



METODICKO-PEDAGOGICKÉ CENTRUM

Smernica č. 10/2017

O posudzovaní rizík

Bratislava, december 2017

Článok I Úvodné ustanovenie

- (1) Účelom tejto smernice je v súlade s legislatívou určiť postup pri zisťovaní nebezpečenstiev a ohrození, posudzovať riziko a vypracovať písomný dokument o posúdení rizika pri všetkých činnostiach vykonávaných zamestnancami MPC¹.
- (2) Posudzovanie rizík pri činnostiach vykonávaných zamestnancami MPC je za účelom prevencie.
- (3) Prevencia je systém opatrení plánovaných a vykonávaných vo všetkých oblastiach činnosti MPC, ktoré sú zamerané na vylúčenie alebo obmedzenie rizika a faktorov podmieňujúcich vznik pracovných úrazov, chorôb z povolania a iných poškodení zdravia z práce a určenie postupu v prípade bezprostredného a vážneho ohrozenia života alebo zdravia zamestnanca.
- (4) Riziko je pravdepodobnosť vzniku poškodenia zdravia zamestnanca pri práci a stupeň možných následkov na zdraví.

Článok II Metóda posudzovania rizík

- (1) Posudzovanie rizík sa vykonáva prostredníctvom jednoduchej bodovej metódy. Vyjadruje sa polokvantitatívne – priradením bodovým hodnotám od 1 do 5 pri hodnotení pravdepodobnosti a bodovým hodnotám od 1 do 4 pri hodnotení dôsledku. Pre vyhodnotenie miery rizika sa používa definícia rizika v podobe matice posúdenia rizika, ktorá je zostavená z hodnôt dôsledku a početnosti.
- (2) Pravdepodobnosť vzniku a existencie rizika stanovuje odhad možnosti, že k nežiaducej udalosti dôjde, pravdepodobnosť ako často k nežiaducej udalosti dôjde. Definované hodnoty pravdepodobnosti:
 - a) **1 – veľmi nízka.** Vznik javu je takmer vylúčený. Časové pôsobenie je takmer nemožné.
 - b) **2 – nízka.** Vznik javu je málo pravdepodobný, alebo možný. Časové pôsobenie je veľmi zriedkavé.
 - c) **3 – stredná.** Jav vznikne niekoľkokrát počas životnosti zariadenia alebo činnosti. Časové pôsobenie je zriedkavé.
 - d) **4 – vysoká.** Jav vznikne niekoľkokrát počas životnosti zariadenia alebo činnosti. Časové pôsobenie je zjavné.
 - e) **5 – veľmi vysoká.** Jav vznikne veľmi často. Časové pôsobenie je nepretržité.
- (3) Dôsledok vyjadruje stupeň, závažnosť dôsledku nežiaducej udalosti. Týmto parametrom je posudzovaná miera poškodenia zdravia zamestnanca, ku ktorej by došlo vplyvom nežiaducej udalosti spôsobenej rizikovým stavom.
 - a) **1 – zanedbateľný.** Menej ako ľahký úraz.
 - b) **2 – málo významný.** Ľahký úraz, začiatok chorôb z povolania.
 - c) **3 – kritický.** Ťažký úraz, choroba z povolania.
 - d) **4 – katastrofický.** Usmrtenie v dôsledku pracovného úrazu.

¹ písmeno c) odsek (1) § 6 zákona NR SR č.124/2006 Z. z. bezpečnosti a ochrane zdravia pri práci a o zmene a doplnení niektorých zákonov v znení neskorších predpisov

- (4) Výsledná miera rizika je určená z nasledovnej tabuľky ako kombinácia dvoch parametrov pravdepodobnosti a dôsledku:

	Dôsledok 1	Dôsledok 2	Dôsledok 3	Dôsledok 4
Pravdepodobnosť 1	1	4	6	12
Pravdepodobnosť 2	2	7	11	13
Pravdepodobnosť 3	3	10	15	17
Pravdepodobnosť 4	5	12	16	19
Pravdepodobnosť 5	8	14	18	20

- (5) Podľa bodového rozpätia je riziko pri jednoduchej bodovej metóde zatriedené do štyroch kategórií. Výsledná hodnota rizika vyjadruje skutočnosť, či je dané riziko akceptovateľné alebo či je nutné prijať opatrenia na odstránenie alebo minimalizáciu rizika.
- 1-3 prijateľné riziko** (systém je bezpečný, bežné postupy),
 - 4-11 mierne riziko** (systém je bezpečný s podmienkou zaškolenia obsluhy, prehliadok a pod.),
 - 12-15 nežiaduce riziko** (systém je nebezpečný, je potrebné prijať technické, organizačné, bezpečnostné opatrenia),
 - 16-20 neprijateľné riziko** (systém je neprijateľný – okamžité uplatnenie ochranných opatrení, odstavenie systému).

Článok III Postup posudzovania rizík

- Posudzovanie rizík sa vykonáva tak, aby boli riziká posúdené pre všetky pracovné profesie a činnosti.
- Samotné posúdenie sa vykonáva prostredníctvom komisie zloženej zo zamestnancov bezpečnostnotechnickej služby, referátu vnútornej správy MPC, referátu ľudských zdrojov MPC.
- Zoznam zamestnancov, ktorí vykonali posúdenie rizík uvedených v tejto smernici sú uvedení v prílohe č. 1 tejto smernice.
- Prehľad pracovných zaradení a posudzovaných pracovných činností sú uvedené v prílohe č. 2 tejto smernice.
- Posúdenie rizík podľa činností tvorí prílohy č. 3 až č. 12 tejto smernice:
 - Príloha č. 3 Posúdenie rizík - Administratíva, Práca s PC
 - Príloha č. 4 Posúdenie rizík - Vedenie služobného MV
 - Príloha č. 5 Posúdenie rizík - Prevádzkové priestory
 - Príloha č. 6 Posúdenie rizík - Elektrické náradie
 - Príloha č. 7 Posúdenie rizík - Skladovanie
 - Príloha č. 8 Posúdenie rizík - Ručné náradie
 - Príloha č. 9 Posúdenie rizík - Manipulácia s nebezpečnými látkami
 - Príloha č. 10 Posúdenie rizík - Elektrické zariadenia
 - Príloha č. 11 Posúdenie rizík - Psychická záťaž
- Posúdenie rizík v tomto dokumente je potrebné prehodnotiť:
 - vždy po závažnom pracovnom úraze,
 - pri organizačných zmenách, nových pracovných postupoch, technológiách a pod.,
 - v rámci hodnotenia cieľov politiky bezpečnosti a ochrany zdravia pri práci.

Článok IV
Účinnosť

- (1) Táto smernica nadobúda platnosť a účinnosť dňom podpisu generálnym riaditeľom.
- (2) Smernicu vypracoval a za odbornú stránku obsahu tejto smernice zodpovedá bezpečnostný technik 3J s.r.o. Ing. Michal Jankola.
- (3) Vedúci zamestnanci v rámci svojej pôsobnosti zabezpečia oboznámenie sa všetkých zamestnancov MPC s touto smernicou, jej uplatňovaním a dodržiavaním.
- (4) Dňom prijatia tejto smernice sa rušia všetky predchádzajúce smernice o posudzovaní rizík.

V Bratislave 13. 12. 2017


Mgr. Kamila Jandžíková, PhD.
generálna riaditeľka

Prílohy:

Príloha č. 1: Zoznam zamestnancov, ktorí posudzovali riziká pri činnostiach vykonávaných zamestnancami MPC

Príloha č. 2: Prehľad pracovných zaradení zamestnancov MPC a posudzovaných pracovných činností

Príloha č. 3 Posúdenie rizík - Administratíva, Práca s PC

Príloha č. 4 Posúdenie rizík - Vedenie služobného MV

Príloha č. 5 Posúdenie rizík - Prevádzkové priestory

Príloha č. 6 Posúdenie rizík - Elektrické náradie

Príloha č. 7 Posúdenie rizík - Skladovanie

Príloha č. 8 Posúdenie rizík - Ručné náradie

Príloha č. 9 Posúdenie rizík - Manipulácia s nebezpečnými látkami

Príloha č. 10 Posúdenie rizík - Elektrické zariadenia

Príloha č. 11 Posúdenie rizík - Psychická záťaž

Vypracoval: Ing. Michal Jankola, špecialista požiarnej ochrany a bezpečnostný technik
3J s.r.o., Bratislava

ZOZNAM

zamestnancov, ktorí posudzovali riziká pri činnostiach vykonávaných zamestnancami MPC,
ktoré sú obsiahnuté v tejto smernici o posudzovaní rizík

- 1) Ing. Michal Jankola – bezpečnostný technik, 3J s.r.o.
- 2) Ing. Mgr. Boglárka Fričová – koordinátor a kontrolér ľudských zdrojov
- 3) Ing. Ivana Miklášová – koordinátor vnútornej správy

PREHLAD
pracovných zaradení zamestnancov MPC a posudzovaných pracovných činností

	Administratíva, Práca s PC	Vedenie služobné MV	Prevádzkové priestory	Elektrické náradie	Skladovanie	Ručné náradie	Manipulácia s nebezpečnými látkami	Elektrické zariadenia	Psychická záťaž
Generálny riaditeľ; kontrolór; asistent generálnej riaditeľky; manažér kvality; odborný nepedagogický zamestnanec; mzdový účtovník; riaditeľ sekcie; riaditeľ odboru; asistent riaditeľa; učiteľ kontinuálneho vzdelávania; nepedagogický zamestnanec služieb; vnútornej správy; administratívny zamestnanec koordinátor projektov právnik riaditeľ RP MPC zástupca riaditeľa RP MPC asistentka riaditeľa RP MPC	x	x	x		x			x	x
admin. tech. zamestnanec – informátor;	x	x	x	x	x	x	x	x	

Príloha č. 3 Posúdenie rizík - Administratíva, Práca s PC

Príloha č. 4 Posúdenie rizík - Vedenie služobného MV

Príloha č. 5 Posúdenie rizík - Prevádzkové priestory

Príloha č. 6 Posúdenie rizík - Elektrické náradie

Príloha č. 7 Posúdenie rizík - Skladovanie

Príloha č. 8 Posúdenie rizík - Ručné náradie

Príloha č. 9 Posúdenie rizík - Manipulácia s nebezpečnými látkami

Príloha č. 10 Posúdenie rizík - Elektrické zariadenia

Príloha č. 11 Posúdenie rizík - Psychická záťaž

Posúdenie rizík – Administratíva, Práca s PC

Zdroj	Nebezpečenstvo	Ohrozenie	P	D	R	Bezpečnostné opatrenia
Kancelárske priestory	narušenie stability kancelárskeho zariadenia	*pád kancelárskeho zariadenia po strate jeho stability; * pád predmetov a kancelárskych potrieb na dolné končatiny osôb; * pád osôb zo stoličky;	2	2	7	*dodržiavať správne stabilné postavenie vyšších skríň a kancelárskeho nábytku; (zohľadniť údaje o max. zaťažení) nesadať na okraje stolov a stoličiek; *nevystupovať na stoličky s kolieskami;
Kopírovacie stroje	nepriaznivý vplyv ozónu	*pri normálnej činnosti kopírovacieho stroja vzniká zanedbateľné množstvo ozónu (nebezpečné predovšetkým pre tehotné ženy);	2	2	7	*pre dosiahnutie príjemného pracovného prostredia v priestoroch, kde sa nachádza kopírovací stroj, zabezpečiť pravidelné dostatočné vetranie, pravidelnú výmenu ozónového filtra, príp. kopírovací stroj, inštalovať v separátnom priestore a zohľadniť pri tom pokyny výrobcu pre inštaláciu, údržbu a používané materiály, umiestniť kopírovací stroj do dobre vetranej miestnosti;
Kancelárske priestory	nevhodné osvetlenie	*poškodenie zraku nevhodným osvetlením (zlá farba svetla, vernosť zobrazenia farby);	2	2	7	*osvetliť pracoviská v čo najväčšej miere prirodzeným svetlom a vybaviť umelým osvetlením primeraným bezpečnosti a ochrane zdravia zamestnancov; *osvetlenie v miestnostiach, v ktorých sa nachádzajú pracoviská a na chodbách sa musí umiestniť tak, aby nehrozilo nebezpečenstvo úrazu zamestnancov ako dôsledok druhu osvetlenia a spôsobu jeho inštalovania; *vybaviť pracoviská na ktorých sú zamestnanci osobitne vystavení nebezpečenstvu v prípade poruchy umelého osvetlenia núdzovým osvetlením primeranej intenzity; *zaistiť vykonávanie kontrol intenzity osvetlenia;

Kancelárske priestory	ostré hrany zariadení	*narazenie na ostré hrany, rohy nábytku, stoly, skrine, zásuvky a zariadenia v kancelárskych a skladovacích miestnostiach;	2	2	7	*dodržiavať zásady správneho rozmiestnenia kancelárskeho nábytku a zariadenia; *udržiavať poriadok na pracovisku; *dôsledne zatvárať dvierka skriň, zasúvať zásuvky stolov a skriniek;
Kancelárske priestory	ostré hroty, hrany kancelárskych pomôcok	*zranenie ruky, prstov, prepichnutie, porezanie pri práci s kancelárskymi pomôckami (zošívачkou, nožom, nožnicami, a pod.);	3	2	10	*správne zaobchádzať s kancelárskymi pomôckami; *pri zošívaní tlačív nevkladať prsty do čelustí zošívачky; *odkladať ostré predmety na bezpečné miesto;
Skartovacie stroje	pohyb skartovacích nožov	*ohrozenie obsluhy zariadenia porezaním, vtiahnutím prstov; *porezanie papierom;	2	2	7	*dodržiavať návod na obsluhu zariadenia; svojvoľne neodstraňovať kryty zariadenia;
Kancelárske priestory (kanvica, elektrospotřebiče)	vysoká teplota nápojov	*oparenie vodou, horúcim nápojom; *úraz el. prúdom;	3	2	10	*dodržiavať návod na obsluhu el. zariadenia; *dbať na opatrnosť pri vylievaní horúcej vody z varných kanvíc; *zabrániť preliatiu nádob horúcimi tekutinami a nápojmi; *používať nádoby odolné voči vyšším teplotám; *dodržiavať návod na použitie;
Kancelárske priestory	nedostatočná výmena vzduchu	*nevoľnosť v dôsledku nedostatočnej výmeny vzduchu v uzavretých miestnostiach; *narušenie pracovnej pohody;	2	1	2	*vykonávať na zabezpečenie vetrania uzatvorených pracovísk opatrenia na zabezpečenie dostatočného prívodu čerstvého vzduchu so zreteľom na používané pracovné postupy a fyzickú záťaž zamestnancov; *ak sa použije nútené vetranie, musí sa udržiavať v prevádzkyschopnom stave, ak je to potrebné na ochranu zdravia zamestnancov, musí každú poruchu núteného vetrania indikovať kontrolný systém; *prevádzkovať klimatizáciu alebo mechanické vetranie takým spôsobom, aby zamestnanci neboli vystavení prievanu spôsobujúcemu tepelnú nepohodu;

						*bezodkladne odstrániť akékoľvek odpady a nečistoty, ktoré môžu bezprostredne ohroziť zdravie zamestnancov znečistením ovzdušia;
Kopírovacie stroje	zahrievanie častí zariadenia	*popálenie o horúce povrchy kopírovacieho stroja pri jeho obsluhu;	2	1	2	*obsluhovať stroj v súlade s návodom výrobcu; *neodstraňovať zaistené časti kopírovacieho stroja; *neopravovať svojpomocne, príp. svojvoľne kopírovací stroj (vystavenie sa nebezpečenstvu úrazu el. prúdom); *nedotýkať sa priestorov, ktoré sú označené bezpečnostným štítkom; *vypnúť kopírovací stroj, ak sa priveľmi zahrieva, alebo ak z neho vychádza dym príp. neidentifikovateľný zápach; *nepoužívať horľavé spreje v blízkosti kopírovacieho stroja; *neodkladať na kopírovací stroj vázy a iné predmety s vodou; nehádzať nádoby s použitým tonerom do ohňa;
Vnútorne priestory budovy : (kancelárske priestory, chodby, schodiská, sociálne zariadenia ;	zakopnutie, podvrtnutie, pošmyknutie	*poškodenie zdravia;	2	2	7	*v rámci školenia o BOZP oboznámiť zamestnanca s rizikami vykonávanej práce - § 7 odst. 6 zákona NR SR č. 124/2006 Z. z. . o BOZP a o zmene a doplnení niektorých zákonov; *zabezpečiť, aby schody na schodištiach boli farebne označené v zmysle § 17 ods.4) vyhl. SÚBP č. 59/1982 Zb.;
Vnútropodniková komunikácia, vnútorne priestory: budovy a prevádzkové priestory, (kancelárske priestory, chodby, schodiská,	zakopnutie, podvrtnutie, pošmyknutie, prepichnutie nohy ostrým predmetom	*poškodenie zdravia;	3	2	10	*komunikácie, pracoviská a nebezpečné miesta po zotmení alebo za zníženej viditeľnosti osvetlené - v zmysle vyhlášky SÚBP č. 59/1982 zb. v znení neskorších doplnkov a zmien, § 28 ods. 2; *oboznamovanie zamestnancov v rámci školenia o BOZP s rizikami vykonávanej práce - § 7 odst. 6 zákona NR SR č. 124/2006 Z. z. a o zmene a doplnení niektorých zákonov; *komunikácie musia mať rovný povrch, ktorý nesmie byť

sociálne zariadenia , plošiny, rampy); Vonkajšie priestory: vonkajšie komunikácie, prechodové lávky, prevádzkové priestory;						šmykľavý - v zmysle vyhlášky SÚBP č. 59/1982 zb. v znení neskorších doplnkov a zmien, § 16 ods. 2; *komunikácie od ostatných plôch s rovnakou úrovňou farebne odlišené ohraničujúcimi pásmi alebo inou farbou povrchu v zmysle § 16 ods.7) vyhl. SÚBP č. 59/1982 Zb., ktorou sa určujú základné požiadavky na zaistenie bezpečnosti práce a technických zariadení v znení neskorších predpisov;
Elektrické spotrebiče	úraz elektrickým prúdom	*pri obsluhu elektrických zariadení a pri kontakte nechránenej pokožky s elektrickým prúdom môže dôjsť poraneniám (nechránené časti elektrických zariadení);	3	2	10	*v rámci školenia o BOZP oboznámiť zamestnanca s rizikami vykonávanej práce; *poučiť zamestnanca z poskytovania prvej pomoci pri úrazoch elektrickým prúdom podľa platných predpisov; *zabezpečiť revízie elektrických spotrebičov v súlade s platnou legislatívou;
Kancelárske priestory	bremená	*manipulácia s bremenami (poradače, balíky kancelárskeho papiera, archivácia, ...)	1	2	4	*dodržiavať NV SR č. 281/2006 Z.z. o minimálnych bezpečnostných a zdravotných požiadavkách pri ručnej manipulácii s bremenami;
Kancelárske priestory	vznik požiaru	*poškodenie zdravia, popáleniny, nadýchanie dymu....	1	2	4	*dodržiavanie zákona č. 314/2001 Z.z. o ochrane pred požiarimi;
Práca s PC	nevhodný režim práce a odpočinku	*jednostranné zaťaženie organizmu v dôsledku nevhodného režimu práce a odpočinku;	2	2	7	*prerušovať prácu pri obrazovke krátkymi prestávkami alebo zmenou činnosti, dodržiavať bezpečnostné prestávky pri práci na PC v zmysle platnej legislatívy;
Práca s PC	nevyhovujúci stav monitora a osvetlenia	*poškodenie zraku vplyvom nevhodného osvetlenia, stavu monitora a pod.;	3	2	10	*používať zariadenia s obrazovkou označené značkou CE (certifikácia alebo posúdenie zhody); *svetlo musí ísť z ľavej strany (pre myš v pravej ruke); využívať počas dňa pri zníženej viditeľnosti umelé osvetlenie

						(používať lampy); *vonkajšie žalúzie alebo vnútorné rolety musia umožňovať reguláciu svetla, svetlo nesmie dopadať priamo na obrazovku (kontrast), nesmie blikat; *zabrániť odrazom svetla pri svetelných zdrojoch a od lesklých predmetov; vrchné plochy prístrojov a stola majú byť matné; *zabezpečiť vykonávanie čistenia obrazoviek; *pri závadách v zobrazení (blikanie, plávanie riadkov, poskakovanie znakov či riadkov, problémy s jasom a kontrastom) odborne opraviť, prípadne monitor nahradiť; *dodržiavať návod na použitie;
Práca s PC	zraková záťaž, dlhodobo nevhodná pracovná poloha	*záťaž, poškodenie organizmu vplyvom nesprávneho (nadmerného) používania PC (predovšetkým zraková záťaž); *dlhodobé opieranie zápästia a predlaktia o hranu stola alebo klávesnice (útlak nervov);	3	2	10	*zabezpečiť správne ergonomické rozostavenie a umiestnenie nábytku a počítača; *povrch stola nesmie odrážať svetlo, oslňovať; *zabezpečiť pracovnú stoličku s 5 kolieskami, ktoré sú na podlahe príbrzdované; *stolička musí byť výškovo nastaviteľná, stabilná, nesmie sa preklápať, čalúnená plocha na sedenie má presahovať okraj sedadla a má umožňovať zmenu polohy pri sedení;
						polohu, sklon, natočenie obrazovky si podľa potreby zamestnanec môže navoliť sám; *zaistiť vhodné umiestnenie monitora (predpísaná vzdialenosť obrazovky od očí podľa jej veľkosti), horná hranica zobrazovaných znakov na obrazovke má byť najviac vo výške očí; *vylúčiť v zornom poli svetelné zdroje (nežiaduce odlesky na obrazovke); zabezpečiť dostatočne veľký priestor pod klávesnicou (priestor pre oporu rúk a predlaktia);

						*umiestniť myš s podložkou v spoločnom priestore; dodržiavať prestávky v práci pri nepretržitej práci s počítačom (bezpečnostné prestávky pri práci pre kompenzáciu nútenej pracovnej polohy a zaťaženia zraku a pri neprerušovanej práci s vysokou opakovateľnosťou pohybov prstov a ruky); *dbať na prestávky so zaradením kompenzačných cvikov; v prípade potreby zabezpečiť lekársku prehliadku odborným očným lekárom;
Práca s PC	Neionizujúce žiarenie	*pri obsluhu PC vzniká možnosť poškodenia zraku;	2	2	7	*pravidelné oboznamovať a informovať zamestnancov v zmysle §8 NV č. 292/2006 Z. z. o min. bezpeč. a zdrav. požiadavkách pri používaní prac. prostriedkov; *dodržiavať pravidelné prerušovanie práce na osobnom počítači v zmysle § 6 NV SR 276/2006 Z. z. o minimálnych bezpečnostných a zdravotných požiadavkách pri práci so zobrazovacími jednotkami; *vykonávať priebežnú kontrolu pracovného prostriedku v zmysle § 5 NV SR č. 292/2006 Z. z. o minimálnych bezpečnostných a zdravotných požiadavkách pri používaní pracovných prostriedkov;

Posúdenie rizik – Vedenie služobného motorového vozidla

Zdroj	Nebezpečenstvo	Ohrozenie	P	D	R	Bezpečnostné opatrenia
SMV	dopravná nehoda	*kontakt vozidla s osobou, s iným vozidlom alebo pevnou prekážkou - dopravné nehody: zrážka vozidiel (čelná, z boku, zozadu); *náraz vozidla na prekážku; *prevrátenie vozidla, zjazd vozidla mimo vozovku; *nájazd, prejdenie, zachytenie, prirazenie a zrazenie osoby vozidlom; *prirazenie alebo pritlačenie osoby vozidlom k časti stavby či inej pevnej konštrukcii;	2	2	7	*vydaný vodičský preukaz príslušnej skupiny, školenie vodičov; * dodržiavať pravidiel cestnej premávky, bezpečnostné prestávky, primeraná rýchlosť atď.; * nezdržiať sa za cúvajúcim vozidlom a v dráhe cúvania; * rozhliadnuť sa pred vstupom do komunikácie; * cúvanie ohlásiť zvukovým výstražným zariadením; * zaistiť odstavené vozidlo proti nežiaducemu pohybu; * pravidelná kontrola technického stavu vozidla; * pravidelná údržba podľa podmienok výrobcu;
SMV	nastupovanie do vozidla a vystupovanie z vozidla	* poranenie dolnej končatiny; * udretie hlavy, privretie prstov;	1	1	1	* zákaz zoskakovania z ložnej plochy i z kabíny vozidla; * pre výstup a zostup na vozidlo používať rebríky alebo iné rovnocenné zariadenia (stúpadlá, držadlá a pod.); * používať vhodné a bezpečné konštrukcie, prostriedky a pomôcky pre zvyšovanie miest práce; * pravidelné odstraňovať nečistoty zo stúpadiel a držadiel (v zime sneh a námrazu); * na pravidelnom školení vodičov oboznámiť s týmito rizikami; *dodržiavanie zákona o cestnej premávke (8/2009) a vykonávacej vyhlášky (9/2009)

SMV	hustenie pneumatiky	* zasiahnutie osoby pri prehustení pneumatiky - prasknutie duše a plášťa;	1	1	1	* dodržiavať určené tlaky nahustenia pneumatík uvádzané v návodoch na obsluhu;
SMV	klimatizácia, nepriaznivé účinky klimatizácie	* teplotné prechody môžu spôsobiť šok pre telo (teplotný šok); * pri používaní klimatizácie na rýchle schladenie, prevetranie miestnosti a dlhodobé udržanie chladnejšieho prostredia dochádza k nárazovému procesu schladzovania organizmu (výsledok pôsobenia prudkého ochladzovania organizmu po prechodoch z horúceho prostredia - bolesť hrdla, zápal dutín, kašeľ; zväčšenie uzlín); * príliš vysoko nastavená klimatizácia vytvára riziko pre kardiovaskulárny systém; * príliš nízko nastavená klimatizácia - záťaž krvného obehu, riziko nachladnutia; * negatívny vplyv na alergikov (prúdenie vzduchu z ventilácie rozhybe čistočky prachu, ktoré obsahujú rôzne druhy baktérií); * dlhodobejšie používanie	1	1	1	* dodržiavať pokyny na používanie klimatizačných zariadení, vykonávať vhodné nastavovanie klimatizačných zariadení; * teplotný rozdiel medzi priestorom s klimatizáciou a vonkajším prostredím by mal byť maximálne 5 - 7 stupňov Celzia; * vhodný rozsah používania klimatizácie počas dňa; * osobám trpiacim chronickými ochoreniami, sa odporúča pôsobeniu klimatizácie vyhnúť (príp. ju používať len krátkodobo a nie veľmi agresívne); * pred odchodom z klimatizovaného prostredia je vhodné telo postupne pripravovať na prechod do horúčavy (to isté platí aj naopak); * vzduch pri používaní ventilátora (resp. režim "fén") by nemal smerovať priamo na osobu;

		klimatizácie môže vyvolávať únavu a malátnosť;				
SMV	psychické zaťaženie, ľudský faktor	* preťaženie osoby, znížená pozornosť v dôsledku nevhodného predlžovania práce; * najmä v letnom období únava v dôsledku vyšších teplôt, nevhodného pracovného prostredia má vplyv na sústredenosť pri práci;	1	2	4	* dodržiavať dĺžku pracovného času; * dodržiavať prestávky v práci a pitný režim; * dodržiavať predmetné ustanovenia Zákonníka práce;
SMV	výmena kolesa	*zachytenie vozidlami; *poškodenie zdravia (poranenie) spôsobené pracovnými prostriedkami a náradím	1	3	6	*na pravidelnom školení vodičov oboznámiť s týmito rizikami; *dodržiavať zákon o cestnej premávke (8/2009) a vykonávaciu vyhlášku (9/2009) *dbať na bezpečnosť pri pracovnej činnosti a používať pracovné prostriedky a náradie v súlade s návodom na používanie; * používať výstražnú vestu
SMV	Pohyb a vykonávanie činností na ložnom priestore (nakladanie, vykladanie...)	*pád z vozidla, poranenie časti tela;	2	2	7	* zákaz zoskakovania z ložnej plochy i z kabíny vozidla; * pre výstup a zostup na vozidlo používať rebríky alebo iné rovnocenné zariadenie (stúpadlá, nášlapné pätky, pridržovať sa madiel a pod.); * používanie vhodných a bezpečných konštrukcií, prostriedkov a pomôcok pre zvyšovanie miest práce; * pravidelné odstraňovanie nečistôt, masnôt / v zime snehu a námrazy/ zo stúpadiel , madiel a ložnej plochy;
SMV	Údržba a opravy	*ohrozovanie zdravia výfukovými splodinami, priotrávenie, obťažujúce účinky, možná otrava CO; *poranenie časti tela pri otváraní a	2	2	7	* pohyb vozidla v dielni zaistiť pokiaľ možno bez pomoci ich motora (tlačeními); * pri naštartovanom motore použiť odvod výfukových plynov pomocou hadice a vývod výfukových plynov umiestniť v priestore mimo objekt;

		zatváraní krytov vozidla; *narazenie ruky, poranenie kĺbov o časť vozidla v stiesnenom priestore, skĺznutie náradia; * prirazenie končatiny prípadne inej časti tela pri otváraní a zatváraní krytov vozidla; *zachytenie časti tela rotujúcou časťou;				* v garážach a iných uzavretých priestoroch spúšťať motor pri otvorených dverách (vrátach) len za účelom bezprostredného výjazdu s vozidlom; * priestor garáže opatriť tabuľkou "Zákaz spúšťania motorov v uzatvorenej garáži" * dodržovanie zákazu vykurovať kabínu chodom motora v uzavretom priestore (bez prístupu vzduchu); * dobrý stav používaného náradia a pracovných prostriedkov; * zácvik, zručnosť, použitie náradia vhodnej veľkosti a druhu; * bezpečné pracovné postupy; * zabezpečiť dostatočný manipulačný priestor; * zaistenie krytu motora v otvorenej polohe; * zaistenie zdvihnutej časti na to určenými prvkami; * kontroly a diagnostiku za chodu spaľovacieho motora vykonávať len v nevyhnutných prípadoch za zvýšenej opatrnosti a sústredenia;
SMV	Umývanie a čistenie vozidiel	*kontakt s kvapalinami, zasiahnutie očí, tváre a nechránených častí tela silným prúdom kvapaliny; *zasiahnutie pokožky, sliznice a dýchacích ciest pôsobením čistiacich prostriedkov; * pokĺznutie a pád;	2	2	7	* zabezpečiť vylúčenie nepovolaných osôb do priestoru pri striekaní; * dodržiavať bezpečnú vzdialenosť (odstup) od spolupracovníkov a iných osôb ; * predpokladať odraz prúdu kvapaliny od plochy čisteného vozidla a správne postavenie zamestnanca; * riadiť sa návodom výrobcu resp. distribútora pre používanie nebezpečnej látky; * priebežne odstraňovať vodu, nečistoty a masť s komunikačných a ložných priestorov ; * zvýšená opatrnosť zamestnancov pri práci a pohybe po znečistenom, mastnom , mokrom , zasneženom a zľadovatenom povrchu umývacej rampy a v jej okolí;

Prevádzkové a opravárske priestory	Manipulácia a práca s nebezpečnými a výbušnými látkami(kyselina, luh , nafta, benzín, čistiace prostriedky, lieh...) Manipulácia a práca s batériami, elektrickými vodičmi a káblami	* úraz elektrickým prúdom ,výbojom, el. oblúkom; * požiar od vznietených horľavých výparov a plynov, od nadmerne zahriatych svoriek, iskrenie svoriek elektrických obvodov a batérie; *popáleniny;	2	3	11	* odborná a zdravotná spôsobilosť; * dodržiavať pracovné postupy a zásady bezpečnej manipulácie s danou chemickou látkou; * pri manipulácii je nutné dodržiavať všetky protipožiarne opatrenia; * prísne dodržiavať zákaz fajčenia, práce s otvoreným ohňom v objektoch; * skladovať nebezpečné a horľavé látky na dobre vetranom mieste z dosahu zdrojov vznietenia; * pri zvýšenej koncentrácii pár v ovzduší zabezpečiť účinné odsávanie a vylúčiť možné zdroje iniciácie vznietenia (výbuchu); * objekty musia byť konštruované a vybavené podľa príslušných predpisov a noriem; * elektrické zariadenia a obvody musia vyhovovať príslušným predpisom a normám; * zaistiť preventívne opatrenia proti vzniku výbojov statickej elektriny; * zaistiť vybavenie priestorov dostatočným množstvom hasiacich prístrojov vhodného typu a oboznámiť zamestnancov ako zaobchádzať s hasiacimi prístrojmi a prostriedkami na likvidáciu požiarov; * sklady a skladovacie priestory musia vyhovovať požiadavkám na skladovanie danej nebezpečnej látky; Pri úniku, rozliatí : - likvidácia rozliatej látky; - zabezpečiť dôkladné vetranie; - odstrániť všetky zdroje možného vzniku požiaru; - podľa situácie odčerpať alebo ponechať vsiaknuť do vhodného porézneho materiálu a likvidovať v súlade s platnou legislatívou pre odpady; * zabrániť priamemu kontaktu chemickej látky s pokožkou zamestnancov, zasiahnutiu očí a tváre; * pravidelne preukázateľne oboznamovať zamestnancov so
------------------------------------	---	--	---	---	----	---

					zásadami bezpečnej manipulácie s nebezpečnými látkami a zásadami BOZP pri používaní nebezpečných látok; * nádoby, obaly, nádrže a potrubia označiť príslušným výstražným obrazovým symbolom nebezpečnosti v zmysle NV SR č.387/2006 Z. z. o požiadavkách na zaistenie bezpečnostného a zdravotného označenia pri práci; * používať vhodné a pridelené OOPP; Pri styku s pokožkou : * pokožku dobre umyť mydlom a vodou, opláchnuť, vymeniť zasiahnutý odev; Pri zasiahnutí očí : * oči dôkladne premyť veľkým množstvom vody a zaistiť odborné lekárske ošetrovanie; * dodržiavať ustanovenia predpisov pri manipulácii a práci s nebezpečnými látkami
--	--	--	--	--	--

Posúdenie rizík – prevádzkové priestory

Zdroj	Nebezpečenstvo	Ohrozenie	P	D	R	Bezpečnostné opatrenia
Prevádzkové priestory	nevhodné osvetlenie	*zakopnutie, strata rovnováhy a pád;	2	2	7	*osvetliť pracoviská v čo najväčšej miere prirodzeným svetlom a vybaviť umelým osvetlením primeraným bezpečnosti a ochrane zdravia zamestnancov; *vybaviť núdzovým osvetlením primeranej intenzity pracoviská, na ktorých sú zamestnanci osobitne vystavení nebezpečenstvu v prípade poruchy umelého osvetlenia; *zaistiť vykonávanie kontrol intenzity osvetlenia;
Prevádzkové priestory	pohyb vozidiel a strojov	* zachytenie pohybujúcimi vozidlami a strojmi;	1	3	6	*oboznámiť zamestnancov s príslušnými prevádzkovými poriadkami (PP);
Prevádzkové priestory	padajúci materiál a predmety	*poškodenie zdravia;	1	3	6	*pohybovať sa len po určených komunikáciách v zmysle príslušných prevádzkových poriadkov pracovísk;
Vnútorné priestory budov : (haly, chodby, schodiská, sociálne zariadenia a pod.)	zakopnutie, pošmyknutie	*poškodenie zdravia;	2	2	7	*v rámci školenia o BOZP oboznámiť zamestnanca s rizikami vykonávanej práce - § 7 odst. 6 zákona NR SR č. 124/2006 Z. z. . o BOZP a o zmene a doplnení niektorých zákonov; *zabezpečiť, aby schody v schodištiach boli farebne odlíšené v zmysle § 17 ods.4) vyhl. SÚBP č. 59/1982 Zb.; *oboznámiť zamestnancov s príslušnými prevádzkovými poriadkami pracovísk;
Vnútropodnikové a vonkajšie komunikácie	zakopnutie, pošmyknutie, prepichnutie nohy ostrým predmetom	*poškodenie zdravia;	3	2	10	*komunikácie, pracoviská a nebezpečné miesta po zotmení alebo za zníženej viditeľnosti osvetlené - v zmysle vyhlášky SÚBP č. 59/1982 Zb. v znení neskorších doplnkov a zmien, § 28 ods. 2; *oboznamovanie zamestnancov v rámci školenia o BOZP s

					rizikami vykonávanej práce - § 7 odst. 6 zákona NR SR č. 124/2006 Z. z. a o zmene a doplnení niektorých zákonov; *komunikácie musia mať rovný povrch, ktorý nesmie byť šmykľavý - v zmysle vyhlášky SÚBP č. 59/1982 zb. v znení neskorších doplnkov a zmien, § 16 ods. 2; *komunikácie od ostatných plôch s rovnakou úrovňou farebne odlíšené ohraničujúcimi pásmi alebo inou farbou povrchu v zmysle § 16 ods.7) vyhl. SÚBP č. 59/1982 Zb., ktorou sa určujú základné požiadavky na zaistenie bezpečnosti práce a technických zariadení v znení neskorších predpisov;
Dopravný prostriedok	zakopnutie, pošmyknutie,	*poškodenie zdravia;	2	2	7 *dodržiavanie prepravného poriadku dopravcu; *dbať na to aby zamestnanec vystupoval a nastupoval len miestami na to určenými; *pri schádzaní a vychádzaní schodíkmi do dopravného prostriedku pridížať sa madiel; *dodržiavať pokyny a bezpečnostné značenie dopravcu; *riadíť sa pokynmi zamestnancov dopravcu;
Priestory kontrolovaného subjektu	zakopnutie, pošmyknutie, iné zranenie	*poškodenie zdravia;	2	2	7 *dodržiavať bezpečnostné značenie pracovísk; *oboznámiť sa pred vstupom do priestorov s možnými bezpečnostnými a zdravotnými rizikami u kontrolovaného subjektu; *ak u kontrolovaného subjektu sú predpísané OOPP, tieto je povinný zamestnanec MPC používať;

Posúdenie rizík – elektrické náradie

Zdroj	Nebezpečenstvo	Ohrozenie	P	D	R	Bezpečnostné opatrenia
Ručné elektrické náradie	hmotnosť náradia, ostré hrany náradia, nedostatočné upevnenie	* pomliaždenie, bodné a tržné rany nôh v prípade pádu náradia z výšky pri práci na rebríkoch, v prípade nedostatočného upevnenia náradia;	2	2	7	* pomliaždenie, bodné a tržné rany nôh v prípade pádu náradia z výšky pri práci na rebríkoch, v prípade nedostatočného upevnenia náradia; * pomliaždenie, bodné a tržné rany nôh v prípade pádu náradia z výšky pri práci na rebríkoch, v prípade nedostatočného upevnenia náradia; *používať vhodné a pridelené OOPP;
Ručné elektrické náradie	nepriaznivý vplyv vibrácií	* vibrácie prenášané na ruky s postihnutím rôznych tkanív, poškodenie kostí, kĺbov a šliach, cievne poruchy, ochorenia nervov, tieto poškodenia zdravia sa prejavujú degeneratívnymi zmenami, ktoré vznikajú priamym mechanickým účinkom rázov; traumatická vibračná vazoneuróza pri dlhodobnejšej práci s niektorými druhmi náradia, hlavne pneumatickými;	2	3	1 1	*udržiavať náradie v riadnom technickom stave *dodržiavať bezpečnostné oddychové prestávky podľa návodu na obsluhu; *používať vhodné a pridelené OOPP;
Ručné elektrické náradie	nestabilná pracovná poloha	* pád zamestnanca pri práci s náradím z rebríkov a pod. (vážne poranenia - zlomeniny, pomliaždenie končatín, poranenie hlavy, chrčtice, vnútorné	2	3	1 1	*zaistiť pevné a stabilné postavenie zamestnanca pri práci s náradím, obmedziť práce na rebríkoch; *vylúčiť práce na vratkých a nestabilných konštrukciách, namiesto rebríkov používať bezpečnejšie a stabilnejšie zariadenie (plošiny, schody, lešenia a pod.);

		zranenia a pod.);				*používať vhodné a pridelené OOPP;
Ručné elektrické náradie	nevyhovujúci technický stav náradia	* vyklíznutie, vypadnutie náradia z ruky, sklĺznutie a zošmyknutie náradia a zranenie obsluhy náradím, hlavne rúk a prednej časti tela (porezanie, rezné a tržné rany), prasknutie nástroja (vrtákov), vypadnutie nástroja;	2	3	1 1	* používať náradie len pre práce a účely pre ktoré je určené a s náradím pracovať s citom a nepreťažovať ho, nepracovať s nadmernou silou; * udržiavať rukoväť v suchom a čistom stave (chrániť pred olejom a masťou); * vrták do čelustového skľučovadla spoľahlivo upevniť pomocou kľučky a to riadnym utiahnutím vo všetkých troch polohách; * nepreťažovať vŕtačky, používať ostré vŕtáky; *vzhľadom k veľkému krútiacemu momentu pri ručnom vítaní používať vŕtačku primerane veľkú s riadne upevneným držadlom, *používať vhodné a pridelené OOPP;
Ručné elektrické náradie	odletujúce ostré časti opracovávaných materiálov	* zranenie odletujúcimi časťami opracovávaných materiálov pri práci s vŕtačkami, búracími kladivami, sekáčmi a pod. (elektrickými aj pneumatickými); * zranenie očí a tváre odletujúcimi časťami pri opracovaní rôznych materiálov pneumatikými i elektrickými brúskami, vŕtačkami, búracími kladivami, sekáčmi a pod. (najzávažnejšie je ohrozenie očí odlietnutými úlomkami,	2	3	1 1	* pri pracovných úkonoch, kedy hrozí nebezpečenstvo ohrozenia zraku (napr.: u vŕtačiek s príklepom pri vítaní do tehál alebo betónu) používať okuliare alebo tvárové štíty; *používať vhodné a pridelené OOPP;

		trieskami, drobnými časticami brúseného a rezaného materiálu a hlavne brúsiaceho, resp. rezacieho kotúča pri brúskach);				
Ručné elektrické náradie	poškodené elektrické rozvody, prístup k častiam pod napätím	* úraz obsluhy elektrickým prúdom; * z princípu ručného náradia držaného v rukách vyplýva väčšie nebezpečenstvo úrazu pri prechode el. prúdu živým organizmom, na náradie pôsobí zamestnanec silou, takže jeho svaly sú predpäté a styk s vodivými časťami je obzvlášť dobrý, v prípade poruchy izolácie potom dochádza nezriedka ku svalovému kŕču, k zástave dychu, vo vážnych prípadoch aj k fibrilácii srdcových komôr, pri zasiahnutí el. prúdom môže dôjsť následne k pádu zamestnanca z výšky, rebríka a pod.;	2	4	1 3	* vykonávať opravu odborne, len po odpojení od siete; * vykonávať predpísané kontroly náradia na pracovisku pred začatím práce na zmene a po skončení práce s náradím (v prípade chýb odovzdať náradie alebo jeho súčasti na opravu); * nepoužívať poškodené náradie a náradie, ktoré sa nedá spínačom vypnúť alebo zapnúť ani poškodených el. prívodov; * náradie neprenášať za prívodný kábel, ani tento kábel nepoužívať pre vytiahnutie vidlice zo zásuvky; * prívodný kábel pokladať mimo ostré hrany; podľa potreby ho chrániť vhodným spôsobom proti mechanickému, popr. inému poškodeniu, el. kábel nenamáhať ťahom; * pohyblivý prívod viesť pri práci vždy od náradia dozadu; * vo vonkajšom prostredí používať predlžovací kábel len ak je príslušne označený a určený pre toto prostredie; * el. náradie, prívodný el. kábel, predlžovací kábel, vidlicu, návlačku pravidelne kontrolovať a podrobovať revíziám; * nepoužívať poškodené el. náradie ani el. prívody, káble; * po ukončení práce vidlicu el. prívodu odpojiť zo zásuvky * používať vhodné a pridelené OOPP;
Ručné elektrické náradie	rotujúce časti náradí	* namotanie odevu, resp. jeho voľných častí, vlasov, rukavice na rotujúci nástroj	2	3	1 1	* zabezpečiť vhodné oblečenie zamestnanca bez voľne vlajúcich častí; * nepracovať v rukaviciach; * dodržiavanie zákazu nosiť

		(najčastejšie vrták pri vŕtačkách a rotujúce upínacie súčasti brúsiacich, leštiacich, hladiacich kotúčov a pod. náradie s rotujúcimi nástrojmi); * namotanie, navinutie rukavice pri kontakte ruky s rotujúcou miešacou vrtulou nasadenou na el. vŕtačku;				nezapnutý odev, náramkové hodinky a pod. (nebezpečné je držať náradie, hlavne vŕtačky, pri práci v rukaviciach); * vykonávať nastavenie, čistenie, mazanie a opravy náradia len ak je náradie vypnuté; * neprenášať náradie zapojené do siete s prstom na spínači; * nezastavovať rotujúce vreteno alebo vrták rukou a rukou odstraňovať triesky a odpad; * používať vhodné a pridelené OOPP;
Ručné elektrické náradie	rotujúci nástroj	* porezanie rotujúcim nástrojom (vrtákom alebo iným použitým rotujúcim nástrojom) pri styku ruky s nástrojom, napr.: pri nežiadúcom uvedení do chodu);	2	3	1 1	* postupovať podľa návodu na používanie; * neprenášať náradie s prstom na spínači, pri pripojení na sieť; * udržiavať suché a čisté rukoväte a úchytné časti náradia, chrániť pred olejom a mastnotou; * nepribližovať ruku do nebezpečnej blízkosti pohybujúceho sa nástroja a zabrániť styku ruky s brúsiacim alebo rezacím kotúčom, napr.: pri nežiadúcom uvedení do chodu; * pred pripojením náradia do siete sa presvedčiť či je spínač vypnutý, u vŕtačiek vybavených zaist'ovacím (aretačným) tlačidlom (kolíkom) nesmie byť toto tlačidlo zatlačené, t.j. zablokované na stály chod; * pred použitím náradia starostlivo skontrolovať či nie sú poškodené kryty alebo iné časti náradia, skontrolovať všetky pohyblivé časti, ktoré môžu ovplyvniť správnu funkciu náradia a posúdiť, či sú schopné riadne pracovať a plniť všetky určené funkcie; * nezastavovať rotujúce vreteno alebo vrták rukou a rukou odstraňovať triesky a odpad; * vykonávať zriaďovanie, čistenie, mazanie a opravu

						náradia len ak je náradie v kľude; * po ukončení práce, pred jeho údržbou a pred výmenou nástrojov (vrtákov a iných nástrojov) vytiahnuť prívodný kábel zo zásuvky; * venovať práci s náradím pozornosť, ak je obsluha nesústredená alebo unavená nesmie s náradím pracovať; * nepoužívať poškodené náradie a náradie, ktoré sa nedá spínačom vypnúť alebo zapnúť; * náradie odkladať, prenášať alebo opúšťať, len keď je v pokoji; náradie prenášať len za časť k tomu určenú; *používať vhodné a pridelené OOPP;
Ručné elektrické náradie	uvoľnené časti stien, konštrukcií	* ohrozenie zamestnanca uvoľnenými padajúcimi časťami omietky, muriva, betónu pri práci s náradím nad hlavou či ramenami;	2	4	1 3	* obmedziť práce s náradím nad hlavou, na rebríkoch a pod. nestabilných konštrukciách pre práce vo výškach; * zabezpečiť pevné postavenie zamestnanca s možnosťou odkloniť hlavu či telo mimo padajúce časti; * používať vhodné a pridelené OOPP;
Ručné elektrické náradie	uvoľnený pracovný nástroj	* zasiahnutie zamestnanca, poprípad aj inej osoby nachádzajúcej sa v blízkosti pracoviska s náradím, uvoľneným nástrojom, jeho časťami pri deštrukcii (zlomení, roztrhnutí a pod. poškodení nástroja);	2	3	1 1	* správne osadiť a upevniť nástroje; * použiť vhodné nástroje; * používať náradie v súlade s účelom použitia podľa návodu, nepreťažovať náradie; * zabezpečiť funkčné ochranné zariadenie; * používať vhodné a pridelené OOPP;
Ručné elektrické náradie	vývin prachových častíc	* ohrozenie dýchacích ciest jemným prachom, zaprášenie dýchacích ciest, pľúcne ochorenie	2	2	7	* používať ochranné zariadenia, brúsiť za mokra podľa druhu náradia; * používať vhodné a pridelené OOPP;

		pri dlhodobejšej práci s náradím na opracovanie kameňa a stavebných materiálov a výrobkov (zvlášť nebezpečný kremičitý (silikónový) prach prírodných hornín (granitu, žuly, pieskovca a pod.), kameniny, betónu, terasa a pod.);				
Ručné elektrické náradie	zaseknutý, "zahryznutý", poškodený vrták;	* vykĺbenie a zlomenie prstov, porezanie ruky a pod. v prípade "zahryznutia" (zaseknutia) alebo prasknutia vrtáka, pri držaní obrobku v rukách;	3	2	1 0	* obsluha musí byť na zaseknutie vrtáku pri vŕtaní pripravená, či už je vŕtačka vybavená bezpečnostnou spojkou alebo nie a ihneď náradie pustiť; * zabezpečiť vypínač náradia v úplnom poriadku tak, aby vypol okamžite po stiahnutí ruky obsluhy z jej tlačidla; * byť sústredený pri vŕtaní, pustiť vŕtačku z rúk pri jej pretáčaní; * u niektorých vŕtačiek používať prídavnú rukoväť (pozor na reakčný moment vŕtačky pri zablokovaní vrtákov); * používať náradie len pre práce a účely pre ktoré sú určené a s náradím pracovať s citom a nepreťažovať ho, nepôsobiť nadmernou silou; * opravu el. náradia vykonávať len po odpojení od siete; * používať vhodné a pridelené OOPP;
Ručné elektrické náradie	ostrie nástroja	* porezanie obsluhy rotujúcim nástrojom pri nežiadúcom styku ruky s nástrojom,	2	3	1 1	* neprenášať náradie s prstom na spínači, pri pripojení na sieť; * udržiavať suché a čisté rukoväte a uchopovacie časti náradia, ochrana pred olejom a mastnotou; * nepribližovať ruku do nebezpečnej blízkosti pohybujúceho sa nástroja a zabrániť styku ruky s nástrojom, napr.: pri nežiadúcom uvedení do chodu; * zriaďovanie, čistenie, mazanie

						a opravy kladív vykonávať len ak je náradie v pokoji; * pred pripojením náradia do siete sa presvedčiť či je spínač vypnutý, u náradia vybaveného zaistovacím (aretačným) tlačidlom (kolíkom) nesmie byť toto tlačidlo zatlačené, t.j. zablokované na stály chod; * pred použitím náradia pozorne skontrolovať či nie sú poškodené kryty alebo iné časti náradia; * nezastavovať rotujúce vreteno alebo nástroj rukou a rukou neodstraňovať triesky a odpad; * po ukončení práce alebo pri prac. prestávkach, pred údržbou a pred výmenou nástrojov vytiahnuť prívodný kábel zo zásuvky a odstaviť v bezpečnej polohe; * nepoužívať poškodené náradie a náradie, ktoré nemožno spínačom vypnúť alebo zapnúť; * náradie odkladať, prenášať alebo opúšťať, len keď je vypnuté; * náradie prenášať len za časť k tomu určenú; * používať vhodné a pridelené OOPP;
Ručné elektrické náradie	nepriaznivý vplyv hluku	* hlučnosť;	2	2	7	* stanoviť a oboznámiť zamestnancov s bezpečnými pracovnými postupmi; * používať vhodné a pridelené OOPP;
Statická elektrina	nepriaznivé účinky statickej elektriny	* účinky statickej elektriny, kontakt osoby s nabitými časťami; * nahromadené elektrostatické náboje vytvárajú potencionálne nebezpečie iniciácie výbušných koncentrácií alebo zapálenie pár horľavých kvapalín, plynov alebo horľavých	2	2	7	* ochranné opatrenia spočívajú predovšetkým v znížení alebo odvádzaní vzniknutých elektrických nábojov, hlavne: - zníženie elektrizovateľnosti použitých látok, - zvýšenie relatívnej vlhkosti vzduchu, - použitie neutralizátorov, - uzemnenie všetkých vodivých predmetov, na ktorých sa môžu nahromadiť elektrostatické náboje, - elektrostatický zvod podláh, - spojenie osoby s uzemneným vodičom alebo pomocou vodivej

		prachov; * pri výboji elektrostatického náboja môže dôjsť k mimovoľným svalovým reakciám, šoku, pocitom úzkosti a následkom toho k chybnnej manipulácii, k nečakanej reakcii, ku zakopnutiu, k pádu a pod.; * elektrické náboje vzniknuté fyzikálnochemickými procesmi na elektrizovateľných látkach napr. trením, odvaľovaním, mechanickým oddeľovaním, prúdením, vysypávaním, dopravou, zmenou skupenstva, chemickými procesmi alebo náboje prevzaté elektrostatickou indukciou náboja získané priamym stykom s iným nabitým telesom; * nahromadené elektrostatické náboje vytvárajú potenciálne nebezpečie iniciácie výbušných koncentrácií alebo zapálenie pár horľavých kvapalín, plynov alebo horľavých prachov, elektrické náboje vzniknuté fyzikálnochemickými			obuvi a podlahy, - používať oblečenie, výstroj (dosky, sedadlá, nádoby, obaly) z obmedzene elektrizovateľných materiálov, (nenosiť prádlo a odevy zo syntetických materiálov)
--	--	--	--	--	---

		procesmi na elektrizovateľných látkach, napr.: trením, odvaľovaním, mechanickým oddeľovaním, prúdením, vysypávaním, dopravou, zmenou skupenstva, chemickými procesmi alebo náboje prevzaté elektrostatickou indukciou, náboje získané priamym stykom s iným nabitým telesom;				
--	--	---	--	--	--	--

Posúdenie rizík – Skladovanie

Zdroj	Nebezpečenstvo	Ohrozenie	P	D	R	Bezpečnostné opatrenia
Skladové priestory	nevhodné osvetlenie	* poškodenie zdravia *zakopnutie, strata rovnováhy a pád;	2	2	7	*osvetliť pracoviská v čo najväčšej miere prirodzeným svetlom a vybaviť umelým osvetlením primeraným bezpečnosti a ochrane zdravia zamestnancov; *vybaviť núdzovým osvetlením primeranej intenzity pracoviská, na ktorých sú zamestnanci osobitne vystavení nebezpečenstvu v prípade poruchy umelého osvetlenia; *zaistiť vykonávanie kontrol intenzity osvetlenia; *v rámci školenia o BOZP oboznámiť zamestnanca s rizikami vykonávanej práce - § 7 odst. 6 zákona NR SR č. 124/2006 Z. z. . o BOZP a o zmene a doplnení niektorých zákonov; *zabezpečiť, aby schody v schodištiach boli farebne odlíšené v zmysle § 17 ods.4) vyhl. SÚBP č. 59/1982 Zb.; *oboznámiť zamestnancov s príslušnými prevádzkovými poriadkami pracovísk;
Skladové priestory	padajúci materiál a predmety	*poškodenie zdravia;	1	3	6	*pohybovať sa len po určených komunikáciách v zmysle príslušných prevádzkových poriadkov pracovísk;
Skladovacie regále	nedostatočná fixácia bremena v regálovej bunke	* pád materiálu z regálovej bunky a zasiahnutie pracovníka materiálom;	1	3	6	*zaistiť správne uloženie bremena na podlahe regálu (na širšiu plochu, bez presahu cez predný okraj podlahy regálu a pod.); * podľa potreby a druhu, materiál fixovať a zaistiť proti pádu; * zaistiť stabilitu každého druhu materiálu ukladaného do regálu;
Skladovacie regále	nesprávny pracovný úkon, hmotnosť bremena	* pád bremena na nohu; * narazenie bremenom	1	3	6	*dodržiavať správne spôsoby ručnej manipulácie a ukladania materiálu do regálov; * správne uchopiť bremená pri

		spadnutým z regálu; * pomliaždenie, narazenie, zlomenie horných a dolných končatín pri vyšmyknutí a vyklíznutí bremena z ruky pri ukladaní do regálu;				ukladaní a vyberaní materiálu z regálových buniek; * zaistiť pevné uchytenie bremien, použiť úchytné otvory, držadlá * kontrolovať stav úchopných prvkov pred manipuláciou; * používať držadlá a podobné pomôcky uľahčujúce uchytenie; * neukladať materiál na okraj regálovej podlahy; * dodržiavať ustanovenia platných legislatívnych predpisov súvisiacich s manipuláciou s bremenami;
Skladovacie regále	pohyb a práca vo výške	* pád pracovníka pri obsluhu vyššie položených regálových buniek;	2	2	7	* ručná obsluha (ukladanie a odoberanie materiálu) častí regálu vo výške nad 1,8 m vykonávať z bezpečných zariadení a pomôcok (rebríky, pojazdné schodíky, manipulačné plošiny a pod.); * nevystupovať po konštrukcii regálu;
Skladovacie regále	prekročenie dovolenej nosnosti, nesprávne ukotvenie regálu	* zrútenie a pád regálov;	1	2	4	* zaistiť trvalú stabilitu regálov (regálov prázdnych, čiastočne zaplnených aj celkom zaplnených), podľa konštrukcie regálu vykonávať jeho kotvenie, zavetrovanie a pod.; * nezaisťovať stabilitu regálu iba vzájomným opretím, prípadne opretím o konštrukcie; * po každom premiestnení a prestavení regálu je nutné regále prekontrolovať, či zodpovedajú príslušnej dokumentácii, tuhosti spojov, zvislosti a vodorovnosti; * v pravidelných intervaloch kontrolovať stabilitu regálov a mať určenú zodpovednú osobu za kontrolu regálov; * označiť nosnosť regálových buniek a počet buniek v stĺpci (alebo nosnosť regálového stĺpca); * nepreťažovať regále; * bremená ukladať do regálových buniek rovnomerne, ľahšie do vyšších buniek, ťažšie do dolných a pod.; * nešplhať po regále,

						nevstupovať do regálu (okrem mimoriadnych prípadov opráv a pod.);
Skladovací regále	premiestňované bremeno	* pád bremena na pracovníka, zasiahnutie pracovníka pádom bremena, pohybujúcim sa bremenom pri ukladaní a vyberaní materiálu do regálov;	1	2	4	* nezdržiavať sa v pásme možného nežiaduceho pohybu bremena a pod bremenom pri ukladaní materiálu vozíkom; * nenarušovať stabilitu materiálu v regáloch, napr. vyťahovanie predmetov a prvkov zospodu alebo zo strany; * nevystupovať a nešplhať sa po regále
Skladovací regále	rozмеры konštrukcie regálu, materiálu	* zakopnutie, narazenie osoby o konštrukciu regálu a uložený materiál;	1	2	4	*udržiavať voľný prístup, príp. príjazd k regálom tak, aby nebolo bránené ukladaniu a vyberaniu manipulačných jednotiek a materiálu; * šírka uličiek medzi regálmi a stohmi musí zodpovedať spôsobu ukladania materiálu (široká najmenej 0,8 m pre ručnú obsluhu; šírka uličky pre prejazd dopravných vozíkov je aspoň o 0,4 m väčšia ako najvyššia šírka vozíkov alebo nákladov);
Vnútropodnikové komunikácie	zakopnutie, pošmyknutie, prepichnutie nohy ostrým predmetom	*poškodenie zdravia;	3	2	10	*komunikácie, pracoviská a nebezpečné miesta po zotmení alebo za zníženej viditeľnosti osvetlené - v zmysle vyhlášky SÚBP č. 59/1982 zb. v znení neskorších doplnkov a zmien, § 28 ods. 2; *oboznamovanie zamestnancov v rámci školenia o BOZP s rizikami vykonávanej práce - § 7 odst. 6 zákona NR SR č. 124/2006 Z. z. a o zmene a doplnení niektorých zákonov; *komunikácie musia mať rovný povrch, ktorý nesmie byť šmykľavý - v zmysle vyhlášky SÚBP č. 59/1982 zb. v znení neskorších doplnkov a zmien, § 16 ods. 2; *komunikácie od ostatných plôch s rovnakou úrovňou farebne odlíšené ohraničujúcimi pásmi alebo inou farbou povrchu v zmysle § 16 ods.7) vyhl. SÚBP č. 59/1982 Zb., ktorou sa určujú základné požiadavky na zaistenie bezpečnosti práce a

						technických zariadení v znení neskorších predpisov;
Poveternostné podmienky	chlad, teplo, horúčava	* podchladenie alebo prehriatie organizmu	1	2	4	* počas nadmerných horúčav dodržiavať pitný režim; * zabezpečiť aby neboli zamestnanci vystavený tepelnej nepohode;

Posúdenie rizík – ručné náradie

Zdroj	Nebezpečenstvo	Ohrozenie	P	D	R	Bezpečnostné opatrenia
Malé ručné náradia	nebezpečný pracovný postup	* zasiahnutie osoby náradím (lopatou, krompáčom, vidlami);	1	2	4	udržiavať bezpečnú vzdialenosť medzi zamestnancami
Malé ručné náradia	nedostatočné upevnenie náradia, hmotnosť náradia, ostré hrany	* pád náradia zo zvýšených pracovísk narazenie, pomliaždeniny, tržné a bodné rany;	2	2	7	neukladať náradie do blízkosti voľných okrajov podláh lešení, zvýšených pracovísk, podest, konštrukcií a pod.
						zaistiť náradie proti pádu používaním pútok, brašien a pod. pri práci vo výške
Malé ručné náradia	nevyhovujúci technický stav náradia, poškodené úchytné časti	* vyklíznutie náradia z ruky;	3	2	10	používať nepoškodené náradie s dobrým ostrím u sekáčov
						vykonať pevné uchytenie násady, zaistiť proti uvoľneniu klinmi a pod.
						zabezpečiť prevedenie a úpravu úchopovej časti náradia (ktorá sa drží v ruke), hladký vhodný tvar týchto častí, bez prasklín, udržiavať suché a čisté rukoväte a uchopovacie časti, chrániť ich pred olejom a masťou
						pokiaľ možno vylúčiť práce s náradím nad hlavou vhodným zvyšovaním miesta práce
						vykonávať pohyb sečných náradí (nožov) smerom od tela zamestnanca
Malé ručné náradia	odlietajúce ostré častice	* úrazy očí odlietajúcou čepinou, drobnou časticou, úlomkom, otrepom a pod. (najčastejšie sekáč, kladivo);	3	2	10	používať sekáče, kladiva, palice a pod. náradia bez trhlín a otrepov
						vybaviť zamestnancov vhodnými OOPP a zabezpečiť ich správne používanie
Malé ručné náradia	ostrie sekery, nebezpečný pracovný postup	* sečné rany, useknutie	2	3	11	zabezpečiť prax, zručnosť, sústredenosť, dbať na zvýšenú pozornosť

		prstov pri práci so sekerou pri vykonávaní tesárskych prác, odvetvovaní, príprave dreva na palivo a pod.;				dbať na starostlivé osadenie topora a jeho zaistenie proti uvoľneniu používať dostatočne naostrenú sekeru zaistiť primeraný pracovný priestor vykonávať pravidelnú kontrolu ručného náradia
Malé ručné náradia	pohyb, práca osôb v stiesnených priestoroch	* odreniny a pomliaždeniny rúk pri práci s náradím v stiesnených priestoroch, pri opravách, údržbe;	3	2	10	zaistiť úpravou pracoviska a organizáciou pokiaľ možno prácu s náradím vo fyziologicky vhodných polohách tak, aby zamestnanec nemusel pracovať s náradím napr. nad hlavou
Malé ručné náradia	styk náradia s rukou	* sečné, rezné, bodné, tržné rany, pritlačenie, otlaky, pomliaždeniny, podliatiny, pri nežiadúcom kontakte náradia s rukou (všeobecné nebezpečie pre všetky druhy náradia);	3	2	10	zabezpečiť prax, zručnosť, popr. zácvik, používať vhodný druh, typ, veľkosť náradia zaistiť možnosti výberu vhodného náradia, nepoužívať poškodené náradie
Malé ručné náradia	uvoľnené časti náradia	* zasiahnutie zamestnanca uvoľneným nástrojom, kladivom, hlavicou a pod. z násady;	2	2	7	nepoužívať poškodené náradie (s uvoľnenou násadou, deformovanou pracovnou časťou a pod.)
Malé ručné náradia	uvoľnené, poškodené náradie	* sečné, rezné, bodné, tržné rany, hlavne rúk, pritlačenie, pomliaždenie, otlaky, krvné podliatiny pri úderoch, zošmyknutie	2	3	11	používať náradie vhodného tvaru, typu a veľkosti , pri práci so sečným náradím viesť (smerovať) náradie od tela zamestnanca, uvoľňovať silno dotiahnutú maticu otáčaním kľúča ku sebe, nepoužívať skrutkovače ako sekáče, páčidla, nepoužívať rozťahnuté a opotrebené kľúče pri povoľovaní a dotahovaní matic

		náradia na ruku, pri zlomení nastaviteľných kľúčov (hasáky, francúzske kľúče);				správne používať náradie (nedovolené použitie páky), nepreťažovať nastaviteľné kľúče
--	--	--	--	--	--	--

Posúdenie rizík – manipulácia s nebezpečnými látkami

Zdroj	Nebezpečenstvo	Ohrozenie	P	D	R	Bezpečnostné opatrenia
Motorová nafta	horľavé, výbušné vlastnosti látky	* motorová nafta je horľavá kvapalina; * pri horení za nedostatku vzduchu možný vznik oxidu uhoľnatého a sadzí; * výpary chemickej látky tvoria so vzduchom výbušnú zmes;	1	4	1 2	dodržiavať pracovné pokyny a zásady bezpečného zaobchádzania s chemickou látkou; pri manipulácii je nutné dodržiavať všetky protipožiarne opatrenia; prísne dodržiavať zákaz fajčenia, práce s otvoreným ohňom v objektoch čerpacej stanice; skladovať na dobre vetranom mieste z dosahu zdrojov vznietenia; pri zvýšenej koncentrácii pár v ovzduší vylúčiť možné zdroje iniciácie vznietenia (výbuchu); objekty musia byť konštruované a vybavené podľa príslušných predpisov a noriem; elektrické zariadenia musia byť prevedené podľa príslušných predpisov a noriem zaistiť preventívne opatrenia proti vzniku výbojov statickej elektriny; zaistiť vybavenie priestorov dostatočným množstvom hasiacich prístrojov vhodného typu; oboznámiť zamestnancov ako zaobchádzať s hasiacimi prístrojmi a prostriedkami; sklady a skladovacie priestory musia vyhovovať požiadavkám na skladovanie chemickej látky; zaistiť vhodné hasiace prostriedky - pena, prášok, CO₂; pri úniku, rozliatí : - likvidovať rozliatu látku, - zabezpečiť dôkladné vetranie, - odstrániť všetky zdroje možného vzniku požiaru, - podľa situácie odčerpať alebo vsiaknuť do vhodného porézneho materiálu a likvidovať

						v súlade s platnou legislatívou pre odpady;
Motorová nafta	nežiaduce účinky pri požití látky	* náhodné požitie látky (neoznačenie obsahu v skladovanom obale, zámena látky a pod.); * pri požití dráždi sliznice tráviaceho ústrojenstva;	1	3	6	vyškoliť zamestnancov pre prácu s chemickými látkami; dodržiavať pracovné pokyny a zásady bezpečného zaobchádzania s chemickou látkou; dodržiavať základné bezpečnostné a hygienické opatrenia : pri práci nejest', nepiť, nefajčiť, pred jedlom a pitím a po ukončení práce je treba pokožku umyť teplou vodou a mydlom a ošetriť vhodným reparačným krémom; skladovacie nádoby, obaly označiť a vybaviť príslušným výstražným symbolom nenalievať chemickú látku do fliaš od nápojov (pozor na uchovávanie v PET fľašiach a pod.); pri náhodnom požití látky : - nechať postihnutého vypiť dostatočné množstvo vody, - nevyvolávať zvracanie, - ihneď privolať odbornú lekársku pomoc;
Motorová nafta	nežiaduce účinky pri vdýchnutí, inhalácii látky	* nadýchanie sa, vdýchnutie pár chemickej látky (napr.: pri manipulácii látkou, skladovaní a pod.); * výpary motorovej nafty môžu pôsobiť narkoticky, spôsobovať bolesti hlavy, žalúdočnú nevoľnosť, dráždenie očí a dýchacích ciest;	1	3	6	vyškoliť zamestnancov pre prácu s chemickými látkami; dodržiavať pracovné pokyny a zásady bezpečného zaobchádzania s chemickou látkou; za každých okolností sa chrániť proti možnosti nadýchania; látku neinhalovať; zabrániť vytváraniu výparov; na pracoviskách zabezpečiť prívod čerstvého vzduchu, stále dôkladné vetranie; skladovať na dobre vetranom mieste pri skladovaní dodržiavať ustanovenia príslušných predpisov a noriem pri nadýchaní : - preniesť na čerstvý vzduch, telesný klúd, nenechať chodiť, - v prípade, že postihnutý nedýcha, zaviesť umelé dýchanie z pľúc do pľúc,

						- privolať lekára; vybaviť zamestnancov vhodnými OOPP a zabezpečiť ich správne používanie;
Motorová nafta	nežiaduce účinky pri zasiahnutí pokožky, očí	* zasiahnutie pokožky osoby, zasiahnutie očí (napr.: pri náhodnom vylíatí chemickej látky, pri manipulácii s látkou, pri náhodnom vystrieknutí látky); * pri dlhotrvajúcom a intenzívnom kožnom kontakte dochádza k odmasteniu, vysušeniu a silnému podráždeniu pokožky;	1	2	4	zabrániť priamemu kontaktu chemickej látky s pokožkou zamestnancov, zabrániť zasiahnutiu očí vyškoliť zamestnancov pre prácu s chemickými látkami; dodržiavať pracovné pokyny a zásady bezpečného zaobchádzania s látkou nádoby, obaly, nádrže označiť a vybaviť príslušným výstražným symbolom nebezpečnosti; pri styku s pokožkou pokožku dobre umyť mydlom a vodou, opláchnuť, prezliecť pri zasiahnutí očí oči dôkladne premyť dostatočným množstvom vody a zaistiť lekárske ošetrovanie; vybaviť zamestnancov vhodnými OOPP a zabezpečiť ich správne používanie;
Automobilový benzín	horľavé, výbušné vlastnosti látky	* automobilový benzín je extrémne horľavý; * pri horení za nedostatku vzduchu možný vznik oxidu uhoľnatého a sadzí; * výpary chemickej látky tvoria so vzduchom výbušnú zmes;	1	4	1 2	dodržiavať pracovné pokyny a zásady bezpečného zaobchádzania s danou chemickou látkou; pri manipulácii je nutné dodržiavať všetky protipožiarne opatrenia; prísne dodržiavať zákaz fajčenia, práce s otvoreným ohňom v objektoch ČS; skladovať na dobre vetranom mieste z dosahu zdrojov vznietenia; pri zvýšenej koncentrácii pár v ovzduší vylúčiť možné zdroje iniciácie vznietenia (výbuchu); objekty musia byť konštruované a vybavené podľa príslušných predpisov a noriem; elektrické zariadenia musia byť prevedené podľa príslušných predpisov a noriem; zaistiť preventívne opatrenia proti vzniku výbojov statickej elektriny; zaistiť vybavenie priestorov dostatočným množstvom

						hasiacich prístrojov vhodného typu; oboznámiť zamestnancov ako zaobchádzať s hasiacimi prístrojmi a prostriedkami; sklady a skladovacie priestory musia vyhovovať požiadavkám na skladovanie danej chemickej látky pri úniku, rozliatí : - likvidácia rozliatej látky, - zabezpečiť dôkladné vetranie, - odstrániť všetky zdroje možného vzniku požiaru, - podľa situácie odčerpať alebo vsiaknuť do vhodného porézneho materiálu a likvidovať v súlade s platnou legislatívou pre odpady;
Automobilový benzín	nežiaduce účinky pri požití látky	* náhodné požitie látky (neoznačenie obsahu v skladovanom obale, zámena látky a pod.); * po požití nebezpečenstvo vážneho poškodenia zdravia (poškodenie pľúc a i.);	1	3	6	vyškoliť zamestnancov pre prácu s chemickými látkami; dodržiavať pracovné pokyny a zásady bezpečného zaobchádzania s chemickou látkou; dodržiavať základné bezpečnostné a hygienické opatrenia : pri práci nejest', nepiť, nefajčiť, pred jedlom a pitím a po ukončení práce je treba pokožku umyť teplou vodou a mydlom a ošetriť vhodným reparačným krémom; skladovacie nádoby, obaly označiť a vybaviť príslušným výstražným symbolom nebezpečnosti; nenalievať chemickú látku do fľaš od nápojov (pozor na uchovávanie v PET fľašiach a pod.); pri náhodnom požití danej látky : - nechať postihnutého vypiť veľké množstvo vody, - nevyvolávať zvracanie, - ihneď privolať odbornú lekársku pomoc;
Automobilový benzín	nežiaduce účinky pri vdýchnutí, inhalácii látky	* nadýchanie sa, vdýchnutie pár danej chemickej látky (napr.: pri manipulácii s látkou, skladovaní a pod.);	1	2	4	vyškoliť zamestnancov pre prácu s chemickými látkami; dodržiavať pracovné pokyny a zásady bezpečného zaobchádzania s danou chemickou látkou;

		* výpary benzínu pôsobia narkoticky, spôsobujú bolesti hlavy, žalúdočnú nevoľnosť, dráždenie očí a dýchacích ciest; * výpary vo vyšších koncentráciách môžu spôsobiť kŕče aj smrť; * dlhodobá expozícia vdychovaním spôsobuje nebezpečenstvo vážneho poškodenia zdravia;				za každých okolností sa chrániť proti možnosti nadýchania; látku neinhalovať; zabrániť vytváraniu výparov; na pracoviskách zabezpečiť prívod čerstvého vzduchu, stále dôkladné vetranie; skladovať na dobre vetranom mieste; pri skladovaní dodržiavať ustanovenia príslušných predpisov a noriem; pri nadýchaní, postihnutého: - preniesť na čerstvý vzduch, telesný kľud, nenechať chodiť, - v prípade, že postihnutý nedýcha, zaviesť umelé dýchanie z pľúc do pľúc, - privolať lekára; vybaviť zamestnancov vhodnými OOPP a zabezpečiť ich správne používanie;
Automobilový benzín	nežiaduce účinky pri zasiahnutí pokožky, očí	* zasiahnutie pokožky osoby, zasiahnutie očí (napr.: pri náhodnom vylíatí chemickej látky, pri manipulácii s látkou, pri náhodnom vystrieknutí látky); * nebezpečenstvo vážneho poškodenia zdravia pri styku s pokožkou (automobilový benzín má odmasťujúci účinok, dráždi pokožku); * pri dlhotrvajúcom a intenzívnom kožnom kontakte dochádza k vysušeniu a silnému podráždeniu pokožky;	1	2	4	zabrániť priamemu kontaktu chemickej látky s pokožkou zamestnancov, zabrániť zasiahnutiu očí; vyškoliť zamestnancov pre prácu s chemickými látkami; dodržiavať pracovné pokyny a zásady bezpečného zaobchádzania s danou látkou; nádoby, obaly, nádrže označiť a vybaviť príslušným výstražným symbolom nebezpečnosti; pri styku s pokožkou, pokožku dobre umyť mydlom a vodou, opláchnuť; pri zasiahnutí očí, oči dôkladne premyť veľkým množstvom vody a zaistiť lekárske ošetrovanie; vybaviť zamestnancov vhodnými OOPP a zabezpečiť ich správne používanie;
Nebezpečné látky	nežiaduce účinky nebezpečných látok (všeobecne)	* nebezpečné pôsobenie žieravín (kyselín a lúhov) bez ohľadu	1	3	6	poverovať manipuláciu s chemickou látkou kvalifikovaných zamestnancov s príslušnou zdravotnou spôsobilosťou

		na druh, teplotu, koncentráciu a dĺžku pôsobenia na pokožku, očí a sliznice (obzvlášť nebezpečné je zasiahnutie očí), zasiahnutie zásadami je nebezpečnejšie (vzniká kolikvačná nekróza - koža je kašovitá) ako kyselinami (koagulačná nekróza - rôzne zafarbený prískvar na koži); * pri expozícii parami, aerosólov a plynmi : - nízke koncentrácie v ovzduší: pálenie v nose, nádcha, pálenie v krku, chrapot, kašeľ, pocit dusenia, pálenia spojiviek, slzenie, začervenanie kože, - vysoké koncentrácie v ovzduší: opuchnutie hrtanu, kašeľ, zvieranie na hrudníku a bolesť za hrudnou kosťou, pľúcny opuch s vykašľávaním krvi do ružova speneného spúta, - nebezpečenstvo úmrtia, poškodenie rohovky, na koži navyše vznikajú pľuzgiere; * pri zasiahnutí očí poleptanie tkanív v okolí očí, ťažké poškodenie rohovky (vredy až prederavenie),			stanoviť a oboznámiť zamestnancov s bezpečnými pracovnými postupmi oboznámiť zamestnancov s účinkami a vlastnosťami látok; zabrániť priamemu kontaktu pokožky s nebezpečnými látkami; zaistiť vetranie, prívod čerstvého vzduchu v prípade alergických reakcií vyhľadať lekára, podľa skúseností je najlepšie včas zmeniť pracovné zaradenie zamestnanca; dodržiavať zásady osobnej hygieny (nejesť, nepiť, nefajčiť); rešpektovať označenie a pokyny výrobcov na balení a obaloch týchto látok, napr. "Nedýchať výpary", "Jedovaté pri vdýchnutí", "Pozor na zasiahnutie pokožky", "Pozor, horľavá kvapalina" a ďalšie informácie (vrátane informácií v bezpečnostných listoch a pod.); včas odstraňovať uniknuté, vyliate, rozsypané látky; zabezpečiť dozor pri práci, kontrolu vedúcimi zamestnancami; vybaviť zamestnancov vhodnými OOPP a zabezpečiť ich správne používanie;
--	--	--	--	--	--

		môže dôjsť až k oslepnutiu; * pri zasiahnutí kože podľa koncentrácie a dĺžky pôsobenia vzniká poleptanie, pri ľahkom postihnutí sa objavuje pocit pálenia a bolesti, pokožka je začervenalá, okolie ľahko opuchnuté, pri vyšších koncentráciách sa objavujú na začervenej koži pľuzgieriky a vysoké koncentrácie spôsobujú hlbokú nekrózu, rozsiahle poleptanie môže aj usmrtiť; * pri požití poleptanie pier, úst, hltanu s prekrvením a opuchnutým okolím, postihnutý vracia a má hnačku, aj krvavú, bolesti pažeráka a žalúdka s následným vývojom šoku (celkové ochabnutie síl, dýchavičnosť, cyanóza - modravé zafarbenie kože dobre viditeľné na perách, ušných lalokoch a končekoch prstov, orosenie studeným potom), ktorý môže viesť ku smrti, ak prežije postihnutý štádium šoku, hrozí prederavenie tráviaceho traktu,				
--	--	--	--	--	--	--

		následné zápaly osrdečníka a pobrušnice a hlavne zjazvené zúženie pažeráka a pyloru (časť žalúdka); * vdychovanie výparov riedidiel, tvrdidiel, urýchlovačov, iniciátorov a iných pomocných chemikálií, ktoré sa v priebehu vytvrdenia živíc odparujú, vdychovanie žieravín; * vdychovanie prachu primiešavaním plnidiel, ktorý vzniká pri ich rozmiešavaní, pri manipulácii so sytkými hmotami - navážovanie, dávkovanie, rozsypávanie; * poškodenie pokožky pri práci s epoxid. živcami (pôsobením tvrdidiel vyrábaných na báze amoniaku); * kontakt s výparmi na rukách, v podpazuší a na tvári (napr.: aj v dôsledku nepriliehajúcich OOPP), prejavuje sa zapálením a začervenaním pokožky, tieto jedovaté výpary spôsobujú tiež druhotné ochorenia, ktoré sa skoro všetky zle hoja; * vdychovanie výparov riedidiel,				
--	--	---	--	--	--	--

		rozpúšťadiel alebo tvrdidiel do priedušiek vedie k poškodeniu dýchacích ciest, v konečnej fáze až trvalému; * alergické reakcie v dôsledku expozície najrôznejších látok; * popálenie príp. explózia pri používaní riedidiel, horľavých kvapalín, reaktívnych syntetických živíc (sú horľavé, rovnako ako väčšina riedidiel); * najrôznejšie príznaky ako začervenanie, vyrážky, ale aj nádcha, slzenie, dýchacie ťažkosti podľa konkrétnej látky;				
--	--	--	--	--	--	--

Posúdenie rizík – elektrické zariadenia

Zdroj	Nebezpečenstvo	Ohrozenie	P	D	R	Bezpečnostné opatrenia
Elektrické zariadenia	nežiaduce účinky elektrického prúdu pri práci na elektrických inštaláciách	* úrazy el. prúdom pri práci na inštaláciách ako následok neúmyselného dotyku so živými časťami nn pod napätím, tiež úrazy pri zámenách vodičov siete, alebo poruche, kedy sa na neživých častiach môže vyskytnúť nebezpečné napätie; * možné úrazy pri nedodržíaní farebného značenia vodičov, alebo pri starom značení; * úrazy pri hrubom zanedbaní a podcenení rizika najmä u starších inštalácií;	2	3	1 1	* odborná spôsobilosť v zmysle ustanovení Vyhlášky MDPaT SR č. 205/2010 o určených technických zariadeniach a určených činnostiach a činnostiach na určených technických zariadeniach * práce na nových inštaláciách vykonávať za vypnutého stavu odborne spôsobilými zamestnancami * pri uvádzaní zariadenia, alebo jeho častí postupovať podľa príslušných platných predpisov, zamestnanci sa nesmú dotýkať vodivých častí a musia sa správať tak, ako by neznáme obvody boli pod napätím * dodržiavať farebné označenie vodičov, používať súčasti a príslušenstvo podľa projektovej dokumentácie v typovom vyhotovení a podľa potreby s príslušnými atestmi * pri prácach na starších inštaláciách postupovať obozretné, vedenia a jeho časti vždy preskúšavať spoľahlivým meracím zariadením * pracovať zásadne za vypnutého a zaisteného stavu * ochranný vodič po spoľahlivom zistení oboch koncov dodatočne označiť * nepracovať v tesných a nevyhovujúcich podmienkach, resp. vybaviť zamestnancov vhodnými OOPP a zabezpečiť ich správne používanie
Elektrické zariadenia	nežiaduce účinky elektrického prúdu pri činnostiach na spotrebičoch s pohyblivým prívodom, predlž.	* úrazy spôsobené vplyvom používania poškodeného, nesprávne používaného zariadenia, alebo	2	3	1 1	* odborná spôsobilosť v zmysle ustanovení Vyhlášky MDPaT SR č. 205/2010 o určených technických zariadeniach a určených činnostiach a činnostiach na určených

	šnúrach	jeho privodových šnúr;				technických zariadeniach * zariadenie musí svojim vyhotovením vyhovovať príslušným normám a predpisom * zariadenie používať výlučne v prostredí a spôsobom, pre ktoré bolo zhotovené * preukázateľne oboznámiť používateľov s návodom * poškodené zariadenie nepoužívať a odstaviť alebo odoslať k odbornej oprave * opravovať takéto zariadenia a pohyblivé privody môžu iba odborne spôsobilé osoby * zariadenie sa musí pravidelne odborne prehliadnuť a preskúšať, poruchy sa musia odstraňovať * na zariadení vykonávať pravidelné odborné prehliadky a skúšky * vyhotoviť predlž. šnúry a pohyblivé privody, ako i spôsoby ich používania v zmysle platných predpisov
Elektrické zariadenia mn, nn	nežiaduce účinky elektrického prúdu pri zariadení napájanom SELV, PELV	* úraz elektrickým prúdom s napätím nn pri poškodení zdroja SELV, prípadne pri poruche alebo nesprávnej inštalácii obvodu;	2	3	1 1	* odborná spôsobilosť v zmysle ustanovení Vyhlášky MDPaT SR č. 205/2010 o určených technických zariadeniach a určených činnostiach a činnostiach na UTZ * zdroj malého (tzv. bezpečného) napätia SELV, alebo PELV musí spĺňať požiadavky uvedené v bezpečnostných požiadavkách * zdroj nesmie byť poškodený, musí byť správne nainštalovaný * napájaný elektrický obvod musí spĺňať príslušné požiadavky na spôsob inštalácie, izoláciu a elektrické oddelenie, uplatniť nezámenné zásuvky a pod. * dokladovať bezpečnosť atestmi, odbornou prehliadkou a skúškou
Elektrické zariadenia mn, nn	nežiaduce účinky elektrického prúdu pri obsluhu elektrických inštalácií nn	* úrazy el. prúdom pri obsluhu el. inštalácie v prípade jej poškodenia, tiež úrazy, ktoré môžu vzniknúť pri	2	3	1 1	* odborná spôsobilosť v zmysle ustanovení Vyhlášky MDPaT SR č. 205/2010 o určených technických zariadeniach a určených činnostiach a činnostiach na určených technických zariadeniach

		výmene poistiek nn, žiaroviek, žiarivkových trubíc, halogénových zdrojov svetla a štartérov;				* udržiavať inštalácie v budovách v bezpečnom stave, odstraňovať nedostatky z odborných prehliadok EZ * oboznámiť všetkých zamestnancov so spôsobom bezpečnej obsluhy inštalácie * inštaláciu zhotoviť tak, aby pri obvyklom používaní, obsluhu, nebola nebezpečná ani laickej verejnosti * pravidelne vykonávať odborné prehliadky a skúšky inštalácie, odstraňovať zistené nedostatky * laikov zacvičiť v poskytovaní prvej pomoci pri úraze el. prúdom * zamestnanci v rámci oznamovacej povinnosti upozorňujú vedúcich zamestnancov, prípadne príslušných odborných zodpovedných zamestnancov na zistené nedostatky, tieto neodkladne odstraňovať * preukázateľne oboznamovať zamestnancov so spôsobmi bezpečnej obsluhy el. zariadení
Elektrické zariadenia mn, nn	* nežiaduce účinky elektrického prúdu pri dotyku so živými časťami nn * nežiaduce účinky elektrického prúdu pri dotyku s neživými časťami zariadenia nn * nežiaduce účinky elektrického prúdu pri činnosti na elektromechanickom náradí	* úraz el. prúdom ako následok priameho kontaktu tela postihnutého so živými časťami, ktoré majú pri poruche nebezpečné napätie; * úraz el. prúdom, ktorý vznikol následkom poruchy, kedy sa nebezpečné dotykové napätie prenieslo na vodivé kryty, vodivé nosné časti zariadenia, ktoré sú prístupné dotyku (postihnutý zamestnanec prítomnosť nebezpečného napätia nepredpokladal,	2	3	1 1	* odborná spôsobilosť v zmysle ustanovení Vyhlášky MDPaT SR č. 205/2010 o určených technických zariadeniach a určených činnostiach a činnostiach na určených technických zariadeniach * zabezpečiť technické opatrenia, smerujúce k zabráneniu priameho kontaktu tela postihnutého so živými časťami el. zariadenia, ktoré majú nebezpečné dotykové napätie * zabezpečiť organizačné opatrenia (oboznámenia, školenia a pod.), ktoré majú zabezpečiť potrebný stupeň vedomostí, ktorý má zabezpečiť vhodné a bezpečné správanie zamestnancov v prípadoch, kedy im činnosť na alebo v blízkosti nekrytých živých častí pod napätím umožňujú príslušné bezpečnostné predpisy * vykonávať pravidelné odborné prehliadky a skúšky predmetných

		alebo predpokladať nemohol); * úraz el. prúdom, ktorý vznikol na poškodenom, nesprávne používanom, alebo nesprávne zapojenom el. náradí, alebo jeho prívodovej šnúre; * úrazy pri rozoberaní a opravách náradia a jeho súčastí;				zariadení, odstraňovať zistené poruchy * pre el. zariadenia uplatniť ochranu samočinným odpojením napájania * pre prevažne plastové zariadenia uplatniť ochranu dvojitou izoláciou * ďalšie možné spôsoby ochrany: neuzemneným miestnym prepojením, nevodivým okolím, elektrickým oddelením * overovať účinnosť uvedených ochrán odbornými prehliadkami a skúškami v požadovaných termínoch * samotné elektromechanické náradie musí svojim vyhotovením zodpovedať príslušným platným predpisom * náradie používať v súlade s návodom na obsluhu, nepreťažovať alebo nepoužívať v prostredí, pre ktoré nie je určené * preukázateľne oboznámiť užívateľov s návodom * pravidelne a podľa potreby vykonávať revízie a skúšky náradia * zásahy do vnútra náradia, opravy náradia a šnúr môžu vykonávať iba odborne spôsobilé osoby
Elektrické zariadenia mn, nn	nežiaduce účinky elektrického prúdu pri práci na el. spotrebičoch nn	* úrazy el. prúdom pri montáži a demontáži spotrebičov, pri ich skúšaní a opravách, najmä pri nedodržaní zásad uvedených v platných	2	2	7	* odborná spôsobilosť v zmysle ustanovení Vyhlášky MDPaT SR č. 205/2010 o určených technických zariadeniach a určených činnostiach a činnostiach na určených technických zariadeniach * práce na el. zariadeniach (spotrebičoch) môžu vykonávať výlučne zamestnanci, ktorí majú príslušný stupeň odbornej kvalifikácie všeobecné postupy a opatrenia pri týchto činnostiach (prácach) určujú príslušné platné predpisy * dodržiavať najmä zásady, že predmetné zariadenia sa musia pred montážou a demontážou spoľahlivo odpojiť od zdroja napájania

						* pripevnené spotrebiče a príslušenstvo v prevádzke odborne prehliadnuť a preskúšať v termínoch podľa platných predpisov a poruchy odstrániť * do prevádzky uviesť iba spotrebiče, ktoré vyhovujú požiadavkám príslušných predpisov a boli riadne preskúšané
Elektrické zariadenia mn, nn	nežiaduce účinky elektrického prúdu - všeobecne	* úraz spôsobený účinkom pretekajúceho prúdu telom postihnutého ako následok priameho kontaktu s vodivými časťami zariadenia, ktoré majú voči miestu dotyku odlišný elektrický potenciál, ide o všeobecný prípad pri činnosti na danom zariadení;	2	3	1 1	* odborná spôsobilosť v zmysle ustanovení Vyhlášky MDPaT SR č. 205/2010 o určených technických zariadeniach a určených činnostiach a činnostiach na určených technických zariadeniach * vyhotoviť el. zariadenia v súlade s príslušnými predpismi * vykonávať pravidelné odborné prehliadky a skúšky * vykonať oboznámenia a poučenia v rámci vstupnej inštrukáže a opakovaného školenia * zabezpečiť práce na danom el. zariadení zamestnancami s príslušným stupňom odbornej spôsobilosti * dodržiavať bezpečné vzdialenosti a zásady vybaviť zamestnancov vhodnými OOPP a zabezpečiť ich správne používanie
Atmosf. elektrina (blesk)	elektrický výboj, nepriaznivé priame, nepriame účinky bleskového prúdu	* priamy zásah osoby bleskom, následok je vo veľkej väčšine prípadov smrť postihnutého, výnimočne rozsiahle popáleniny, poškodenia centrálného nervového systému - ďalej len CNS; * následky nepriameho zásahu bleskom, tzv. vedľajším iskrovým výbojom - vznikajú	1	4	1 2	* poučiť osoby, ako sa majú chovať v prípade búrky v prázdnom, rovinatom, zalesnenom, alebo zastavanom teréne * odstrániť všetky kovové predmety, nečnieť nad úroveň terénu, neukrývať sa pod stromy, nestáť v blízkosti zvodov bleskozvodovej sústavy, alebo veľkých kovov * odstrániť všetky kovové predmety, nečnieť nad úroveň terénu, neukrývať sa pod stromy, nestáť v blízkosti zvodov bleskozvodovej sústavy, alebo veľkých kovových telies * u objektov, ktoré sú opatrené bleskozvodom počas búrky

		popáleniny, možné sú poškodenia CNS rôznych stupňov, ochrnutie; * následky indukcie, osoba stála v blízkosti zvodu, ktorým pretekal bleskový prúd a tento sa na telo naindukoval; * možné účinky prepäťových vln, ktoré sa na vedenia elektrickej inštalácie pri blízkom priamom zásahu bleskom naindukovali - prevažuje celkový šok, možné je bezvedomie, poškodenia mozgu a ochrnutie; * následky úrazu el. prúdom, ktorý vznikol v dôsledku indukovanej, alebo postupujúcej prepäťovej vlny na zariadení; * následky postupujúcich a indukovaných prepätí vo vedeniach a na kovových predmetoch - možné prejavy ako úrazy el. prúdom, napr. pri dotyku s neživými časťami zariadení pri poruche;				nestať priamo za oknami, v blízkosti zvodov a potrubí, v blízkosti veľkých kovových predmetov - zábradlia a nádrže * bleskozvodové zariadenie má byť pravidelne odborne prehliadnuté a nedostatky odstraňované * prihliadnuť k tomu, aby súčasne s bleskozvodovou sústavou bolo vykonané jej pripojenie * zabezpečiť systém prepäťovej ochrany vo vnútri objektu (Tento, ak je správne navrhnutý a zhotovený, chráni citlivé elektronické zariadenia, ale aj prítomné osoby pred nepriaznivými účinkami možných prepätí. Účinkami postupujúcich prepäťových vln na hlavnú ochrannú prípojnicu v objekte, v dolnej i hornej časti na zvislé predmety, potrubia, výfuky z plynových odvetrávacích trubiek. Ako súčasť komplexnej ochrany objektu sa má uplatniť systém prepäťových ochrán, ktorý zabráni zničujúcim účinkom nadmerných napätí na zariadeniach kotolní a ako súčasť zariadenia boli následne inštalované vhodné prepäťové ochrany na vnútornej elektroinštalácii.)
Statická elektrina	nepriaznivé účinky statickej elektriny	* účinky statickej elektriny, kontakt osoby s nabitými časťami; * priame ohrozenie nie je väčšinou významné a podstatné, nahromadené	1	1	1	* ochranné opatrenia spočívajú predovšetkým v znížení alebo odvádzaní vzniknutých elektrických nábojov, hlavne: * zníženie elektrizovateľnosti použitých látok, * zvýšenie relatívnej vlhkosti vzduchu, * použitie neutralizátorov, * uzemnenie všetkých vodivých

		elektrostatické náboje však vytvárajú potencionálne nebezpečie iniciácie výbušných koncentrácií alebo zapálenie pár horľavých kvapalín, plynov alebo horľavých prachov; * pri výboji elektrostatického náboja môže dôjsť k mimovoľným svalovým reakciám, šoku, pocitom úzkosti a následkom toho k chybnnej manipulácii, k nečakanej reakcii, ku zakopnutiu, k pádu a pod.; * elektrické náboje vzniknuté fyzikálnochemickými procesmi na elektrizovateľných látkach napr. trením, odvaľovaním, mechanickým oddeľovaním, prúdením, vysypávaním, dopravou, zmenou skupenstva, chemickými procesmi alebo náboje prevzaté elektrostatickou indukciou náboja získané priamym stykom s iným nabitým telesom; * nahromadené elektrostatické náboje vytvárajú potencionálne nebezpečie iniciácie výbušných koncentrácií alebo			predmetov, na ktorých sa môžu nahromadiť elektrostatické náboje, * elektrostatický zvod podláh, * spojenie osoby s uzemneným vodičom alebo pomocou vodivej obuvi a podlahy, * používať oblečenie, výstroj (dosky, sedadlá, nádoby, obaly) z obmedzene elektrizovateľných materiálov, (nenosiť prádlo a odevy zo syntetických materiálov)
--	--	---	--	--	--

		zapálenie pár horľavých kvapalín, plynov alebo horľavých prachov, elektrické náboje vzniknuté fyzikálno chemickými procesmi na elektrizovateľných látkach, napr.: trením, odvaľovaním, mechanickým oddeľovaním, prúdením, vysypávaním, dopravou, zmenou skupenstva, chemickými procesmi alebo náboje prevzaté elektrostatickou indukciou, náboje získané priamym stykom s iným nabitým telesom;				
--	--	---	--	--	--	--

Posúdenie rizík – Psychická záťaž

Zdroj	Nebezpečenstvo	Ohrozenie	P	D	R	Bezpečnostné opatrenia
Stres všeobecne	nedostatočná podpora zamestnancov pri práci	* slabá podpora zamestnancov zo strany nadriadených a kolegov; * žiadna spätná väzba pre zamestnancov (či už pozitívna alebo negatívna) týkajúca sa ich práce; * nedostatok uznania a nedocenenie zamestnancov, ktorí si spoľahlivo plnia zverené pracovné úlohy; * nedostatočné zaškolenie zamestnancov na vykonávanú prácu, výkon práce bez dostatočného odborného dohľadu; * obavy a neistota v dôsledku slabej podpory a informovania zamestnancov pri plánovaní organizačných zmien, alebo ak je budúcnosť podniku nejasná;	2	1	2	uskutočňovať zaškolenie nových zamestnancov na ich prácu (do školiaceho procesu zapojiť starších a skúsenejších kolegov, ktorí budú odovzdávať informácie mladším a budú dozerať na výkon ich práce)
						v prípade zásadných organizačných, alebo iných zmien u zamestnávateľa: - zamestnancov a ich zástupcov otvorene a jasne informovať o plánovaných zmenách (ako napr. o prepúšťaní), a to pred i počas zmien, ako aj po nich - vytvoriť pre zamestnancov príležitosť na diskusiu o zmenách a dať im možnosť vyjadriť sa k nim - poskytnúť prepusteným zamestnancom osobitné školenia a odborné poradenstvo o ich ďalšom kariérom vývoji
						pravidelne poskytovať spätnú väzbu, t.j. pripomienkovať a vyjadrovať sa k odvedenej práci (obzvlášť pri náročnejších pracovných úlohách)
						zamestnancom poskytovať všetku potrebnú podporu pre výkon ich práce (pracovné pokyny, konzultácie, materiálne vybavenie a pod.)
						všimáť si pracovné výkony zamestnancov a oceňovať ich, ak svoju prácu odvádzajú dobre a spoľahlivo, alebo podávajú výsledky nad očakávanie zamestnávateľa
Stres všeobecne	nepriaznivé pracovné prostredie	* nedostatočná spolupráca medzi jednotlivými skupinami zamestnancov (organizačnými zložkami); * nevyriešené	2	2	7	v snahe predísť útokom na zamestnancov zo strany verejnosti: - pracoviská zaradiť tak, aby boli zamestnanci chránení pred násilím (napr. špeciálne zábrany, monitorovací systém, prítomnosť

		sporné otázky a problémy medzi zamestnancami a zamestnávateľom; * nezhody a veľká konkurencia medzi zamestnancami; * šikanovanie a sexuálne obťažovanie na pracovisku (nežiaduce dotyky, nevhodné poznámky a návrhy, sexuálne vydieranie); * agresívne správanie zákazníkov (slovné urážky, vyhrážky, fyzické útoky);				príslušníka SBS) - vyhýbať sa práce osamote - vyškoliť zamestnancov ako sa majú zachovať, ak budú konfrontovaní s agresivitou a násilím (rozpoznať násilie, informovať o ňom, privolať pomoc a pod.) - vyvinúť a zaviesť opatrenia na riešenie konfliktov na pracovisku
						zabezpečiť ochranu zraniteľných zamestnancov (ako napr. mladých a nových kolegov) tak, že každému bude pridelený skúsenejší kolega ako poradca a dohliadajúca osoba
						zabezpečiť dostatočnú komunikáciu a koordináciu prác medzi jednotlivými pracovnými skupinami, pravidelne organizovať spoločné podujatia na zlepšenie pracovných vzťahov a spolupráce medzi zamestnancami (teambuilding akcie a pod.)
						pravidelne zvolávať schôdze a rokovať o pracovných problémoch zamestnancov, pomáhať zamestnancom pri hľadaní príčin problémov a príslušných riešení
						zaistiť vhodnú štruktúru (vekú, osobnostnú a pod.) pracovných skupín alebo tímov, propagovať kultúru vzájomného rešpektu
						poskytnúť školenia na riešenie medziludských konfliktov, osobitne dbať na dostatočné odborné vyškolenie vedúcich pracovníkov s cieľom spoľahlivo riadiť personál
Stres všeobecne	nevhodná organizácia práce	* nedostatok vplyvu na metódy, ktorými si zamestnanci plnia svoje pracovné úlohy; * nemožnosť plánovať si svoju prácu, samostatne rozhodovať a preberať zodpovednosť; *	2	2	7	radiť sa so zamestnancami a ich zástupcami o organizácii práce, jej obsahu a množstve na zamestnancov delegovať zodpovednosť a riešenie problémov na základe dôvery v ich zručnosti a schopnosti nepoverovať zamestnancov veľkým množstvom drobných úloh naraz, jasne im stanoviť priority jednotlivých zverených pracovných úloh v predstihu plánovať rozvrh

		* neskoré pripravovanie rozvrhu pracovných zmien; * nedostatočná možnosť prispôbiť si pracovný čas tak, aby sa dal zosúladiť s rodinným životom a osobnými potrebami zamestnanca;				pracovných zmien a informovať o ňom zamestnancov podľa možnosti zaviesť pružnú pracovnú dobu a opatrenia na zosúladenie pracovného a rodinného života
Stres všeobecne	nevyhovujúce pracovné podmienky	* práca pod neustálym tlakom (rýchle pracovné tempo, krátke dodacie lehoty a pod.) a vysoké pracovné vyťaženie; * častá práca nadčas; * nejasné definovanie pracovných úloh; * spoločenská izolácia pri výkone práce; * monotónna pracovná činnosť;	3	2	10	vykonať vhodné opatrenia na zníženie nadmerného pracovného zaťaženia zamestnancov, napr.: - zabezpečiť rovnováhu medzi schopnosťami zamestnancov a pracovnými požiadavkami tak, aby neboli nadmerne, ale ani podpriemerne vyťažení - sledovať pracovné penzum a systematicky kontrolovať, ako zamestnanci fyzicky, resp. psychicky čelia vysokému pracovnému zaťaženiu - štruktúrovať prevádzkové procesy tak, aby sa v najväčšej možnej miere predišlo nárazovým a problémovým situáciám - systematicky školiť a podporovať zamestnancov, aby dokázali plniť zverené úlohy udržiavať nízku úroveň nadčasov a dohodnúť spôsob čerpania náhradného voľna po období vysokého pracovného zaťaženia zabezpečiť dostatok zdrojov pre plynulý chod prevádzky a výkonu pracovných činností (v bežnom režime a taktiež aj v mimoriadnych situáciách - nárazová práca) jasne a zreteľne zadefinovať zverené pracovné úlohy, zodpovednosti a právomoci zamestnancov zjednodušiť sociálne začlenenie zamestnancov v práci a aj mimo práce, napr. poskytnutím priestorov na neformálne stretnutia, organizovaním

						spoločenských podujatí a pod.
						podnecovať zamestnancov, aby si neustále rozvíjali svoje schopnosti
						rozšíriť rozsah pracovných úloh a prispieť tak k väčšej rôznorodosti práce
Stres všeobecne	syndróm vyhorenia	* emočné vyčerpanie (pocity bezmocnosti, depresie, hnevu či nepriateľstva); * výskyt fyzických symptómov (chronická únava, slabosť, malátnosť, svalové napätie, nespavosť, zažívacie problémy a znížená imunita proti chorobám a pod.);	2	2	7	predchádzať nadmernému pracovnému zaťaženiu a v najvyššej možnej miere obmedzovať vznik stresu, napr.: - podnecovať u zamestnancov pocit stotožnenia sa s dôležitosťou ich vykonávanej práce (napr. zdôraznením širšieho zmyslu ich práce, zviditeľnením ich vplyvu a podielu na konečnom výrobku alebo službe) - do sociálneho a vzdelávacieho programu zamestnancov zakomponovať školenia o time manažmente a zvládaní stresu - zamestnancov poverovať len takými úlohami, ktoré sú schopní zvládnuť a majú pre ne osobnostné predpoklady - nevykonávať príliš veľa náročných úloh, ktoré je možné delegovať na podriadených zamestnancov - po dlhšom psychicky náročnejšom období si dopriať dostatočný oddych, riadne čerpať dovolenku a náhradné voľno - vo voľnom čase sa venovať športovým a iným fyzickým aktivitám - pri zhoršení psychického stavu, alebo pri výskyte viacerých symptómov syndrómu vyhorenia vyhľadať odbornú psychologickú pomoc