoto zjištění vyhledávat a hodnotit rizika a přijímat opatření k jejich odstranění a provádět taková opatření, aby v důsledku příznivějších pracovních podmínek a úrovně rozhodujících faktorů práce dosud zařazené podle zvláštního právního předpisu jako rizikové mohly být zařazeny do kategorie nižší. K tomu je povinen pravidelně kontrolovat úroveň bezpečnosti a ochrany zdraví při práci, zejména stav výrobních a pracovních prostředků a vybavení pracovišť a úroveň rizikových faktorů pracovních podmínek, a dodržovat metody a způsob zjištění a hodnocení rizikových faktorů podle prováděcího právního předpisu.

(4) Není-li možné rizika odstranit, je zaměstnavatel povinen je vyhodnotit a přijmout opatření k omezení jejich působení tak, aby ohrožení bezpečnosti a zdraví zaměstnanců bylo minimalizováno. Přijatá opatření jsou nedílnou a rovnocennou součástí všech činností zaměstnavatele na všech stupních řízení. O vyhledávání a vyhodnocování rizik a o přijatých opatřeních podle věty první vede zaměstnavatel dokumentaci.

(5) Při přijímání a provádění technických, organizačních a jiných opatření k prevenci rizik vychází zaměstnavatel ze všeobecných preventivních zásad, kterými se rozumí

- a) omezování vzniku rizik,
- b) odstraňování rizik u zdroje jejich původu,
- c) přizpůsobování pracovních podmínek potřebám zaměstnanců s cílem omezení působení negativních vlivů práce na jejich zdraví,
- d) nahrazování fyzicky namáhavých prací novými technologickými a pracovními postupy,
- e) nahrazování nebezpečných technologií, výrobních a pracovních prostředků, surovin a materiálů méně nebezpečnými nebo méně rizikovými, v souladu s vývojem nejnovějších poznatků vědy a techniky,
- f) omezování počtu zaměstnanců vystavených působení rizikových faktorů pracovních podmínek překračujících nejvyšší hygienické limity a dalších rizik na nejnižší počet nutný pro zajištění provozu,
- g) plánování při provádění prevence rizik s využitím techniky organizace práce, pracovních podmínek, sociálních vztahů a vlivu pracovního prostředí,
- h) přednostní uplatňování prostředků kolektivní ochrany před riziky oproti prostředkům individuální ochrany,
- i) provádění opatření směřujících k omezování úniku škodlivin ze strojů a zařízení,

j) udílení vhodných pokynů k zajištění bezpečnosti a ochrany zdraví při práci.

(6) Zaměstnavatel přijímá opatření pro případ zdolávání mimořádných událostí, jako jsou havárie, požáry a povodně, jiná vážná nebezpečí a evakuace zaměstnanců včetně pokynů k zastavení práce a k okamžitému opuštění pracoviště a odchodu do bezpečí; při poskytování první pomoci spolupracuje se zařízením poskytujícím pracovnělékařskou péči. Zaměstnavatel je povinen zajistit a určit podle druhu činnosti a velikosti pracoviště potřebný počet zaměstnanců, kteří organizují poskytnutí první pomoci, zajišťují přivolání zejména zdravotnické záchranné služby, Hasičského záchranného sboru České republiky a Policie České republiky a organizují evakuaci zaměstnanců. Zaměstnavatel zajistí ve spolupráci se zařízením poskytujícím pracovnělékařskou péči jejich vyškolení a vybavení v rozsahu odpovídajícím rizikům vyskytujícím se na pracovišti.

(7) Zaměstnavatel je povinen přizpůsobovat opatření měnícím se skutečností, kontrolovat jejich účinnost a dodržování a zajišťovat zlepšování stavu pracovního prostředí a pracovních podmínek.

HLAVA II

POVINNOSTI ZAMĚSTNAVATELE, PRÁVA A POVINNOSTI ZAMĚSTNANCE

§ 103

(1) Zaměstnavatel je povinen

a) nepřipustit, aby zaměstnanec vykonával zakázané práce a práce, jejichž náročnost by neodpovídala jeho schopnostem a zdravotní způsobilosti,

b) informovat zaměstnance o tom, do jaké kategorie byla jím vykonávaná práce zařazena; kategorizaci prací upravuje zvláštní právní předpis

c) zajistit, aby práce v případech stanovených zvláštním právním předpisem vykonávali pouze zaměstnanci, kteří mají platný zdravotní průkaz, kteří se podrobili zvláštnímu očkování nebo mají doklad o odolnosti vůči nákaze,

d) sdělit zaměstnancům, které zdravotnické zařízení jim poskytuje pracovnělékařskou péči a jakým druhům očkování a jakým pracovnělékařským prohlídkám a vyšetřením souvisejícím s výkonem práce jsou povinni se podrobit, umožnit zaměstnancům podrobit se těmto očkováním, prohlídkám a vyšetřením v rozsahu stanoveném zvláštními právními předpisy nebo rozhodnutím příslušného orgánu ochrany veřejného zdraví,

e) nahradit zaměstnanci, který se podrobí pracovnělékařské prohlídce, vyšetření nebo očkování podle písmene d), případnou ztrátu na výdělků, a to ve výši průměrného výdělků, popřípadě ve výši rozdílu mezi náhradou mzdy nebo platu podle § 192 nebo nemocenským a průměrným výdělkem,

f) zajistit zaměstnancům, zejména zaměstnancům v pracovním poměru na dobu určitou, zaměstnancům agentury práce dočasně přiděleným k výkonu práce k jinému zaměstnavateli, mladistvým zaměstnancům, podle potřeb vykonávané práce dostatečné a přiměřené informace a pokyny o bezpečnosti a ochraně zdraví při práci podle tohoto zákona a podle zvláštních právních předpisů, zejména formou seznámení s riziky, výsledky vyhodnocení rizik a s opatřeními na ochranu před působením těchto rizik, která se týkají jejich práce a pracoviště,

g) zabezpečit, aby zaměstnanci jiného zaměstnavatele vykonávající práce na jeho pracovištích obdrželi před jejich zahájením vhodné a přiměřené informace a pokyny k zajištění bezpečnosti a ochrany zdraví při práci a o přijatých opatřeních, zejména ke zdolávání požárů, poskytnutí první pomoci a evakuace fyzických osob v případě mimořádných událostí,

h) jestliže při práci přichází v úvahu expozice rizikovým faktorům poškozujícím plod v těle matky, informovat o tom zaměstnankyně. Těhotné zaměstnankyně, zaměstnankyně, které kojí, a zaměstnankyně-matky do konce devátého měsíce po porodu je dále povinen seznámit s riziky s jejich možnými účinky na těhotenství, kojení nebo na jejich zdraví a učinit potřebná opatření, včetně opatření, která se týkají snížení rizika psychické a fyzické únavy a jiných druhů psychické a fyzické zátěže spojené s vykonávanou prací, a to po celou dobu, kdy je to nutné k ochraně jejich bezpečnosti nebo zdraví dítěte,

i) umožnit zaměstnanci nahlížet do evidence, která je o něm vedena v souvislosti se zajišťováním bezpečnosti a ochrany zdraví při práci,

j) zajistit zaměstnancům poskytnutí první pomoci,

k) nepoužívat takového způsobu odměňování prací, při kterém jsou zaměstnanci vystaveni zvýšenému nebezpečí újmy na zdraví a jehož použití by vedlo při zvyšování pracovních výsledků k ohrožení bezpečnosti a zdraví zaměstnanců,

l) zajistit dodržování zákazu kouření na pracovištích stanoveného zvláštními právními předpisy.

Informace a pokyny je třeba zajistit vždy při přijetí zaměstnance, při jeho převedení, přeložení nebo změně pracovních podmínek, změně pracovního prostředí, zavedení nebo změně pracovních prostředků, technologie a pracovních postupů. O informacích a pokynech je zaměstnavatel povinen vést dokumentaci.

(2) Zaměstnavatel je povinen zajistit zaměstnancům školení o právních a ostatních předpisech k zajištění bezpečnosti a ochrany zdraví při práci, které doplňují jejich odborné předpoklady a požadavky pro výkon práce, které se týkají jimi vykonávané práce a vztahují se k rizikům, s nimiž může přijít zaměstnanec do styku na pracovišti, na kterém je práce vykonávána, a soustavně vyžadovat a kontrolovat jejich dodržování. Školení podle věty první zaměstnavatel zajistí při nástupu zaměstnance do práce, a dále

a) při změně

1. pracovního zařazení,

2. druhu práce,

b) při zavedení nové technologie nebo změny výrobních a pracovních prostředků nebo změny technologických anebo pracovních postupů,

c) v případech, které mají nebo mohou mít podstatný vliv na bezpečnost a ochranu zdraví při práci.

(3) Zaměstnavatel určí obsah a četnost školení o právních a ostatních předpisech k zajištění bezpečnosti a ochrany zdraví při práci, způsob ověřování znalostí zaměstnanců a vedení dokumentace o provedeném školení. Vyžaduje-li to povaha rizika a jeho závažnost, musí být

školení podle věty první pravidelně opakováno; v případech uvedených v odstavci 2 písm. c) musí být školení provedeno bez zbytečného odkladu.

(4) Zaměstnavatel je povinen těhotným zaměstnankyním, zaměstnankyním, které kojí, a zaměstnankyním-matkám do konce devátého měsíce po porodu přizpůsobovat na pracovišti prostory pro jejich odpočinek.

(5) Zaměstnavatel je povinen pro zaměstnance, který je osobou se zdravotním postižením, zajišťovat na svůj náklad technickými a organizačními opatřeními, zejména potřebnou úpravu pracovních podmínek, úpravu pracovišť, zřízení chráněných pracovních míst a dílen, zaškolení nebo zaučení těchto zaměstnanců a zvyšování jejich kvalifikace při výkonu jejich pravidelného zaměstnání.

§ 104

Osobní ochranné pracovní prostředky, pracovní oděvy a obuv, mycí, čisticí a dezinfekční prostředky a ochranné nápoje

(1) Není-li možné rizika odstranit nebo dostatečně omezit prostředky kolektivní ochrany nebo opatřeními v oblasti organizace práce, je zaměstnavatel povinen poskytnout zaměstnancům osobní ochranné pracovní prostředky. Osobní ochranné pracovní prostředky jsou ochranné prostředky, které musí chránit zaměstnance před riziky, nesmí ohrožovat jejich zdraví, nesmí bránit při výkonu práce a musí splňovat požadavky stanovené zvláštním právním předpisem.

(2) V prostředí, v němž oděv nebo obuv podléhá při práci mimořádnému opotřebení nebo znečištění nebo plní ochrannou funkci, poskytuje zaměstnavatel jako osobní ochranné pracovní prostředky též pracovní oděv nebo obuv.

(3) Zaměstnavatel je povinen poskytovat zaměstnancům mycí, čisticí a dezinfekční prostředky na základě rozsahu znečištění kůže a oděvu; na pracovištích s nevyhovujícími mikroklimatickými podmínkami, v rozsahu a za podmínek stanovených prováděcím právním předpisem, též ochranné nápoje.

(4) Zaměstnavatel je povinen udržovat osobní ochranné pracovní prostředky v použitelném stavu a kontrolovat jejich používání.

(5) Osobní ochranné pracovní prostředky, mycí, čisticí a dezinfekční prostředky a ochranné nápoje poskytne zaměstnavatel zaměstnanci bezplatně podle vlastního seznamu zpracovaného na základě vyhodnocení rizik a konkrétních podmínek práce. Poskytování osobních ochranných pracovních prostředků nesmí zaměstnavatel nahrazovat finančním plněním.

(6) Vláda stanoví nařízením bližší podmínky poskytování osobních ochranných pracovních prostředků, mycích, čisticích a dezinfekčních prostředků a ochranných nápojů.

§ 105

Povinnosti zaměstnavatele při pracovních úrazech a nemocech z povolání

(1) Zaměstnavatel, u něhož k pracovnímu úrazu došlo, je povinen objasnit příčiny a okolnosti vzniku tohoto úrazu za účasti zaměstnance, pokud to zdravotní stav zaměstnance dovoluje, svědků a za účasti odborové organizace nebo zástupce pro oblast bezpečnosti a ochrany zdraví při práci a bez vážných důvodů neměnit stav na místě úrazu do doby objasnění příčin a okolností vzniku pracovního úrazu. O pracovním úrazu zaměstnance jiného zaměstnavatele zaměstnavatel podle věty první bez zbytečného odkladu uvědomí zaměstnavatele úrazem postiženého

zaměstnance, umožní mu účast na objasnění příčin a okolností vzniku pracovního úrazu a seznámí ho s výsledky tohoto objasnění.

(2) Zaměstnavatel vede v knize úrazů evidenci o všech úrazech, i když jimi nebyla způsobena pracovní neschopnost nebo byla způsobena pracovní neschopnost nepřesahující 3 kalendářní dny.

(3) Zaměstnavatel vyhotovuje záznamy a vede dokumentaci o všech pracovních úrazech, jejichž následkem došlo

- a) ke zranění zaměstnance s pracovní neschopností delší než 3 kalendářní dny, nebo
- b) k úmrtí zaměstnance.

Jedno vyhotovení záznamu o úrazu předá zaměstnavatel postiženému zaměstnanci a v případě smrtelného pracovního úrazu jeho rodinným příslušníkům.

(4) Zaměstnavatel je povinen ohlásit pracovní úraz a zaslat záznam o úrazu stanoveným orgánům a institucím.

(5) Zaměstnavatel je povinen přijímat opatření proti opakování pracovních úrazů.

(6) Zaměstnavatel vede evidenci zaměstnanců, u nichž byla uznána nemoc z povolání, která vznikla na jeho pracovištích, a uplatní taková opatření, aby odstranil nebo minimalizoval rizikové faktory, které vyvolávají ohrožení nemocí z povolání nebo nemoc z povolání.

(7) Vláda stanoví nařízením způsob evidence, hlášení a zasílání záznamu o úrazu, vzor záznamu o úrazu a okruh orgánů a institucí, kterým se ohlašuje pracovní úraz a zasílá záznam o úrazu.

§ 106

Práva a povinnosti zaměstnance

(1) Zaměstnanec má právo na zajištění bezpečnosti a ochrany zdraví při práci, na informace o rizicích jeho práce a na informace o opatřeních na ochranu před jejich působením; informace musí být pro zaměstnance srozumitelná.

(2) Zaměstnanec je oprávněn odmítnout výkon práce, o níž má důvodně za to, že bezprostředně a závažným způsobem ohrožuje jeho život nebo zdraví, popřípadě život nebo zdraví jiných fyzických osob; takové odmítnutí není možné posuzovat jako nesplnění povinnosti zaměstnance.

(3) Zaměstnanec má právo a povinnost podílet se na vytváření bezpečného a zdraví neohrožujícího pracovního prostředí, a to zejména uplatňováním stanovených a zaměstnavatelem přijatých opatření a svou účastí na řešení otázek bezpečnosti a ochrany zdraví při práci.

(4) Každý zaměstnanec je povinen dbát podle svých možností o svou vlastní bezpečnost, o své zdraví i o bezpečnost a zdraví fyzických osob, kterých se bezprostředně dotýká jeho jednání, případně opomenutí při práci. Znalost základních povinností vyplývajících z právních a ostatních předpisů a požadavků zaměstnavatele k zajištění bezpečnosti a ochrany zdraví při práci je nedílnou a trvalou součástí kvalifikačních předpokladů zaměstnance. Zaměstnanec je povinen

a) účastnit se školení zajišťovaných zaměstnavatelem zaměřených na bezpečnost a ochranu zdraví při práci včetně ověření svých znalostí,

b) podrobit se pracovnělékařským prohlídkám, vyšetřením nebo očkováním stanoveným zvláštními právními předpisy,

c) dodržovat právní a ostatní předpisy a pokyny zaměstnavatele k zajištění bezpečnosti a ochrany zdraví při práci, s nimiž byl řádně seznámen, a řídit se zásadami bezpečného chování na pracovišti a informacemi zaměstnavatele,

d) dodržovat při práci stanovené pracovní postupy, používat stanovené pracovní prostředky, dopravní prostředky, osobní ochranné pracovní prostředky a ochranná zařízení a svévolně je neměnit a nevyřazovat z provozu,

e) nepožívat alkoholické nápoje a nezneužívat jiné návykové látky na pracovištích zaměstnavatele a v pracovní době i mimo tato pracoviště, nevstupovat pod jejich vlivem na pracoviště zaměstnavatele a nekouřit na pracovištích a v jiných prostorách, kde jsou účinkům kouření vystaveni také nekuřáci. Zákaz požívání alkoholických nápojů se nevztahuje na zaměstnance, kteří pracují v nepříznivých mikroklimatických podmínkách, pokud požívají pivo se sníženým obsahem alkoholu, a na zaměstnance, u nichž požívání těchto nápojů je součástí plnění pracovních úkolů nebo je s plněním těchto úkolů obvykle spojeno,

f) oznamovat svému nadřízenému vedoucímu zaměstnanci nedostatky a závady na pracovišti, které ohrožují nebo by bezprostředně a závažným způsobem mohly ohrozit bezpečnost nebo zdraví zaměstnanců při práci, zejména hrozící vznik mimořádné události nebo nedostatky organizačních opatření, závady nebo poruchy technických zařízení a ochranných systémů určených k jejich zamezení,

g) s ohledem na druh jí vykonávané práce se podle svých možností podílet na odstraňování nedostatků zjištěných při kontrolách orgánů, kterým přísluší výkon kontroly podle zvláštních právních předpisů³⁶),

h) bezodkladně oznamovat svému nadřízenému vedoucímu zaměstnanci svůj pracovní úraz, pokud mu to jeho zdravotní stav dovolí, a pracovní úraz jiného zaměstnance, popřípadě úraz jiné fyzické osoby, jehož byl svědkem, a spolupracovat při objasňování jeho příčin,

i) podrobit se na pokyn oprávněného vedoucího zaměstnance písemně určeného zaměstnavatelem zjištění, zda není pod vlivem alkoholu nebo jiných návykových látek.

§ 273

(1) Plněním pracovních úkolů je výkon pracovních povinností vyplývajících z pracovního poměru a z dohod o pracích konaných mimo pracovní poměr, jiná činnost vykonávaná na příkaz zaměstnavatele a činnost, která je předmětem pracovní cesty.

(2) Plněním pracovních úkolů je též činnost konaná pro zaměstnavatele na podnět odborové organizace, rady zaměstnanců, popřípadě zástupce pro oblast bezpečnosti a ochrany zdraví při práci nebo ostatních zaměstnanců, popřípadě činnost konaná pro zaměstnavatele z vlastní iniciativy, pokud k ní zaměstnanec nepotřebuje zvláštní oprávnění nebo ji nevykonává proti výslovnému zákazu zaměstnavatele, jakož i dobrovolná výpomoc organizovaná zaměstnavatelem.

§ 274

(1) V přímé souvislosti s plněním pracovních úkolů jsou úkony potřebné k výkonu práce a úkony během práce obvyklé nebo nutné před počátkem práce nebo po jejím skončení a úkony obvyklé v době přestávky v práci na jídlo a oddech konané v objektu zaměstnavatele a dále vyšetření ve zdravotnickém zařízení prováděné na příkaz zaměstnavatele nebo vyšetření v souvislosti s noční prací, ošetření při první pomoci a cesta k nim a zpět. Takovými úkony však nejsou cesta do zaměstnání a zpět, stravování, vyšetření nebo ošetření ve zdravotnickém zařízení ani cesta k nim a zpět, pokud není konána v objektu zaměstnavatele.

(2) V přímé souvislosti s plněním pracovních úkolů je školení zaměstnanců organizované zaměstnavatelem nebo odborovou organizací, popřípadě orgánem nadřízeným zaměstnavateli, kterým se sleduje zvyšování jejich odborné připravenosti.

Zákon č. 309/2006 Sb., o zajištění dalších podmínek BOZP

§ 2

Požadavky na pracoviště a pracovní prostředí

(1) Zaměstnavatel je povinen zajistit, aby pracoviště byla prostorově a konstrukčně uspořádána a vybavena tak, aby pracovní podmínky pro zaměstnance z hlediska bezpečnosti a ochrany zdraví při práci odpovídaly bezpečnostním a hygienickým požadavkům na pracovní prostředí a pracoviště, aby

a) prostory určené pro práci, chodby, schodiště a jiné komunikace měly stanovené rozměry a povrch a byly vybaveny pro činnosti zde vykonávané,

b) pracoviště byla osvětlena, pokud možno denním světlem, měla stanovené mikroklimatické podmínky, zejména pokud jde o objem vzduchu, větrání, vlhkost, teplotu a zásobování vodou,

c) prostory pro osobní hygienu, převlékání, odkládání osobních věcí, odpočinek a stravování zaměstnanců měly stanovené rozměry, provedení a vybavení,

d) únikové cesty, východy a dopravní komunikace k nim včetně přístupových cest byly stále volné,

e) v prostorách uvedených v písmenech a) až d) byla zajištěna pravidelná údržba, úklid a čištění,

f) pracoviště byla vybavena v rozsahu dohodnutém s příslušným zařízením poskytujícím pracovnělékařskou péči prostředky pro poskytnutí první pomoci a vybavena prostředky pro přivolání zdravotnické záchranné služby.

§ 4

Požadavky na výrobní a pracovní prostředky a zařízení

(1) Zaměstnavatel je povinen zajistit, aby stroje, technická zařízení, dopravní prostředky a nářadí byly z hlediska bezpečnosti a ochrany zdraví při práci vhodné pro práci, při které budou používány. Stroje, technická zařízení, dopravní prostředky a nářadí musí být

- a) vybaveny ochrannými zařízeními, která chrání život a zdraví zaměstnanců,
- b) vybaveny nebo upraveny tak, aby odpovídaly ergonomickým požadavkům a aby zaměstnanci nebyli vystaveni nepříznivým faktorům pracovních podmínek,
- c) pravidelně a řádně udržovány, kontrolovány a revidovány.

§ 5

Požadavky na organizaci práce a pracovní postupy

(1) Zaměstnavatel je povinen organizovat práci a stanovit pracovní postupy tak, aby byly dodržovány zásady bezpečného chování na pracovišti a aby zaměstnanci

- a) nevykonávali činnosti jednotvárné a jednostranně zatěžující organismus. Nelze-li je vyloučit, musí být přerušovány bezpečnostními přestávkami; v případech stanovených zvláštními právními předpisy musí být doba výkonu takové činnosti v rámci pracovní doby časově omezena,
- b) nebyli ohroženi padajícími nebo vymrštěnými předměty nebo materiály,
- c) byli chráněni proti pádu nebo zřícení,
- d) nebyli ohroženi dopravou na pracovištích,
- e) na pracovišti se zvýšeným rizikem nepracovali osamoceně bez dohledu dalšího zaměstnance, pokud jejich ochranu nezajistí jinak,
- f) nevykonávali ruční manipulaci s břemeny, která může poškodit zdraví, zejména páteř.

(2) Bližší požadavky na způsob organizace práce a pracovních postupů, které je zaměstnavatel povinen zajistit, stanoví prováděcí právní předpis.

Nařízení vlády č. 361/2007 Sb., kterým se stanoví podmínky ochrany zdraví při práci v platném znění

Ochranné nápoje

§ 8

Bližší podmínky poskytování ochranných nápojů

(1) K ochraně zdraví před účinky zátěže teplem nebo chladem se poskytuje zaměstnanci ochranný nápoj. Ochranný nápoj musí být zdravotně nezávadný a nesmí obsahovat více než 6,5 hmotnostních procent cukru, může však obsahovat látky zvyšující odolnost organismu. Množství alkoholu v něm nesmí překročit 1 hmotnostní procento; ochranný nápoj pro mladistvého zaměstnance však nesmí obsahovat alkohol. Ochranný nápoj chránící před zátěží teplem se poskytuje v množství odpovídajícím nejméně 70 % tekutin a minerálních látek ztracených z organismu za osmihodinovou směnu potem a dýcháním, pokud v tomto nařízení není stanoveno jinak. Ochranný nápoj chránící před zátěží chladem se poskytuje teplý, v množství alespoň půl litru za osmihodinovou směnu. Při ztrátě tekutin z organismu potem a dýcháním nepřesahující hygienický limit 1,25 litru za osmihodinovou směnu se ochranný nápoj neposkytuje.

§ 32

Hodnocení zdravotního rizika

Při hodnocení zdravotního rizika psychické zátěže se zjišťuje zdroj jejího vzniku a hodnotí se ostatní okolnosti a vlivy, které vedou k jejímu vzniku.

§ 33

Minimální opatření k ochraně zdraví při práci

Práce spojené s monotonií, jakož i práce ve vnuceném pracovním tempu, musí být k omezení jejich nepříznivého vlivu na zdraví přerušovány bezpečnostními přestávkami v trvání 5 až 10 minut po každých 2 hodinách nepřetržité práce nebo musí být zajištěno střídání činností nebo zaměstnanců.

Podmínky ochrany zdraví při práci se zrakovou zátěží

§ 34

Vymezení zrakové zátěže

(1) Práci se zrakovou zátěží se rozumí trvalá práce

- a) spojená s náročností na rozlišení detailů,
- b) vykonávaná za zvláštních světelných podmínek,
- c) spojená s používáním zvětšovacích přístrojů, sledováním monitorů nebo se zobrazovacími jednotkami,
- d) spojená s neodstranitelným oslňováním.

(2) Práci spojenou s náročností na rozlišení detailů se rozumí práce, při níž je vidění zaměstnance ztíženo tvarem detailu, jeho barvou, jasnem nebo jeho pohybem¹⁴).

(3) Práci vykonávanou za zvláštních světelných podmínek se rozumí práce vykonávaná při určené barvě světla nebo při neodstranitelném kolísání jasů v prostoru zrakového úkolu nebo jeho okolí.

(4) Práci se zobrazovací jednotkou se rozumí práce vykonávaná zaměstnancem jako pravidelná součást jeho obvyklé pracovní činnosti na soustavě zařízení, které obsahuje zobrazovací jednotku, klávesnici nebo jiné vstupní zařízení, software nebo další volitelné příslušenství.

Podmínky ochrany zdraví při práci se zobrazovacími jednotkami

§ 50

Bližší hygienické požadavky na zobrazovací jednotky

(1) Na obrazovce zobrazovací jednotky se nesmí vyskytovat kmitání, plavání či poskakování znaků, řádků, střídání jasů a podobně. Jas a kontrast mezi znaky a pozadím na obrazovce musí být snadno regulovatelný i vzhledem k okolním podmínkám. Obrazovka musí svou konstrukcí umožňovat posunutí, natáčení a naklánění podle potřeby zaměstnance. Musí být umístěna tak, aby na ní nevznikaly reflexy ze svítidel či z jiných zdrojů, jako jsou okenní otvory, světlé stěny, nábytek a podobně. Vzdálenost obrazovky od očí pro obvyklou kancelářskou práci nesmí být menší než 400 mm, jas obrazovky nesmí být menší než 35 cd/m².

(2) Klávesnice musí být při trvalé práci oddělena od obrazovky, aby zaměstnanci umožnila zvolit nejvhodnější pracovní polohu. Volná plocha mezi předním okrajem desky stolu a spodní hranou klávesnice musí umožňovat opření rukou i zápěstí. Povrch klávesnice musí být matný, aby na něm nevznikaly reflexy. Písmena, číslice a symboly na tlačítkách musí být dobře čitelné a kontrastní proti pozadí.

(3) Rozměry desky stolu musí být zvoleny tak, aby bylo možné proměnlivé uspořádání obrazovky, klávesnice a dalšího zařízení. Deska pracovního stolu a dalšího zařízení musí být matná, aby na ní nevznikaly reflexy. Držák pro písemnosti musí být umístěn co nejbližší k obrazovce, tak aby pohyby hlavy a očí byly omezeny na minimum. Opěrka pro dolní končetiny musí být poskytnuta každému, kdo ji vyžaduje.

Nariadení vlády č. 378/2001 Sb., kterým se stanoví bližší požadavky na bezpečný provoz a používání strojů, technických zařízení, přístrojů a nářadí

§ 3

(1) Minimálními požadavky na bezpečný provoz a používání zařízení v závislosti na příslušném riziku vytvářeném daným zařízením jsou

a) používání zařízení k účelům a za podmínek, pro které je určeno, v souladu s provozní dokumentací; zaměstnavatel může stanovit další požadavky na bezpečnost místním provozním bezpečnostním předpisem, a to minimálně v rozsahu daném normovou hodnotou,

b) zaměstnavatelem stanovený bezpečný přístup obsluhy k zařízení a dostatečný manipulační prostor se zřetelem na technologický proces a organizaci práce, umožňující bezpečné používání zařízení,

- c) přivádění nebo odvádění všech forem energií a látek, užívaných nebo vyráběných, bezpečným způsobem,
- d) vybavení zařízení zábranou nebo ochranným zařízením nebo přijetí opatření tam, kde existuje riziko kontaktu nebo zachycení zaměstnance pohybujícími se částmi pracovního zařízení nebo pádu břemene,
- e) montování a demontování zařízení za bezpečných podmínek v souladu s návodem dodaným výrobcem, nebo není-li návod výrobce k dispozici, návodem stanoveným zaměstnavatelem,
- f) ochrana zaměstnance proti nebezpečnému dotyku u zařízení pod napětím a před jevy vyvolanými účinky elektřiny,
- g) ochrana zařízení, které může být vystaveno účinkům atmosférické elektřiny, zejména zasažení bleskem,
- h) umístění ovládacích prvků ovlivňujících bezpečnost provozu zařízení mimo nebezpečné prostory, bezpečné ovládání, a to i v případě jejich poruchy nebo poškození, dobrá viditelnost, rozpoznatelnost a v určených případech příslušné označení; nemohou-li být ovládací prvky z technických důvodů umístěny mimo nebezpečné prostory, nesmí být jejich ovládání zdrojem nebezpečí, a to ani v důsledku nahodilého úkonu,
- i) spouštění zařízení pouze záměrným úkonem obsluhy pomocí ovládače, který je k tomu účelu určen,
- l) vybavení ovládačem pro úplné bezpečné zastavení; v době, kdy se zařízení nepoužívá, jeho vypnutí a ve stanovených případech jeho odpojení od zdrojů energií a zabezpečení,
- k) vybavení ovládačem pro nouzové zastavení, který zablokuje spouštěcí ovládače tam, kde je to nutné; současně se zastavením chodu zařízení nebo jeho nebezpečné části se musí vypnout příklady energií k jeho pohonům, s výjimkou případů, kdyby tím došlo k ohrožení života nebo zdraví zaměstnanců,
- l) vybavení zařízení zřetelně identifikovatelnými zařízeními pro jeho odpojení od všech zdrojů energií; následné připojení zařízení ke zdrojům energie nesmí představovat pro zaměstnance žádné riziko,
- m) vybavení pracoviště, kde je umístěno zařízení, ovládači k zastavení některého nebo všech zařízení v závislosti na druhu rizika,
- n) upevnění, ukotvení nebo zajištění zařízení nebo jeho části vhodným způsobem, je-li to nutné pro bezpečný provoz a používání,
- o) neohrožování zaměstnance rizikovými faktory, například hlukem, vibracemi nebo teplotami, které vyvíjí zařízení,
- p) v případě potřeby označení výstražnými nebo informačními značkami, sděleními, značením nebo signalizací, které jsou srozumitelné, mají jednoznačný charakter a nesmí být poškozovány běžným provozem zařízení, a

r) vybavení vhodným ochranným zařízením a zabezpečením před ohrožením života a poškozením zdraví tak, aby chránilo zaměstnance zejména

1. před padajícími, odlétajícími nebo vymrštěnými předměty uvolněnými ze zařízení,
2. před rizikem požáru nebo výbuchu s následným požárem nebo účinků výbušných směsí látek vyráběných, užívaných nebo skladovaných v zařízení,
3. před nebezpečím vzniklým vypouštěním nebo únikem plynných, kapalných nebo tuhých emisí,
4. před možným poškozením zdraví zaměstnance způsobeným zachycením nebo destrukcí pohybující se části zařízení.

(2) Oprava, seřizování, úprava, údržba a čištění zařízení se provádějí, jen je-li zařízení odpojeno od přívodů energií; není-li to technicky možné, učiní se vhodná ochranná opatření.

(3) Obsluha musí mít možnost se přesvědčit, že v nebezpečných prostorech se nenachází žádný zaměstnanec; pokud nelze tento požadavek splnit, bezpečnostní systém před spuštěním, popřípadě zastavením zařízení musí vydávat zvukový nebo i viditelný výstražný signál, aby zaměstnanci zdržující se v nebezpečném prostoru měli vždy dostatek času nebezpečný prostor opustit.

(4) Ochranné zařízení

a) musí mít pevnou konstrukci odolnou proti poškození,

b) musí být umístěno v bezpečné vzdálenosti od nebezpečného prostoru,

c) nesmí bránit montáži, opravě, údržbě, seřizování, manipulaci a čištění; přístup zaměstnance musí být omezen pouze na tu část zařízení, kde je prováděna činnost, a to pokud možno bez sejmutí ochranného zařízení,

d) nesmí být snadno odnímatelné nebo odpojitelé,

e) nesmí omezovat výhled na provoz zařízení více, než je nezbytně nutné,

f) musí splňovat další technické požadavky na blokování nebo jištění stanovené zvláštním právním předpisem, popřípadě normovou hodnotou, nevyplyvají-li další požadavky ze zvláštního právního předpisu.

§ 4

(1) Kontrola bezpečnosti provozu zařízení před uvedením do provozu je prováděna podle průvodní dokumentace výrobce. Není-li výrobce znám nebo není-li průvodní dokumentace k dispozici, stanoví rozsah kontroly zařízení zaměstnavatel místním provozním bezpečnostním předpisem.

(2) Zařízení musí být vybaveno provozní dokumentací. Následná kontrola musí být prováděna nejméně jednou za 12 měsíců v rozsahu stanoveném místním provozním bezpečnostním předpisem, nestanoví-li zvláštní právní předpis, popřípadě průvodní dokumentace nebo normové hodnoty rozsah a četnost následných kontrol jinak.

(3) Provozní dokumentace musí být uchovávána po celou dobu provozu zařízení.

Nařízení vlády č. 362/2005 Sb., o bližších požadavcích na bezpečnost a ochranu zdraví při práci na pracovištích s nebezpečím pádu z výšky nebo do hloubky

POUŽÍVÁNÍ ŽEBŘÍKŮ

Žebřík může být pro práci ve výšce použit pouze v případech, kdy použití jiných bezpečnějších prostředků není s ohledem na rizika opodstatněné a účelné a podmínky práce to neumožňují.

Na žebříku mohou být prováděny jen **krátkodobé, fyzicky nenáročné práce** za použití ručního náradí.

Práce, při nichž se používá nebezpečných nástrojů nebo náradí jako např. přenosných řetězových pil, ručního pneumatického náradí, se na žebříku **nesmějí vykonávat**.

Při každém výstupu, sestupu a práci na žebříku musí být zaměstnanec **obrácen obličejem k žebříku**, a v každém okamžiku musí mít **možnost bezpečného uchopení a spolehlivou oporu**.

Po žebříku mohou být vynášena a snášena břemena **o hmotnosti do 15 kg**.

Po žebříku **nesmí** vystupovat a sestupovat ani na něm pracovat současně **více než jedna osoba**.

Žebřík **nesmí být používán jako přechodový můstek** a výjimkou případů, kdy je k takovému použití výrobcem určen.

Žebříky používané pro výstup a sestup musí svým horním koncem **přesahovat výstupní plošinu nejméně o 1,1 m**, tento přesah lze nahradit pevnými madly nebo jinou částí konstrukce, za kterou se lze spolehlivě přidržet.

Sklon žebříku nesmí být menší než 2,5:1, za příčlemi musí být ponechán volný prostor nejméně **0,18 m** a **u paty žebříku** ze strany přístupu musí být zachován volný prostor alespoň **0,6 m**.

Žebřík musí být umístěn tak, aby byla zajištěna jeho **stabilita** po celou dobu použití.

Přenosný žebřík musí být postaven na stabilním, pevném, rovném, dostatečně velkém, nepohyblivém podkladu tak, aby příčle byly vodorovné.

Musí být zabráněno jejich podklouznutí zajištěním bočnic na horním nebo dolním konci použitím protiskluzových přípravků nebo jiných účinných opatření.

Skládací a výsuvné žebříky musí být užívány tak, aby jednotlivé díly byly zajištěny proti vzájemnému pohybu.

Pojízdné žebříky musí být před zahájením prací a v jejich průběhu zajištěny proti pohybu.

Přenosné dřevěné žebříky o délce větší než 12 m nelze používat.

Závěsný žebřík musí být upevněn bezpečným způsobem a s výjimkou provazových žebříků zajištěn proti posunutí a rozkývání.

Provazový žebřík smí být používán pouze pro výstup a sestup.

Na žebříku lze pracovat jen v **bezpečné vzdálenosti od jeho horního konce**, za kterou se považuje:

- U opěrného žebříku vzdálenost chodidel min. 0,8 m,
- U dvojitého žebříku nejméně 0,5 m od jeho horního konce.

Při práci na žebříku, kdy stojí zaměstnanec chodidly ve výšce **nad 5 m**, **musí být zajištěn OOPP proti pádu**.

Prohlídky žebříků musí být vykonávány v souladu s návodem výrobce.

Chůze po dřevěném dvojitém žebříku (např. při malířských pracích), může být prováděna zaškolenými zaměstnanci, pohybují-li se po ploše, kde je vyloučeno nebezpečí ztráty stability žebříku.

Vyhláška č. 48/1982 Sb., kterou se stanoví základní požadavky k zajištění bezpečnosti práce a technických zařízení

Elektrická zařízení

§ 194

(1) Elektrická zařízení musí být před uvedením do provozu odborně prověřena a vyzkoušena.

(2) Elektrická zařízení se smějí používat (provozovat) jen za provozních a pracovních podmínek, pro které byla konstruována a vyrobena.

(3) Všechny části elektrického zařízení musí být mechanicky pevné, spolehlivě upevněné a nesmějí ovlivňovat nepříznivě jiná zařízení; musí být dostatečně dimenzovány a chráněny proti účinkům zkratových proudů a přetížení.

(4) Části elektrických zařízení musí být provedeny tak, aby na místech, jimiž protéká elektrický proud, nemohlo za obvyklých podmínek dojít k nebezpečnému ohřátí vodičů.

(5) Elektrická zařízení musí být upravena tak, aby je bylo možno podle potřeby vypnout.

(6) Elektrická zařízení uváděná do provozu po částech musí mít nehotové části zařízení spolehlivě odpojeny a zabezpečeny proti nežádoucímu zapojení, popřípadě musí být jinak zajištěny, aby ve stavu pod napětím nedošlo k ohrožení osob.

(7) Elektrická zařízení, u kterých se zjistí, že ohrožují život nebo zdraví osob, musí být ihned odpojena a zajištěna.

§ 198

Elektrická zařízení na pracovních strojích

(1) Stroje, zařízení nebo jejich části musí být zabezpečeny proti samovolnému spuštění po přechodné ztrátě napětí v síti; to se netýká případů, u nichž samovolné spuštění není spojeno s nebezpečím úrazu, poruchy nebo provozní nehody.

(2) K samovolnému spuštění stroje nebo zařízení nesmí dojít ani v případech nahodilých zkratů nebo zemních spojení v řídicích obvodech. Porucha v řídicích obvodech nesmí znemožnit ani nouzové nebo havarijní zastavení stroje.

§ 199

Ochranná opatření

Elektrická zařízení musí být ve všech svých částech konstruována, vyrobena, montována a provozována s přihlédnutím k provoznímu napětí tak, aby nebyla při obvyklém používání zdrojem úrazu, požáru nebo výbuchu.

Zejména se musí učinit opatření

- a) proti dotyku nebo přiblížení k částem s nebezpečným napětím (živým částem),
- b) proti nebezpečnému dotykovému napětí na přístupných vodivých neživých částech (například obalech, pouzdrech, krytech a konstrukcích),
- c) proti škodlivým účinkům atmosférických výbojů,
- d) proti nebezpečí vyplývajícímu z nábojů statické elektřiny,
- e) proti nebezpečným účinkům elektrického oblouku,
- f) proti škodlivému působení prostředí na bezpečnost elektrického zařízení.

§ 200

Ruční nářadí

(1) Rukojeti, násady a jiná místa, kde je třeba nářadí uchopit, musí být hladce opracována a vhodně tvarována. Násady a rukojeti musí být zajištěny proti uvolnění.

(2) Úderné plochy a hroty nářadí nesmějí mít otřep nebo trhliny.

(3) V prostředí a na pracovištích, kde je nebezpečí výbuchu, musí být používáno nářadí z nejiskřícího materiálu.

(4) Kladiva, sekáče, tužlíky (temováky) a obdobné nářadí určené pro práci s kaleným nebo jinak tepelně zpracovaným materiálem nesmějí být zhotoveny z materiálu, který se odštěpuje.

(5) Kleště, kterých se užívá k uchopení nebo přidržování materiálu při kování, musí mít tvar odpovídající tvaru kovaného materiálu.

§ 201

Mechanické ruční nářadí

(1) Mechanické ruční nářadí musí být provedeno tak, aby zajišťovalo bezpečné upínání nástroje a aby nepřipouštělo styk obsluhy s pohyblivými se částmi mechanického ústrojí, popřípadě nástroje.

(2) Spouštěcí a zastavovací ovládače musí být snadno a rychle ovladatelné a nesmí umožňovat náhodné spuštění mechanického ručního nářadí nebo zaseknutí příslušného ovládače, pokud je nářadí v chodu.

(3) Části sloužící k uchopení a držení musí být tvarovány tak, aby nedocházelo u pracovníků k nadměrné únavě a deformacím rukou.

(4) Dvoučelistová sklíčidla nesmějí být používána k upínání nástrojů s rotačním pohybem.

(5) Seřizování, čištění, mazání a opravy mechanického nářadí smějí být prováděny, jen je-li nářadí v klidu.

(6) Při používání mechanického nářadí se musí chránit pohyblivé přívody elektrického proudu, stlačeného vzduchu a jiné energie vhodným způsobem proti poškození.

(7) Mechanické ruční nářadí se smí odkládat, přenášet nebo opouštět, jen když je v klidu.

§ 205

Opěrné, dvojité a závěsné žebříky

(1) Žebříky musí být zhotoveny z takových materiálů, aby bezpečně snesly požadované zatížení.

(2) Žebříky musí mít jednotnou vzdálenost příčlí nejvíce 0,33 m; příčle se nesmějí v bočnicích otáčet.

(3) Dvojitě žebříky musí být opatřeny zajišťovacími řetízky, táhly a kováním.

Vyhl. č. 50/1978 Sb. o odborné způsobilosti v elektrotechnice

Kvalifikace pracovníků

§ 3

Pracovníci seznámení

(1) Pracovníci seznámení jsou ti, kteří byli organizací v rozsahu své činnosti seznámení s předpisy o zacházení s elektrickými zařízeními³⁾ a upozorněni na možné ohrožení těmito zařízeními.

(2) Seznámení a upozornění podle odstavce 1 provede organizací pověřený pracovník s kvalifikací odpovídající charakteru činnosti a pořídí o tom zápis, který podepíše spolu s pracovníky seznámenými.

3) ČSN 34 3108 Bezpečnostní předpisy o zacházení s elektrickými zařízeními osobami bez elektrotechnické kvalifikace.

§ 4

Pracovníci poučení

(1) Pracovníci poučení jsou ti, kteří byli organizací v rozsahu své činnosti seznámení s předpisy pro činnost na elektrických zařízeních, školeni v této činnosti, upozorněni na možné

ohrožení elektrickými zařízeními a seznámení s poskytováním první pomoci při úrazech elektrickým proudem.

(2) Organizace je povinna stanovit obsah seznámení a dobu školení s ohledem na charakter a rozsah činnosti, kterou mají pracovníci uvedení v odstavci 1 vykonávat, a zajistit ověřování znalostí těchto pracovníků ve lhůtách, které předem určí.

(3) Seznámení, školení, upozornění a ověření znalostí podle odstavců 1 a 2 provede pro obsluhu elektrických zařízení organizací pověřený pracovník s kvalifikací odpovídající charakteru činnosti, a půjde-li o práci na elektrických zařízeních, pracovník s některou z kvalifikací uvedených v § 5 až 9; pořídí o tom zápis, který podepíše spolu s pracovníky poučenými.

Obsah seznámení:

Pracovníci seznámení podle ČSN 34 3100 a 34 3108 **nesmí**:

- Pracovat na nekrytých živých částech el. zařízení, dotýkat se jich přímo nebo jakýmkoli předmětem.
- Používat poškozená el. zařízení.
- V případě, že se pohybují nebo pobývají v blízkosti el. zařízení, nesmí se žádnou částí těla ani oděvem nebo předmětem používaným při práci přiblížit k nekrytým živým částem el. zařízení pod napětím blíže než – u zařízení do 1 kV 1m, u zařízení 1 – 35 kV 2 m atd., nelze-li tomuto požadavku vyhovět, musí se el. zařízení vypnout a zajistit.

Pracovníci seznámení podle ČSN 34 3100 a 34 3108 **mohou**:

- samostatně obsluhovat jednoduchá el. zařízení malého a nízkého napětí, která jsou provedena tak, že při jejich obsluze nemohou přijít do styku s nekrytými živými částmi,
- zapínat a vypínat jednoduchá el. zařízení
- za vypnutého stavu zařízení mohou přemísťovat a prodlužovat pohyblivé přívody spojovacími šňůrami, předtím je nutno provést bezpečné odpojení od sítě vytažením vidlice ze zásuvky (nevztahuje se na zařízení, která jsou uzpůsobena jako nářadí, ruční svítidla a pod.)
- vyměňovat přetavené pojistkové vložky jen za vložky závitových a přístrojových pojistek stejné hodnoty (nesmí vložky sami opravovat)
- vyměňovat žárovky
- udržovat el. spotřebiče podle návodu výrobce
- vykonávat udržovací práce (čištění, mazání, běžné prohlídky bez rozebírání pomocí nástrojů apod.), ale vždy jen při vypnutém stavu el. zařízení
- pracovat v blízkosti částí pod napětím při dodržení bezpečných vzdáleností

Pracovníci seznámení podle ČSN 34 3100 a 34 3108 **musí**:

- dbát příslušných návodů a provozních předpisů, jakož i na to, aby se zařízení nepřetěžovalo a jinak nepoškozovalo,
- zjistí-li se při obsluze závada na zařízení, musí se ihned vypnout a závada ohlásit údržbě el. zařízení nebo nadřízenému pracovníkovi, totéž platí při výskytu statické elektřiny u el. i neelektrických zařízení, projevující se jiskřením, výboji a pod.

Dvacet zásad pro pracovníky seznámené

1. Neprováděj na el. zařízení činnost, která je mimo rozsah seznámení
2. Nezasahuj do el. zařízení. Může dojít k úrazu el. proudem, požáru, popř. výbuchu.
3. Nepracuj na živých částech, která jsou pod napětím, ani se jich nedotýkej.
4. Dbej informací v příslušných návodech a instrukcích pro obsluhu el. zařízení.
5. Přesvědči se ještě před použitím el. spotřebiče nebo zařízení o jeho řádném stavu.
6. Nepoužívej poškozená el. zařízení a v případě zjištění závady na zařízení při jeho obsluze zařízení vypni a závadu ohlas.
7. Nepoužívej navlhlé a silně znečištěné el. spotřebiče a zařízení.
8. Neprováděj žádné opravy a neodborné úpravy a vylepšení el. zařízení.
9. Používej k ovládání pouze určené prvky a neměň nastavení bezpečnostních prvků.
10. Dodržuj pravidelné kontroly a revize el. spotřebičů a zařízení.
11. Udržovací práce na el. zařízení jako čištění nebo mazání prováděj jen při jeho vypnutém stavu, který zajistí provozovatel zařízení.
12. Odpoj el. spotřebič nebo pracovní stroj od sítě vytažením vidlice za zásuvky před jeho přemístěním nebo pojížděním.
13. Výměnu žárovek a pojistek prováděj jen v beznapěťovém stavu.
14. Dodržuj pokyny na bezpečnostních tabulkách a výstrahách.
15. Neodstraňuj zábrany, kryty a izolaci u el. zařízení, nevstupuj neoprávněně do el. provozoven.
16. Nepřibližuj se do nebezpečné blízkosti nekrytých živých částí el. zařízení pod napětím.
17. Neprováděj činnost v nebezpečné blízkosti el. venkovního vedení.
18. Neporušuj zákazy v ochranném pásmu el. vedení a el. instalace.
19. Nedotýkej se přetržených vodičů el. vedení, ani se k nim nepřibližuj.
20. Při zjištění výskytu elektřiny u el. a neelektrických zařízení, projevující se např. el. jiskrami, sršením, výbojem nebo jen brněním v rukou, je nutno na tento jev upozornit odpovědnou osobu.

Důležitá telefonní čísla

Linka tísňového volání	112
Rychlá záchranná služba (při ohrožení života)	155
Policie	158
Hasičský záchranný sbor- ohlašovna požáru	150
Lékařská služba první pomoci	545 113 113
Hlášení poruch el. proudu	840 111 222
Pohotovostní služba plynáren	1239
Pohotovostní služba vodáren	543 212 537
Inspektorát bezpečnosti práce pro Jihomoravský a Zlínský kraj se sídlem v Brně	543 212 285

Zásady poskytování první pomoci

PŘI POPÁLENINÁCH: (možno použít i při opaření)

1. Stupeň popálenin:	I. stupeň	zčervenání
	II. stupeň	puchýře
	III. stupeň	odumírání tkáně

2. Pokyny pro první pomoc:

Dbát zabránění druhotné infekce (chránit si ústa a nos rouškou).

Povrchové popáleniny I. stupně ochladit studenými obklady.

Ostatní popáleniny překrýt sterilním obvazem. Oděv svlékat jen tehdy, je-li nutné ošetřit jiná závažná zranění.

PŘÍŠKVAŘENÉ ČÁSTI NEODSTRAŇOVAT!

Při popálení zvláště přilnavými látkami (asfalt, dehet, plasty apod.) polijte okamžitě postižená místa studenou vodou, nebo popáleného ponořte do vody. Z popálené plochy nestrhávejte oděv, neodstraňujte pevné látky (asfalt).

Popálené oči je třeba vypláchnout opakovaně borovou vodou nebo čistou vodou.

KONČETINY ZNEHYBNIT.

Jen při výjimečně dobrém stavu a malém rozsahu popálenin je možné podat tekutiny v malém množství (15 ml za čtvrt hodiny). U těžkých popálenin se ústy nic nepodává.

Zajistit odbornou lékařskou pomoc a převoz.

PŘI OTRAVĚ KYSLIČNÍKEM UHELNATÝM:

1. PŘÍZNAKY:

malátnost, bolest hlavy, závratě, slabý tep, zvracení, bledá pleť, neschopnost myslet, neschopnost pohybu, později křeče a bezvědomí.

2. POKYNY PRO PRVNÍ ÚPOMOC:

- vynést postiženého na čerstvý vzduch,
- zavolat lékařskou pomoc,
- uložit postiženého naznak, uvolnit šatstvo, podložit hlavu a přikrýt ho teplou pokrývkou,
- ošetřit silně krvácející rány,
- pokud postižený nedýchá, zavést ihned umělé dýchání,
- není-li hmatatelný tep, zavést nepřímou srdeční masáž,
- otevřít okna a dveře zamořeného prostoru,
- pokud je postižený v bezvědomí, nepodávat žádný nápoj,
- při vědomí je možno podat zrnkovou kávu nebo čaj - v žádném případě nepodávat lihoviny.

Zachránci musí dbát o svou vlastní bezpečnost.

Běžná protiplynová maska proti CO - n e c h r á n í.

PŘI ZÁSAHU ELEKTRICKÝM PROUDEM:

Při úrazu el. proudem je nutné jednat rychle, ale současně klidně a účelně. Při oživovacích pokusech je nutné vytrvat, protože většina postižených je mrtvá jen zdánlivě.

Při úrazu el. proudem je nutné zachovat dále uvedený postup:

1. Vyprostit postiženého z dosahu el. proudu.
2. Ihned zavést umělé dýchání pokud postižený nedýchá.
3. Ihned zahájit nepřímou srdeční masáž pokud není hmatatelný tep.
4. Přivolat lékaře.
5. Co nejdříve uvědomit příslušného nadřízeného pracovníka

VYPROŠTĚNÍ POSTIŽENÉHO:

Při vyprošťování postupovat tak, abychom se sami nevystavili účinkům el. proudu (např. krokové napětí). Provést přerušeni el. proudu, ať již vypnutím nebo i násilným přerušením vodičů. Při vyprošťování postupovat tak, abychom nezpůsobili další zranění např. pádem z výšky. Po úspěšném vyproštění zahájit ihned oživovací pokusy, které provádíme až do příchodu lékaře (ten může teprve konstatovat stav zraněného). Při úrazu vysokým napětím vznikají i četné popáleniny, což je pro případ

oživování podružná záležitost. Nutno je ale provést zástavu krve ať již unikající z tepen nebo žil, aby při oživovacích pokusech postižený nevykrvácel.

UMĚLÉ DÝCHÁNÍ:

Umělé dýchání lze ukončit pouze na příkaz lékaře a nebo po oživení pacienta. Před započítím umělého dýchání položíme postiženého na záda, odstraníme mu případné překážky z ústní dutiny a po uvolnění dýchacích cest mu zakloníme hlavu co nejvíce vzad. Dále sevřeme nos a široce otevřenými ústy obemkneme ústa postiženého. Hluboce vdechneme do úst postiženého asi 10 x po jedné sekundě. Dále pak pokračujeme rychlostí 12-16 vdechů za minutu. Průchodnost dýchacích ústrojí postiženého ověřujeme průběžně sledováním pohybů hrudníku.

NEPŘÍMÁ SRDEČNÍ MASÁŽ:

Nepřímou srdeční masáž by měli poskytnout osoby vycvičené v poskytování první pomoci. Zápěstí jedné ruky položit dlaňovou stranou na dolní část hrudní kosti, přitom prsty by měly směřovat k pravému lokti nemocného a neměly by se dotýkat hrudníku. Druhou ruku položíme napříč přes prvou a vahou těla stlačujeme (nataženou rukou) hrudní kost do hloubky 4-5 cm zhruba 60 x za minutu. Nepřímou srdeční masáž je nutno kombinovat s umělým dýcháním z plic do plic a to na 5. stlačení hrudní kosti jeden vdech. Při stlačování hrudní kosti není vhodné provádět současně umělý vdech.

Pokud je postižený v bezvědomí a dýchá, je nutno jej uložit do stabilizované polohy na teplé místo nebo přikrýt teplou přikrývkou a vyčkat příchodu lékaře. Současně provést nejnutnější ošetření (zástava krvácení, fixace zlomenin a podobně) při vyvarování se přílišných manipulací s postiženým z důvodu případných vnitřních zranění. Současně se pokusit přivést postiženého k vědomí a to běžnými metodami.

Pokud je postižený při vědomí, je nutno jej uložit do tepla, nabídnout teplý nápoj (čaj - ne grog) a vyčkat příchodu lékaře a nebo postiženého k lékaři dovézt (doprovodit). Postižený může být v šoku a nebo se následek úrazu dostaví dodatečně, např. jako pouřazový šok. Konstatovat, zda postižený je v úplném pořádku, nemůže ani postižený sám, ani spolupracovníci nebo nadřízený, ale pouze lékař!

KRVÁCENÍ:

1. DRUHY KRVÁCENÍ:

při tepenném krvácení vystřikuje z rány jasně červená krev, při žilním krvácení volně vytéká tmavě červená krev. Nejčastější je smíšené krvácení, protože většina tepen a žil probíhá v těle společně a často vznikají i jejich společná poranění.

2. POKYNY PRO PRVNÍ POMOC:

položením poraněného, tím současně zabráníme dalšímu možnému poranění, kdyby postižený omdlel, proti šoková opatření, na krvácející ránu přiložte improvizovaný tlakový obvaz - polštářek, a silně ho přitiskněte k ráně. Tiskněte silně a silný tlak stále udržujte, zvedněte krvácející ránu nad úroveň srdce. Sníží se tak tlak v místě rány a zmenší krvácení. Pokud je rána na hlavě nebo na krku, zvedněte a podložte hlavu i ramena postiženého. Poraněné místo nezvedejte, působí-li to postiženému bolest, nebo má-li vnitřní zranění. Drobné poranění omyjte vodou a sterilně ošetřete, rozsáhlejší krvácení stavte tlakovým obvazem, výjimečně škrtidlem, prosakuje-li krev tlakovým polštářkem, přiložte na něj další a stlačujte silněji. **Zajistěte lékařskou pomoc a převoz!** Zvednutí rány nad úroveň srdce a přímé stlačení krvácející rány je nejrychlejší a také nejbezpečnější způsob stavění krvácení, protože jím nepřerušíte průtok krve k ostatním částem těla.

PŘI ZLOMENINÁCH:

1. PODVRTNUTÍ - PŘÍZNAKY

otok postiženého místa (nejčastěji kotníku nebo kolenního kloubu).pod kůží prosvítá krevní výron, poraněné místo a pohyb bolí.

2. VYKLOUBENÍ - PŘÍZNAKY

je bolestivějším a těžším poraněním než podvrtnutí, nejčastěji bývá postižen ramenní kloub.

3. ZLOMENINY:PŘÍZNAKY

Při zavřené zlomenině - zlomení kosti je bez porušení souvislosti kůže, otok, deformace poškozené části těla.

Při otevřené zlomenině - zlomená kost prorazila kůži a objeví se na povrchu těla.

POKYNY PRO POSKYTNUTÍ PRVNÍ POMOCI

znehybnění pomocí vatou obalených dřevěných, drátěných, žebříčkových dlah, při podvrtnutí a vykloubení znehybnění pomocí elastického obinadla, otevřenou zlomeninu překrýt sterilním obvazem, případně zastavit krvácení, zajistit převoz k lékaři.

PŘI ZÁSTAVĚ DÝCHÁNÍ:

1. UMĚLÉ DÝCHÁNÍ:

Umělé dýchání se většinou provádí z plic do plic. Je třeba v něm bez přestání pokračovat až do doby, kdy buď začne postižený dýchat sám, nebo až po přivolání lékaře tento dá příkaz k ukončení umělého dýchání.

POSTUP:

položít postiženého na záda, vyčistit dutinu ústní, odstranit případné překážky z dutiny ústní a zaklonit mu hlavu co nejvíce vzad,

jednou rukou sevřít postiženému nos, druhou rukou uchopit a tlačit dolní čelist,

široce rozevřenými ústy obemknout ústa postiženému (možno i přes rozložený kapesník) a hluboce vdechnout do úst postiženého tak, aby se jeho hrudník zřetelně zvedl,

oddálit ústa, uvolnit nos a nechat vdechnutý vzduch vyjít,

vdech a výdech opakovat v rytmu klidného dýchání, asi po pěti sekundách,

sledovat dýchací pohyby hrudníku postiženého.

2. SRDEČNÍ MASÁŽ:

Srdeční masáž se provádí při zástavě srdce současně s umělým dýcháním, takže je optimální ji provádět dvěma záchránci.

POSTUP:

postiženého položit na záda na tvrdší podložku (podlahu), dolní část dlaně (tu, která je nejbližší k zápěstí) položit na dolní část hrudní kosti (asi 5 cm nad žaludeční jamku), druhou ruku položit stejným způsobem křížem přes první, nárazově stlačovat hmotností těla. (obě ruce natažené v loktech, hrudní kost stlačovat o 4 až 5 cm asi v jednovteřinových intervalech), během umělého vdechu se masáž přerušuje, během výdechu se provede asi pět nárazů stlačením.

PŘI ZASAŽENÍ ŽÍRAVINAMI:

Při poleptání v první řadě zjistit, nejsou-li zasaženy oči. Jestliže došlo k zasažení očí, je třeba rozevřít víčka a vstříkovat do očí neutralizační roztok, není-li k dispozici, alespoň provést výplach silným proudem vody. V žádném případě nesmí být postižený převážen k lékaři, nejsou-li oči důkladně propláchnuty. Při poleptání je třeba pokožku opláchnout silným proudem vody a pak tamponem potírat postižené místo neutralizačním roztokem (např. 3% roztokem kyseliny citronové - k neutralizaci poleptání zásadou, 3 % roztokem uhličitanu sodného - k neutralizaci poleptání kyselinou.)

Po ošetření pokrýt zasažené místo gázou, lehce zavázat a zajistit odvoz postiženého k lékaři.

PŘI OZÁŘENÍ ZRAKU :

Povinností zaměstnavatele i obsluhy svařovacího el zařízení je chovat se tak, aby nedošlo k nebezpečnému ozáření zraku. Proto obsluha svař. zařízení musí používat ochranné prostředky zraku, dobře přiléhající a současně zajišťující dostatečné odvětrání, aby se předešlo problémům se zamlžením a zajistila se adekvátní vizuální propustnost. Obruby a další postranní části ochranných prostředků musí poskytovat stejnou ochranu, jaká je zajištěna skly (čočkami). Jestliže dojde ke zřejmému ozáření zraku je povinností pracovníka to ihned oznámit svému nadřízenému, který jej vyšle na speciální lékařské vyšetření a ošetření.

Zákon č. 133/1985 Sb., o požární ochraně v platném znění

§ 1

Úvodní ustanovení

(1) Účelem zákona je vytvořit podmínky pro účinnou ochranu života a zdraví občanů a majetku před požáry a pro poskytování pomoci při živelních pohromách a jiných mimořádných událostech stanovením povinností ministerstev a jiných správních úřadů, právnických a fyzických osob, postavení a působnosti orgánů státní správy a samosprávy na úseku požární ochrany, jakož i postavení a povinností jednotek požární ochrany.

(2) Každý je povinen počínat si tak, aby nezavdal příčinu ke vzniku požáru, neohrozil život a zdraví osob, zvířata a majetek; při zdolávání požárů, živelních pohrom a jiných mimořádných událostí je povinen poskytovat přiměřenou osobní pomoc, nevystaví-li tím vážnému nebezpečí nebo ohrožení sebe nebo osoby blízké anebo nebrání-li mu v tom důležitá okolnost, a potřebnou věcnou pomoc.

§ 2

(2) Právnické osoby a podnikající fyzické osoby plní povinnosti na úseku požární ochrany ve všech prostorách, které užívají k provozování činnosti. Za plnění povinností na úseku požární ochrany u právnických osob odpovídá statutární orgán a u podnikajících fyzických osob tyto osoby nebo jejich odpovědný zástupce. Provozuje-li činnost v prostorách více právnických osob nebo podnikajících fyzických osob, plní povinnosti na úseku požární ochrany na místech, která užívají společně, vlastník těchto prostor, není-li smlouvou mezi nimi sjednáno jinak. Součástí smlouvy musí být i určení osoby odpovědné za plnění povinností na úseku požární ochrany.

§ 17

Základní povinnosti fyzických osob

(1) Fyzická osoba je povinna

- a) počínat si tak, aby nedocházelo ke vzniku požáru, zejména při používání tepelných, elektrických, plynových a jiných spotřebičů a komínů, při skladování a používání hořlavých nebo požárně nebezpečných látek, manipulaci s nimi nebo s otevřeným ohněm či jiným zdrojem zapálení,
- b) zajistit přístup k rozvodným zařízením elektrické energie a k uzavěrům plynu, vody a topení,
- c) plnit příkazy a dodržovat zákazy týkající se požární ochrany na označených místech,
- d) obstarat požárně bezpečnostní zařízení a věcné prostředky požární ochrany v rozsahu stanoveném zákonem,
- e) zajistit přístup k požárně bezpečnostním zařízením a věcným prostředkům požární ochrany za účelem jejich včasného použití a dále udržovat tato zařízení a věcné prostředky v provozuschopném stavu; uvedené povinnosti se vztahují na osoby, které mají uvedená zařízení a věcné prostředky ve vlastnictví či užívání,

- f) vytvářet v prostorách ve svém vlastnictví nebo užívání podmínky pro rychlé zdolání požáru a pro záchranné práce,
- g) umožnit orgánu státního požárního dozoru provedení potřebných úkonů při zjišťování příčiny vzniku požáru a v odůvodněných případech mu bezúplatně poskytnout výrobky nebo vzorky k provedení požárně technické expertizy ke zjištění příčiny vzniku požáru,
- h) oznamovat bez odkladu územně příslušnému hasičskému záchrannému sboru každý požár vzniklý při činnostech, které vykonává, nebo v prostorách, které vlastní nebo užívá,
- i) dodržovat podmínky nebo návody vztahující se k požární bezpečnosti výrobků nebo činností.

(2) Ten, kdo je povinen vykonávat dohled nad osobami, které nemohou posoudit následky svého jednání, je povinen podle zvláštních zákonů dbát, aby tyto osoby svým jednáním nezpůsobily požár.

(3) Fyzická osoba nesmí

- a) vědomě bezdůvodně přivolat jednotku požární ochrany nebo zneužít linku tísňového volání,
- b) provádět práce, které mohou vést ke vzniku požáru, pokud nemá odbornou způsobilost požadovanou pro výkon takových prací zvláštními právními předpisy,
- c) poškozovat, zneužívat nebo jiným způsobem znemožňovat použití hasicích přístrojů nebo jiných věcných prostředků požární ochrany a požárně bezpečnostních zařízení,
- d) omezit nebo znemožnit použití označených nástupních ploch pro požární techniku,
- e) používat barevné označení vozidel, lodí a letadel jednotek požární ochrany,
- f) provádět vypalování porostů.

(4) Fyzická osoba je povinna umožnit výkon státního požárního dozoru podle § 35 a ve stanovené lhůtě splnit opatření uložená orgánem státního požárního dozoru.

ODDÍL DRUHÝ

Pomoc při zdolávání požárů

§ 18

Osobní pomoc

Každý je povinen v souvislosti se zdoláváním požáru

- a) provést nutná opatření pro záchranu ohrožených osob,
- b) uhasit požár, jestliže je to možné, nebo provést nutná opatření k zamezení jeho šíření,
- c) ohlásit neodkladně na určeném místě zjištěný požár nebo zabezpečit jeho ohlášení,
- d) poskytnout osobní pomoc jednotce požární ochrany na výzvu velitele zásahu, velitele jednotky požární ochrany nebo obce.

§ 19

Věcná pomoc

Každý je povinen na výzvu velitele zásahu, velitele jednotky požární ochrany nebo obce poskytnout dopravní prostředky, zdroje vody, spojová zařízení a jiné věci potřebné ke zdolání požáru.

§ 20

Vynětí z povinnosti poskytnout osobní a věcnou pomoc

(1) Povinnost poskytovat pomoc uvedenou v § 18 a 19 se nevztahuje na

- a) útvary a vojáky ozbrojených sil České republiky, útvary a příslušníky Policie České republiky, Bezpečnostní informační služby a Vězeňské služby, jestliže by poskytnutím pomoci byl vážně ohrožen důležitý zájem služby,

b) právnické osoby a podnikající fyzické osoby v oblasti veřejné hromadné dopravy, energetiky a spojů a jejich zaměstnance, jestliže by poskytnutí pomoci mohlo mít za následek závažnou poruchu provozu u těchto právnických osob a podnikajících fyzických osob, nebo jiný závažný následek,

c) právnické osoby a podnikající fyzické osoby v oblasti zdravotnictví a jejich zaměstnance, jestliže by poskytnutím pomoci bylo vážně ohroženo plnění úkolů podle zvláštních předpisů.

(2) Fyzická osoba není povinna poskytnout pomoc uvedenou v § 18 a 19, jestliže jí v tom brání důležitá okolnost nebo jestliže by tím vystavila vážnému ohrožení sebe nebo osoby blízké.

Vyloučení věci z užívání, zákaz činnosti a zastavení provozu

§ 36

(1) Jestliže věc nebo činnost při provozu anebo provoz vyvolávají bezprostřední nebezpečí vzniku požáru a k odstranění tohoto nebezpečí nestačí jiná opatření, orgán vykonávající státní požární dozor rozhodne o

- a) vyloučení věci z užívání,
- b) zákazu činnosti,
- c) zastavení provozu.

(2) O zastavení provozu lze rozhodnout i tehdy, jestliže by byla znemožněna záchrana osob nebo majetku v případě vzniku požáru.

(3) Vyžaduje-li to naléhavost situace, lze rozhodnutí uvedené v odstavcích 1 a 2 oznámit ústně a uvést je do zápisu; písemné vyhotovení tohoto rozhodnutí je nutno doručit neprodleně.

(4) Proti rozhodnutí o opatřeních uvedených v odstavcích 1 a 2 je možno podat odvolání do tří dnů ode dne doručení písemného vyhotovení tohoto rozhodnutí. Odvolání nemá odkladný účinek. Odvolací orgán o něm rozhodne neodkladně.

§ 37

Vydání rozhodnutí o zastavení provozu podle § 36 odst. 1 písm. c) musí být předem projednáno se statutárním orgánem právnické osoby, s podnikající fyzickou osobou anebo jejím odpovědným zástupcem.

§ 38

Užívat věc, která byla vyloučena z užívání [§ 36 odst. 1 písm. a)], obnovit zakázanou činnost [§ 36 odst. 1 písm. b)] nebo obnovit zastavený provoz [§ 36 odst. 1 písm. c)] lze až po odstranění nedostatků vyvolávajících bezprostřední nebezpečí vzniku požáru a jen s písemným souhlasem orgánu, který vyloučil věc z užívání nebo rozhodl o zákazu činnosti anebo o zastavení provozu.

§ 11

Podmínky pro hašení požárů a pro záchranné práce

(1) Vytvářením podmínek pro hašení požárů a pro záchranné práce se rozumí souhrn organizačních, a popřípadě i technických opatření umožňujících při využití existujících předpokladů, zejména stavebně technických, provedení rychlého a účinného zásahu, evakuace osob, zvířat a materiálu a záchranných prací.

(2) K provedení rychlého a účinného zásahu podle odstavce 1 zajišťují právnické osoby a podnikající fyzické osoby, aby

- a) bylo zřetelně označeno číslo tísňového volání (ohlašovny požárů), popřípadě uvedeny další pokyny ke způsobu ohlášení požáru ve všech objektech, kde provozují činnosti; právnické osoby a podnikající fyzické osoby provozující činnosti se zvýšeným nebo vysokým požárním nebezpečím zveřejňují požární poplachové směrnice,
- b) byl umožněn přístup ke spojovacím prostředkům, zabezpečena jejich provozuschopnost a použitelnost pro potřeby tísňového volání,
- c) byly dodrženy trvale volné průjezdné šířky příjezdových komunikací nejméně 3 m k objektům, k nástupním plochám pro požární techniku a ke zdrojům vody určeným k hašení požárů,
- d) bylo provedeno označení a umožněno použití nástupních ploch pro požární techniku a požárních výtahů,
- e) byla zajištěna trvalá použitelnost vnitřních a vnějších zásahových cest (např. požární výtahy, požární žebříky) a trvale volný přístup k zařízení pro zásobování požární vodou,
- f) byla označena rozvodná zařízení elektrické energie, hlavní vypínače elektrického proudu, uzávěry vody, plynu, produktovodů, uzávěry rozvodů ústředního topení.

(3) K provedení evakuace osob, zvířat a materiálu a k provedení záchranných prací podle odstavce 1 zajišťují právnické osoby a podnikající fyzické osoby, aby

- a) byly označeny nouzové (únikové) východy, evakuační výtahy a směry úniku osob ve všech objektech, kde se při provozovaných činnostech může vyskytovat veřejnost nebo osoby v pracovním poměru nebo obdobném pracovním vztahu; toto označení nemusí být provedeno v objektech s východy do volného prostoru, které jsou zřetelně viditelné a dostupné z každého místa,
- b) byly trvale volně průchodné komunikační prostory (chodby, schodiště apod.), které jsou součástí únikových cest, tak, aby nebyla omezena nebo ohrožena evakuace nebo záchranné práce,
- c) chráněné únikové cesty a všechny jejich součásti nebyly využívány způsobem zvyšujícím požární riziko.