

## NAČIN PROVEDBE OBVEZA KOJE PROIZLAZE IZ PROPISA PRI RADU S RAČUNALOM

### UVOD

Stupanjem na snagu (14. lipnja 2005. g.) Pravilnika o sigurnosti i zaštiti zdravlja radnika pri

radu s računalom (N.N., br. 69/05.), poslodavci bi trebali uskladiti svoje poslovanje s navedenim Pravilnikom u propisanim rokovima za određene obveze kako slijedi:

PRAVILNIK O SIGURNOSTI I ZAŠTITI ZDRAVLJA RADNIKA PRI RADU S RAČUNALOM	
Obveze za poslodavca	Rok od dana stupanja na snagu Pravilnika
<ul style="list-style-type: none"> <li>izraditi procjenu opasnosti za radna mjesta s računalom</li> </ul>	<i>dvije godine</i>
<ul style="list-style-type: none"> <li>osposobiti radnike* u svrhu upoznavanja sa svim okolnostima i zahtjevima glede sigurnosti i zaštite zdravlja pri radu s računalom, posebice s mjerama koje su poduzete, i to:               <ul style="list-style-type: none"> <li>– prilikom prvog raspoređivanja na radno mjesto i</li> <li>– prije provedbe svake promjene koja bi mogla utjecati na sigurnost i zdravlje na tom radnom mjestu</li> </ul> </li> </ul>	<i>četiri godine</i>
<ul style="list-style-type: none"> <li>osigurati preventivne preglede vida radnika kod specijaliste medicine rada, i to:               <ul style="list-style-type: none"> <li>– prije početka zapošljavanja na radnom mjestu s računalom,</li> <li>– najmanje svake dvije godine za radnike koji nose korekcijska pomagala,</li> <li>– na zahtjev radnika zbog tegoba koje bi mogle biti posljedica rada sa zaslonom</li> </ul> </li> </ul>	<i>dvije godine</i>
<ul style="list-style-type: none"> <li>planirati aktivnosti radnika na takav način da se rad sa zaslonom tijekom rada periodički izmjenjuje s drugim aktivnostima, a ako ne postoji mogućnost promjene aktivnosti moraju mu se osigurati, ovisno o težini radnih zadataka i posljedičnog vidnog i statodinamičkog napora, odmori tijekom svakog sata u trajanju od 5 minuta i organizirati vježbe rasterećenja</li> </ul>	<b>Rok nije naveden vjerojatno po izrađenoj procjeni/navedenim mjerama</b>
<ul style="list-style-type: none"> <li>prilagoditi zahtjevima ovog Pravilnika (zahtjevi se odnose na opremu, radni okoliš i programsku opremu) za:               <ul style="list-style-type: none"> <li>– novo radno mjesto ili ono koje se oprema računalom,</li> <li>– postojeće radno mjesto</li> </ul> </li> </ul>	<i>dvije godine četiri godine</i>

\* Pod pojmom „radnik“ podrazumijeva se osoba koja pri obavljanju poslova koristi računalo sa zaslonom ukupno 4 ili više sati tijekom radnog dana.

## NAČIN PRISTUPA PRI PROVEDBI PROPISANIH OBVEZA

### Stručnjak/služba za zaštitu na radu

S obzirom da je jedan od najvažnijih poslova stručnjaka/službe za zaštitu na radu pružanje stručne pomoći poslodavcu, njegovim ovlaštenicima, povjerenicima radnika za zaštitu na radu i radnicima, njihova obveza je upoznavanje poslodavca, ovlaštenika i povjerenika s obvezama koje proizlaze iz novih propisa. To bi se sukladno odnosilo i na poslodavca koji zapošljava do 50 radnika koji sam provodi zaštitu na radu ili putem svojeg ovlaštenika iz članka 19. Zakona o zaštiti na radu (dalje u tekstu: ZZNR). Sukladno tome stručnjak/služba za zaštitu na radu treba biti pokretač svih aktivnosti vezano za obveze koje proizlaze iz novog propisa, te treba izraditi/prirediti svu potrebnu dokumentaciju za upoznavanje i provedbu.

### Odbor za zaštitu na radu

Kod poslodavaca koji imaju formiran odbor za zaštitu na radu sukladno odredbama ZZNR stručnjak/služba za zaštitu na radu trebala bi staviti na dnevni red odbora kao savjetodavnog tijela poslodavca sljedeće:

- upoznavanje odbora s obvezama koje proizlaze iz Pravilnika o sigurnosti i zaštiti zdravlja radnika pri radu s računalom,
- prijedlog načina za izvršenje pojedine obveze (npr. izrada programa osposobljavanja s predviđenim temama, način edukacije radnika i dr.),
- prijedlog plana aktivnosti i dinamike za izvršenje tih obveza (osobe/organizacijske jedinice zadužene za organizaciju pojedine obveze, rokove u kojem treba izvršiti pojedinu obvezu).

Odbor donosi zaključak o prihvaćanju usuglašenog programa, plana aktivnosti te predlaže poslodavcu da prihvati navedeni zaključak odbora. Bilo bi dobro i sukladno dobrim poslovnim običajima da se poslodavac koji je obaviješten o zaključku odbora o tome i očituje. Međutim, ako se ne očituje, moglo bi se smatrati da je on takav zaključak prihvatio.

Planiranje aktivnosti vezanih za provedbu obveza iz navedenog programa je nužno, naročito kod poslodavaca koji zapošljavaju velik broj radnika s obzirom da se sve aktivnosti ne mogu obavljati odjednom, odnosno ne mogu se izvršiti odjednom propisane obveze za sve radnike.

### Planiranje novčanih sredstava

Po zaključku odbora za zaštitu na radu, odnosno očitovanju poslodavca na zaključak odbora treba provesti ove aktivnosti: u postupku planiranja poslovanja u pisanom obliku obavijestiti nadležne osobe (rukovoditelji/ovlaštenici) da je potrebno u idućoj godini planirati određena sredstva za provedbu obveza prema navedenom Pravilniku (ispitivanje radnog okoliša na mjestima rada radnika s računalom, izrada procjene opasnosti za mjesta rada radnika, zdravstveni pregledi vida radnika, osposobljavanje radnika). U dopisu treba navesti i približan trošak vezano za pojedinu provedbu (npr. po jednom radniku/mjestu rada radnika). Dakle, da bismo utvrdili približan trošak, bitna je konzultacija s ovlaštenim društvima za zaštitu na radu.

### Prikupljanje potrebnih podataka

Prije nego se pristupi izvršenju određenih obveza prema Pravilniku, potrebno je prikupiti određene podatke. Dakle, također u pisanom obliku treba uputiti rukovoditeljima organizacijskih jedinica da dostave potrebne podatke kao u priloženoj tablici (Prilog 1):

- podaci o radnicima koji rade na računalu više od 4 sata (ime i prezime, objekt, naziv prostorije),
- podaci o radnicima koji rade na računalu više od 4 sata, a nose korekcijska pomagala za oči (ime i prezime),
- podaci o radnicima (ime i prezime) koji ne nose korekcijska pomagala za oči, ali zahtijevaju zdravstveni pregled, jer imaju određenih problema s vidom za koje smatraju da bi mogli biti posljedica rada s računalom.



- obveze poslodavca
- zahtjevi koje mora ispunjavati oprema/radno mjesto radnika
- zahtjevi koje mora ispunjavati radni okoliš
- zahtjevi koje mora ispunjavati programska oprema.

2. Znanja vezano za neionizirajuća zračenja pri radu s računalom (mogući štetni utjecaj na radnika).

3. Štetni utjecaj na radnika, s medicinskog aspekta, ako nisu ispunjeni zahtjevi za radno mjesto, okoliš, opremu i ako radnik ima nefiziološki položaj tijela (dijelova tijela) pri radu s računalom (bolesti u svezi s radom). Ovu temu prezentirao bi specijalist medicine rada s kojim poslodavac ima ugovor o pružanju usluga medicine rada.

4. Vježbe rasterećenja (konkretne vježbe prezentirane od fizioterapeuta) te podjela pisanog oblika tih vježbi u obliku promotivnog materijala, kojeg bi radnici prakticirali na mjestu rada s računalom sukladno posebnoj uputi poslodavca.

Provjera znanja obavljala bi se putem posebnog testa. Na temelju provjere znanja sastavlja se zapisnik s podacima o radniku, broju ostvarenih bodova, osobi koja je obavila osposobljavanje te datumom osposobljavanja. Navedena dokumentacija treba se čuvati/arhivirati kod poslodavca kao dokaz da je osposobljavanje radnika za rad s računalom i provedeno.

U programu, također, treba predvidjeti i potrebno vrijeme osposobljavanja za pojedinu temu/predavanje.

U svrhu osposobljavanja treba se izraditi i obrazovni materijal sukladno utvrđenom programu ili primjenjivati dostupnu literaturu (npr. „Računalo i zdravlje“, ZIRS).

### **Vježbe rasterećenja**

S aktivnostima/vježbama rasterećenja pri radu s računalom radnik će se upoznati prilikom osposobljavanja, što znači da mu te vježbe trebaju

biti izrađene u pisanom obliku te slikovno predočene. One mogu biti izrađene u obliku slikovne brošure koja će se nalaziti na mjestu rada radnika (može biti istaknuta kao stalak na stolu, kao pojedinačne slike na zidu i sl.) te ga na taj način podsjetiti da se povremeno treba razgibati na pravilan način. Dinamika posla mora biti takva da se razmjenjuje rad sa zaslonom s drugim aktivnostima, a ako to nije moguće (rad na proizvodnim linijama i sl.), poslodavac bi trebao osigurati odmore za rasterećenje radnika svaki sat u trajanju od 5 minuta. Poslodavac može organizirati vježbe rasterećenja radnika, a ako mu to priroda i proces rada dopušta, može organizirati i kolektivne vježbe.

## **ZAKLJUČAK**

Zasigurno će provedba obveza prema Pravilniku o sigurnosti i zaštiti zdravlja radnika pri radu s računalom za poslodavca predstavljati dosta veliki trošak, pa je zato bitno planiranje troškova te kontinuirana provedba u propisanim rokovima. Međutim, dugoročno gledajući moglo bi se govoriti i o određenim uštedama poslodavca kad osigura potrebne mjere zaštite, i to: smanjenje bolesti u svezi s radom s računalom (koje za sada nisu nigdje evidentirane) te s tim u vezi smanjenje odsutnosti s mjesta rada, troškove za oštećenje zdravlja radnika (ako radnik tuži poslodavca), zadovoljstvo radnika što bi trebalo rezultirati i povećanjem učinkovitosti poslovanja.

S druge strane, za radnika će biti korisno da se upozna s mjerama zaštite koje trebaju biti primijenjene na mjestu rada s računalom kako bi i sam mogao zahtijevati od poslodavca da mu osigura propisane uvjete za rad. Također će biti važna i znanja koja će usvojiti vezano za: opasnosti za zdravlje, pravilan način sjedenja, potrebne udaljenosti dijelova tijela kad radi s računalom, ergonomsko podešavanje mjesta rada (stolice, računala i druge opreme), osobna zaštitna sredstva i vježbe rasterećenja tijela pri radu s računalom i dr.

*Zlata Trupčević, dipl. ing. kem. tehn.  
Radna jedinica zaštite na radu i zaštite od požara  
Pliva Hrvatska d.o.o., Zagreb*