

ZARZĄDZENIE NR 148

**Rektora Zachodniopomorskiego Uniwersytetu Technologicznego w Szczecinie
z dnia 15 grudnia 2023 r.**

w sprawie bezpieczeństwa i higieny pracy na stanowiskach wyposażonych w monitory ekranowe

Na podstawie rozporządzenia Ministra Pracy i Polityki Socjalnej z dnia 1 grudnia 1998 r. w sprawie bezpieczeństwa i higieny pracy na stanowiskach wyposażonych w monitory ekranowe (Dz. U. Nr 148 poz. 973, późn. zm.) zarządza się, co następuje:

§ 1.

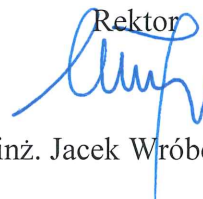
1. Kierownik jednostki (dziekan, dyrektor, kierownik jednostki organizacyjnej, kanclerz, kwestor) obowiązany jest organizować stanowiska pracy wyposażone w monitory ekranowe w taki sposób, aby spełniały one minimalne wymagania bezpieczeństwa i higieny pracy określone w załączniku do niniejszego zarządzenia.
2. Obowiązek dotyczy stanowisk pracy, na których praca z monitorami ekranowymi oraz w przypadku stosowania systemów przenośnych przeznaczonych do użytkowania na stanowisku pracy wykonywana jest przez co najmniej połowę dobowego wymiaru czasu (4 godziny dziennie).
3. Bezpośredni przełożony obowiązany jest informować pracowników o wszystkich aspektach ochrony zdrowia i bezpieczeństwa pracy na stanowiskach pracy.
4. Bezpośredni przełożony obowiązany jest zapewnić pracownikowi łączenie przemienne pracy związanej z obsługą monitora ekranowego oraz systemów przenośnych przeznaczonych do użytkowania na stanowisku pracy z innymi rodzajami prac nie obciążającymi narządu wzroku i wykonywanymi w innych pozycjach ciała - przy nieprzekraczaniu godziny nieprzerwanej pracy lub co najmniej 5-minutową przerwę po każdej godzinie pracy, przy obsłudze monitora ekranowego.
5. Bezpośredni przełożony nie może dopuścić do pracy na stanowisku obsługi monitora ekranowego oraz systemów przenośnych przeznaczonych do użytkowania na stanowisku pracy pracownika nieposiadającego aktualnego orzeczenia lekarskiego o dopuszczeniu do wykonywania pracy na danym stanowisku.
6. Bezpośredni przełożony obowiązany jest kierować na szkolenie podstawowe wstępne i okresowe bhp, organizowane przez Inspektorat BHP, wszystkich pracowników obsługujących monitory ekranowe oraz stosujących systemy przenośne przeznaczone do użytkowania na stanowisku pracy, nieposiadających aktualnego przeszkolenia.

§ 2

Traci moc zarządzenie nr 48 Rektora ZUT z dnia 16 lutego 2009 r. w sprawie bezpieczeństwa i higieny pracy na stanowiskach wyposażonych w monitory ekranowe.

§ 3.

Zarządzenie wchodzi w życie z dniem podpisania.

Rektor


dr hab. inż. Jacek Wróbel, prof. ZUT

Minimalne wymagania bezpieczeństwa i higieny pracy oraz ergonomii, jakie powinny spełniać stanowiska pracy wyposażone w monitory ekranowe

1. Wyposażenie stanowiska pracy oraz sposób rozmieszczenia elementów tego wyposażenia nie może powodować podczas pracy nadmiernego obciążenia układu mięśniowo-szkieletowego i (lub) wzroku oraz być źródłem zagrożeń dla pracownika.
2. W przypadku stosowania systemów przenośnych przeznaczonych do użytkowania na danym stanowisku pracy co najmniej przez połowę dobowego wymiaru czasu pracy, stanowisko pracy powinno być wyposażone w stacjonarny monitor ekranowy lub podstawkę zapewniającą ustawienie ekranu, tak aby jego górna krawędź znajdowała się na wysokości oczu pracownika, oraz w dodatkową klawiaturę i mysz.
3. Monitor ekranowy powinien spełniać następujące wymagania:
 - a) znaki na ekranie powinny być wyraźne i czytelne,
 - b) obraz na ekranie powinien być stabilny, bez migotania lub innych form niestabilności,
 - c) jaskrawość i kontrast znaku na ekranie powinny być łatwe do regulowania w zależności od warunków oświetlenia stanowiska pracy,
 - d) regulacje ustawienia monitora powinny umożliwiać pochycenie ekranu.
4. Ustawienie monitora ekranowego oraz innych elementów wyposażenia nie powinno wymuszać niewygodnych ruchów głowy i szyi. Górna krawędź monitora ekranowego powinna znajdować się na wysokości oczu pracownika.
5. Ustawienie monitora ekranowego względem źródeł światła powinno ograniczać olśnienie i odbicia światła.
6. Klawiatura oraz mysz powinny stanowić osobne elementy wyposażenia podstawowego stanowiska pracy.
7. Konstrukcja klawiatury powinna umożliwiać użytkownikowi przyjęcie pozycji, która nie powodowałaby zmęczenia mięśni kończyn górnych podczas pracy.
8. Powierzchnia klawiatury powinna być matowa, a znaki na klawiaturze powinny być kontrastowe i czytelne.
9. Konstrukcja stołu powinna umożliwiać ergonomiczne ustawienie elementów wyposażenia stanowiska pracy, w tym zróżnicowaną wysokość ustawienia monitora ekranowego i klawiatury, w szczególności powinna zapewniać:
 - a) wystarczającą powierzchnię, gwarantującą łatwe posługiwanie się elementami wyposażenia stanowiska pracyi wykonywanie czynności związanych z pracą,
 - b) ustawienie klawiatury z zachowaniem takiej odległości od przedniej krawędzi stołu, która umożliwia podparcie dla rąk i przedramion z zachowaniem co najmniej kąta prostego między ramieniem i przedramieniem,
 - c) ustawienie elementów wyposażenia w odpowiedniej odległości od pracownika, bez konieczności przyjmowania wymuszonych pozycji.
10. Pracownik powinien mieć zapewnioną odpowiednią przestrzeń do umieszczenia nóg pod blatem stołu oraz do przyjęcia wygodnej pozycji i możliwości jej zmiany podczas pracy.
11. Powierzchnia blatu stołu powinna być matowa.
12. Krzesło stanowiące wyposażenie stanowiska pracy powinno posiadać:
 - a) dostateczną stabilność przez wyposażenie go w podstawę co najmniej pięciopodporową z kółkami jezdnyimi,
 - b) regulację wysokości siedziska, regulację wysokości oparcia odcinka lędźwiowego kręgosłupa, regulację kąta pochycenia oparcia oraz odpowiednie wymiary oparcia i siedziska, zapewniające wygodną pozycję ciała i swobodę ruchów,
 - c) wyprofilowanie siedziska i oparcia odpowiednie do naturalnego wygięcia kręgosłupa i ud,
 - d) możliwość obrotu wokół osi pionowej o 360°,
 - e) regulowane podłokietniki.

13. Mechanizmy regulacji wysokości siedziska i pochylecia oparcia powinny być łatwo dostępne i proste w obsłudze oraz tak usytuowane, aby regulację można było wykonywać w pozycji siedzącej.
14. Jeżeli przy pracy istnieje konieczność korzystania z dokumentów, na życzenie pracownika stanowisko pracy należy wyposażyć w uchwyt na dokumenty, posiadający regulację ustawienia wysokości, pochylecia oraz odległości od pracownika.
15. Na życzenie pracownika stanowisko pracy należy wyposażyć w podnózek.
16. Stanowisko pracy powinno być tak zaprojektowane, aby pracownik miał zapewnioną dostateczną przestrzeń pracy, pozwalającą na umieszczenie wszystkich elementów obsługiwanych ręcznie w zasięgu kończyn górnych.
17. Stanowisko pracy powinno być tak usytuowane w pomieszczeniu, aby pracownik miał do niego swobodny dostęp.
18. Oświetlenie powinno zapewniać komfort pracy wzrokowej, w szczególności:
 - a) oświetlenie na poszczególnych stanowiskach pracy powinno być dostosowane do rodzaju wykonywanych prac,
 - b) należy ograniczyć ośnienie bezpośrednio od opraw, okien, przezroczystych lub półprzezroczystych ścian albo jasnych płaszczyzn pomieszczenia oraz ośnienie odbiciowe od monitora ekranowego, w szczególności przez stosowanie odpowiednich opraw oświetleniowych, instalowanie urządzeń eliminujących nadmierne operowanie promieni słonecznych padających na stanowisko pracy.
19. Dopuszcza się stosowanie opraw oświetlenia miejscowego, pod warunkiem że będą to oprawy niepowodujące ośnienia.
20. Przy projektowaniu, doborze i modernizacji oprogramowania, a także przy planowaniu wykonywania zadań z użyciem monitora ekranowego pracodawca powinien uwzględniać w szczególności następujące wymagania:
 - a) oprogramowanie powinno odpowiadać zadaniu przewidzianemu do wykonania,
 - b) systemy komputerowe powinny zapewniać przekazywanie pracownikom informacji zwrotnej o ich działaniu,
 - c) systemy komputerowe powinny gwarantować wyświetlanie informacji w formie i tempie odpowiednich dla pracownika.