

**Załącznik nr 1 do Zakładowego Regulaminu Pracy. Wykaz prac szczególnie uciążliwych  
lub szkodliwych dla zdrowia kobiet.**

1. Wszystkie prace, przy których najwyższe wartości obciążenia pracą fizyczną, mierzone wydatkiem energetycznym netto na wykonanie pracy, przekraczają 5000 J na zmianę roboczą, a przy pracy dorywczej – 20 kJ/min.
2. Ręczne podnoszenie i przenoszenie ciężarów o masie przekraczającej :
  - 1) 12 kg – przy pracy stałej,
  - 2) 20 kg – przy pracy dorywczej (do 4 razy na dobę w czasie zmiany roboczej).
3. Ręczne podnoszenie pod górę – po pochylniach, schodach itp., których maksymalny kąt nachylenia przekracza 30°, a wysokość 5m – ciężarów o masie przekraczającej :
  - 1) 8 kg – przy pracy stałej,
  - 2) 15 kg – przy pracy dorywczej (do 4 razy na godzinę w czasie zmiany roboczej).
4. Przewożenie ciężarów o masie przekraczającej :
  - 1) 50 kg – przy przewożeniu na taczkach jednokołowych,
  - 2) 80 kg – przy przewożeniu na wózkach 2,3 i 4 – kołowych,
  - 3) 300 kg – przy przewożeniu na wózkach po szynach.
5. 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.
6. W przypadku przewożenia po powierzchni nierównej w sposób określony w pkt 1 i 2 , masa ciężarów nie może przekraczać 60 % wielkości podanych w tych punktach.
7. Kobietom w ciąży lub karmiącym piersią :
  - 1) wszystkie prace, przy których najwyższe obciążenia pracą fizyczną, mierzone wydatkiem energetycznym netto na wykonanie pracy, przekraczają 2900 kJ na zmianę roboczą,
  - 2) prace wymienione w pkt 2 – 4, jeżeli występuje przekroczenie  $\frac{1}{4}$  określonych w nich wartości,
  - 3) prace w pozycji wymuszonej,
  - 4) prace w pozycji stojącej łącznie ponad 3 godziny w czasie zmiany roboczej.
8. Kobietom w ciąży :
  - 1) prace przy monitorach ekranowych w wymiarze powyżej 4 godzin na dobę,
  - 2) prace kobiet w środowisku, w którym poziom ekspozycji na hałas przekracza 65 dB.
3. Kobietom w ciąży lub karmiącym piersią:
  - 1) prace w warunkach, w których wskaźnik PMV, określony zgodnie z Polską Normą, jest większy od 1,5,
  - 2) prace w warunkach, w których wskaźnik PMV, określony zgodnie z Polską Normą, jest mniejszy od -1,5,
  - 3) prace w środowisku, w którym występują nagłe zmiany temperatury powietrza w zakresie przekraczającym 15 °C.

4. Kobiетom w ciąży:
  - 1) prace w zasięgu pól elektromagnetycznych o natężeniach przekraczających wartości dla strefy bezpiecznej,
  - 2) prace w środowisku, w którym występuje przekroczenie  $\frac{1}{4}$  wartości najwyższych dopuszczalnych natężeń promieniowania nadfioletowego, określonych w przepisach w sprawie najwyższych dopuszczalnych stężeń i natężeń czynników szkodliwych dla zdrowia w środowisku pracy,
5. Kobiетom w ciąży lub karmiącym piersią:
  - 2) prace w warunkach narażenia na promieniowanie jonizujące określone w przepisach prawa atomowego
6. Kobiетom w ciąży lub karmiącym piersią:
  - 6) prace w kontakcie ze szkodliwymi czynnikami biologicznymi wymienionymi w rozporządzeniu Rady Ministrów z dnia 10.09.1996r.
7. Kobiетom w ciąży lub karmiącym piersią:
  - 1) prace w narażeniu na działanie szkodliwych substancji chemicznych wymienionych w rozporządzeniu Rady Ministrów z dnia 10.09.1996r.
8. Kobiетom w ciąży lub karmiącym piersią:
  - 1) prace grożące ciężkimi urazami fizycznymi i psychicznymi wymienionymi w rozporządzeniu Rady Ministrów z dnia 10.09.1996r.

