

Kdo židli má, bydlí...

...každý, kdo bydlí, má starostí půl. V práci se cítit jako doma a bezstarostně je jistě úžasná představa a pokud bychom se stejným nadšením, jako domů, běželi i do práce, byli bychom ideálem každého zaměstnavatele. Pro dnešní „okénko bezpečáka“ jsem si vypůjčila kousek textu Jiřího Suchého a nyní společně zahájíme pátrání, na jehož konci budeme mít (doufám) malinko jasněji o správném vzhledu a vybavení pracoviště. Elektrohejblátka, křesílka a kanapíčka, na pracoviště námi přinesená, jistě vytoužený pocit klidu a bezpečí dodávají a některá pracoviště díky tomu vypadají trochu jako lehce opotřebovaný obývací, ale na druhé straně, mnohdy tím zcela zakryjí skutečnost, že zaměstnavatel, ať už úmyslně nebo náhodou, neplní svoje povinnosti. Tedy vězte, že i pracoviště má svoji „štábní kulturu“, kterou by obě strany měly akceptovat a my začneme rovnou tou méně populární částí...

Pokud nahlédneme do oblíbeného zákona č. 262/2006 Sb., zákoník práce, tak zjistíme, že podle § 101 je „zaměstnavatel povinen zajistit bezpečnost a ochranu zdraví zaměstnanců při práci s ohledem na rizika možného ohrožení jejich života a zdraví“ a péče o tuto oblast je „nedílnou a rovnocennou součástí pracovních povinností vedoucích zaměstnanců na všech stupních řízení“. Dále, podle § 102, je zaměstnavatel také povinen „vytvářet bezpečné a zdravé neohrožující pracovní prostředí a pracovní podmínky“. Povinnost je chránit vás je i zde zcela na straně zaměstnavatele a je určitě pochopitelné, že právě proto vám nemůže tolerovat žádné z vybavení, které si na pracoviště přineseme z domova – pokud ano, tak tím přebírá odpovědnost za jeho stav, způsob používání, kontroly a revize.

A teď jedeme dál... V místě určeném pro trvalou práci musíme naměřit volnou podlahovou plochu nejméně 2 m² (celkem 12 m³ pro administrativní zaměstnance, pro zaměstnance vykonávající fyzickou práci více), která nesmí být v žádném místě zúžena (trvale) pod 1 m. Pracovní místo musí mít také odpovídající osvětlení (denní, umělé nebo sdružené), teplotu a přirozené (okno) nebo nucené větrání. Nemáte vaše podlaha nějaké viditelné vady (trhliny, rýhy, vlny)? Ani to podle normy nesmí být. Můžete regulovat topení? I na to legislativa pamatuje. Chlazení pracoviště závisí na druhu práce (energetickém výdeji), o teplotách na pracovišti a ochranných nápojích jsme si již něco málo řekli v některém z minulých čísel Obzoru. Vaše pracovišti také musí být zásobováno pitnou vodou (pro potřeby pití a zajištění předlékařské pomoci) a teplou tekoucí vodou pro osobní hygienu.

Jestliže máte přidělený pracovní oděv, máte mít šatnu. Montérky = automaticky dvojskříňka. Tam, kde je firemní ošacení (stejnokroj), musí být alespoň šatní skříňka a tam, kde se nepoužívá pracovní oděv nebo obuv, musí být vyčleněn prostor pro jeho ukládání. Šatna se dále vybavuje lavicí nebo jiným sedacím nábytkem a musí mít snadno omyvatelnou podlahu.

Dále máte mít k umývárnu nebo dostačující počet umyvadel s tekoucí teplou vodou, a pokud se při práci komplet ušpiníte, tak i sprchu. WC od pracoviště nesmí být vzdáleno více než 120 m, při ztíženém přístupu (terén, schody) více než 75 m. Suchý nebo chemický záchod nelze zřizovat na trvalém pracovišti (teď se někdo nejspíš při čtení rozesmál, protože ne všude mezi koleji je v roce 2018 kanalizace a náprava se blíží šnečím tempem) a 1 WC stačí pro deset žen nebo mužů.

Místnost pro odpočinek musí být dostatečně velká, větraná, osvětlena denním světlem a vytápěna nejméně na 20 °C. V ní má být rozhodně sedací nábytek s opěrkami zad a stoly tak, aby jejich počet odpovídal počtu zaměstnanců nejpočetněji zastoupené směny. Pokud místnost má sloužit i pro konzumaci jídla, musí mít v dostatečném množství zajištěnu tekoucí pitnou a teplou vodu a umývadlo, kuchyňský dřez, také něco na ohřívání jídla a lednici.

Legislativa pamatuje i pracoviště kancelářských myšek a myšáků, pokladních a dalších osob, které obvykle nepotkáváte v kolejišti – „výška pracovní plochy stolu musí odpovídat tělesným rozměrům, pracovní poloze, hmotnosti předmětů a břemenům, se kterými se manipuluje, a zrakové náročnosti“. Pokud při práci sedí, optimální výška pracovní roviny nad „židlí“ je u mužů 220–310 mm, u žen 210–300 mm. Základní výška sedáku nad podlahou je 400 ± 50 mm. Židle musí být při stabilní, musí

umožňovat snadné seřízení výšky sedáku a sklonu zádové opěrky, prostor pro nohy musí umožňovat pohyb nohou vpřed a do stran. Jestliže na stole stojí firemní počítač, tak si pamatujte, že monitor musí „dobře ukazovat“ (tedy žádné proužky, kmitání a šedí), a musí umožňovat nastavení polohy a technických parametrů podle vaší potřeby. Vzdálenost obrazovky od očí pro obvyklou práci nesmí být menší než 400 mm a pokud v ní při práci vidíte i okno, lampičku nebo cokoli rušivého, tak je to taky špatně a požádejte o její přemístění. Klávesnice musí být při trvalé práci oddělena od obrazovky, aby umožnila zvolit nejvhodnější pracovní polohu a znaky na ní musí být dobře čitelné. A co je velmi důležité – volná plocha mezi předním okrajem desky stolu a spodní hranou klávesnice musí umožňovat opření rukou i zápěstí. Samotný stůl by měl mít takový rozměr, aby bylo možné proměnlivé uspořádání obrazovky, klávesnice a dalšího zařízení. Při práci s myší je dobré využívat gelovou podložku pod zápěstí, jako prevenci proti vzniku tenisového lokte a vzniku syndromu karpálního tunelu.

A také ještě nesmíme zapomenout na malování a úklid. Tam, kde je zdrojem „svinčíku“ technologie, musí se uklízet denně, na ostatních místech podle harmonogramu zaměstnavatele. Stejně tak je to s malováním – provádí se podle plánu údržby.

Převедeno do češtiny – pracoviště má mít takový rozměr, abychom se na ně vešli, aby nás neustále nebolelo za krkem a záda, aby nikdo nevěděl, co je to „karpál“ a abychom si nekupovali každý rok silnější brýle a po návratu domů jsme se mohli věnovat i svým koníčkům, a ne běhat po rehabilitacích. Všechny podrobnosti, které vás zajímají, jsou v normách nebo volně dostupné na internetu (www.zakonyprolidi.cz - např. NV č. 361/2007 Sb., kterým se stanoví podmínky ochrany zdraví při práci, NV č. 101/2005 Sb., o podrobnějších požadavcích na pracoviště a pracovní prostředí).

Dana Žáková, oddělení BOZP OSŽ Ú