

WZÓR DOKUMENTU

.....
nazwa i adres zakładu pracy

.....
miejscowość, data

Ocena stanowiska pracy wyposażonego w monitor ekranowy – lista kontrolna

Pomieszczenie operator

Ocena operatora

| Lp. | Pytanie | Tak | Nie | Nie dotyczy |
|-----|---|-----|-----|-------------|
| 1 | 2 | 3 | 4 | 5 |
| 1. | Czy ocena stanowiska pracy pod względem ergonomii jest pozytywna? | | | |
| 2. | Czy ocena wyposażenia stanowiska pracy zapewnia wymagane przepisami warunki (przestrzeń w pracy, krzesło, podnózek, biurko, monitor, klawiatura)? | | | |
| 3. | Czy ocena stanowiska pracy pod względem obciążenia wzroku jest pozytywna? | | | |
| 4. | Czy zapewniono oświetlenie sztuczne? | | | |
| 5. | Czy oświetlenie/natężenie oświetlenia sztucznego potwierdzono pomiarami na zgodność z Polską Normą? | | | |
| 6. | Czy zapewniono oświetlenie naturalne? | | | |
| 7. | Czy oświetlenie nie powoduje negatywnych skutków przy pracy z monitorem ekranowym (odbicia światła, tło)? | | | |
| 8. | Czy zapewniono zgodne z przepisami szerokość i wysokość dojścia do stanowisk pracy? | | | |
| 9. | Czy miejsca niebezpieczne są odpowiednio oznakowane? | | | |
| 10. | Czy drzwi i ściany działowe z tafli szklanych wykonane są z bezpiecznego materiału i oznakowane w widocznym miejscu? | | | |
| 11. | Czy zapewniono dojście do stanowiska pracy zgodnie z przepisami bhp (tj. niezastawione, odpowiednie szerokości przejścia)? | | | |
| 12. | Czy meble ustawione wokół stanowiska pracy nie powodują zagrożeń (np. szafki, krawędzie biurka komputerowego, półki nad głową)? | | | |
| 13. | Czy wykorzystywany sprzęt komputerowy nie jest uszkodzony (obudowa)? | | | |
| 14. | Czy gniazda elektryczne, do których podłączony jest sprzęt komputerowy, nie są uszkodzone? | | | |
| 15. | Czy pracodawca potwierdził badaniami skuteczność ochrony przeciwporażeniowej i rezystancji izolacji? | | | |
| 16. | Czy przewody energii elektrycznej zasilające sprzęt komputerowy zabezpieczone są przed uszkodzeniem mechanicznym? | | | |
| 17. | Czy w ciągach komunikacyjnych prowadzących do stanowiska pracy znajdują się przewody energii elektrycznej niezabezpieczone przed uszkodzeniem mechanicznym? | | | |
| 18. | Czy przewody energii elektrycznej zasilające urządzenia są nieuszkodzone? | | | |
| 19. | Czy zapewniono ochronę przed wyładowaniami elektryczności statycznej (wykładziny, odpowiednia wilgotność pomieszczeń pracy)? | | | |
| 20. | Czy zapewniono właściwą temperaturę? | | | |
| 21. | Czy pomieszczenia i stanowiska pracy są zabezpieczone przed niekontrolowaną emisją ciepła w drodze promienio- | | | |

| 1 | 2 | 3 | 4 | 5 |
|-----|---|---|---|---|
| | wania, przewodzenia i konwekcji oraz przed napływem chłodnego powietrza z zewnątrz? | | | |
| 22. | Czy klimatyzacja lub wentylacja nie powoduje przeciągów, wyziębienia lub przegrzewania pomieszczeń pracy? | | | |
| 23. | Czy strumień powietrza pochodzący z urządzeń wentylacji nawiewnej nie powinien być skierowany bezpośrednio na stanowisko pracy? | | | |
| 24. | Czy przeprowadzane są systematyczne kontrole urządzeń klimatyzacyjnych, jak również dokonywane są systematyczne wymiany filtrów? | | | |
| 25. | Czy wentylacja na terenie pomieszczeń pracy jest skuteczna? | | | |
| 26. | Czy zapewniono wilgotność powietrza zapewniającą komfort fizyczny? | | | |
| 27. | Czy na stanowiskach pracy zapewniono właściwy poziom natężenia hałasu? | | | |
| 28. | Czy zapewniono możliwość łączenia pracy przy monitorze ekranowym na przemian z innymi rodzajami prac nieobciążającymi narządu wzroku? | | | |
| 29. | Czy zapewniono 5-minutową przerwę pracownikom po każdej godzinie pracy przy obsłudze monitora ekranowego? | | | |