



Pozytywny skutek pandemii – lepsza jakość standardów bhp

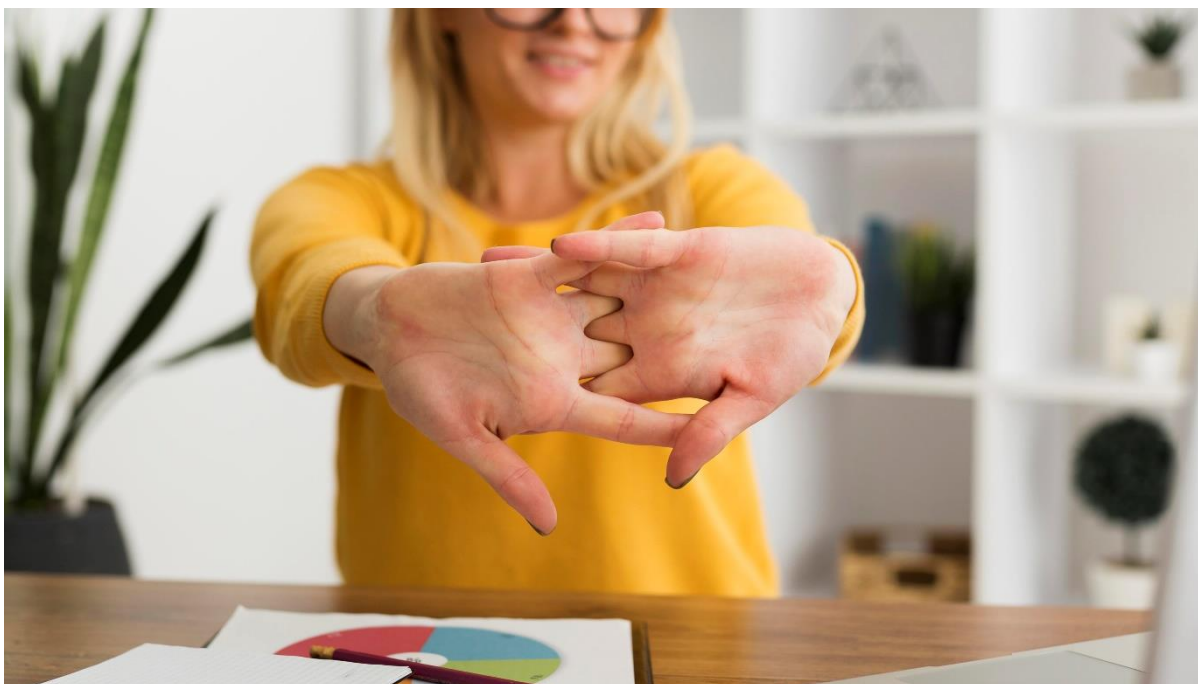
Zdecydowana większość pracodawców, bo aż 94 proc. ankietowanych i nieco ponad połowa pracowników – 52 proc. dostrzega pozytywny wpływ pandemii na wzrost jakości standardów bhp w przedsiębiorstwach. I jest to dobra informacja.

Koalicja Bezpieczni w Pracy już po raz siódmy opracowała raport „Bezpieczeństwo pracy w Polsce”, w tym roku temat dotyczy pandemii i wpływu koronawirusa na polski rynek pracy. Badanie stanowi odpowiedź na nieoczekiwane wyzwania, przed jakimi stanęły firmy na całym świecie.

Marzec 2020 roku to początek pandemii koronawirusa w Polsce. Sytuacja zaskoczyła wszystkich – poczynając od rządzących, kończąc na pracownikach niższego szczebla. Nikt tak naprawdę nie wiedział – ani służba zdrowia, ani ustawodawca – czym jest wirus SARS-CoV-2, jak wygląda jego transmisja i jakie należy wprowadzić obostrzenia.

Wiadomo było jedno – przede wszystkim należy zadbać o bezpieczeństwo. Dlatego też to służby bhp w firmach zostały oddelegowane na pierwszy front walki z epidemią. To na ich barki w pierwszej fazie spadł obowiązek szukania rozwiązań i wprowadzania obostrzeń sanitarnych, zanim tak naprawdę pojawiły się wytyczne ze strony regulacyjnej.

Z badania wynika, że pracownicy ogólnie pozytywnie oceniają inicjatywy pracodawców dotyczące zapewnienia bezpieczeństwa w dobie pandemii.



Zadbaj o zdrowie podczas pracy w domu!

Z powodu pandemii zdalnie pracuje dzisiaj większość pracowników, o ile pozwalają na to ich obowiązki i możliwość służbowe. Jedną z zalet pracy w domu jest **bezsprzecznie oszczędność: czasu oraz wydatków na bilety, paliwo, obiady, ubrania, pranie itp.** Największą jednak wadą jest **brak aktywności.**

W domu, inaczej niż w biurze, wszystko jest pod ręką: kawa w kuchni, łazienka – obok. Tutaj nie ma czasu na przypadkowe czynności. Kiedy to wszystko połączymy z dużym obciążeniem pracą – możemy nie wstawać od biurka nawet przez kilka godzin.

Najlepszym rozwiązaniem jest wymyślenie takich aktywności, które będą pasować do harmonogramu pracy w domu. Jak więc siedząc więcej się ruszać?

1. **Ergonomiczne stanowisko pracy** – należy znaleźć w mieszkaniu odpowiednie miejsce do pracy. Najlepiej oczywiście takie z biurkiem i krzesłem oraz dostępem do dziennego światła.
2. **Aktywne przerwy** – warto co jakiś czas robić aktywne przerwy. Należy wstać z krzesła i się rozruszać, przykładowo: pójść zrobić kawę, pochodzić po korytarzu kilka minut. Fizjoterapeuci zalecają przerywanie siedzenia co 30 min.
3. **Wiercenie się w fotelu** – wiercenie się w fotelu jest korzystne dla zdrowia – pomaga rozluźnić napięte mięśnie. Obracajmy więc nadgarstki i kostki, wyciągajmy ręce nad głowę, obracajmy głowę od lewej do prawej, w górę i w dół.



Jak postępować z odpadami w czasie pandemii

Obowiązek noszenia maseczek oraz używania jednorazowych rękawiczek prowadzi do gromadzenia się nowych odpadów, których prawidłowe pozbycie się przysparza kłopotu. A co z odpadami wytworzonymi przez osoby przebywające na kwarantannie? Koalicja 5 frakcji wyjaśnia wątpliwości.

Zasada jest prosta: pandemia nie zwalnia z obowiązków narzuconych przez prawo (no chyba że Rząd wprowadzi zmiany w ustawach). Oznacza to, że segregacja śmieci nadal obowiązuje, a przepisy należy przestrzegać.

Maseczki chirurgiczne, materiałowe czy pyłowe, a także rękawiczki jednorazowe to odpady komunalne zmieszane i należy je wrzucać do czarnego pojemnika.

W biurze czy innych miejscach pracy warto wyznaczyć miejsce wyrzucania takich odpadów, może to być zwykłe pudełko w łazience czy w szatni.

Osoby skierowane na kwarantannę przez Sanepid w żadnym wypadku nie mogą wychodzić z domu. Nawet z odpadami! Osoby przebywające w izolacji (chore lub podejrzane o chorobę zakaźną) powinny odpady gromadzić w worku, do max $\frac{3}{4}$ jego objętości, następnie worek szczelnie zawiązać i spryskać płynem dezynfekującym i odczekać 72 h zanim przekażą śmieci do wyrzucenia.

W czasie izolacji odpady problemowe, takie jak: zużyty sprzęt elektryczny i elektroniczny, baterie i akumulatory czy świetlówki powinny być pozostawione w domu, do PSZOK mogą być przekazane dopiero po okresie izolacji.



Czy w biurze trzeba nosić maseczkę?

Od 24 października weszły w życie kolejne zmiany i narzędzia do walki z wirusem SARS-CoV-2. Obecnie w strefie czerwonej jest już cała Polska, a w miejscach publicznych, w tym w zakładach pracy, obowiązuje nakaz zakrywania nosa i ust.

Zgodnie z § 27 ust. 1 pkt 2 lit. c i d rozporządzenia z dnia 9 października 2020 r. w sprawie ustanowienia określonych ograniczeń, nakazów i zakazów w związku z wystąpieniem stanu epidemii do odwołania nakłada się obowiązek zakrywania, przy pomocy odzieży lub jej części, maski, maseczki, przyłbicy albo kasku ochronnego ust i nosa w miejscach ogólnodostępnych, w tym w zakładach pracy oraz w budynkach użyteczności publicznej.

Czy to oznacza, że również w biurze pracownicy powinni stosować się do tych zaleceń?

Na stronie gov.pl czytamy, że **nie, pracownicy w biurze nie muszą zasłaniać ust i nosa**, „jeśli pracodawca zapewni odpowiednie odległości między stanowiskami i spełni wymagania sanitarne”. Wyjątek stanowi sytuacja, gdy pracownik biurowy ma kontakt z osobą z zewnątrz, np. klientem lub interesantem. Wówczas powinien założyć maseczkę lub przyłbicę.

Oznacza to, że w miejscu pracy nie ma obowiązku zakrywania twarzy, o ile są spełnione pewne warunki: pracownik w biurze, pokoju, pomieszczeniu znajduje się sam, z kolei w przestrzeni wspólnej są zachowane odległości pomiędzy stanowiskami min. 1,5 m.



Migrena w pracy – jak z nią poradzić?

Migrena wciąż jeszcze jest traktowana jako wymówka, a to poważna i uciążliwa choroba, która generuje wysokie koszty. Osoby, cierpiące na tę chorobę są często wykluczone z życia społecznego, rodzinnego i zawodowego. Dane z badań NIZP-PZH pokazują, że w Polsce na migrenę cierpi ok. 3,3-3,9 mln osób, w tym ok. 400 tys. na migrenę przewlekłą.

W 2018 r. absencja chorobowa z tytułu migreny wyniosła 95 tys. dni rocznie, a koszt tego to blisko 31 mln zł. Pracownicy, którzy nie biorą z tego powodu zwolnień mają obniżoną produktywność, nawet o 50-70 proc. Koszty nieefektywnej pracy osoby z atakiem migreny to 6,2 do 8,5 mld zł rocznie.

Na szczęście migrenę można skutecznie leczyć. Przede wszystkim jednak należy zwiększać świadomość osób cierpiących na bóle głowy, że mogą to być bóle migrenowe. Jakie są więc **sposoby na migrenę w pracy**:

- przede wszystkim **poinformuj kolegów w pracy**, że miewasz ataki oraz to, w jaki sposób mogą Ci pomóc;
- **unikaj jarzeniówek** – ich mruganie potrafi zapoczątkować atak;
- **unikaj hałasu, słuchania muzyki** – poproś o ciszę w pracy;
- wyeliminuj z otoczenia intensywne zapachy.



Bezpieczeństwo przeciwpożarowe w czasach pandemii

Instrukcje bezpieczeństwa ppoż., okresowy przegląd ppoż. oraz inne obowiązki związane z ochroną przeciwpożarową nie zniknęły po pojawieniu się nowego koronawirusa i ogłoszonym stanie pandemii. Zmienił się tylko wektor działań, gdy wszystkie środki zostały rzucone wyłącznie na zapobieganie rozprzestrzenianiu się zakażeń.

Przypominamy, że pomimo wprowadzonych restrykcji za ochronę przeciwpożarową odpowiada bezpośrednio właściciel, zarządca lub użytkownik obiektu na podstawie zawartej umowy cywilnoprawnej ustanawiającej zarząd lub użytkowanie.

Ochrona ppoż. to realizacja szeregu przedsięwzięć mających na celu ochronę zdrowia, życia czy mienia przed pożarem, klęską żywiołową lub innym miejscowym zagrożeniem. W obecnej sytuacji, kiedy wszystkie działania są skupione wokół zapobiegania rozprzestrzenianiu się Sars-CoV-2, dopełnienie obowiązków ppoż. może być rzucone na drugi plan.

Audyt przeciwpożarowy jest rozwiązaniem ponadczasowym, ponieważ przeprowadzony przez niezależnych ekspertów daje możliwość sprawdzenia, jaki jest faktyczny stan bezpieczeństwa pożarowego oraz zgodność obiektu z obowiązującymi przepisami przeciwpożarowymi. Nie pociąga za sobą żadnych konsekwencji finansowych, które mogłyby się pojawić po kontroli przez uprawnione do tego podmioty.

Przypominamy, że pandemia nie zwalnia z obowiązku przestrzegania przepisów.



RODO w HR – przygotuj się do audytu

Dział HR już na etapie prowadzenia rekrutacji przetwarza dane kandydatów do pracy. W przypadku nawiązania stosunku pracy przetwarza dane pracowników nie tylko przez okres zatrudnienia, ale również po jego zakończeniu.

W związku z tym musi spełniać szereg obowiązków wynikających z przepisów o ochronie danych osobowych. Powinien mieć wdrożoną i opracowaną odpowiednią dokumentację z zakresu ochrony tych danych.

Czy dokumentacja jest zgodna z przepisami? Czy zakres danych wymaganych od kandydatów do pracy nie jest za szeroki (np. prawo jazdy, dowód o niekaralności)? Czy pracodawca pamięta o minimalizacji danych?

Podmiot, który przetwarza dane w związku z działalnością zawodową posiada status Administratora Danych Osobowych (ADO), a więc powinien spełniać obowiązki wynikające z przepisów o ochronie danych osobowych w tym z przepisów rozporządzenia o ochronie danych osobowych tzw. RODO. Za brak zastosowania przepisów (wynikających nawet z niewiedzy) mogą grozić wysokie kary pieniężne.

PRACA ZDALNA ASPEKTY RODO CO PRACODAWCA I PRACOWNIK POWINNI WIEDZIEĆ?



Praca zdalna a RODO, co należy o tym wiedzieć?

Kolejne przypadki potwierdzonych zachorowań na Covid-19 jednoznacznie wskazują, że pandemia ciągle się rozwija. Nie ulega więc wątpliwości, że rząd w dalszym ciągu będzie podejmował restrykcyjne środki zapobiegania rozprzestrzenianiu się wirusa. Oznacza to, niemal na 100 proc., że praca zdalna zostanie z nami na dłużej.

Obecnie nie ma żadnych przepisów dotyczących pracy zdalnej, oprócz tych w tzw. specustawie z marca 2020 r. A więc pytań jest mnóstwo (choćby te z zakresu RODO), a odpowiedzi wciąż za mało.

Każdy podmiot, który przetwarza dane osobowe m.in. pracowników, klientów, uczniów czy studentów, powinien wywiązywać się z obowiązku o należytej ochronie danych osobowych tych osób. W razie rażącego naruszenia przepisów RODO Administrator Danych Osobowych (ADO) może ponieść dotkliwe kary finansowe.

W czasach przed wirusa wywiązywanie się z obowiązków RODO było o tyle prostsze, że zabezpieczenia wymagały wyłącznie firmowe serwery, laptopy i łącza internetowe, za pomocą których odbywało się przetwarzanie i gromadzenie danych. Obecnie, gdy większość pracowników pracuje zdalnie – poza firmą, trudniej jest zadbać o bezpieczeństwo przechowywanych informacji. Być może panuje też przekonanie, że dom jest równie bezpieczny co firmowe serwery?

Niestety, takie podejście może być błędne.

**EKOLOGIA
I ELEKTROMOBILNOŚĆ
WŁAŚCIWY KIERUNEK
ZMIAN DLA BIZNESU**



ODBIERZ 20 PLN



Ekologia i elektromobilność – właściwy kierunek zmian dla biznesu

Nigdy wcześniej stan środowiska nie był tak alarmujący. Dziś przychodzi nam wszystkim uświadomić sobie, że komfort naszego życia i pracy zależy od dobrostanu planety. Innymi słowy długofalowy sukces tkwi w połączeniu biznesu i ekologii. Jak tę synergę osiągnąć? Oto kilka przykładów ekorozwiązań w innogy. Przyłącz się do nich – zapraszamy.

Na początku... zaczęliśmy od siebie. W naszych biurach pożegnaliśmy się z plastikowymi butelkami PET. I nie wylewaliśmy z tego powodu też, tylko warszawską kranówkę, którą teraz codziennie pijemy z wielorazowych szklanych butelek. Zastąpienie plastiku wodą z kranu oznacza dla nas rocznie aż 160 tysięcy butelek mniej. Wszystko dzięki programowi „innogy goes green”, w którym wdrażamy proekologiczne rozwiązania w firmie, a także promujemy je na zewnątrz.

Mówi się, że papier wszystko przyjmie, ale... nie do przyjęcia jest niepoohamowane wycinanie drzew. Z tego powodu w naszej korespondencji tradycyjnej i materiałach drukowanych używamy wyłącznie papieru z recyklingu. Dzięki temu **rocznie oszczędzamy 268 ton drzewa!**

Proekologiczne postawy promujemy również wśród naszych Klientów. Zachęcamy ich, by zamienili papierowe faktury na ich elektroniczne odpowiedniki. Aktualnie z opcji tej korzysta niemal 200 tysięcy Klientów. Ta prawdziwie czysta oszczędność obejmuje 5 milionów kartek i 1,2 milionów kopert.





Znaczenie edukacji BHP

Kluczową rolę w rozwoju każdego człowieka odgrywa edukacja. To samo tyczy się edukacji z zakresu BHP. Wiedza o zagrożeniach i sposobach zapobieżenia im podnosi poziom bezpieczeństwa w każdym przedsiębiorstwie.

Dzisiaj obowiązkiem każdego obywatela jest zdobycie kształcenia podstawowego, z kolei obowiązkiem każdego pracodawcy jest edukowanie pracowników o zasadach i przepisach BHP.

Edukacja bhp to nie tylko suche przepisy ustaw i rozporządzeń, to też wiedza praktyczna. To wnioski oparte na wieloletnim doświadczeniu inspektorów pracy. Należy więc ją traktować nie jako przykry i nudny obowiązek, lecz jako możliwość zdobycia dodatkowej wiedzy z zakresu bezpieczeństwa.

Warto tutaj wspomnieć, że bezpieczeństwo w rozumieniu BHP to dbanie o życie i zdrowie pracowników poprzez: ergonomię stanowiska pracy, instruktaż stanowiskowy, naukę pierwszej pomocy w sytuacji zagrożenia życia i zdrowia, prewencję bezpieczeństwa przeciwpożarowego, audyty i kontrole z zakresu bezpieczeństwa i higieny pracy.

Czy jest coś ważniejszego od zdrowia i życia? W demokratycznym i wyedukowanym społeczeństwie nie powinno być wątpliwości co do odpowiedzi na to pytanie. Edukacja BHP jest kluczem do zapewnienia bezpieczeństwa każdemu człowiekowi w pracy, ale też poza nią.

