Załącznik nr 3  
do Regulaminu pracy  
Zespołu Przedszkolnego  
w Tomaszowie Mazowieckim

**Wykaz prac szczególnie uciążliwych lub szkodliwych dla zdrowia kobiet**

1. **Prace związane z wysiłkiem fizycznym i transportem ciężarów oraz wymuszoną pozycją ciała**
2. Wszystkie prace, przy których najwyższe wartości obciążenia pracą fizyczną, mierzone wydatkiem energetycznym netto na wykonanie pracy, przekraczają 5.000 kJ na zmianę roboczą, a przy pracy dorywczej – 20 kJ/min.   
   Uwaga: 1 kJ = 0,24 kcal
3. Ręczne podnoszenie i przenoszenie ciężarów o masie przekraczającej:
4. 12 kg – przy pracy stałej
5. 20 kg – przy pracy dorywczej (do 4 razy na godzinę w czasie zmiany roboczej).
6. Ręczna obsługa elementów urządzeń (dźwigni, korb, kół sterowniczych itp.), przy której wymagane jest użycie siły przekraczającej:
7. 50 N – przy pracy stałej,
8. 100 N – przy pracy dorywczej (do 4 razy na godzinę w czasie zmiany roboczej)
9. Nożna obsługa elementów urządzeń (pedałów, przycisków itp.), przy której wymagane jest użycie siły przekraczającej:
10. 120 N – przy pracy stałej,
11. 200 N – przy pracy dorywczej (do 4 razy na godzinę w czasie zmiany roboczej),
12. Ręczne przenoszenie pod górę - po pochylniach, schodach itp., których maksymalny kąt nachylenia przekracza 300, a wysokość 5 m - ciężarów o masie przekraczającej:
13. 8 kg – przy pracy stałej,
14. 15 kg – przy pracy dorywczej (do 4 razy na godzinę w czasie zmiany roboczej).
15. Przewożenie ciężarów o masie przekraczającej:
16. 50 kg – przy przewożeniu na taczkach jednokołowych,
17. 80 kg – przy przewożeniu na wózkach 2, 3 i 4-kołowych,
18. 300 kg – przy przewożeniu na wózkach po szynach.

Wyżej podane dopuszczalne masy ciężarów obejmują również masę urządzenia transportowego i dotyczą przewożenia ciężarów po powierzchni równej, twardej i gładkiej o pochyleniu nie przekraczającym:  
2% - przy pracach wymienionych w pkt 1 i 2,  
1% - przy pracach wymienionych w pkt 3.  
W przypadku przewożenia ciężarów po powierzchni nierównej w sposób określony w pkt 1 i 2, masa ciężarów nie może przekraczać 60% wielkości podanych w tych punktach.

1. Dla kobiet w ciąży lub karmiących piersią:
2. wszystkie prace, przy których najwyższe wartości obciążenia pracą fizyczną, mierzone wydatkiem energetycznym netto na wykonanie pracy, przekraczają 2.900 kJ na zmianę roboczą,
3. prace wymienione w ust. 2 – 6, jeżeli występuje przekroczenie 1/4 określonych w nich wartości,
4. prace w pozycji wymuszonej,
5. prace w pozycji stojącej łącznie ponad 3 godziny w czasie zmiany roboczej.
6. **Prace w mikroklimacie zimnym, gorącym i zmiennym**Dla kobiet w ciąży lub karmiących piersią:
7. Prace w warunkach, w których wskaźnik PMV (przewidywana ocena średnia), określany zgodnie z Polską Normą, jest większy od 1,5,
8. prace w warunkach, których wskaźnik PMV (przewidywana ocena średnia), określany zgodnie z Polską Normą, jest mniejszy od – 1,5,
9. prace w środowisku, w którym występują nagłe zmiany temperatury powietrza w zakresie przekraczającym 15oC.
10. **Prace w hałasie i drganiach**
11. Prace w środowisku, w którym wartości ważone przyspieszenia drgań oddziaływających na organizm człowieka przez kończyny górne, mierzone zgodnie z Polskimi Normami, dla drgań o różnej wartości współczynnika szczytu k, przy ciągłym 8 – godzinnym oddziaływaniu na organizm, przekraczają wartości podane w tabeli:

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| Składowe drgań | Wartości ważone przyśpieszenia drgań (m/s2) | | |
|  | K Ł 2 | 2 < k Ł 3 | k > 3 |
| X, Y, Z (x, y, z) | 0,26 | 0,6 | 0,93 |

1. Prace w środowisku, w którym wartości ważone przyspieszenia drgań o ogólnym oddziaływaniu na organizm człowieka, mierzone zgodnie z Polskimi Normami, dla drgań o różnej wartości współczynnika szczytu k, przy ciągłym 8 – godzinnym oddziaływaniu na organizm, przekraczają wartości podane w tabeli:

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| Składowe drgań | Wartości ważone przyśpieszenia drgań (m/s2) | | |
|  | K Ł 2 | 2 < k Ł 3 | 3 < k Ł 6 |
| Poziome X, Y (x, y) Pionowe Z (z) | 0,1  0,13 | 0,15  0,2 | 0,3  0,4 |

1. Dla kobiet w ciąży:
2. prace w warunkach narażenia na hałas, którego:
3. poziom ekspozycji odniesiony do 8 – godzinnego dobowego lub do przeciętnego tygodniowego, określonego w Kodeksie pracy, wymiaru czasu pracy przekracza wartość 65 dB,
4. szczytowy poziom dźwięku C przekracza wartość 130 dB,
5. maksymalny poziom dźwięku A przekracza wartość 110 dB
6. prace w warunkach narażenia na hałas infradźwiękowy, którego:
7. równoważny poziom ciśnienia akustycznego skorygowany charakterystyką częstotliwościową G, odniesiony do 8 – godzinnego dobowego lub przeciętnego tygodniowego, określonego w Kodeksie pracy, wymiaru czasu pracy przekracza wartość 86 dB,
8. szczytowy nieskorygowany poziom ciśnienia akustycznego przekracza wartość 135 dB,
9. prace w warunkach narażenia na hałas ultradźwiękowy, którego:
10. równoważne poziomy ciśnienia akustycznego w pasmach tercjowych o częstotliwościach środkowych od 10 kHz do 40 kHz, odniesione do 8 – godzinnego dobowego lub do przeciętnego tygodniowego, określonego w Kodeksie pracy, wymiaru czasu pracy,
11. maksymalne poziomy ciśnienia akustycznego w pasmach tercjowych o częstotliwościowych środkowych od 10 kHz do 40 kHz – przekraczają wartości podane w tabeli:

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| Częstotliwość środkowa pasm tercjowych (kHz | Równoważny poziom ciśnienia akustycznego odniesiony do 8 – godzinnego dobowego lub do przeciętnego tygodniowego, określonego w Kodeksie pracy, wymiaru czasu pracy (dB) | Maksymalny poziom ciśnienia akustycznego (dB) |
| 10; 12,5; 16 | 77 | 100 |
| 20 | 87 | 110 |
| 25 | 102 | 125 |
| 31,5;40 | 107 | 130 |

1. prace w warunkach narażenia na drgania działające na organizm przez kończyny górne, których:
2. wartość sumy wektorowej skutecznych, ważonych częstotliwościowo przyśpieszeń drgań wyznaczonych dla trzech składowych kierunkowych X, Y, Z, przy 8 – godzinnym działaniu drgań na organizm, przekracza 1 m/s2,
3. maksymalna wartość sumy wektorowej skutecznych, ważonych częstotliwościowo przyśpieszeń drgań wyznaczonych dla trzech składowych kierunkowych X, Y, Z, dla ekspozycji trwających 30 minut i krótszych, przekracza 4 m/s2,
4. wszystkie prace w warunkach narażenia na drgania o ogólnym oddziaływaniu na organizm człowieka.
5. **Prace narażające na działanie pól elektromagnetycznych, promieniowania jonizującego i nadfioletowego oraz prace przy monitorach ekranowych**
6. Dla kobiet w ciąży:
7. prace w zasięgu pól elektromagnetycznych o natężeniach przekraczających wartości dla sfery bezpiecznej,
8. prace w środowisku, w którym występuje przekroczenie 1/4 wartości najwyższych dopuszczalnych natężeń promieniowania nadfioletowego, określonych w przepisach w sprawie najwyższych dopuszczalnych stężeń i natężeń czynników szkodliwych dla zdrowia w środowisku pracy,
9. prace w warunkach narażenia na promieniowanie jonizujące określonych w przepisach prawa atomowego,
10. prace przy obsłudze monitorów ekranowych - powyżej 4 godzin na dobę.
11. Dla kobiet karmiących piersią – prace w warunkach narażenia na promieniowanie jonizujące określonych w przepisach prawa atomowego.
12. **Prace pod ziemią, poniżej poziomu gruntu i na wysokości**
13. Prace pod ziemią we wszystkich kopalniach, z wyjątkiem pracy:
14. na stanowiskach kierowniczych, nie wymagającej stałego przebywania pod ziemią i wykonywania pracy fizycznej,
15. w służbie zdrowia,
16. w okresie studiów, w ramach szkolenia zawodowego,
17. wykonywanej dorywczo i nie wymagającej pracy fizycznej
18. Dla kobiet w ciąży:
19. praca na wysokości – poza stałymi galeriami, pomostami, podestami i innymi stałymi podwyższeniami, posiadającymi pełne zabezpieczenie przed upadkiem (bez potrzeby stosowania środków ochrony indywidualnej przed upadkiem), oraz wchodzenie i schodzenie po drabinach i klamrach,
20. prace w wykopach oraz w zbiornikach otwartych.
21. **Prace w podwyższonym lub obniżonym ciśnieniu**Dla kobiet w ciąży lub karmiących piersią – prace nurków oraz wszystkie prace w warunkach podwyższonego lub obniżonego ciśnienia
22. **Prace w kontakcie ze szkodliwymi czynnikami biologicznymi**
23. Dla kobiet w ciąży lub karmiących piersią:
24. prace stwarzające ryzyko zakażenia: wirusem zapalenia wątroby typu B, wirusem ospy wietrznej i półpaśca, wirusem różyczki, wirusem HIV, wirusem cytomegalii, pałeczką listeriozy, toksoplazmozą,
25. prace przy obsłudze zwierząt dotkniętych chorobami zakaźnymi i inwazyjnymi.
26. Dla kobiet w ciąży – prace w narażeniu na inne czynniki biologiczne zakwalifikowane do grupy 2 – 4 zagrożenia, zgodnie z przepisami wydanymi na podstawie art. 2221 § 3 Kodeksu pracy – jeżeli wyniki oceny ryzyka zawodowego, z uwzględnieniem działań terapeutycznych wymuszonych określonymi czynnikami biologicznymi, wskażą na zagrożenie zdrowia kobiety w ciąży lub niekorzystny wpływ na przebieg ciąży.
27. **Prace w narażeniu na działanie szkodliwych substancji chemicznych**

Dla kobiet w ciąży lub karmiących piersią:

1. prace w narażeniu na działanie substancji i mieszanin spełniających kryteria klasyfikacji zgodnie z rozporządzeniem Parlamentu Europejskiego i Rady (WE) nr 1272/2008 z dnia 16 grudnia 2008 r. w sprawie klasyfikacji, oznakowania i pakowania substancji i mieszanin, zmieniającym i uchylającym dyrektywy 67/548/EWG i 1999/45/WE oraz zmieniającym rozporządzenie (WE) nr 1907/2006 (Dz. Urz. UE L 353 z 31.12.2008, str. 1) w jednej lub kilku z następujących klas lub kategorii zagrożenia wraz z jednym lub kilkoma następującymi zwrotami wskazującymi rodzaj zagrożenia:
2. działanie mutagenne na komórki rozrodcze, kategoria 1A, 1B lub 2 (H340, H341, H341),
3. rakotwórczość, kategoria 1A, 1B lub 2 (H350, H350i, H351),
4. działanie szkodliwe na rozrodczość, kategoria 1A, 1B lub 2 albo dodatkowa kategoria szkodliwego wpływu na laktację lub szkodliwego oddziaływania na dzieci karmione piersią (H360, H360D, H360FD, H360Fd, H360Df, H361, H361d, H361fd, H362),
5. działanie toksyczne na narządy docelowe – narażenie jednorazowe, kategoria 1 lub 2 (H370, H371),
6. prace w narażeniu na niżej wymienione substancje chemiczne niezależnie od ich stężenia w środowisku pracy:
7. czynniki chemiczne o znanym i niebezpiecznym wchłanianiu przez skórę,
8. leki cytostatyczne,
9. mangan,
10. styren,
11. syntetyczne estrogeny i progesterony,
12. tlenek węgla,
13. ołów i jego związki organiczne i nieorganiczne,
14. rtęć i jej związki organiczne i nieorganiczne,
15. prace w narażeniu na działanie rozpuszczalników organicznych, jeżeli ich stężenia w środowisku pracy przekraczają wartości 1/3 najwyższych dopuszczalnych stężeń,
16. prace lub procesy technologiczne, w których dochodzi do uwalniania substancji chemicznych, ich mieszanin lub czynników o działaniu rakotwórczym lub mutagennym, wymienione w ust. 2 załącznika nr 1 do rozporządzenia Ministra Zdrowia z dnia 24 lipca 2012 r. w sprawie substancji chemicznych, ich mieszanin, czynników lub procesów technologicznych o działaniu rakotwórczym lub mutagennym w środowisku pracy (Dz. U. poz. 890 oraz z 2015 r. poz. 1090).
17. **Prace grożące ciężkimi urazami fizycznymi i psychicznymi**Dla kobiet w ciąży lub karmiących piersią:
18. prace w wymuszonym rytmie pracy (na przykład na taśmie),
19. prace wewnątrz zbiorników i kanałów,
20. prace stwarzające ryzyko ciężkiego urazu fizycznego lub psychicznego, np. gaszenie pożarów, udział w akcjach ratownictwa chemicznego, usuwanie skutków awarii, prace z materiałami wybuchowymi, prace przy uboju zwierząt hodowlanych oraz obsłudze rozpłodników.

*Podstawa prawna:  
Rozporządzenie Rady Ministrów z dnia 10 września 1996 r. w sprawie wykazu prac wzbronionych kobietom (Dz. U. Nr 114, poz. 545 z późn. zm.)*