

.....
(nazwa jednostki organizacyjnej)



Kolejny numer karty:

9

KARTA ANALIZY RYZYKA ZAWODOWEGO

(charakterystyka stanowiska pracy, w tym zagrożeń na stanowisku)

Stanowisko pracy:

Listonosz

Data: 08.9.2014.

I. INFORMACJE O STANOWISKU PRACY

A. Opis stanowiska pracy:

Praca wykonywana jest przez 8 godzin dziennie z zastosowaniem systemu równoważnego czasu pracy – w szczególnych przypadkach wynikających z aktualnych potrzeb możliwa praca ponad ustaloną normę czasu pracy. Praca jednozmianowa, w pełnym wymiarze czasu pracy, średnio-ciężka lub ciężka - wydatek energetyczny wynosi ponad 1500 kcal dla mężczyzn i 1000 kcal dla kobiet na zmianę roboczą. Praca samodzielna, mająca charakter fizyczny, wykonywana jest bez względu na panujące warunki atmosferyczne. Praca wykonywana jest w pozycji stojącej. Listonosz obsługuje rejon pieszo, a także przy wykorzystaniu pojazdów o napędzie własnym lub bez napędu własnego. Głównym stanowiskiem pracy listonosza jest rejon doręczeń – w urzędzie pocztowym listonosz pobiera przesyłki pocztowe, układa wg trasy chodu i rozlicza się z nich. Listonosz przemieszcza się po pomieszczeniach oraz po schodach i ciągach komunikacyjnych wewnątrz i na zewnątrz budynków (drogi, chodniki). Pod względem urbanistycznym rejony doręczeń charakteryzują się dużą różnorodnością – od zabudowy niskiej (budynki jednorodzinne) po zabudowę wysoką (budynki wielorodzinne, wielopiętrowe). Praca samodzielna, wymagająca koncentracji, sprawności obu rąk, podnoszenia i noszenia ciężarów do 30 kg dla mężczyzn i 12 kg dla kobiet (praca ciągła) – przeciętne obciążenie od 10 do 16 kg. Z uwagi na specyfikę pracy pracownik zatrudniony na stanowisku listonosza jest bardziej narażony na zagrożenia wypadkowe niż pozostali pracownicy Poczty Polskiej.

B. Lokalizacja stanowiska pracy:

Stanowisko pracy zlokalizowane w pomieszczeniach użytkowanych przez RS Warszawa Województwo. Doręczanie przesyłek odbywa się w przydzielonym rejonie doręczeń.

C. Zakres prac - technologia:

Doręczanie przesyłek pocztowych oraz sprzedaż produktów i usług oferowanych przez Poczta Polska.

D. Granice obiektu:

Pomieszczenia biurowe i inne pomieszczenia użytkowe na obszarze działania RS Warszawa Województwo. Wyznaczony rejon doręczeń.

E. Wykonywanie czynności oraz sposób i czas ich wykonywania:

- 1) Pobranie przekazów pieniężnych i gotówki z kasy na wypłatę – pozycja siedząca i stojąca, praca palców dłoni i ramion.
- 2) Rozdzielenie przekazów w przegrodach – pozycja siedząca, praca palców dłoni i ramienia.
- 3) Pobranie przesyłek poleconych, poleconych z ZPO oraz przesyłek zwykłych z sortownicy – pozycja

	stojąca, praca palców dłoni i ramienia.
4)	Rozdzielenie przesyłek poleconych i zwykłych – pozycja siedząca, praca palców dłoni i ramienia.
5)	Pobranie druków, prasy – pozycja stojąca, praca palców dłoni i ramienia.
6)	Zebranie przesyłek do torby, spakowanie – pozycja stojąca, praca palców dłoni i ramienia.
7)	Przygotowanie do wyjścia w rejon – pozycja stojąca, praca palców dłoni i ramienia.
8)	Przerwa na posiłek.
9)	Dotarcie do rejonu doręczeń – chodzenie z obciążeniem.
10)	Wkładanie przesyłek zwykłych do skrzynek pocztowych - chodzenie z obciążeniem, praca palców dłoni i ramienia.
11)	Doręczanie listów poleconych i z ZPO – pozycja stojąca z obciążeniem, praca palców dłoni i przedramienia.
12)	Wypłata przekazów pieniężnych – pozycja stojąca z obciążeniem, praca palców dłoni i przedramienia.
13)	Wchodzenie i schodzenie po schodach – chodzenie z obciążeniem.
14)	Powrót z rejonu – pozycja chodząca z obciążeniem.
15)	Rozliczenie się z pobranych przesyłek – pozycja siedząca, praca palców dłoni i ramion.
16)	Przebranie się – pozycja stojąca.
F. Stosowane materiały i środki pracy:	
1)	Torba doręczycielska.
2)	Wózek kołowy do rozwożenia korespondencji.
3)	Rower.
4)	Motorower.
5)	Samochód osobowy.
G. Osoby pracujące na stanowisku:	
1)	Kobiety
2)	Mężczyźni
H. Wymagany poziom wykształcenia, doświadczenia i zdolności użytkownika oraz wymagane uprawnienia:	
1)	Preferowane wykształcenie średnie.
2)	Znajomość technik sprzedaży.
3)	Znajomość standardów obsługi klienta.
4)	Znajomość przepisów z zakresu ochrony danych osobowych.
5)	Umiejętność rozpoznawania fałszywych banknotów i dokumentów.
6)	Aktualne szkolenie z zakresu BHP.
I. Inne wymagania dotyczące osób zatrudnionych na stanowisku (w szczególności wobec zatrudnionych kobiet w ciąży, młodocianych, osób niepełnosprawnych itp.)	
1)	Zgodnie z ustawą z dnia 26 czerwca 1974 r. – Kodeks Pracy (Dz.U. z 1998 r. Nr 21, poz. 94 z późniejszymi zmianami).
2)	Zgodnie z ustawą z dnia 27 sierpnia 1997 r. o rehabilitacji zawodowej i społecznej oraz zatrudnieniu osób niepełnosprawnych (Dz.U. Nr 123, poz. 776 z późniejszymi zmianami).

3)	Zgodnie z rozporządzeniem Rady Ministrów z dnia 10 września 1996 r. w sprawie wykazu prac szczególnie uciążliwych lub szkodliwych dla zdrowia kobiet (Dz.U. Nr 114, poz. 545 z późniejszymi zmianami).
J. Inne osoby narażone na ryzyko:	
1)	brak
K. Niedogodności i niebezpieczne zdarzenia wykryte w czasie dotychczasowej pracy - wypadki i choroby zawodowe:	
1)	<p>Napady rabunkowe.</p> <p>Pogryzienie przez psa.</p> <p>Wypadki komunikacyjne.</p> <p>Poślizgnięcie się, upadek na tym samym poziomie podczas przemieszczania się po pomieszczeniach urzędu, upadek na schodach.</p> <p>Obciążenie fizyczne – przenoszenie ciężarów wewnątrz pomieszczeń i na zewnątrz pomieszczeń.</p> <p>Urazy spowodowane przez przesyłki pocztowe podczas ich transportowania, załadunku i wyładunku.</p> <p>Wpadnięcie do piwnicy.</p> <p>Stres, lobbing.</p> <p>Praca w zmiennych warunkach atmosferycznych.</p>
2)	Nie wystąpiły zachorowania na choroby zawodowe.

L. Identyfikacja zagrożeń na stanowisku pracy			
Zagrożenia czynnikami niebezpiecznymi (ich oddziaływanie na pracującego prowadzi lub może prowadzić do urazu)			
Lp	Typ zagrożenia	Charakterystyka zagrożenia, w tym m.in. źródła zagrożenia	Możliwe skutki zagrożenia
1	Agresja ze strony osób trzecich	Atak ze strony agresywnego klienta lub będącego pod wpływem alkoholu, reakcje klienta na sposób obsługi i załatwianie spraw, niepoprawne stosunki międzyludzkie, nieodpowiedni ton konwersacji, napad rabunkowy	Urazy twarzy, tułowia, kończyn, śmierć
2	Upadki, potknięcia, poślizgnięcia się na tym samym poziomie i na niższym poziomie	Śliska, nierówna i uszkodzona nawierzchnia, pozawijane i uszkodzone wykładziny, luźno leżące przewody, uszkodzone poręczce schodów, zastawione ciągi komunikacyjne, nieodpowiednie oświetlenie, potknięcia, poślizgnięcia, upadek z: rampy, schodów i krzesła, poruszenie się w terenie, brak ostrożności	Urazy kończyn górnych, dolnych, tułowia
3	Uderzenia o, i, przez przedmioty	Nieodpowiednie ustawienie przedmiotów, wystające elementy mebli, niezachowanie ostrożności przy otwieraniu drzwi przez inne osoby, przebywanie lub przechodzenie w pobliżu drzwi, nieodpowiednie składowanie materiałów, niesprawne i przetwarzane regały, przedmioty o nietypowych kształtach, rzucanie przesyłkami, uderzenie datownikiem w trakcie stempłowania, opadające kłapy kaset metalowych, nieuważa, wieka kasetek na listy i pleniadze	Urazy kończyn górnych, dolnych, tułowia
4	Narzędzia pracy biurowej (datownik, zszywacz, nożyczki, dziurkacz itp.)	Stempłowanie, cięcie, zszywanie, niszczenie dokumentów niedostateczna koncentracja uwagi na wykonywanych czynnościach	Urazy dłoni
5	Obciążenie fizyczne	Ręczne prace transportowe	Urazy kończyn, kręgosłupa, przepuklina
6	Porażenie prądem elektrycznym	Praca uszkodzonymi urządzeniami elektrycznymi, uszkodzone: przewody, izolacja, włączniki i gniazda elektryczne, samodzielne naprawy	Urazy spowodowane działaniem bezpośrednim prądu elektrycznego na organizm, oparzenia, zatrzymanie akcji serca, utrata przytomności, urazy kończy, głowy, śmierć
7	Szorstkie lub ostre krawędzie	Skaleczenie o szorstkie lub ostre krawędzie elementów obiektów, przesyłek, pośpiech, niedostateczna koncentracja uwagi na wykonywanej czynności, niewłaściwe posługiwanie się narzędziami pracy	Urazy kończyn i ciała, rany cięte

8	Czynnik termiczny	Zły stan techniczny urządzeń do podgrzewania posiłków, czajników oraz naczyń do przenoszenia gorących płynów, nagrzane naczynia	Oparzenie kończyn górnych, dolnych, tułowia, ciała
9	Czynnik chemiczny	Zawartość przesyłek, detergenty (środki chemiczne służące do sprzążania i mycia naczyń)	Oparzenie kończyn górnych, dolnych, tułowia, oczu, dróg oddechowych, alergie
10	Pożar	Zaproszenie ognia, uszkodzona instalacja elektryczna, pozostawianie włączonych urządzeń elektrycznych bez nadzoru, brak odpowiedniego sprzętu przeciwpożarowego i nieodpowiednia jego konserwacja, palenie tytoniu, używanie otwartego ognia, nieprawidłowe przechowywanie materiałów palnych, zły stan techniczny narzędzi pracy	Urazy ciała, oparzenia, zacczadzenie, śmierć
11	Wybuch	Zawartość przesyłek, instalacja i urządzenia zasilane na gaz	Urazy ciała, oparzenia, śmierć
12	Ruch drogowy i wewnętrzny	Wypadek komunikacyjny, kierowanie rowerem, motocyklem, pojazdem i jazda jako pasażer, oraz uczestnictwo w ruchu pieszym, komunikacji miejskiej, nieprzestrzeganie przepisów ruchu drogowego, przechodzenie w miejscach niedozwolonych, niebezpieczne zachowanie innych uczestników ruchu drogowego, niekorzystne warunki atmosferyczne, poślizg, nieuwaga, zły stan techniczny pojazdów i nawierzchni, narady i spotkania służbowe potrącenie przez samochód, wózek widłowy, nie odpowiednie oświetlenie terenu, poruszanie się lub przebywanie w obrębie rejonu pracy pojazdu, rzyżakantwo, brawura	Urazy głowy, kończyn, tułowia, kręgosłupa, śmierć
13	Agresja ze strony zwierząt	Ugryzienie przez psa, kota, węża, osę, szerszenia itp.	Urazy rąk i nóg, zranienia, potłuczenia, siniaki, obrzęki, wścieklizna
Zagrożenia czynnikami szkodliwymi (ich oddziaływanie na pracującego prowadzi lub może prowadzić do schorzenia)			
Lp	Typ zagrożenia	Charakterystyka zagrożenia, w tym m.in. źródła zagrożenia, wyniki badań i pomiarów czynników szkodliwych dla zdrowia	Możliwe skutki zagrożenia
1	Czynniki biologiczne	Kontakt z interesantami, zagrzybienie pomieszczeń i urządzeń klimatyzacyjno-wentylacyjnych	Choroby dróg oddechowych, grypa, nieżyty, alergie, zatrucia

2	Zmienne warunki atmosferyczne	Wykonywanie czynności służbowych na otwartej przestrzeni, deszcz, śnieg, mróz, upał	Choroby dróg oddechowych, przeziębienie, grypa, zapalenie płuc, udar
3	Pyły	Pyły organiczne pochodzenia zwierzęcego i roślinnego zawierające poniżej 10% wolnej krzemionki emitowane podczas wyjmowania z samochodów pocztowych, rozkładania, wsypywania listów, dzielenia listów przez worki listowe (linitane, jutowe, z tworzyw sztucznych)	Pylice płuc, alergie, choroby dróg oddechowych, skóry
4	Napięcie i stres	Duży dopływ informacji, gotowość do odpowiedzi, podejmowanie decyzji, odpowiedzialność służbowa, niepoprawne stosunki między/ludzkie, konflikty, mobbing	Choroby wewnętrzne, nerwica, bóle głowy, depresje
Zagrożenia czynnikami uciążliwymi (ich oddziaływanie na pracującego może spowodować złe samopoczucie lub nadmierne zmęczenie nie powodując jednak trwałego pogorszenia stanu zdrowia człowieka)			
Lp	Typ zagrożenia	Charakterystyka zagrożenia, w tym m.in. źródła zagrożenia	Możliwe skutki zagrożenia
1	Niewłaściwe oświetlenie	Nieodpowiednie parametry oświetlenia i wyposażenia technicznego pomieszczeń pracy	Zmęczenie organizmu, irazwienie oczu, złe samopoczucie, spadek wydajności pracy
2	Hatas	Hatas wewnętrzny – pracujące urządzenia klimatyzacyjne i wentylacyjne Hatas zewnętrzny – z sąsiednich pomieszczeń, gwar ruchu ulicznego	Zmęczenie organizmu, złe samopoczucie

M. Identyfikując zagrożenia na stanowisku pracy brano pod uwagę niżej wymienione dokumenty				
Lp	Dokumenty wykorzystane do identyfikacji		tak	nie
1	Lista kontrolna (wywiad z pracownikami, obserwacja czynności wykonywanych przez pracowników, warunki pracy)		X	
2	Dokumentacja techniczna – ruchowa stosowanych maszyn, urządzeń, narzędzi		X	X
3	Dokumentacja pomiarów czynników szkodliwych		X	
4	Instrukcje stanowiskowe bhp stosowane na stanowisku pracy		X	
5	Dokumentacja wypadków przy pracy		X	



Kolejny numer karty:

9

KARTA OCENY RYZYKA ZAWODOWEGO

Stanowisko pracy: **Listonosz** Data: 08.09.2014

Zagrożenie	Źródła zagrożenia	Możliwe skutki zagrożenia	Środki ochrony przed zagrożeniami (ograniczające ryzyko)	Ciężkość następstw (stopień szkód) M - mała S - średnia D - duża	Prawdopodobieństwo szkód M - mało prawdopodobne P - prawdopodobne W - wysoce prawdopodobne	Ryzyko zawodowe - oszacowanie dopuszczalności i ryzyka	Zalecenia dotyczące niezbędnych działań
1	2	3	4	5	6	7	8
Czynniki niebezpieczne							
Agresja ze strony osób trzecich	Atak ze strony agresywnego klienta lub będącego pod wpływem alkoholu, reakcje klienta na sposób obsługi i załatwianie spraw, niepoprawne stosunki międzyludzkie, nieodpowiedni ton konwersacji, napad rabunkowy	Urazy twarzy, tułowia, kończyn, śmierć	Wewnętrzne procedury bezpieczeństwa, wykorzystywanie umiejętności z zakresu łagodzenia konfliktów, zgłaszanie przełożonym sytuacji odbiegających od normalnego toku pracy, szybka i fachowa obsługa klienta, wysoka kultura osobista, odpowiedni ton rozmowy	D - duża	M - mało prawdopodobne	Średnie - dopuszczalne	Zaleca się szkolenie pracowników z zakresu bezpieczeństwa grup szczególnie zagrożonych

<p>Upadki, potknięcia, poślizgnięcia się na tym samym poziomie i na niższy poziom</p>	<p>Śliska, nierówna i uszkodzona nawierzchnia, pozawijane i uszkodzone wykładziny, luźno leżące przewody, uszkodzone poręcze schodów, zastawione ciągi komunikacyjne, nieodpowiednie oświetlenie, potknięcia, poślizgnięcia, upadek z: rampy, schodów i krzesła, poruszanie się w terenie, brak ostrożności</p>	<p>Urazy kończyn górnych, dolnych, tułowia</p>	<p>Koncentracja uwagi na wykonywanych czynnościach, zachowywanie drożności przejść, odpowiednie składowanie przedmiotów, zapewnianie stabilności i równości podłóg, czyszczenie podłóg detergentami antypoślizgowymi, oklejanie rantów stopni schodów taśmą antypoślizgową, wykładziny o dużej wytrzymałości na ścieranie, używanie sprawnych drabin i krzeseł, doświetlanie miejsc zaciemnionych</p>	<p>Ś – średnia</p>	<p>M – mało prawdopodobne</p>	<p>Mało – dopuszczalne</p>	
<p>Uderzenia o, i, przez przedmioty</p>	<p>Nieodpowiednie ustawienie przedmiotów, wystające elementy mebli, niezachowanie ostrożności przy otwieraniu drzwi przez inne osoby, przebywanie lub przechodzenie w pobliżu drzwi, nieodpowiednie składowanie materiałów, niesprawne i przetładowane regały, przedmioty o nietypowych kształtach, rzucanie przesyłkami, uderzenie datownikiem w trakcie stemplowania, opadające klapy kaset metalowych, nieuwaga, wieka kasetek na listy i pieniądże</p>	<p>Urazy kończyn górnych, dolnych, tułowia</p>	<p>Odpowiednie ustawienie przedmiotów, zachowywanie ostrożności podczas przechodzenia lub przebywania w pobliżu drzwi, prawidłowe przechowywanie i składowanie oraz załadowywanie i rozładowywanie dokumentów i materiałów pocztowych, przesyłek, przedmiotów, przestrzeganie dopuszczalnej nośności regałów, używanie sprawnych regałów, przestrzeganie przepisów i zasad bhp, instrukcje bhp</p>	<p>Ś – średnia</p>	<p>M – mało prawdopodobne</p>	<p>Mało – dopuszczalne</p>	
<p>Narzędzia pracy biurowej (datownik, zszywacz, nożyczki, dziurkacz itp.)</p>	<p>Stemplowanie, cięcie, zszywanie, niszczenie dokumentów niedostateczna koncentracja uwagi na wykonywanych czynnościach</p>	<p>Urazy dłoni</p>	<p>Koncentracja uwagi na wykonywanej czynności, przestrzeganie przepisów i zasad bhp</p>	<p>M – mało</p>	<p>M – mało prawdopodobne</p>	<p>Bardzo mało – dopuszczalne</p>	

Obciążenie fizyczne	Ręczne prace transportowe	Urazy kończyn, kręgosłupa, przepuklina	Przestrzeganie norm dotyczących przenoszenia ładunków, koncentracja uwagi na wykonywanych czynnościach, przestrzeganie przepisów i zasad bhp	Ś – średnia	M – mało prawdopodobne	Małe – dopuszczalne	Zaleca się przestrzeganie przepisów i zasad bhp i ppoż, terminowe pomiary instalacji elektrycznych, niezwłoczne zgłaszanie zauważonych usterek
Porażenie prądem elektrycznym	Praca uszkodzonymi urządzeniami elektrycznymi, uszkodzone: przewody, izolacja, włączniki i gniazda elektryczne, samodzielne naprawy	Urazy spowodowane działaniem bezpośrednim prądu elektrycznego na organizm, oparzenia, zatrzymanie akcji serca, utrata przytomności, urazy kończy, głowy, śmierć	Dobry stan techniczny urządzeń elektrycznych, systematyczne przeglądy i pomiary instalacji elektrycznej, naprawy uszkodzonych urządzeń przez osoby z odpowiednimi uprawnieniami	D – duża	M – mało prawdopodobne	Średnie – dopuszczalne	
Szorstkie lub ostre krawędzie	Skaleczenie o szorstkie lub ostre krawędzie elementów obiektów, przesylek, poślpiech, niedostateczna koncentracja uwagi na wykonywanej czynności, niewłaściwe posługiwanie się narzędziami pracy	Urazy kończyn i ciała, rany cięte	Wzmoczona uwaga	M – mała	M – mało prawdopodobne	Bardzo małe – dopuszczalne	
Czynnik termiczny	Zły stan techniczny urządzeń do podgrzewania posiłków, czajników oraz naczyń do przenoszenia gorących płynów, nagrzane naczynia	Oparzenie kończyn górnych, dolnych, tułowia, ciała	Zgłaszanie awarii i uszkodzeń urządzeń do podgrzewania posiłków i napoi, prawidłowe użytkowanie ich zgodnie z instrukcją	Ś – średnia	M – mało prawdopodobne	Małe – dopuszczalne	
Czynnik chemiczny	Zawartość przesylek, detergenty (środki chemiczne służące do sprzątania i mycia naczyń)	Oparzenie kończyn górnych, dolnych, tułowia, oczu, dróg oddechowych, alergie	Zgłaszanie przetłoczonym podejrzanych przesylek i osirolne obchodzenie się z nimi, przestrzeganie zakazu przyjmowania przesylek z niebezpieczną zawartością	Ś – średnia	M – mało prawdopodobne	Małe – dopuszczalne	

<p>Pożar</p>	<p>Zaprószenie ognia, uszkodzona instalacja elektryczna, pozostawianie włączonych urządzeń elektrycznych bez nadzoru, brak odpowiedniego sprzętu przeciwpożarowego i nieodpowiednia jego konserwacja, palenie tytoniu, używanie otwartego ognia, nieprawidłowe przechowywanie materiałów palnych, zły stan techniczny narzędzi pracy</p>	<p>Urazy ciała, oparzenia, zacczadzenie, śmierć</p>	<p>Przestrzeżenie instrukcji przeciwpożarowej, systematyczne przeglądy i pomiary instalacji elektrycznej, wyposażenie pomieszczeń w sprzęt gaśniczy</p>	<p>D – duża</p>	<p>M – mało prawdopodobne</p>	<p>Średnie – dopuszczalne</p>	<p>Zaleca się przestrzeganie przepisów i zasad bhp i ppoż, terminowe pomiary instalacji elektrycznych, niezwłoczne zgłaszanie zauważonych usterek, przestrzeganie zakazu palenia</p>
<p>Wybuch</p>	<p>Zawartość przesyłek, instalacja i urządzenia zasilane na gaz</p>	<p>Urazy ciała, oparzenia, śmierć</p>	<p>Zgłaszanie przelozonym podejzanych przesyłek i ostrozne obchodzenie się z nimi, przestrzeganie zakazu przyjmowania przesyłek z niebezpieczną zawartością, terminowe przeglądy instalacji gazowej</p>	<p>D – duża</p>	<p>M – mało prawdopodobne</p>	<p>Średnie – dopuszczalne</p>	<p>Zaleca się szkolenie pracowników z zakresu bezpieczeństwa grup szczególnie zagrożonych, przestrzeganie przepisów i zasad bhp i ppoż, terminowe pomiary instalacji gazowej, przewodów wentylacyjnych i kominowych, niezwłoczne zgłaszanie zauważonych usterek, przestrzeganie zakazu palenia</p>

<p>Ruch drogowy i wewnętrzny</p>	<p>Wypadek komunikacyjny, kierowanie rowerem, motorowerem, pojazdem i jazda jako pasażer, oraz uczestnictwo w ruchu pieszym, komunikacji miejskiej, nieprzestrzeganie przepisów ruchu drogowego, przechodzenie w miejscach niedozwolonych, niebezpieczne zachowanie innych uczestników ruchu drogowego, niekorzystne warunki atmosferyczne, pośpiech, nieuwaga, zły stan techniczny pojazdów i nawierzchni, narady i spotkania służbowe potrącenie przez samochód, wózek widłowy, nie odpowiednie oświetlenie terenu, poruszanie się lub przebywanie w obrębie rejonu pracy pojazdu, ryzykanctwo, brawura</p>	<p>Urazy głowy, kończyn, tułowia, kręgosłupa, śmierć</p>	<p>Przestrzeganie zasad ruchu drogowego przez wszystkich użytkowników dróg, przestrzeganie instrukcji bezpieczeństwa i higieny pracy przy przewozie, nadawaniu i doręczaniu przesyłek pocztowych, okresowe przeglądy pojazdów, zachowanie należytej ostrożności w ruchu wewnątrzzakładowym</p>	<p>D – duża</p>	<p>M – mało prawdopodobne</p>	<p>Średnie – dopuszczalne</p>	<p>Zaleca się zachowanie ostrożności przy przejeździe przez jezdnię oraz ograniczenie zaufania do innych uczestników ruchu drogowego oraz bezwzględne przestrzeganie przepisów prawa o ruchu drogowym i instrukcji bezpieczeństwa i higieny pracy przy przewozie, nadawaniu i doręczaniu przesyłek pocztowych, okresowe przeglądy pojazdów</p>
<p>Agresja ze strony zwierząt</p>	<p>Ugryzienie przez psa, kota, węża, osę, szerszenia itp.</p>	<p>Urazy rąk i nóg, zranienia, potłuczenia, siniaki, obrzęki, wścieklizna</p>	<p>Koncentracja uwagi na wykonywanych czynnościach, ograniczone zaufanie do zwierząt, informowanie przełożonych</p>	<p>D – duża</p>	<p>M – mało prawdopodobne</p>	<p>Średnie – dopuszczalne</p>	<p>Zaleca się systematyczne prowadzenie rejestru zagrożeń w rejonie, informowanie Policji, Staży Miejskiej lub Gminnej po zaistniałym zdarzeniu i w sytuacji zauważenia niebezpiecznych zwierząt</p>

Czynniki szkodliwe							
Czynniki biologiczne	Kontakt z interesantami, zagryzienie pomieszczeń i urządzeń klimatyzacyjno-wentylacyjnych	Choroby dróg oddechowych, grypa, nieżyty, alergie, zatrucia	Przestrzeganie zasad higieny, wietrzenie i wentylacja pomieszczeń, bieżące remonty pomieszczeń pracy, systematyczne przeglądy urządzeń klimatyzacyjno-wentylacyjnych	Ś – średnie	M – mało prawdopodobne	Małe – Dopuszczalne	Zaleca się stosować odpowiednie ubrania do pory roku i panującej temperatury oraz korzystanie z napoi i posiłków profilaktycznych
Zmienne warunki atmosferyczne	Wykonywanie czynności służbowych na otwartej przestrzeni, deszcz, śnieg, mróz, upał	Choroby dróg oddechowych, przeziębienie, grypa, zapalenie płuc, udar	Odpowiednie ubranie, praca w równym tempie	Ś – średnie	P – prawdopodobne	Średnie – Dopuszczalne	
Pyły	Pyły organiczne pochodzenia zwierzęcego i roślinnego zawierające poniżej 10% wolnej krzemionki emitowane podczas wyjmowania z samochodów pocztowych, rozkładania, wsypywania listów, dzielenia listów przez worki listowe (lniane, jutowe, z tworzyw sztucznych)	Pyłce płuc, alergie, choroby dróg oddechowych, skóry	Pomiary czynników szkodliwych, stosowanie stołów pyłochłonnnych, wentylacja pomieszczeń, nie przekraczanie NDS.			$P < 0,5 P_{max}$ Ryzyko małe – dopuszczalne	
Napięcie i stres	Duży dopływ informacji, gotowość do odpowiedzi, podejmowanie decyzji, odpowiedzialność służbowa, niepoprawne stosunki międzyludzkie, konflikty, mobbing	Choroby wewnętrzne, bóle nerwica, bóle głowy, depresje	Klarowny podział obowiązków, realistyczne planowanie pracy, podejmowanie jasnych, sprawdzalnych i zrozumiałych dla wszystkich decyzji, zapewnienie efektywnego przepływu informacji, skuteczny i konstruktywny sposób rozwiązywania konfliktów, terminowe wykorzystywanie urlopów wypoczynkowych	Ś – średnia	M – mało prawdopodobne	Małe – dopuszczalne	

Czynniki uciążliwe						
Niewłaściwe oświetlenie	Nieodpowiednie parametry oświetlenia i wyposażenia technicznego pomieszczeń pracy	Zmęczenie organizmu, łzawienie oczu, złe samopoczucie, spadek wydajności pracy	Zapewnienie odpowiedniego oświetlenia i wyposażenia technicznego pomieszczeń pracy	M – mała	M – mało prawdopodobne	Bardzo małe – dopuszczalne
Hatas	Hatas wewnętrzny – pracujące urządzenia klimatyzacyjne i wentylacyjne, Hatas zewnętrzny – z sąsiednich pomieszczeń, gwar ruchu ulicznego	Zmęczenie organizmu, złe samopoczucie	Uniemżliwienie rozprzestrzania się hatasu, eliminacja źródeł nadmiernego hatasu	M – mała	M – mało prawdopodobne	Bardzo małe – dopuszczalne