

ZARZĄDZENIE NR 11/2023

Dyrektora Miejskiego Ośrodka Pomocy Społecznej w Czeladzi

z dnia 14 kwietnia 2023 r.

w sprawie zatwierdzenia Analizy występowania niekorzystnych czynników zdrowotnych w miejscu pracy w Miejskim Ośrodku Pomocy Społecznej w Czeladzi

Na podstawie art. 207 § 2 ustawy z dnia z dnia 26 czerwca 1974 r. Kodeks pracy (t. j. Dz. U. z 2022 r. poz. 1510 z późn. zm.) oraz § 2 Rozporządzenia Rady Ministrów w sprawie służby bezpieczeństwa i higieny pracy z dnia 2 września 1997 r. (t.j. Dz. U. Nr 109, poz. 704 z późn. zm.)

**Dyrektor Miejskiego Ośrodka Pomocy Społecznej w Czeladzi
zarządza co następuje:**

§ 1. Zatwierdza się rekomendacje zawarte w Analizie występowania niekorzystnych czynników zdrowotnych w miejscu pracy w Miejskim Ośrodku Pomocy Społecznej w Czeladzi stanowiącej załącznik do niniejszego Zarządzenia.

§ 2. Zarządzenie należy podać do wiadomości pracownikom poprzez ogłoszenie w BIP Miejskiego Ośrodka Pomocy Społecznej w Czeladzi.

§ 3. Zarządzenie wchodzi w życie z dniem podpisania.

**Dyrektor
Miejskiego Ośrodka Pomocy Społecznej
w Czeladzi**

mgr Aneta Józwin-Rybska

Analiza występowania niekorzystnych czynników zdrowotnych w miejscu pracy - MOPS w Czeladzi

W celu określenia występujących niekorzystnych czynników zdrowotnych na stanowiskach pracy została przeanalizowana struktura zatrudnienia MOPS w Czeladzi, zweryfikowano występujące w praktyce warunki pracy oraz przeprowadzono w dniach 20.03.2023 – 31.03.2023 konsultacje z pracownikami.

Na dzień opracowania niniejszej analizy MOPS w Czeladzi zatrudnia 83 osoby. W tym 72 osoby pracują na stanowiskach biurowych z czego 59 to pracownicy administracyjno – biurowi, a 13 to osoby na stanowiskach kierowniczych. Pozostali pracownicy pracują na stanowiskach robotniczych. Kadra MOPS jest w dużym stopniu sfeminizowana, ponieważ 65 pracowników to kobiety, z czego 58 pracuje na stanowiskach biurowych. Zdecydowana większość mężczyzn (14 na 18) również pracuje na stanowiskach biurowych. Osoby niepełnosprawne stanowią nieco ponad 10% kadry, a wśród osób pracujących na stanowiskach biurowych niepełnosprawni stanowią blisko 10%. Osoby w wieku 50+ stanowią około 30% całej kadry MOPS, a wśród pracowników na stanowiskach biurowych stanowią blisko 30%, a zatem rozkład jest zbliżony. Warto też zauważyć, że pracowników w wieku 45-49 lat jest aż 28, a w wieku 56 do 60 lat jest 11. Biorąc pod uwagę znikomą rotację wśród pracowników biurowych należy przyjąć, że w skutek starzenia się udział pracowników w wieku powyżej 50 roku życia, w ogóle pracowników będzie w najbliższych latach znacząco wzrastał pomimo naturalnych odejść na emeryturę.

Podsumowując zdecydowaną większość pracowników (blisko 90% kadry) stanowią pracownicy pracujący na stanowiskach biurowych. Procentowy udział osób niepełnosprawnych i w wieku powyżej 50 lat pracujących na stanowiskach biurowych jest na poziomie porównywalnym do udziału takich osób w ogóle pracowników. Przy czym należy przewidywać znaczący wzrost ilości pracowników w wieku powyżej 50 lat.

Stanowiska robotnicze to sprzątaczkę, konserwator oraz dozorca. Przeprowadzona ocena ryzyka zawodowego na tych stanowiskach wskazuje następujące niekorzystne czynniki zdrowotne:

- przeciążenie narządu wzroku w skutek niewłaściwego oświetlenia,
- dynamiczne przeciążenie narządu ruchu w skutek przenoszenia ciężarów,
- statyczne przeciążenie narządu ruchu w skutek długotrwałej pracy w wymuszonej pozycji ciała.

Wszystkie te czynniki zostały już jednak wyeliminowane lub ograniczone do niskiego poziomu w konsekwencji wyposażenia pracowników w sprzęt jak np. wózki dla sprzątaczek oraz wdrożenie procedur zmniejszających obciążenie powyższymi czynnikami, a częściowo zostały one całkowicie wyeliminowane jak np. niewłaściwe oświetlenie. W konsekwencji, na ten moment nie występują na tych stanowiskach niekorzystne czynniki zdrowotne, które można by znacząco ograniczyć.

Czynniki niekorzystne dla zdrowia wykazane w ocenie ryzyka zawodowego dla stanowisk biurowych wynikają głównie:

- z pozycji ciała podczas długotrwałej pracy przy komputerze,
- niekorzystnego oświetlenia stanowiska pracy,
- stresu związanego w terminowością i pracą pod presją czasu
- stresu wynikającego z poziomu skomplikowania realizowanych zadań oraz nadmiarem obowiązków
- stresu wynikającego z pracy z trudnym klientem.

Przegląd stanowisk pracy wykazał, że wszystkie biurka mają tę samą wysokość i nie ma możliwości dostosowania ich wysokości do wzrostu pracownika. W wielu przypadkach konstrukcja biurka

i niedostosowanie do niej fotela uniemożliwia przyjęcie prawidłowej pozycji podczas pracy przy biurku. To z kolei prowadzi do bóli kręgosłupa w odcinku szyjnym, piersiowym i lędźwiowym (np. napięcie mięśni, skurcze izometryczne, dyskopatie) oraz stawów, w szczególności nadgarstków (np. obrzęki, skurcze, zespół cieśni nadgarstka), co w dłuższej perspektywie prowadzi do zwyrodnień, zachorowań, a tym samym do czasowej lub stałej absencji pracowników.

W celu wyeliminowania, a przynajmniej znaczącego ograniczenia niekorzystnego wpływu na zdrowie pracy w wymuszonej, długotrwałej pozycji siedzącej koniecznym jest zapewnienie ergonomicznych stanowisk pracy zapewniających:

- komfortową pracę*
- możliwość zmiany pozycji podczas pracy np. z siedzącej na stojącą przy jednoczesnej możliwości pracy przy biurku np. poprzez regulowaną w dużym zakresie wysokość blatu*
- dostosowanie foteli do biurka tak aby zapewnić możliwość przyjęcia prawidłowej pozycji przy biurku z prawidłowym podparciem kręgosłupa oraz kończyn.*
- zapewnienie ergonomicznych myszek do komputera i ergonomicznych podkładek pod mysz.*
- przeszkolenie pracowników z zakresu ergonomii pracy przy komputerze i profilaktyki zdrowego kręgosłupa.*

Z kolei obniżenie niekorzystnego dla zdrowia poziomu stresu wymaga podniesienia kompetencji pracowników w zakresie zarządzania czasem, radzenia sobie z trudnymi klientami oraz zarządzania zakresem czynności i obowiązków.

Podczas konsultacji pracownicy wskazywali na konieczność zwiększenia nakładów na profilaktykę zdrowia poprzez inwestycje w podwyższenie standardów wyposażenia stanowisk pracy oraz szkolenia pogłębiające wiedzę w zakresie niwelowania niekorzystnych czynników zdrowotnych. Wskazywano na potrzeby nabywania umiejętności w zakresie walki ze stresem i wypaleniem zawodowym, zarządzania stresem, pracy pod presją czasu, obsługi trudnego i agresywnego klienta, a także na potrzebę przeprowadzenia szkolenia tematycznego z ergonomii stanowiska pracy.

W MOPS w Czeladzi nie odnotowano zachorowań na choroby zawodowe, ani też podejrzeń o takie choroby.

W efekcie przeprowadzonej analizy zaleca się wyposażenie stanowisk biurowych w biurka z możliwością regulacji wysokości oraz fotele pozwalające na prawidłowe podparcie kręgosłupa i odciążenie kończyn. Ponadto w celu obniżenia poziomu stresu zaleca się zaplanowanie cyklu szkoleń z zakresu walki ze stresem i wypaleniem zawodowym; zarządzania stresem; pracy pod presją czasu; obsługi trudnego i agresywnego klienta, a także na potrzebę przeprowadzenia szkolenia tematycznego z ergonomii stanowiska pracy.

Wprowadzenie powyższych zaleceń pozwoli na wydłużenie aktywności zawodowej pracowników i przyczyni się do ograniczenia poziomu ich absencji z powodu choroby. Ponadto pozytywnie wpłynie na komfort pracy, a co za tym idzie na jej efektywność, ale też na poziom zadowolenia i satysfakcji.

Opracował