



**Slovenská komora sociálnych pracovníkov a asistentov sociálnej práce**  
Mokrohájska cesta 3, 841 04 Bratislava, IČO: 50012592; DIČ: 2120158645

**INTERNÁ SMERNICA č. OCK / 7-2016**  
**Pravidlá bezpečnosti a ochrany zdravia pri práci**  
**Slovenskej komory SP a ASP**

Spracoval/a:	Ing. Stanislava Dräxlerová	Podpísal a schválil:	Mgr. Peter Kulifaj, Predseda komory
Počet strán:	18	Počet príloh:	9
Účinnosť od:	6.9.2016	Dátum schválenia Predstavenstvom	6.9.2016

### **Čl. 1 Pôsobnosť internej smernice**

- (1) Touto smernicou Slovenská komora sociálnych pracovníkov a asistentov sociálnej práce (ďalej ako „komora“) ustanovuje všeobecné zásady prevencie a základné podmienky na zaistenie bezpečnosti a ochrany zdravia pri práci a na vylúčenie rizík a faktorov podmieňujúcich vznik pracovných úrazov, chorôb z povolania a iných poškodení zdravia z práce podľa zákona 124/2006 Z. z. o bezpečnosti a ochrane zdravia pri práci (ďalej aj „BOZP“) a o zmene a doplnení niektorých zákonov v znení neskorších predpisov (ďalej aj „Zákon BOZP“), vrátane pitného režimu. Smernica je záväzná pre zamestnávateľa a všetkých jeho zamestnancov. Vzťahuje sa taktiež primerane aj na osoby, ktoré sa s vedomím zamestnávateľa a zamestnancov organizácie zdržujú v jej priestoroch – členov, dobrovoľníkov a iné osoby. Nakoľko u zamestnávateľa nie je vymenovaný zástupca zamestnancov pre bezpečnosť (§ 19, ods. 4 Zákona BOZP), oprávnenia podľa § 19, ods. 3 Zákona BOZP, ako sú vyžadovanie informácií o skutočnostiach ovplyvňujúcich bezpečnosť, predkladanie návrhov na zvýšenie bezpečnosti, požadovanie odstránenia nedostatkov, vykonávajú zamestnanci.
- (2) Táto smernica upravuje:
- a) Všeobecné zásady prevencie, základné bezpečnostné pokyny a pitný režim pre zamestnancov a ostatné dotknuté osoby v zmysle § 5 a § 6 ods.1 písm. l) Zákona BOZP.
  - b) Postup pri poskytovaní prvej pomoci v prípade poškodenia zdravia a zoznam odporúčaných prostriedkov prvej pomoci v zmysle § 8 ods.1 písm.a1), a2) Zákona BOZP.
  - c) Postup pri evidencii a registrácii pracovných úrazov v zmysle § 17 ods.2 Zákona BOZP.
  - d) Zabezpečenie informovanosti prostredníctvom školení BOZP, určenie pravidelnosti opakovaného oboznamovania z predpisov BOZP v zmysle § 7 ods.4 Zákona BOZP.
  - e) Zabezpečenie pitného režimu a poskytovania umývacích, čistiacich a hygienických prostriedkov na zabezpečenie telesnej hygieny – v zmysle § 6 ods.3 písm. b) Zákona BOZP.
  - f) Postup evakuácie.

### **Čl. 2 Všeobecné zásady prevencie, základné bezpečnostné pokyny a pitný režim**

- (1) Všeobecné zásady prevencie, základné bezpečnostné pokyny a pitný režim sú upravené v zmysle § 5 a § 6 ods.1 písm. l) Zákona BOZP.
- (2) Zamestnávateľ je povinný uplatňovať všeobecné zásady prevencie (§ 5 Zákona BOZP) pri vykonávaní opatrení nevyhnutných na zaistenie BOZP vrátane zabezpečovania informácií, vzdelávania a organizácie práce a prostriedkov. Vzhľadom na charakter činností zamestnávateľa ide hlavne o vylúčenie nebezpečenstva a z neho vyplývajúceho rizika, prispôsobovanie práce schopnostiam zamestnanca / člena / dobrovoľníka, zohľadňovanie ľudských schopností, vlastností a možností najmä pri navrhovaní pracoviska a zmiernení účinkov škodlivých faktorov práce, namáhavej práce a jednotvárnej práce.
- (3) Zamestnávateľ je na základe § 6 Zákona BOZP povinný v záujme zabezpečenia BOZP vzhľadom na charakter svojich činností zlepšovať pracovné podmienky a prispôbovať ich zamestnancom, zohľadňovať pritom meniace sa skutočné a predvídateľné okolnosti a dosiahnuté vedecké a technické poznatky, zisťovať nebezpečenstvá a ohrozenia, zabezpečovať potrebnú údržbu a opravy, zabezpečovať, aby faktory ovplyvňujúce psychickú pracovnú záťaž a sociálne faktory neohrozovali bezpečnosť a zdravie zamestnancov, odstraňovať nebezpečenstvo a ohrozenie, zabezpečiť ochranu života a zdravia, určovať bezpečnostné pracovné postupy. Zamestnávateľ je povinný zabezpečovať zamestnancom pitný režim, ak to vyžaduje ochrana ich života alebo zdravia a poskytovať umývacie, čistiace a dezinfekčné prostriedky potrebné na zabezpečenie telesnej hygieny. Zamestnávateľ zabezpečí, aby mali zamestnanci bezplatne prístup k pitnej vode počas celého roka. Táto úprava slúži súčasne ako vnútorný predpis na zabezpečenie pitného režimu. Zamestnávateľ zabezpečí, aby zásady BOZP poznali a dodržiavali všetky dotknuté osoby. Úlohy týkajúce sa zabezpečenia

BOZP sú povinní zabezpečovať všetci riadiaci pracovníci ako neoddeliteľnú súčasť svojich pracovných povinností. Náklady spojené so zabezpečením BOZP je povinný znášať zamestnávateľ.

- (4) Zamestnanec má právo odmietnuť vykonať prácu alebo opustiť pracovisko a odobrať sa do bezpečia, ak sa dôvodne domnieva, že je bezprostredne a vážne ohrozený jeho život alebo zdravie, alebo život a zdravie iných osôb.
- (5) Všetky dotknuté osoby sú povinné dodržiavať požiadavky BOZP stanovené príslušnými právnymi predpismi (§ 39 Zákonníka práce), najmä s ohľadom na ochranu života a zdravia. Medzi základné zásady patrí:
1. Pri chôdzi buďte pozorný a nezdržujte sa v priestoroch, ktoré nie sú súčasťou pracoviska.
  2. Ak niečomu nebudete rozumieť alebo je Vám niečo nejasné v oblasti BOZP, požiadajte o vysvetlenie nadriadeného.
  3. Nedotýkajte sa živých častí elektrických zariadení alebo vedenia. Ak zistíte na zariadeniach poruchu, neopravujte ju sám. Zistené poruchy smie opravovať len zamestnanec s odbornou kvalifikáciou.
  4. Nedostatky zistené na pracovisku, ktoré by mohli ohroziť zdravie alebo život Vás alebo ďalších osôb, ste povinný ihneď ť nadriadenému.
  5. Poriadok a čistota je základom prevencie voči úrazom. Udržujte preto pracovný priestor v poriadku a čistote a zverené zariadenia vždy v dobrom a bezpečnom stave.
  6. Donášanie a požívanie alkoholických nápojov v práci je zakázané a považuje sa za závažné porušenie Zákonníka práce.
  7. Fajčiť v priestoroch pracoviska je zakázané.
  8. Pracovisko nie je vhodným miestom pre hry, zábavy a žarty. Úraz, ktorý vznikne z takéhoto počínania, môže byť charakterizovaný ako trestný čin.
  9. Oznamte svojmu nadriadenému každý úraz pri práci. Každý úraz musí byť zaznamenaný do „Knihy úrazov“. Aj malé poranenie treba dať ošetriť.
  10. Každý zamestnanec je povinný oboznámiť sa s rozmiestnením a vypnutou polohou hlavných vypínačov a hasiacich prístrojov, aby mohol v prípade potreby rýchlo a správne zasiahnuť.
  11. Plne sa venovať povereným úlohám, nekonať ľahkomyseľne a nepozorne. Nerozptyľovať svojich spolupracovníkov.
  12. Nikdy nepracovať so zariadením, ktoré je pokazené alebo vykazuje znaky poruchovosti. Poruchu zariadení nahlásiť nadriadenému pracovníkovi.
  13. Pracovať len so zariadením, ktorého obsluhou ste boli poverený, a ktorého bezpečnú obsluhu poznáte.
  14. Nikdy nedovoliť manipulovať so zariadením (pracovať alebo zasahovať do zariadenia akýmkoľvek spôsobom) nepovolaným osobám.
  15. Dbať, aby únikové cesty, manipulačné priestory okolo zariadenia a priestory pred elektrickými rozvodmi a hasiacimi prístrojmi ostali nezaložené, voľné a čisté.
  16. Pred opustením pracoviska, dajte ho do poriadku a zabezpečte zariadenie, na ktorom ste pracovali proti zneužitiu neoprávnenými osobami. Presvedčiť sa, že elektrické či plynové spotrebiče sú vypnuté.
- (6) Komora zabezpečí, aby bola v kancelárii k dispozícii lekárnička pre kancelárie a aby bola pravidelne dopĺňaná pri spotrebe a expirácii.

### **Čl.3 Postup pri poskytovaní prvej pomoci**

- (1) Prvá pomoc musí byť poskytnutá okamžite pri každom poranení, úraze, otrave alebo náhlom ochorení, čiže v každom prípade, kde by bez včasného poskytnutia prvej pomoci mohol byť ohrozený život alebo zdravie postihnutého.

- (2) Pri poskytovaní prvej pomoci v žiadnom prípade nesmie byť ohrozená bezpečnosť postihnutého alebo poskytovateľa prvej pomoci.
- (3) Rýchla zdravotnícka pomoc sa musí privolať vždy k takým úrazom a náhlym ochoreniam, dôsledkom ktorých dôjde u postihnutého k:
  - a) zastaveniu srdcovej činnosti alebo dýchania,
  - b) veľkému krvácaniu,
  - c) bezvedomiu,
  - d) rozsiahlym popáleninám,
  - e) zraneniu alebo poleptaniu očí,
  - f) zlomenine chrbtice, lebky, končatín, rebier,
  - g) otrave.
- (4) Pri postihnutí viacerých osôb sa prvá pomoc musí poskytovať v nasledovnom poradí:
  1. dusenie,
  2. krvácanie,
  3. bezvedomie,
  4. šok.
- (5) Každý, kto je účastníkom deja postihnutia alebo nájde postihnutého, okamžite preruší svoju pracovnú alebo inú činnosť, prípadne ihneď vypne zariadenie, ktoré spôsobilo postihnutie a rýchlo privolá zamestnanca vyškoleného na poskytovanie prvej pomoci, alebo poskytne sám prvú pomoc.
- (6) V prvom rade sa uvoľní postihnutý z miesta nehody tak, aby nebola ohrozená bezpečnosť postihnutého ani jeho resp. iných osôb, zhodnotí druh a závažnosť postihnutia a na základe vlastného názoru poskytne postihnutému prvú pomoc:
  - a) ak potrebuje pomoc druhých kolegov, privolá ich a nariadi im vykonať ním nariadené úkony,
  - b) podľa rozsahu postihnutia, na základe jeho zhodnotenia, zabezpečí privolanie rýchlej zdravotnej pomoci,
  - c) zabezpečí okamžité nahlásenie udalosti nadriadenému, ktorý zabezpečí oboznámenie vedenia organizácie, ktoré oboznámi s udalosťou rodinných príslušníkov, prípadne vedenie inej firmy a štátne orgány podľa predpisov a potreby.
- (7) Pri telefonickom volaní rýchlej zdravotníckej pomoci, volajúci zamestnanec uvedie:
  - a) svoje meno, priezvisko a číslo telefónu z ktorého sa volá,
  - b) miesto a pracovisko t. j. adresu, meno firmy, areál a pod., kde došlo k postihnutiu,
  - c) stručný popis udalosti,
  - d) po príchode zdravotníckej pomoci ich osobne usmerní na miesto udalosti.
- (8) Tiesňové volania:
  - a) Zdravotnícka záchranná služba – 112 (platí aj pre mobil)
  - b) Hlásenie požiaru – 112 (platí aj pre mobil)
  - c) Hlásenie v ohlasovni požiarov u prenajímateľa – tel. číslo 02 / 591 009 11.

#### **Čl.4 Zásady poskytovania prvej pomoci pri úraze**

- (1) **Zastavenie dýchania:** V bezvedomí môže byť zapadnutý jazyk. Postihnutému preto pri ležiacej polohe na chrbte vyvrátíme hlavu dozadu a povytiahneme spodnú čeľusť smerom dopredu. Tým sa mu uvoľnia dýchacie cesty. Cudzie telesá vyberieme, ústnu dutinu vyčistíme. Ak nezačne dýchať, zahájime umelé dýchanie z úst do úst (stlačíme pritom nosné dierky), alebo z úst do úst a nosa a sledujeme reakcie hrudníka. Frekvencia: najskôr 5 rýchlych vdychov, potom 1 vdych za 5 sek.
- (2) **Zastavenie činnosti srdca:** Príznakmi sú nehmatateľný tep, zastavenie dýchania či dýchacie problémy, upadnutie do bezvedomia. Umelé dýchanie kombinujeme s nepriamou masážou

srdca. Prekrížime dlane a plynulo nimi stláčame hrudnú kosť ku chrbtici. Poloha postihnutého je rovnaká ako pri zastavení dýchania. Prvú pomoc by mali vykonávať dvaja ľudia. Jeden vykonáva umelé dýchanie vo frekvencii 1 vdych za 5 sek, druhý nepriamu masáž srdca frekvenciou 1 stlačenie za 1 sek. Ak poskytuje prvú pomoc núdzovo len jeden záchranca, vykoná vždy najskôr 30 stlačení hrudnej kosti, potom 2x hlboký vdych do pľúc. Poskytovanie tejto pomoci neprerušujeme pokiaľ nepríde lekár. Výnimočne je možné prerušenie za účelom kontroly reakcie hrudníka či obnovenie činnosti srdca a to len najviac na 5 sek.

- (3) **Krvácanie:** Najprv je treba rozlíšiť, či ide o krvácanie tepnové alebo o krvácanie zo žíl. Z tepny krv rytmicky strieka a je jasno červená, krv zo žíl tečie pomaly a má tmavú červenú farbu. Krvácanie je samozrejme potrebné zastaviť. Pri tepnovom krvácaní je kriticky málo času a je potrebné bleskovo zareagovať tak, že tepnu stlačí holou rukou najlepšie priamo v rane. Potom nasleduje zastavenie vytekania krvi tlakovým obvazom, alebo improvizovaným škrtidlom nad ranou (nikdy motúz alebo drôt). Ak nie je možné použiť škrtidlo, musí sa držať tepna v rane až do príchodu lekárskej pomoci. Krvácajúca osoba nesmie stáť, hrozí že upadne do bezvedomia. Príznaky nebezpečného vnútorného krvácania sú: zrýchľovanie pulzu, chladnutie krajných častí končatín, postupné upadanie do bezvedomia. Postihnutého uložíme naznak, všetky 4 končatiny zdvihneme do výšky a obviažeme ich od prstov až k ramenným a bedrovým kĺbom (nikdy kĺby) obvazom alebo pružným ovínadlom. Tým vytvoríme po celom povrchu rúk a nôh dostatočný tlak. Tlak nesmie byť ani veľký ani veľmi malý. Tomuto postupu hovoríme autotransfúzia. Stále sledujeme pulz a dych.
- (4) **Bezvedomie:** Postihnutého v bezvedomí, prípadne aj zvracajúceho, ak nemá iné vážnejšie zranenie, uložíme do stabilizovanej polohy, t. j. raneného uložíme na bok s podložením jednej ruky pod telo poraneného, o druhú sa oprie hlava, čím sa zabezpečia voľné dýchacie cesty, odchod zvratkov, prípadne krvi. Priebežne kontrolujeme jeho dýchanie.
- (5) **Popáleniny:** Aspoň 15 min. chladíme tečúcou vodou. Nestrhávame odev z rán, rany ničím nemažeme ani nezasypávame. Odstránime náramky, hodinky, prstene z postihnutých miest. Ranu prekryjeme sterilným textilom. Zraneného upokojíme, zabránime jeho prechladnutiu a napojíme tekutinou (najviac 0,5 l čaju alebo kávy).
- (6) **Poleptanie:** Oko dlho umývame tečúcou pitnou vodou. Pokožku obnažíme, umývame tečúcou vodou (nedotýkame sa), potom zakryjeme sterilným obvazom. Poleptanie hydroxidom draselným (alkalické batérie) neutralizujeme 6 % roztokom kyseliny octovej (trochu zriedený ocot).
- (7) **Zlomeniny:** Sú veľmi bolestivé. Potrebné je znehybnenie zlomenej kosti, ktorú zásadne nenapravujeme. Volíme takú polohu znehybnenej kosti, ktorá jej zaistí maximálny kľud. Znehybnujeme šatkou, šálom či inou odpovedajúcou textíliou. Ak je to možné, treba použiť lekárske dlahy alebo odpovedajúcu náhradu. Zlomeniny chrbtice sú zvlášť nebezpečné. Hrozí poranenie miechy. Príznakom týchto zlomenín býva ochabnutosť a silné svrbenie končatín. S takto postihnutým treba nakladať s najväčšou opatrnosťou, pohybovať s ním čo najmenej. Ak mu nehrozí nebezpečie, nevykonávať s ním žiadny transport, ale okamžite privolať lekársku pomoc. Ak je transport potrebný, treba ho vykonať na dostatočne dlhej, rovnej a tvrdej podložke (ak nie sú nosítka) napr. dvere či široká doska. Úplný kľud zraneného, kľud chrbtice a hlavy, sú základnou podmienkou. Je neprípustný akýkoľvek rotačný pohyb tela. Pri všetkých otvorených zlomeninách prekryť ranu sterilným obvazom. Pri otvorenom poranení hrudníka hrozí tzv. otvorený pneumothorax. Ide o nasávanie vzduchu inou cestou. Pri výdychu môže nastať záklopkový efekt spôsobujúci rýchle udusenie. Takúto ranu okamžite zakryjeme nepriedušným obvazom alebo textilom. Iný prípad, zavretý pneumothorax (vzduch neprúdi inou cestou), kde ide o poranenie pľúc zlomenými rebrami, stiahneme pružným ovínadlom. Opäť je potrebný rýchly transport do nemocnice.

- (8) **Šok:** Dlhotrvajúci šok môže viesť k zastaveniu srdca. Hrozí najmä pri popáleninách, krvácaní a zlomeninách. Príznakmi sú značná bledosť, nervozita, potenie, chladnutie končatín, zrýchlený a slabnúci tep, zvracanie, smäd, postupný rast ľahostajnosti a konečný pád do bezvedomia. Protišokové opatrenia: upokojiť postihnutého, chovať sa kľudne a povzbudivo, uložiť ho do protišokovej polohy (na miernom svahu nohami nahor, hlava trochu zvrátená), nedopustiť podchladenie ani prehriatie, utišovať smäd vlhčením perí a tváre, vhodným spôsobom tíšiť bolesť.

### **Čl.5 Postup pri evidencii a registrácii pracovných úrazov**

- (1) Povinnosti zamestnancov a zamestnávateľov v prípade úrazov upravuje § 17 Zákona BOZP. Zákon ukladá komore za povinnosť zisťovať príčiny pracovných úrazov a chorôb z povolania, viesť ich evidenciu, oznamovať ich príslušným orgánom a vykonávať opatrenia na zamedzenie ich vzniku. Tieto povinnosti sa vzťahujú na všetkých zamestnancov komory, zamestnancov iných inštitúcií, ktorí si v komore plnia pracovné povinnosti, ale aj iných osôb, ktoré sa s vedomím organizácie nachádzajú v priestoroch organizácie. Dotknuté osoby sú povinné bezodkladne oznámiť nadriadenému vznik pracovného alebo iného úrazu či nebezpečnej situácie, i keď sú len v pozícii svedkov.
- (2) Zamestnávateľ je povinný viesť evidenciu:
- a) pracovných úrazov, v ktorej uvedie údaje potrebné na prípadné spísanie záznamu o registrovanom pracovnom úraze, ak sa následky pracovného úrazu prejavia neskôr;
  - b) iných úrazov ako pracovných úrazov a nebezpečných udalostí, v ktorej uvedie údaje o príčine vzniku a o prijatých a vykonaných opatreniach na predchádzanie podobným úrazom a udalostiam;
  - c) priznaných chorôb z povolania a ohrození chorobou z povolania.
- (3) Zamestnanec je povinný bezodkladne oznámiť nadriadenému vznik pracovného úrazu, služobného úrazu alebo iného než pracovného úrazu, ktorý vznikol na pracovisku alebo v priestoroch zamestnávateľa ako i vznik nebezpečnej udalosti. Nadriadený pracovník je následne povinný úraz zaevidovať v knihe úrazov.
- (4) Zamestnávateľ je povinný registrovať pracovný úraz, ktorým bola spôsobená pracovná neschopnosť zamestnanca trvajúca viac ako tri dni alebo smrť zamestnanca, ku ktorej došlo následkom pracovného úrazu tak, že zistí príčinu a všetky okolnosti jeho vzniku a to za účasti zamestnanca, ktorý utrpel registrovaný pracovný úraz a spíše záznam o registrovanom pracovnom úraze najneskôr do štyroch dní po oznámení vzniku registrovaného pracovného úrazu.
- (5) Ak zamestnanec utrpel pracovný úraz na pracovisku iného zamestnávateľa, je tento zamestnávateľ povinný bezodkladne oznámiť vznik pracovného úrazu zamestnávateľovi poškodeného zamestnanca.
- (6) Zamestnávateľ je povinný záznam o registrovanom pracovnom úraze do ôsmich dní odo dňa, keď sa o tomto pracovnom úraze dozvedel,
- a) zaslať príslušnému inšpektorátu práce alebo príslušnému orgánu dozoru,
  - b) doručiť zamestnancovi, ktorý utrpel registrovaný pracovný úraz, alebo pozostalým, ak zamestnanec zomrel v dôsledku pracovného úrazu.
- (7) Zamestnávateľ je v prípade vzniku závažného pracovného úrazu povinný vykonať potrebné opatrenia, aby nedošlo k ďalšiemu ohrozeniu života a zdravia.

### **Čl.6 Zabezpečenie školení BOZP**

- (1) Zamestnávateľ je povinný v zmysle § 7 Zákona BOZP pravidelne a preukázateľne oboznamovať každého zamestnanca s právnymi a ostatnými predpismi BOZP a bezpečnými pracovnými postupmi a *overovať* ich znalosť (§ 7 ods. 1 písm. a/), s existujúcimi alebo predvídateľnými

nebezpečenstvami (§ 7 ods. 1 písm. b/), so zákazom vstupovať do nebezpečných priestorov (§ 7 ods. 1 písm. c/) – ak by sa také priestory vyskytli, so zoznamom zakázaných prác tehotným ženám a mladistvým (§ 7 ods. 2).

- (2) Zamestnávateľ má povinnosť oboznámiť so smernicou BOZP každého nového zamestnanca (i zamestnanca na obdobný pracovný pomer) a pravidelne zabezpečiť školenie BOZP pri zmene smernice BOZP, minimálne však raz za dva roky opakovať školenie BOZP pre všetkých zamestnancov (i zamestnancov na obdobný pracovný pomer). Školenie má prebiehať v pracovnom čase (§ 7 ods. 5).
- (3) Zamestnávateľ musí zabezpečiť tehotným ženám prácu, ktorá je bezpečná vzhľadom na ich stav. Zákon BOZP opisuje zoznam prác zakázaných tehotným ženám a matkám do konca 9. mesiaca po pôrode a dojčiacim ženám. Komora nemá rizikové práce a pracoviská. Tehotná žena nesmie dvíhať bremená, ktoré svojou váhou ohrozujú jej stav.
- (4) Zamestnávateľ oboznamuje zamestnancov osobne alebo prostredníctvom vlastných zamestnancov.

### **Čl. 6 Zabezpečenie pitného režimu**

- (1) V zmysle § 6 ods.3 písm. b) Zákona BOZP a § 17 Zákona č. 355/2007 Z. z. o ochrane, podpore a rozvoji verejného zdravia a o zmene a doplnení niektorých zákonov, upravuje komora aj pitný režim svojich zamestnancov.
- (2) Extrémne zvýšené teploty počas letného obdobia môžu spôsobovať záťaž zamestnancov teplom na pracoviskách. U zamestnancov môže viesť k poklesu výkonnosti, zvýšenej únavnosti a môže spôsobiť až prehriatie organizmu so zvýšením telesnej teploty, malátnosťou, ospalosťou, bolesťami hlavy, závratmi, nevoľnosťou až zvracaním.
- (3) Za účelom prevencie porúch zdravia v súvislosti so zvýšenou záťažou teplom počas letného obdobia sú doporučené na pracoviskách tieto preventívne opatrenia:
  - a) Pitný režim, t.j. konzumáciu dostatočného množstva vhodných nápojov, ktoré majú občerstvujúce a uhrádzajúce vlastnosti (uhrádzajúce nápoje slúžia na uhrádzanie tekutín, solí a ďalších látok stratených nadmerným potením). Za vhodné sa považujú napr. minerálne vody s obsahom Na<sup>+</sup> do 100 mg/l, bylinkové čaje, ovocné čaje alebo šťavy. Nápoje musia byť zdravotne neškodné, majú mať vhodné chuťové vlastnosti a teplotu, čo najmenší obsah cukru, najviac do 6 % (sladké nápoje zvyšujú pocit smädu) a nemajú obsahovať ani malé množstvo alkoholu (alkohol zvyšuje metabolizmus a tým aj produkciu tepla v organizme). Finančne uhrádzať tieto nápoje však nie je povinnosťou zamestnávateľa. Teplota nápojov má byť v rozmedzí 12 až 15 °C.
  - b) Na pracovisku majú všetci zamestnanci prístup k pitnej vode z verejného vodovodu. V prípade, že tak nie je, zamestnanci sú toto povinní oznámiť svojmu nadriadenému.
  - c) Odporúča sa nosiť odev jednovrstvový, z prírodných materiálov (syntetické materiály sú nevhodné, pretože neumožňujú odparovanie potu), podľa možnosti svetlej farby.
  - d) Na pracovisku treba zabrániť insolácii, t. j. prenikaniu priamych slnečných lúčov cez okná zatiahnutím závesov, je potrebné zabezpečiť zvýšenie pohybu vzduchu vetraním. Pri používaní ventilátorov je tieto potrebné umiestniť a nasmerovať tak, aby nedochádzalo k nežiaducemu priamemu ochladzovaniu povrchu tela zamestnancov.
  - e) V prípade potreby je treba zamestnancom umožniť prestávky v práci, aby sa mohli ochladiť umytím pokožky chladnou vodou.

### **Čl.7 Evakuácia**

- (1) Komora sídli v prenajatých priestoroch, z toho dôvodu nemá upravené vlastné pravidlá evakuácie a požiarne poplachové smernice. Podľa pokynov nájomcu sa všetky osoby

pohybujúce sa v priestoroch objektu, v ktorom komora sídli, riadia požiarными poplachovými smernicami a požiarным evakuačným plánom, ktoré sú vyvesené na chodbách.

- (2) Zamestnanci sú povinní oboznámiť sa s miestami, kde sú umiestnené požiarne poplachové smernice a požiarny evakuačný plán. Sken požiarnych poplachových smerníc a požiarneho evakuačného plánu je prílohou č. 8 a 9 tejto smernice.

#### **Čl.7 Záverečné ustanovenia**

1. Táto smernica podlieha aktualizácii podľa potrieb komory, na základe zmien príslušných právnych predpisov, prípadne zmien znenia štatútu komory.
2. Ustanoveniami tejto smernice sú povinní sa riadiť všetky dotknuté osoby.
3. Dopĺňanie a prípadné zmeny uvedených ustanovení smernice vykonáva predstavenstvo komory.
4. Všetky dotknuté osoby sú povinné sa s touto smernicou oboznámiť. Za preukázateľné oboznámenie dotknutých osôb so smernicou zodpovedá tajomník komory.
5. Táto interná smernica nadobúda účinnosť dňom jej schválenia predstavenstvom komory, po jej podpise predsedom komory.

V Bratislave, dňa 6.9.2016

-----  
Mgr. Peter Kulifaj  
Predseda Slovenskej komory SP a ASP



## Príloha č.1

Evidenčný list pracovného úrazu č. ....  
(podľa § 17 ods. 8 písm. a) Zákona č.124/2006 Z. z.)

Meno a priezvisko zraneného	rod. číslo
Adresa	
Pracovisko zraneného	
Dátum a hodina, keď úraz vznikol	
Miesto, kde došlo k úrazu	
Stav pracoviska v čase úrazu	
Druh zranenia (popálenie, zlomenina a pod.)	
Poranená časť tela	
Ako došlo k úrazu (opísať okolnosti úrazu)	
Úraz vznikol v dôsledku	
a) požitia alkoholu alebo zneužitia iných návykových látok	áno - nie
b) spáchania úmyselného trestného činu	áno – nie
Úraz zavinila iná osoba	áno – nie
Meno, priezvisko a adresa	
Meno, priezvisko a podpis svedka úrazu	
Prijaté a vykonané opatrenia na predchádzanie podobných úrazov	
Meno, priezvisko a podpis zamestnanca, ktorý vykonal záznam	
Meno, priezvisko a podpis zraneného zamestnanca	
<b>Vyhlasujem, že uvedené údaje sú pravdivé.</b>	

V ..... dňa.....

## Príloha č.2

Podklad pre záznam o registrovanom pracovnom úraze  
(podľa §17 ods. 6 písm. a) bod 3 zákona č.124/2006 Z. z.)

Meno a priezvisko zraneného	rod. číslo
Adresa	
Zamestnávateľ zraneného	
Dátum a hodina, keď úraz vznikol	
Miesto, kde došlo k úrazu	
Dôvod prítomnosti v objekte ÚV SR	
Stav pracoviska v čase úrazu	
Druh zranenia (popálenie, zlomenina a pod.)	
Poranená časť tela	
Ako došlo k úrazu (opísať okolnosti úrazu)	
Úraz vznikol v dôsledku	
a) požitia alkoholu alebo zneužitia iných návykových látok	áno - nie
b) spáchania úmyselného trestného činu	áno – nie
Úraz zavinila iná osoba	áno – nie
Meno, priezvisko a adresa	
Meno a priezvisko svedka úrazu	
Meno, priezvisko a podpis zamestnanca ktorý, vykonal záznam	
Meno, priezvisko a podpis zraneného zamestnanca	
<b>Vyhlasujem, že uvedené údaje sú pravdivé.</b>	

V ..... dňa.....

Príloha č.3

ŽIADOSŤ O POSÚDENIE ZÁVAŽNOSTI PRACOVNÉHO ÚRAZU  
(podľa § 17 ods. 10 zákona č. 124/2006 Z. z.)

Žiadateľ:

**ZAMESTNÁVATEĽ**

Názov: Slovenská komora SP a ASP

Adresa: Mokrohájska cesta 3  
841 04 Bratislava

IČO :

Tel. kontakt: .....

Pre:

**ZDRAVOTNÍCKE ZARIADENIE**

Názov: .....

Adresa: .....  
.....

**PREDMET ŽIADOSTI:**

Podľa § 17 ods. 10 zákona č. 124/2006 Z. z. Vás žiadame o vykonanie posúdenia závažnosti zranení u nižšie menovaného zamestnanca (zranenej osoby), ktoré vznikli v dôsledku pracovného úrazu a o oznámenie, či ide o závažný pracovný úraz podľa § 17 ods. 4 písm. a) zákona č. 124/2006 Z. z.

**ZAMESTNANEC (ZRANENÁ OSOBA):**

Meno a priezvisko, titul: .....

Deň, mesiac a rok narodenia: ..... Rodné číslo: .....

Bydlisko: ..... PSČ: .....

Funkcia v zamestnaní: .....

**PRACOVNÝ ÚRAZ:**

K vzniku pracovného úrazu došlo dňa : ..... o ..... hod.  
(*dátum a hodina, kedy došlo k pracovnému úrazu*)

**DYCHOVÁ SKUŠKA** (ak bola vykonaná):

Dátum a hodina vykonania dychovej skúšky: .....

Dychovú skúšku vykonal: .....  
(*Meno a priezvisko osoby, ktorá vykonala dychovú skúšku*)

Výsledok dychovej skúšky : .....

V ....., dňa .....

.....  
*poverený zamestnanec*

## Príloha č.4

Evidenčný list iného ako pracovného úrazu č. ....  
(podľa §17 ods.8 písm. b) zákona č.124/2006 Z. z.)

Meno a priezvisko zraneného	rod. číslo
Adresa	
Pracovisko zraneného	
Dátum a hodina, keď úraz vznikol	
Miesto, kde došlo k úrazu	
Stav pracoviska v čase úrazu	
Druh zranenia (popálenie, zlomenina a pod.)	
Poranená časť tela	
Ako došlo k úrazu (opísať okolnosti úrazu)	
Úraz vznikol v dôsledku	
a) požitia alkoholu alebo zneužitia iných návykových látok	áno - nie
b) spáchania úmyselného trestného činu	áno – nie
Úraz zavinila iná osoba	áno – nie
Meno, priezvisko a adresa	
Meno, priezvisko a podpis svedka úrazu	
Prijaté a vykonané opatrenia na predchádzanie podobných úrazov	
Meno, priezvisko a podpis zamestnanca, ktorý vykonal záznam	
Meno, priezvisko a podpis zraneného zamestnanca	
<b>Vyhlasujem, že uvedené údaje sú pravdivé.</b>	

V ..... dňa.....

## Príloha č.5

Evidenčný list o nebezpečnej udalosti  
(podľa §17 ods. 8 písm. b) zákona č.124/2006 Z. z.)

Meno a priezvisko	rod. číslo
Adresa	
Pracovisko zraneného	
Dátum a hodina, kedy vznikla nebezpečná udalosť	
Miesto kde došlo k nebezpečnej udalosti	
Stav pracoviska v čase vzniku nebezpečnej udalosti	
Ako došlo k nebezpečnej udalosti (opísať okolnosti )	
Nebezpečná udalosť vznikla v dôsledku	
a) požitia alkoholu alebo zneužitia iných návykových látok	áno - nie
b) spáchania úmyselného trestného činu	áno – nie
Nebezpečnú udalosť zavinila iná osoba	áno – nie
Meno, priezvisko a adresa	
Meno, priezvisko a podpis svedka nebezpečnej udalosti	
Prijaté a vykonané opatrenia na predchádzanie podobných nebezpečných udalostí	
Meno, priezvisko a podpis zamestnanca, ktorý vykonal záznam	
Meno, priezvisko a podpis zamestnanca, ktorému sa uvedená udalosť stala	
<b>Vyhlasujem, že uvedené údaje sú pravdivé.</b>	

V ..... dňa.....

## Príloha č.6 Základná výbava lekárničky

### Obsah nástennej lekárničky typ BASIC EU:

- 3 ks - Obväz hotový sterilný č.3
- 3 ks - Obväz hotový sterilný č.4
- 3 ks - Obvínadlo elastické 6cm x 4,5m
- 3 ks - Obvínadlo elastické 8cm x 4m
- 2 ks - Prúban na končatiny č. 3, 1 m
- 2 ks - Gáza hydrofilná skladaná - sterilná -kompres 7,5 x 7,5 cm/2ks
- 2 ks - Gáza hydrofilná skladaná - sterilná -kompres 10 x 10 cm/2ks
- 10 ks - Náplasť s vankúšikom 8 x 4 cm
- 10 ks - Náplasť s vankúšikom 8 x 2 cm
- 1 ks - Náplasť na cievke 2,5 cm x 5m
- 1 ks - Šatka trojrohá z netkaného textilu
- 2 ks - Rukavice jednorázové, vyšetrovacie (pár)
- 1 ks - Izotermická fólia 1500 x 2000 mm strieborná
- 2 ks - Utierky s čistiacim a antimikrobiálnym účinkom
- 4ks - Tampóny s čistiacim a antibakteriálnym účinkom
- 2 ks - Igelitové vrečko 200 x 300 mm
- 1 ks - Nožnice nehrdzavejúce, dl. 15 cm CE (DIN 13164)
- 2 ks - Zatváracie špendlíky 40 mm
- 1 ks - Príručka prvej pomoci
- 1 ks - Ceruzka

Príloha č.7 Písomné potvrdenie zamestnancov o oboznámením sa s predpisom

**PÍ SOMNÉ POTVRDENIE ZAMESTNANCOV O OBOZNÁMENÍM SA S PRAVIDLAMI BOZP**

<b>Por. č.</b>	<b>ČITATEĽNÉ MENO</b>	<b>DÁTUM</b>	<b>PODPIS</b>
1.			
2.			
3.			
4.			
5.			
6.			
7.			
8.			
9.			
10.			





Príloha č. 9a Požiarnej evakuačný plán

## GAUDEAMUS - zariadenie komunitnej rehabilitácie, Mokrohájska č.3, 845 12 Bratislava

### POŽIARNY EVAKUAČNÝ PLÁN

**1. Určenie zamestnanca, ktorý bude evakuáciu riadiť a miesto, z ktorého bude evakuáciu riadiť.**

Evakuáciu osôb z priestorov vrátnice v prípade vzniku požiaru bude riadiť vedúci protipožiarnej hliadky, v prípade jeho neprítomnosti je riadená členom protipožiarnej hliadky, alebo vrátnikom.

**2. Určenie zamestnancov a prostriedkov, pomocou ktorých sa bude evakuácia vykonávať.**


Zamestnanci poverení zabezpečovaním evakuácie priestorov spoločnosti skontrolujú, či sú v ich zverenom úseku vyevakuované všetky osoby. Zamestnanci zabezpečujúci evakuáciu dohliadajú, aby v ich zverenom úseku evakuácia prebiehala v určenom smere, v pokoji a rýchle. Členovia protipožiarnej hliadky a určené osoby zabezpečia evakuáciu imobilných klientov.


**3. Určenie spôsobu evakuácie a ciest pre ňu, určenie miesta, na ktorom sa budú vyevakuované osoby sústreďovať a určenie zodpovednej osoby, ktorá vykoná kontrolu počtu evakuovaných osôb.**

Z objektu sa bude vykonávať súčasná evakuácia po vyznačených únikových cestách na voľné priestranstvo pred vrátnicou spoločnosti, ktoré bude slúžiť ako miesto sústreďovania vyevakuovaných osôb. V prípade ohrozenia zamestnanec riadiaci evakuáciu určí vhodnejšie miesto. Kontrolu počtu vyevakuovaných osôb vykoná zamestnanec riadiaci evakuáciu. **Evakuácia osôb je prvoradá.**

**4. Spôsob zabezpečenia poskytnutia prvej pomoci postihnutým osobám**

Poskytnutie prvej pomoci postihnutým osobám a ošetrovanie zranených zabezpečí lekárska služba mestského zdravotníckeho zariadenia, **tel. č. 155 / 112.**  
Privolanie zdravotnej služby zabezpečí zamestnanec riadiaci evakuáciu.

  
.....  
**Vypracoval:** Ing. Milan Fábry  
TPO

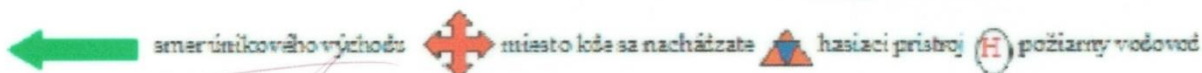
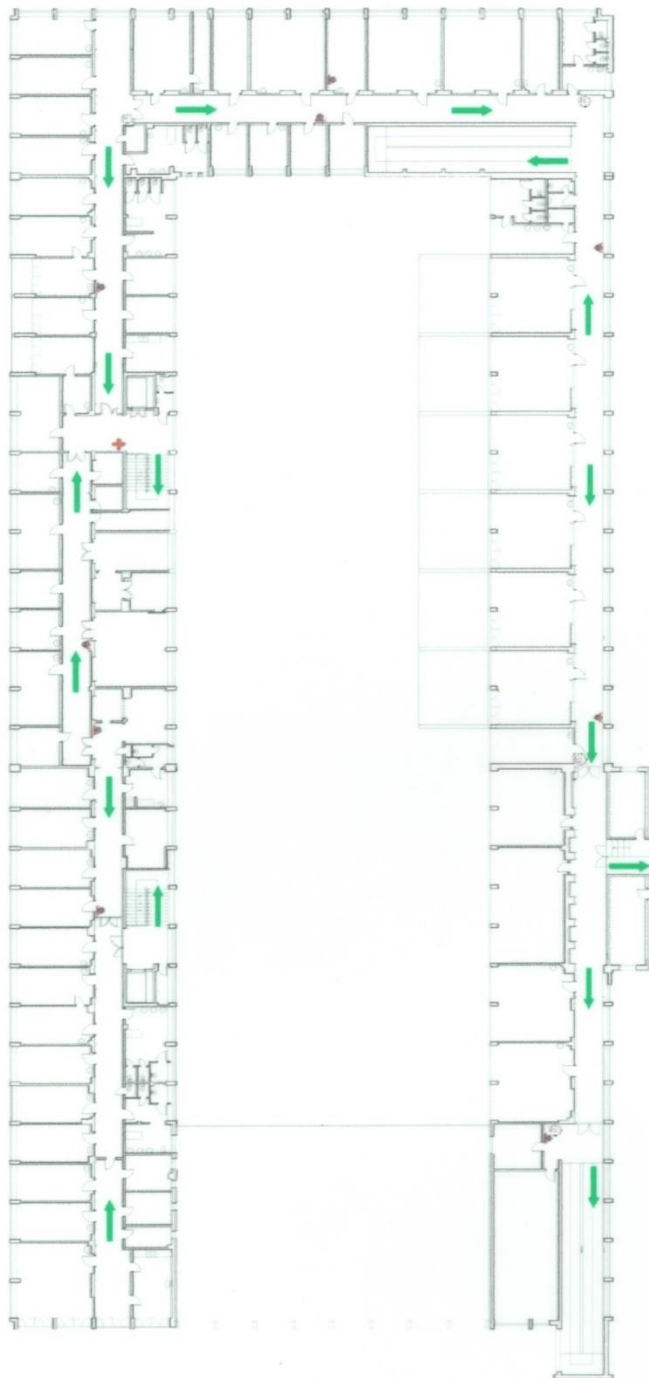
  
.....  
**Schválil:** PhDr. Štefan Tvarožek  
štatutárny zástupca

V Bratislave: 10.06.2013

Príloha č. 9b Požiarny evakuačný plán – grafické znázornenie

**GAUDEAMUS - zariadenie komunitnej rehabilitácie,  
Mokrohájska č.3, 845 12 Bratislava**

**POŽIARNY EVAKUAČNÝ PLÁN  
GRAFICKÁ ČASŤ 2. NP BLOK B,C,D,E,F,G**



Vypracoval: Ing. Milan Fábry – TPO

V Bratislave, 01.10.2013