



Praca zdalna w czasie COVID-19 – RODO

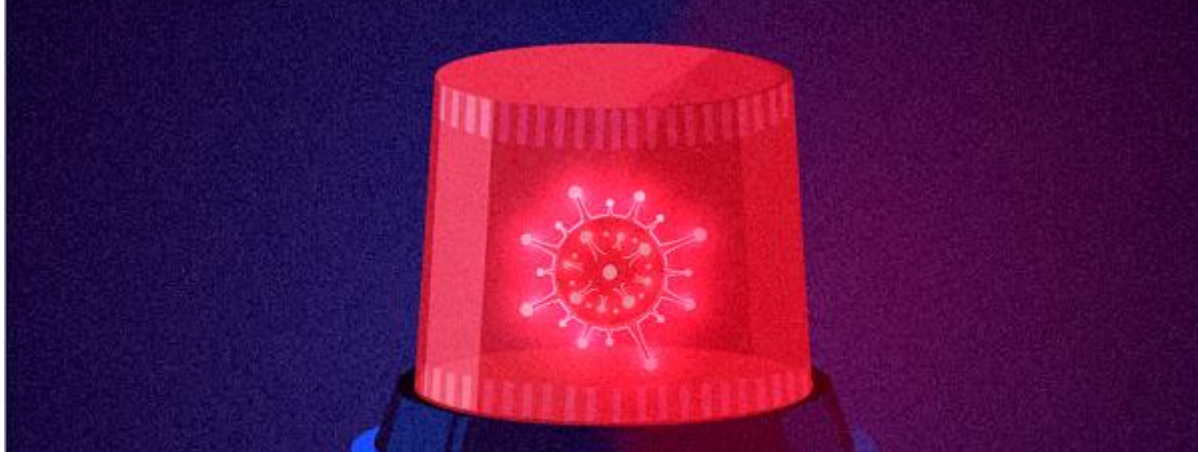
Przepisy RODO nakładają na administratorów pewne obowiązki, których powinni przestrzegać, zwłaszcza w czasie, gdy pracownik wykonuje pracę zdalną. W tym przypadku niezbędna wydaje się również analiza ryzyka, uwzględniająca wszystkie zagrożenia i podatności w tym procesie.

Art. 5 RODO określa zasady dotyczące przetwarzania danych osobowych. Pracodawca, jako administrator powinien stosować poniższe zasady oraz pouczać pracowników o ich przestrzeganiu.

Dane osobowe muszą być:

1. przetwarzane zgodnie z prawem, rzetelnie i w sposób przejrzysty dla osoby, której dotyczą,
2. zbierane w konkretnych, wyraźnych i prawnie uzasadnionych celach i nieprzetwarzane dalej w sposób niezgodny z tymi celami,
3. adekwatne, stosowne oraz ograniczone do tego, co niezbędne do celów, w których są przetwarzane,
4. prawidłowe i w razie potrzeby uaktualniane,
5. przechowywane w formie umożliwiającej identyfikację osoby, której dane dotyczą, przez okres nie dłuższy niż jest to niezbędne do celów, w których dane te są przetwarzane,
6. przetwarzane w sposób zapewniający odpowiednie bezpieczeństwo danych osobowych, w tym ochronę przed niedozwolonym lub niezgodnym z prawem przetwarzaniem oraz przypadkową utratą, zniszczeniem lub uszkodzeniem, za pomocą odpowiednich środków technicznych lub organizacyjnych.

Przewiduj, przygotuj się i reaguj na kryzysy



Przewiduj, przygotuj się i reaguj na kryzysy. POSTAW NA BHP

Światowy Dzień Bezpieczeństwa i Ochrony Zdrowia w Pracy jest doskonałą okazją do tego, by podsumować rok życia w pandemii i wyciągnąć wnioski, które pomogą w przyszłości skuteczniej i szybciej reagować na trudne i niespodziewane sytuacje.

Już od ponad roku pandemia wywołana SARS-CoV-2 ustanawia reguły w prawie każdym aspekcie naszego życia, w tym też w kwestii pracy.

Ryzyko zarażenia się wirusem spowodowało, że firmy i placówki oświatowe przeszły w tryb pracy zdalnej, ograniczono możliwość przemieszczania się, w tym również podróży lotniczych, nastąpiła redukcja miejsc pracy w wielu kluczowych sektorach gospodarki, niektóre przedsiębiorstwa były zmuszone do zamknięcia działalności.

Podjęte kroki zapobiegawcze w postaci ograniczenia kontaktów i przeniesienia życia na home office dały pracownikom nowe możliwości, ale stworzyły też potencjalne zagrożenia – w szczególności zagrożenia psychospołeczne.

Międzynarodowa Organizacja Pracy (MOP) zachęca, aby bazując na tych doświadczeniach wdrożyć działania, które pomogą lepiej zarządzać bezpieczeństwem pracy, będą efektywniej chronić zdrowie pracowników, a przedsiębiorstwom zapewnią ciągłość biznesową i wsparcie umożliwiające odbudowanie zasobów po wyjściu z kryzysu i sprostanie nieprzewidzianym wyzwaniom oraz ewentualnym, nowym kryzysom w przyszłości.

MOP zwraca uwagę, że kluczowe znaczenie w procesie reagowania kryzysowego i ochrony zdrowia publicznego mają silne i skuteczne systemy zarządzania BHP.





Zanieczyszczenie... hałasem?

Słyszemy „zanieczyszczenie” i wyobrażamy sobie brudne powietrze, skażoną wodę lub glebę. A jednak słowo to dotyczy również hałasu, który powszechnie występuje w całej Europie i zanieczyszcza środowisko szkodząc ludziom oraz dzikiej przyrodzie.

Szacuje się, że 113 milionów Europejczyków jest narażonych na długoterminowy – utrzymujący się przez cały dzień, wieczór i noc – hałas drogowy na poziomie co najmniej 55 decybeli. Ponadto 22 miliony osób są narażone na wysoki poziom hałasu kolejowego, 4 miliony – na wysoki poziom hałasu lotniczego, a mniej niż milion – na hałas związany z przemysłem.

Wiele z tych osób prawdopodobnie nawet nie wie, że długotrwałe narażenie na hałas, do których są przyzwyczajeni na obszarach miejskich, ma znaczący wpływ na ich zdrowie.

Europejska Agencja Środowiska (EEA) szacuje, że taki stan powoduje 12 000 przedwczesnych zgonów i co roku przyczynia się do 48 000 nowych przypadków choroby niedokrwiennej serca. 22 miliony osób cierpi z powodu ciągłego rozdrażnienia, a 6,5 miliona osób ma chroniczne zaburzenia snu.

Według informacji EEA kraje europejskie podejmują liczne działania w celu zmniejszenia poziomu hałasu i zarządzania nim.

Wiele państw, miast i regionów wyznaczyło także tak zwane obszary ciszy – są to przede wszystkim parki i inne tereny zielone, gdzie mieszkańcy mogą schronić się przed miejskim zgiełkiem.



Jak efektywnie pracować na home office?

Nie od dzisiaj wiadomo, że pracując w domu trudno o samodyscyplinę i samoorganizację. A to kawka. A to przekąska. A to jeden odcinek serialu. A to wyjście z psem na spacer. Czasami przy pracach wymagających skupienia, domowe odgłosy skutecznie rozpraszają. Co możesz zrobić, by pracować efektywnie?

Specjaliści są zgodni – efektywne realizowanie każdego rodzaju pracy wymaga planu.

Planując prace weź pod uwagę też swój tzw. chronotyp. Jest to wzorzec funkcjonowania, który uwzględnia przyzwyczajenia dotyczące pory wstawania i udawania się na spoczynek oraz czas, w którym twoje samopoczucie oraz sprawność psychiczna i fizyczna osiągną optimum.

„Skowronek” lub „ranny ptaszek” to chronotyp poranny, a należące do niego osoby śpią najczęściej w godz. 22–6 (lub śpią krócej). Najbardziej aktywne są rano, a najwyższy poziom energii osiągają przed południem i mogą wykonać ogromne ilości pracy przed obiadem. Po południu często odczuwają kryzys aktywności i potrzebują drzemki, aby się zregenerować, a wieczorem czują się wyczerpane.

„Sowa” lub „nocny marek” to chronotyp wieczorny. Osoby te chodzą późno spać, ale też późno wstają. Ich odpoczynek przypada na godz. 2–10 (lub śpią dłużej, ale tylko wówczas, gdy mają swobodę ustalania godzin aktywności: wakacje, dni wolne od pracy).

„Sowy” są najbardziej produktywne w nocy. Potrzebują dłuższego snu nad ranem i więcej czasu na rozbudzenie się.



Wellbeing w firmie – co to?

Jeśli zapytamy ludzi z otoczenia, czego najbardziej im brakuje i za czym tęsknią, to prawdopodobnie większość odpowie: chwili spokoju, zatrzymania, wytchnienia. Obecne czasy niestety są zdominowane przez ciągły pośpiech i gonitwę za zmianami. Przez to wydaje się, że pędząc tak z dnia na dzień tracimy radość z tego, że żyjemy. Po prostu z życia.

Wellbeing to po prostu dobre samopoczucie, a podejście wellbeingowe właśnie to zakłada, że człowiek ma się dobrze czuć, dobrze żyć i cieszyć się życiem.

Kiedy wszystkie powyższe obszary zostaną „zaopiekowane”, szybko pojawi się w naszym życiu chęć znalezienia dobrej pracy. Nie tylko takiej z wysokim wynagrodzeniem, ale też zaspokajającej inne nasze potrzeby.

Tylko 15% pracowników jest zaangażowana w swoją pracę. Postawienie sobie za cel dbałości o wellbeing swoich pracowników może być doskonałym pomysłem. Bowiernie pracownik bardziej zadowolony to pracownik bardziej zaangażowany, a to z kolei oznacza lepszą produktywność.

Jak zadbać o pracownika? Spójrzmy na pracownika jako na osobę, która każdego dnia ma do wykonania określone zadania. Jako odpowiedzialny pracodawca musimy zauważyć, że to, z czym codziennie się mierzy jego pracownik ma na niego wpływ.

Wellbeing w pracy polega na tym, by uświadomić sobie, co i jak możemy zrobić, aby wyrównać zasoby pracownika i zniwelować niepotrzebne wyzwania.



Grozi pożar? Dowiedz się, czy takie ryzyko istnieje

Identyfikacja zagrożeń oraz szacowanie ryzyka w przedsiębiorstwie pozwoli na opracowanie i dostosowanie skutecznych środków ochrony przeciwpożarowej. Tylko wówczas będzie pewność, że ryzyko pożaru jest zredukowane do minimum.

W przedsiębiorstwie, w którym są przechowywane, magazynowane i użytkowane materiały sklasyfikowane jako niebezpieczne i substancje chemiczne istnieje wysokie ryzyko wystąpienia pożaru lub wybuchu. A to z kolei stanowi zagrożenie dla zdrowia i życia pracowników.

Pracodawca, wykonując obowiązki z zakresu BHP dotyczące zapewnienia bezpiecznych warunków pracy ma obowiązek przeprowadzenia oceny ryzyka zawodowego, udokumentować zastaną sytuację, zastosować niezbędne środki profilaktyczne zmniejszające to ryzyko oraz poinformować pracowników o ryzyku zawodowym i o zasadach ochrony przed zagrożeniami.

Ocenę stanu zagrożenia wybuchem pożaru powinna przeprowadzić osoba kompetentna.

W pierwszym etapie należy oszacować obiektywną ocenę niebezpieczeństwa, a następnie określić poziom zagrożenia pożarowego.

W zależności od poziomu zagrożenia wybuchem pożaru należy zastosować odpowiednie środki ochrony przeciwpożarowej. Pamiętając przy tym, że wszystkie urządzenia ppoż. wymagają przeprowadzenia okresowych przeglądów.



Kodeks pracy – co się zmieniło?

W ubiegłym roku wszystkie gałęzie gospodarki zostały zdominowane przez pandemię COVID-19 i obarczone skutkami wynikającymi z obostrzeń. Kryzys ten wymógł na ustawodawcy wprowadzenie niezbędnych rozwiązań w Kodeksie pracy tak, by pomogły one utrzymać pracowników i umożliwić im pracę zdalnie, w domu.

Od początku tego roku resort w prowadził w życie kilka nowelizacji w Kodeksie pracy. Jedną z nich i najbardziej oddziałującą na wiele elementów prawa jest wyższa płaca minimalna. Od 1 stycznia 2021 roku najmniejszą wypłatą za pełen etat pracy jest 2800 złotych brutto, a stawka godzinowa przy umowach cywilnoprawnych zwiększyła się do 18,30 złotych brutto.

Podwyższenie minimalnego wynagrodzenia pociąga za sobą zmiany w wysokościach innych świadczeń, które są ustalane na podstawie płacy minimalnej:

- wzrost dodatku za pracę w porze nocnej,
- Wyższe odszkodowanie za naruszenie zasady równego traktowania w zatrudnieniu oraz za mobbing,
- wzrost pułapu odprawy z tytułu zwolnień grupowych, które nie mogą przekraczać kwoty 10-krotnego minimalnego wynagrodzenia za pracę,
- wzrost pułapu odpisu na zakładowy fundusz świadczeń socjalnych, który jest ustalany na podstawie przeciętnego wynagrodzenia.



7 zasad bezpiecznego podnoszenia ciężkich przedmiotów

Kręgosłup mamy jeden. W zawodach, które wymagają podnoszenia i przenoszenia ciężkich przedmiotów jest on narażony na uszkodzenia i urazy. Dlatego bardzo ważne jest przeszkolenie pracowników z poprawnej techniki wykonywania tych czynności.

Zanim rozpoczniesz proces podnoszenia – sprawdź wagę przedmiotu. Możesz to zrobić popychając przedmiot rękami lub nogą. Jeżeli okaże się on zbyt ciężki – poproś kogoś o pomoc lub skorzystaj z dodatkowego sprzętu pomocniczego.

Zasady podnoszenia ciężkich przedmiotów:

1. Stań blisko przedmiotu w rozkroku lub z jedną stopą nieco na skos przed drugą, tak aby równowaga była zapewniona zarówno w kierunku bocznym, jak i w przód oraz w tył.
2. Przykucnij na wprost (jak najbliżej) podnoszonego przedmiotu, staraj się ustawić swoje ciało tak, aby uniknąć wykonywania ruchów skrętnych tułowia.
3. Zegnij kolana, ale nie więcej niż do kąta prostego. Cofnij brodę. Napręż kark i pochyl tułów ku przodowi, ale go nie zginaj!
4. Napręż mięśnie brzucha i pleców tak, aby część krzyżowa pozostawała wyprostowana.
5. Unieś przedmiot, prostując równocześnie kolana, biodra oraz kręgosłup – grzbiet musi być wyprostowany!
6. Przedmiot trzymaj jak najbliżej ciała!
7. Przy opuszczaniu przedmiotu postępuj w ten sam sposób.



Przestępczość środowiskowa

„Przestępczość środowiskowa – współczesne wyzwania dla organów ścigania i Inspekcji Ochrony Środowiska” – to temat konferencji on-line organizowanej przez Główny Inspektorat Ochrony Środowiska (GIOŚ), która odbyła się 15 kwietnia 2021 r. Celem debaty było omówienie najważniejszych zagadnień związanych z walką z przestępczością środowiskową w Polsce.

Sekretarz Stanu w Ministerstwie Klimatu i Środowiska Jacek Ozdoba rozpoczynając debatę zaznaczył, że odbyła się ona w związku z przygotowaną przez Głównego Inspektora Środowiska nowelizacją przepisów Kodeksu karnego, Kodeksy wykroczeń i innych ustaw.

Podczas wystąpienia prokurator Ewa Ścierżyńska podkreślała, że liczba osób, wobec których Prokuratura skierowała akty oskarżenia w związku z nielegalnym postępowaniem z odpadami, wzrosła aż 15-krotnie – w 2015 r. były to 44 osoby, w 2020 r. 686 osób.

Dużo nieprawidłowości w kwestii nielegalnego postępowania z odpadami generuje transgraniczne ich przemieszczenie. Jedynie w 2020 r. Krajowa Administracja Skarbowa zatrzymała 239 transgranicznych transportów odpadów o łącznej masie przekraczającej 8,5 tys. ton, w których stwierdzono nieprawidłowości.

Działania Interpolu, Krajowej Administracji Skarbowej, Inspekcji Ochrony Środowiska, Policji i innych organów ścigania nie wystarczą, by zwalczyć przestępczość środowiskową. W tym aspekcie potrzeba jest zmiana prawa.



Przerwy w pracy – odpowiedź na naturalne potrzeby organizmu

Przerwy w pracy są konieczne. Dotyczy to pracy zarówno fizycznej jak i umysłowej. Przedłużające się zmęczenie, które jest fizjologiczną konsekwencją pracy, obniża możliwość jej kontynuowania. Zmniejsza się efektywność i narasta zniechęcenie.

Zmęczenie rozwija się głównie w narządach zaangażowanych w pracę. Po wysiłku fizycznym męczą się głównie mięśnie, po pracy wzrokowej – oczy, a umysłowej – umysł. Objawia się to gorszą koncentracją, zaburzeniami uwagi, pamięci, utrudnionym spostrzeganiem, wydłużeniem czasu reakcji, trudnością w podejmowaniu decyzji, drażliwością, zniechęceniem i uczuciem senności.

Niezależnie od rodzaju zmęczenia sygnały z organizmu skłaniają do przerywania wykonywanej pracy, a przynajmniej do zmiany jej rodzaju.

Zgodnie z Kodeksem pracy każdy pracownik, który wykonuje pracę dłużej niż 6 godz. dziennie ma prawo do 15-minutowej przerwy wliczanej do czasu pracy. Osobom pracującym przy komputerze, o ile czas takiej pracy przekracza połowę dziennego wymiaru czasu pracy, przysługuje dodatkowo 5-minutowa przerwa, również wliczana do czasu pracy.

Podczas pracy zdalnej harmonogram przerw, ich częstotliwość oraz długość ustala sobie sam pracownik. Z reguły praca jego polega na pracy przy komputerze – dlatego racjonalne jest zachowanie prawnego rytmu 5-minutowych przerw po każdej godzinie pracy.