



Uniwersytet
Gdański

PRACUJĘ
BEZPIECZNIE
WORKING SAFELY

I Konferencja „Bezpieczeństwo i Zdrowie w Pracy”

Monika Jabłońska

Artur Gardzielewski

**Dobre praktyki BHP -
praca zdalna
Intel Technology Poland
Sp. z o.o.**

www.konferencja.bhp.ug.edu.pl

27.09.2023



Agenda

1. O firmie.
2. Ergonomia w trakcie pracy zdalnej.
3. Jak dbamy o zdrowie psychiczne naszych pracowników?
4. Instruktaż stanowiskowy przy pracy zdalnej.
5. Dokumentacja – oświadczenia BHP do pracy zdalnej.

O firmie

Intel Technology Poland Sp. z o.o.

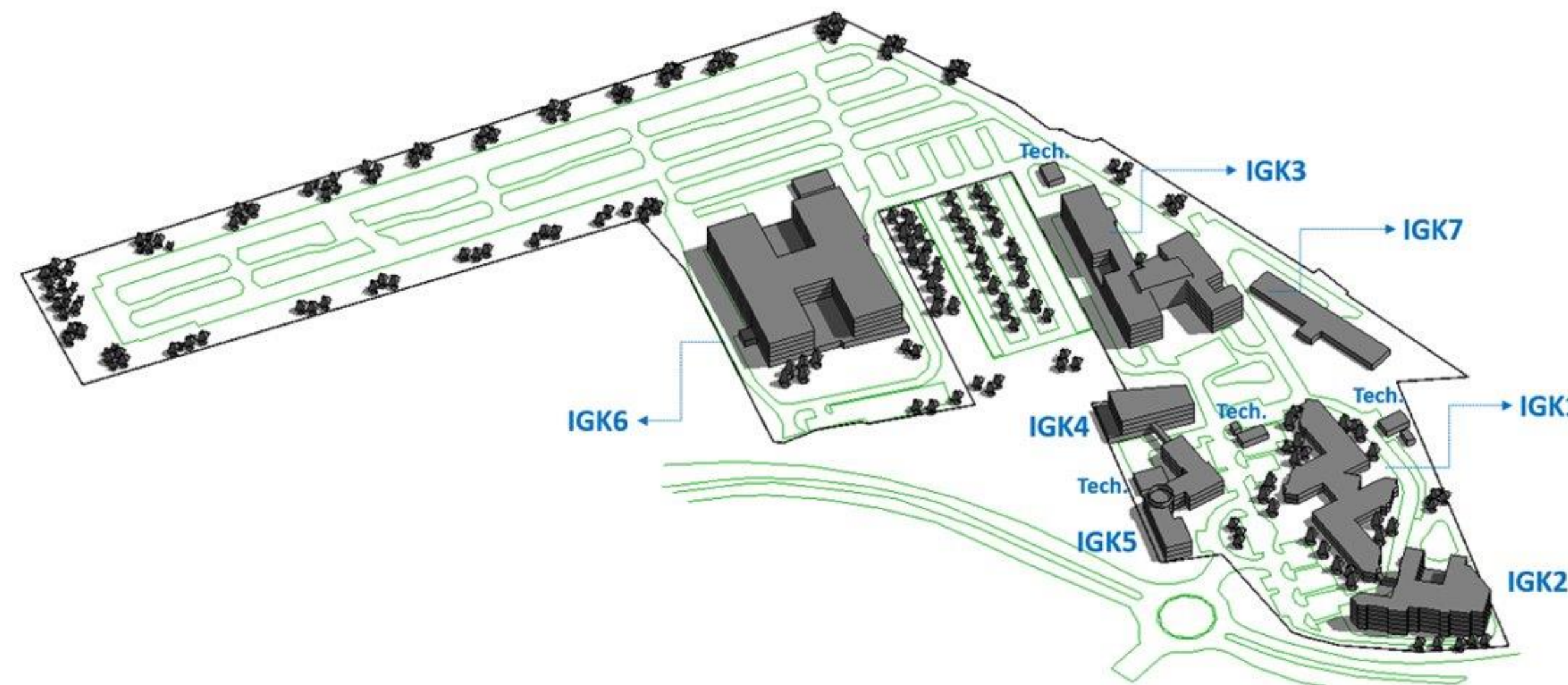
- Największy w Europie oddział badań i rozwoju (R&D)
- Siedziba firmy: ul. Słowackiego 173 w Gdańsku
- Liczba pracowników wraz ze współpracownikami: około 3500
- Kampus składa się z 7 budynków, w tym w obiektach znajduje się około 50 laboratoriów serwerowych przeznaczonych do prac badawczych

Czym się zajmujemy:

1. Tworzenie i rozwój oprogramowania:

- ✓ platform serwerowych korzystających z procesorów Intel
- ✓ kart sieciowych oraz programowalnych urządzeń sieciowych
- ✓ akceleratorów sztucznej inteligencji

2. Tworzenie rozwiązań opartych o sztuczną inteligencję



Ergonomia w trakcie pracy zdalnej

Ocena ergonomiczna on-line

Dofinansowanie i dobór wyposażenia do pracy zdalnej

Samocena stanowiska pracy

Ćwiczenia on-line z ergonomistką/fizjoterapeutką

Materiały dla osób kierujących pracownikami – 2 minuty ergo

Program do wyznaczania przerw w trakcie pracy

Stacja ergonomiczna



Ocena ergonomiczna on-line

Na czym polega?

KROK 1: Wypełnienie formularza znajdującego się na wewnętrznej stronie firmy (ogólna lista kontrolna)

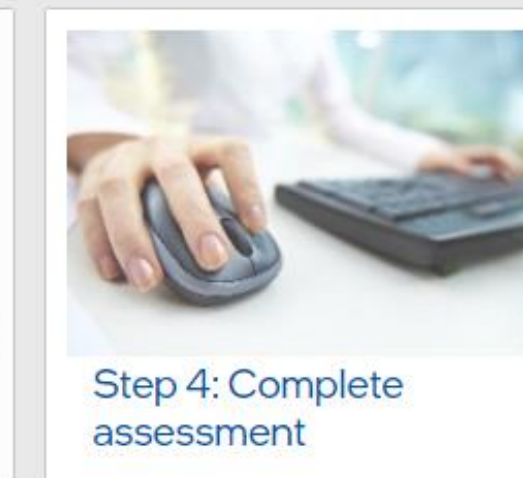
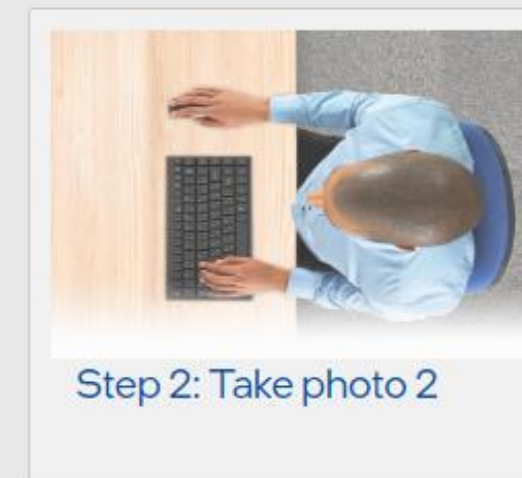
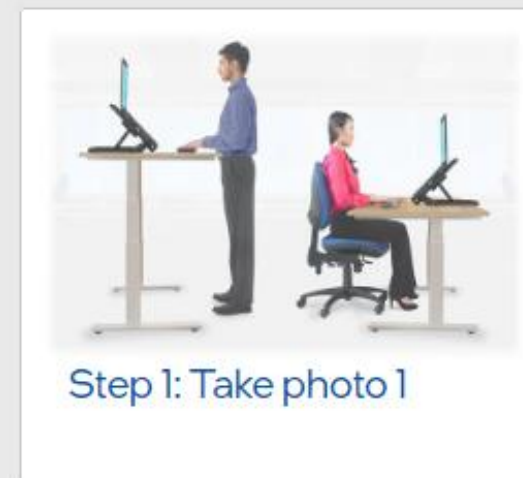
KROK 2: Załączenie zdjęć stanowiska pracy

KROK 3: Spotkanie z ergonomistą on-line przez kamerę za pośrednictwem MS Teams

Samoocena stanowiska pracy

- Pracownik ma możliwość samodzielnie ocenić swoje stanowisko pod względem ergonomii i posiadania odpowiedniego wyposażenia do pracy.
- Lista kontrolna oprócz tematów ergonomicznych zawiera również ogólne pytania w zakresie BHP (związane z raportowaniem wypadków, zagrożeniami).

Preparing for a successful assessment



8

Do you have all the needed equipment and accessories for a comfortable work in home-office? *

If **NO** at any option: Refer to the goto/workAtIntel Telecommuting Benefits Program <https://circuit.intel.com/content/corp/working-at-intel/home.html>

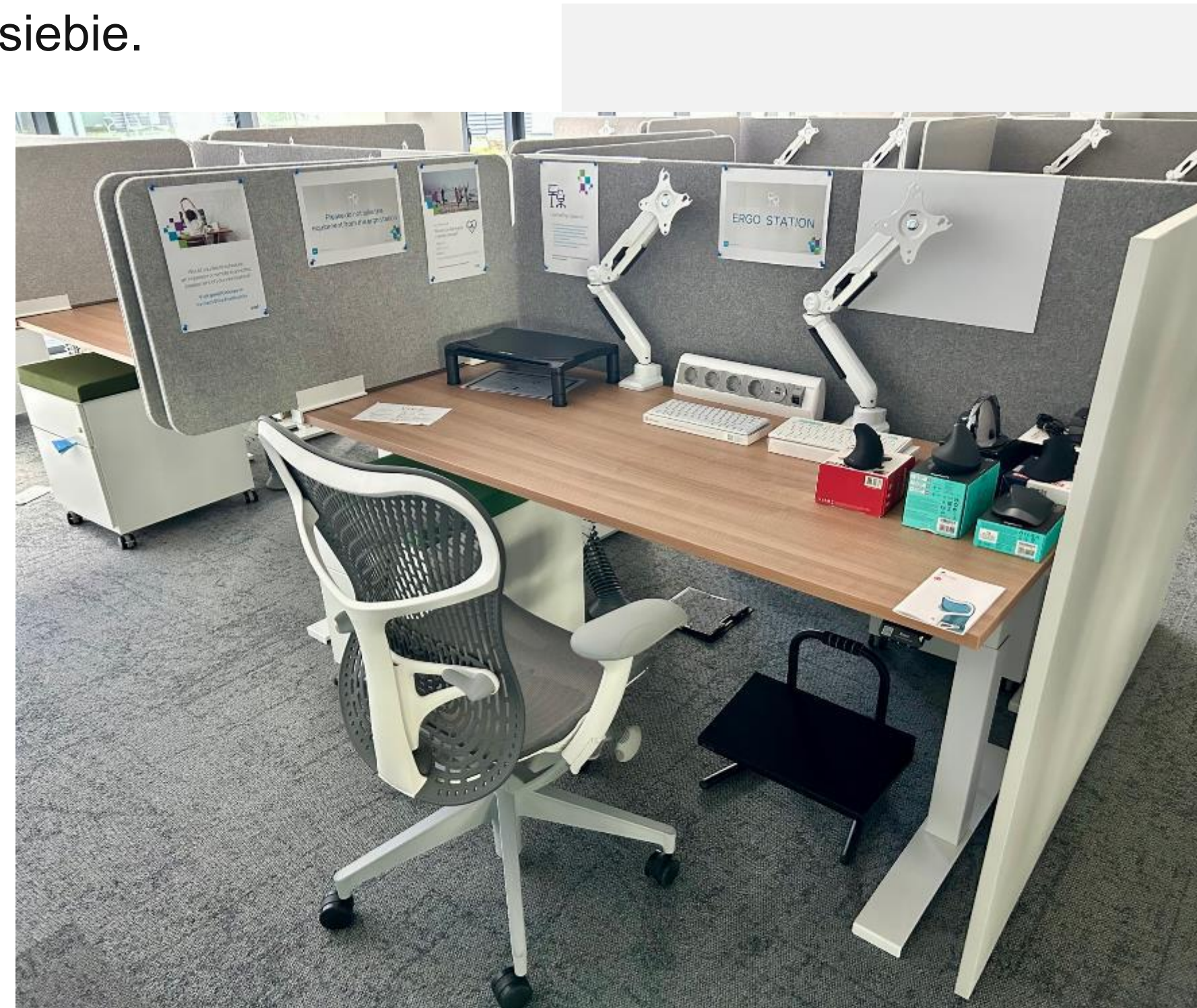
	Yes	No
Adjustable Chair (or suitable for you specifically)	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
Office Desk with adequate space	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
Headset/ other audio device	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
Keyboard	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
Mouse	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
Monitor	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>

Dofinansowanie i dobór wyposażenia do pracy zdalnej

- Każdy nowy pracownik zatrudniony w trybie zdalnym lub hybrydowym może jednorazowo skorzystać z dofinansowania na zakup ergonomicznego wyposażenia do domu (biurko, krzesło, klawiatura, myszka, monitor itp.).
- Dofinansowanie pokrywa koszty podstawowego wyposażenia stanowiska pracy.
- Dobór ergonomicznego wyposażenia jest dostępny na wewnętrznej stronie firmy lub możliwe są też konsultacje z ergonomistą w celu wybrania odpowiedniego sprzętu dla siebie.

Stacja ergonomiczna


- Znajduje się w siedzibie firmy Intel.
- Możliwość testowania przez pracowników różnych rodzajów myszek, klawiatur, podnóżków czy podstawek pod laptopa przed ich zakupem.



Ćwiczenia on-line z ergonomistką/fizjoterapeutką

- 30 minutowe ćwiczenia odbywające się na terenie siłowni firmy Intel.
- Dostępne również on-line dla wszystkich pracowników w godzinach porannych trzy razy w tygodniu.
- Ćwiczenia dopasowane są do siedzącego trybu pracy, skupione są na rozciągnięciu najbardziej spiętych partii ciała.

Dostęp do platformy z ćwiczeniami on-line udostępniony przez firmę zewn.



Tuesdays
8:30-9:00 a.m. CET

Wednesdays
9:00-9:30 a.m. CET

Thursdays
8:30-9:00 a.m. CET

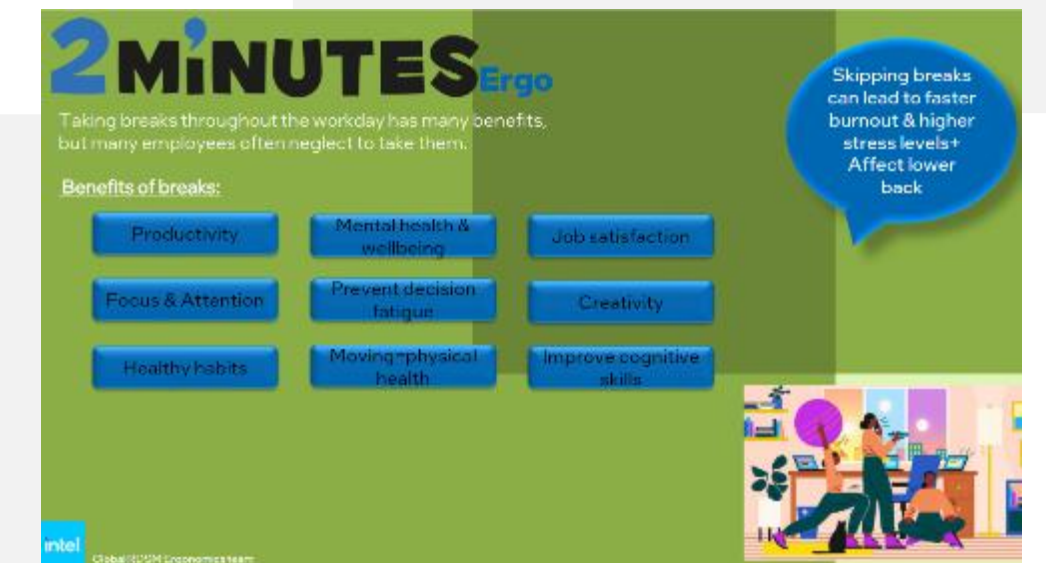
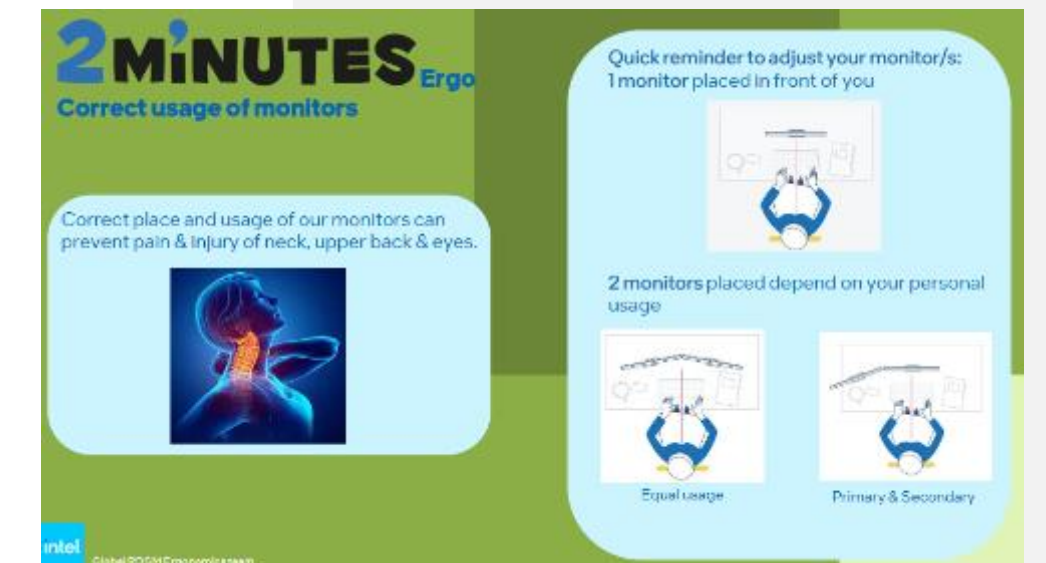
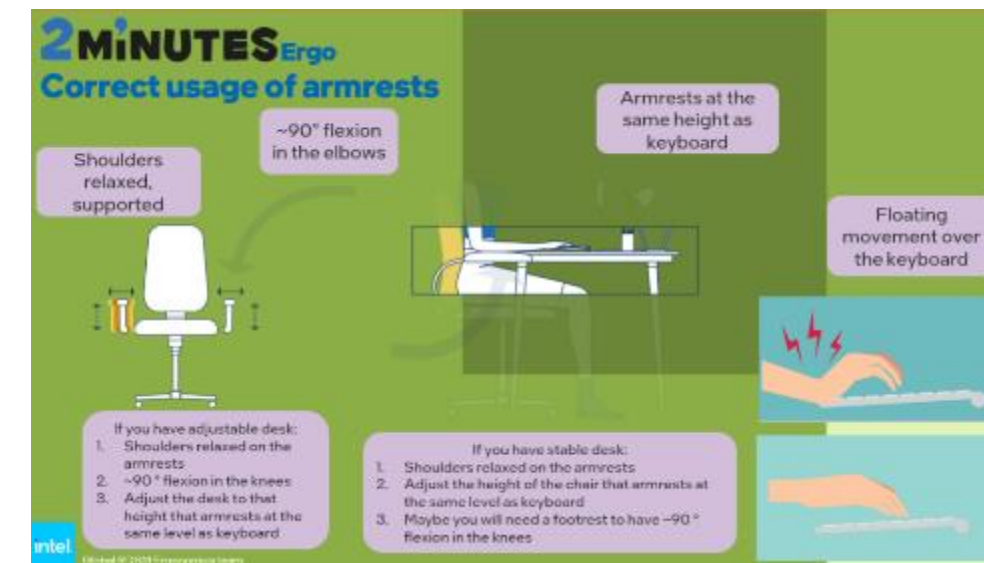
Live sessions
3 days a week

Click on the days to add calendar invitation

Materiały dla osób kierujących pracownikami – 2 minuty ergo

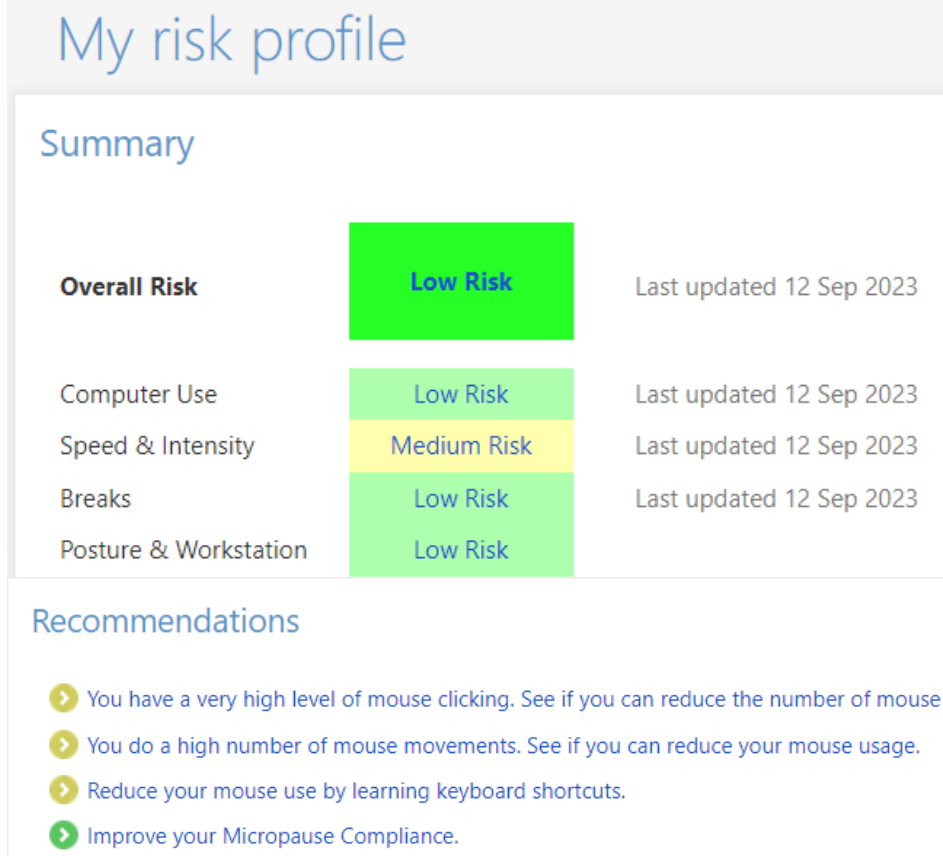
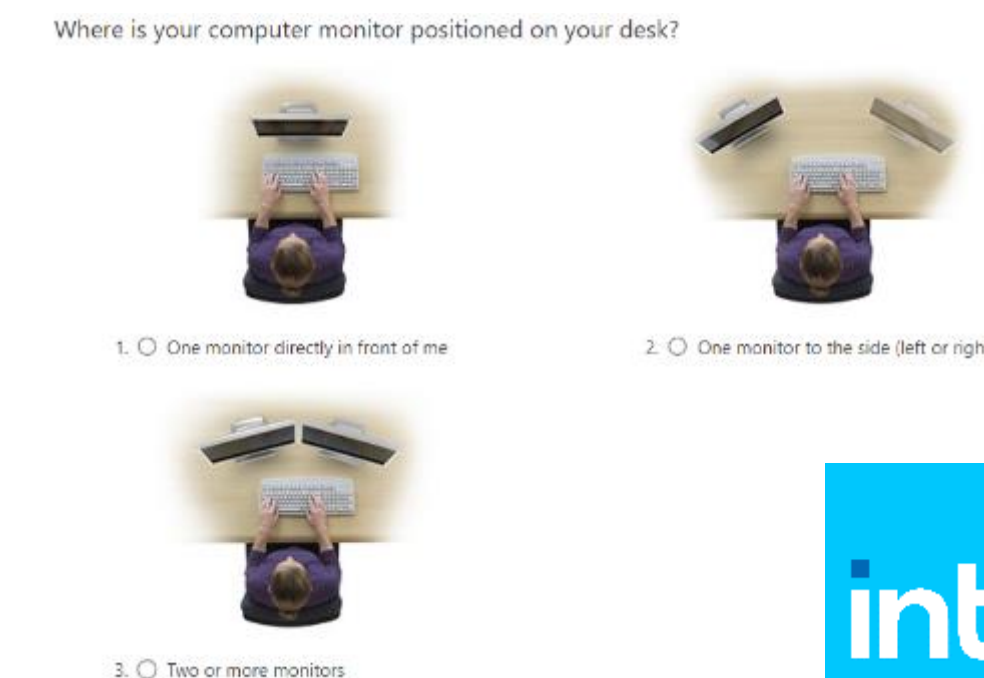
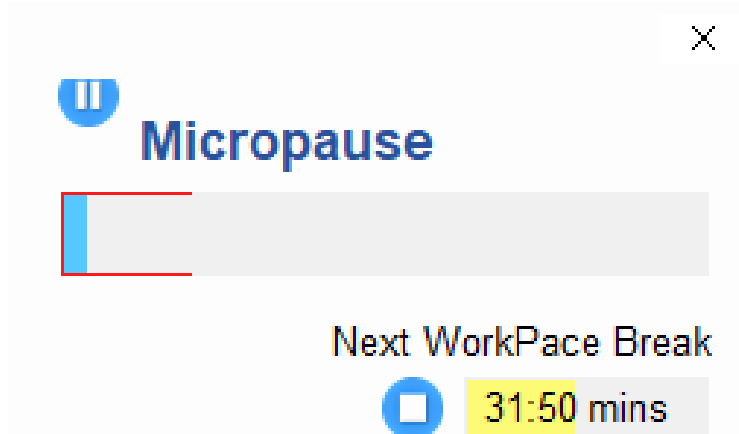
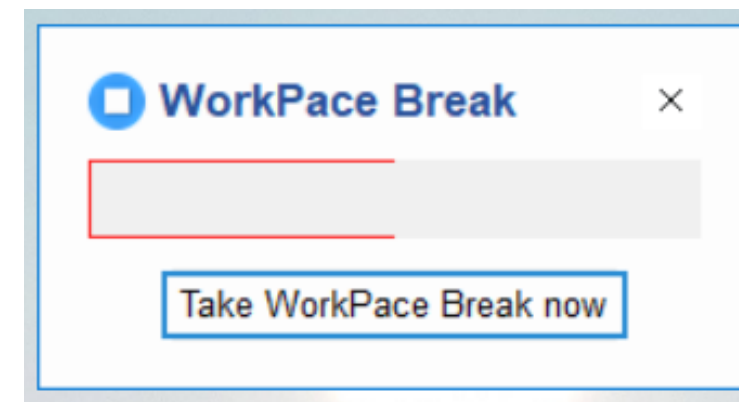
Materiały dostępne na wewnętrznej stronie firmy, do wykorzystania przez osoby kierujące pracownikami w trakcie spotkań.

- Krótkie informacje o skutkach nieprawidłowej postawy w trakcie pracy.
- Zalecenia i rekomendacje.



Program do wyznaczania przerw w trakcie pracy

- Przypomina o regularnych przerwach w ciągu dnia pracy (30 sekund, 5 minut).
- Pomaga zapobiegać urazom ergonomicznym.
- Monitoruje użycie komputera i zaleca częstotliwość przerw, aby zmniejszyć zmęczenie związane z długotrwałym korzystaniem z komputera.
- Dostępny na każdym komputerze.
- Użytkowanie dobrowolne.



Jak dbamy o zdrowie psychiczne naszych pracowników?

- Aplikacja na telefony komórkowe oferująca pracownikom nowy sposób skupienia się na kwestiach nieklinicznych, takich jak stres, relacje i rozwój osobisty, poprzez poufny coaching. Ponadto w ramach tego programu istnieje możliwość umówienia się na konsultację z psychologiem lub terapeutą, sesje medytacji, sesje grupowe.
- Webinary dla pracowników np. „Dobry sen”, „Jak nie zwariować w dzisiejszym świecie?”, „Zarządzanie sobą w stresie”.
- Tydzień zdrowia psychicznego.



Instruktaż stanowiskowy przy pracy zdalnej

- Strona Sharepoint stworzona z myślą o osobach kierujących pracownikami.
- Zawiera elementy instruktażu zgodnie z rozporządzeniem wraz z przykładami i przydatnymi linkami.
- Informacje są dostosowane zarówno do przeprowadzenia instruktażu dla pracowników zatrudnionych na terenie firmy jak i świadczących pracę w trybie zdalnym oraz hybrydowym.



<p>1. Omówienie warunków pracy z uwzględnieniem elementów pomieszczenia pracy, w którym ma pracować pracownik, mających wpływ na warunki pracy pracownika, takich jak:</p>		<p>1. Discussing working conditions including elements of the workroom in which the employee is supposed to work, affecting the employee's working conditions, such as:</p>	
<p><i>Oświetlenie pomieszczeń pracy (naturalne i elektryczne)</i></p>	<p>Zakup dodatkowego wyposażenia po ustaleniu z przełożonym.</p>	<p><i>Workplace lighting (natural and artificial)</i></p>	<p>Purchase of additional equipment after consultation with the manager.</p>
<p><i>Ogrzewanie oraz wentylacja (naturalna, wymuszona) lub klimatyzacja</i></p>	<p>W okresie letnim zakup wentylatorów - po ustaleniu z przełożonym. W przypadku kiedy pracownik nie ma odpowiednich warunków do pracy z domu- zalecana praca z biur Intel.</p>	<p><i>Heating and ventilation (natural, forced) or air conditioning</i></p>	<p>In the summer, the purchase of fans - after approval with the manager. If the employee does not have the appropriate conditions to work from home, work from Intel offices is recommended.</p>
<p>2. Omówienie warunków pracy z uwzględnieniem elementów stanowiska pracy mających wpływ na bezpieczeństwo i higienę pracy takich jak:</p>		<p>2. Discussing working conditions including elements of the workplace that have an impact on occupational health and safety, such as:</p>	
<p><i>Stanowisko komputerowe (instrukcja stanowiskowa bhp i instrukcja producenta sprzętu) Ergonomia</i></p>	<p>Zakup dodatkowego wyposażenia (monitory, myszka, klawiatura, podnózek, podstawka pod monitor, listwa zasilająca) po otrzymaniu wcześniejszej zgody przełożonego.</p> <p>Jeżeli pracownik będzie potrzebował oceny ergonomicznej - kontakt z ergonomistką</p> <p>Oceny ergonomiczne prowadzone są również online po wcześniejszym zapisaniu się TUTAJ.</p>	<p><i>Computer workstation (occupational safety workplace instruction and instructions from the manufacturer's equipment) Ergonomics</i></p>	<p>Purchase of additional equipment (monitors, mouse, keyboard, footrest, monitor stand, power strip) after manager approval.</p> <p>If the employee needs an ergonomic assessment - contact (ergonomist). Ergonomic assessments are also conducted online after signing up HERE</p>
<p>3. Omówienie ryzyka zawodowego związanego z wykonywaniem czynności mogących wpłynąć na:</p> <p>Karta oceny ryzyka - praca z domu dostępna TUTAJ</p>		<p>3. Discussing the occupational risk related to the performance of activities that may affect:</p> <p>Risk assessment cards are available HERE</p>	

Dokumentacja – oświadczenia BHP do pracy zdalnej

