

Zamestnanci majú počas horúčav právo na nápoje a úpravu pracovného režimu

Horúčavy, ktoré momentálne trápia Slovensko, môžu byť pre ľudí v práci veľmi vyčerpávajúce. Preto majú podľa platnej legislatívy v takýchto dňoch nárok na osobitný prístup zo strany zamestnávateľa.

Ten im musí zabezpečiť:

1. Pitný režim

Firma je povinná na vlastné náklady zadovážiť pitnú vodu, ktorá musí byť dostupná priamo na mieste výkonu práce. Nielenže musí byť zdraviu neškodná, no mala by mať čo najnižší obsah cukru. Dôvod je najmä ten, že sladké nápoje zvyšujú pocit smädu. V bežných teplotných podmienkach preto stačí i pitná voda z vodovodu. Ak taká k dispozícii nie je (napríklad firma nie je napojená na verejnú vodovodnú sieť a využíva iba vlastnú studňu s úžitkovou vodou), náhradou môže byť balená voda. Pri teplotách nad 30 °C sú však pravidlá o niečo prísnejšie. „Zamestnanec má vtedy nárok na studené nápoje. Vhodné sú napríklad minerálky, ale aj ovocné šťavy bez vysokého obsahu cukru. Pri prácach s vysokým energetickým výdajom – napríklad v hutníctve či v stavebníctve, by mali nápoje priamo obsahovať potrebné minerály, ktoré človek potením stráca. Voda z vodovodu už tieto kritériá nespĺňa.

2. Chladenie a tienenie na pracovisku

Zamestnávateľ je vždy povinný zabezpečiť pracovné podmienky, ktoré neohrozujú zdravie jeho zamestnancov. To zahŕňa aj chladenie, vetranie a tienenie na pracovisku. „Najefektívnejším riešením počas tropických horúčav je klimatizácia, no aj tá by sa mala používať opatrne. Jej výduchy by nemali smerovať priamo na zamestnancov, potrebné je aj pravidelné čistenie klimatizačných filtrov, v opačnom prípade hrozí jej zanesenie plesňami či prachom, čo môže ohrozovať zdravie zamestnancov. Ak klimatizácia k dispozícii nie je, pomôcť môže i ventilátor (ani ten by nemal priamo mieriť na zamestnancov) či tienenie pomocou žalúzií.

3. Úprava pracovného režimu

Ak vysoké horúčavy vyvolávajú riziko ohrozenia zdravia zamestnanca, malo by dôjsť aj k ďalším opatreniam. Zamestnávateľ by mal upraviť pracovný režim tak, aby k žiadnemu zdravotnému hazardu nedošlo. To sa dá dosiahnuť extra pracovnými prestávkami, skrátením a úpravou pracovného času či zmenou miesta vykonávania práce (napríklad presunom z vonkajších priestorov do chladeného interiéru).

Pracovné podmienky a teplo

Zamestnávateľ má zabezpečiť pre svojich zamestnancov na pracovisku optimálne mikroklimatické podmienky, ktoré majú byť v prvom rade vytvorené stavebným riešením budovy a prípadne aj technickým zariadením. Na pracoviskách, kde zamestnanci vykonávajú dlhodobú prácu a nie je možné zabezpečiť optimálne mikroklimatické podmienky, zamestnávateľ zabezpečí aspoň prípustné podmienky, s výnimkou pracoviska vyžadujúceho osobitné tepelné podmienky alebo pracoviska, na ktorom nemožno technickými prostriedkami odstrániť záťaž teplom alebo chladom z technologických procesov, a s výnimkou mimoriadne teplých dní. Mimoriadne teplý deň je vtedy, keď teplota vzduchu v tieni prekročí 30 stupňov Celzia. Podľa priemerného energetického výdaja pri práci sa rozlišujeme celkom sedem tried prác. V teplom období roka majú byť dodržané tieto podmienky pre jednotlivé nižšie uvedené triedy práce:

Trieda práce 1 a:

- je bežnou administratívnou prácou, ide o prácu posediačky s minimálnou pohybovou aktivitou. ako je písanie na počítači, triedenie drobných predmetov a pod. Optimálna teplota pre teplé obdobie roka je 23 až 27 °C, prípustná 20 až 28 °C.

Trieda práce 1 b

- zahŕňa najmä riadenie osobného motorového vozidla, prácu postojačky občas spojenú s pomalou chôdzou po rovnej podlahe s prenášaním ľahkých bremien (predavači, montéri, opracovanie malých dielov a pod.). Optimálna teplota pre teplé obdobie roka je 22 až 25 °C, prípustná 19 až 27 °C.

Trieda práce 1 c

- je práca posediačky so stálym zapojením oboch rúk, ramien a nôh (práce v potravinárskej výrobe, práca mechanikov, strojové opracovanie a montáž stredne ťažkých dielcov) ako aj práca postojačky s trvalým zapojením oboch rúk, ramien a nôh spojená s prenášaním bremien do 10 kg (práca predavačov pri veľkej frekvencii zákazníkov a pod.). Optimálna teplota pre teplé obdobie roka je 20 až 24 °C, prípustná 17 až 26 °C.

Trieda práce 2

- je stála práca rukami a ramenami, práca ramenom a nohou, práca ramenami a trupom (práca s pneumatickým kladivom, montáž vozidiel, manipulácia so stredne ťažkými bremenami do 15 kg spojená s občasným prenášaním, práca v stavebníctve – omietanie a pod., záhradnícka práca, ručné upratovanie veľkých plôch, čistenie okien), chôdza rýchlosťou 3,5 až 5,5 km/h. Optimálna teplota pre teplé obdobie roka je 17 až 21 °C, prípustná 12 až 25 °C.

Trieda práce 3

- zahŕňa intenzívnu prácu ramenami a trupom (manipulácia s ťažkými bremenami do 25 kg, práca s lopatou, práca s motorovou pílou, ručné kosenie, kopanie), tlačenie alebo ťahanie ručných vozíkov s ťažkým nákladom, kladenie betónových tvárnic, chôdza rýchlosťou 5,5 až 7,0 km/h. Optimálna ani prípustná teplota sa v tejto kategórii nestanovuje.

Trieda práce 4

- je veľmi intenzívna činnosť v rýchlom až maximálnom tempe (práca so sekerou, intenzívna práca s lopatou alebo výkopové práce, ručné kovanie veľkých kusov, transport ťažkých bremien do 50 kg, chôdza po schodoch, na rampu alebo stúpanie po rebríku), rýchla chôdza viac ako 7,0 km/h, beh. Optimálna ani prípustná teplota sa v tejto kategórii nestanovuje.
- Povinnosťou zamestnávateľa je zabezpečiť pre zamestnancov optimálne mikroklimatické podmienky.
- Nariadenie vlády SR č. 544/2007 Z. z., www.uvzsr.sk, IOZ

Legislatíva, ktorá upravuje povinnosti zamestnávateľa pri horúčavách

Zákon č. 311/2001 Z.z., Zákonník práce

Zákon č. 355/2007 Z.z., o ochrane, podpore a rozvoji verejného zdravia

Vyhláška Ministerstva zdravotníctva č. 99/2016 Z.z., o podrobnostiach o ochrane zdravia pred záťažou teplom a chladom, ktorá ustanovuje:

1. triedy práce podľa celkového priemerného energetického výdaja pri práci zamestnanca
2. optimálne a prípustné hodnoty faktorov tepelno-vlhkostnej mikroklimy vnútorného pracovného prostredia,
3. únosnú záťaž teplom a chladom pri práci
4. ochranné a preventívne opatrenia pri záťaži teplom a chladom pri práci
5. prípustné povrchové teploty pevných materiálov a teploty kvapalín, s ktorými prichádza do kontaktu pokožka zamestnanca
6. pitný režim zamestnanca
7. hodnotenie zdravotného rizika
8. prevádzkový poriadok

Teplé obdobie je obdobie s priemernou dennou vonkajšou teplotou vzduchu 13 °C a vyššou; ak priemerná denná teplota počas dvoch po sebe nasledujúcich dní klesne pod 13 °C, hodnotí sa prostredie podľa hodnôt pre chladné obdobie.

Mimoriadne teplý deň je deň, v ktorom teplota vonkajšieho vzduchu nameraná v tieni dosiahla hodnotu vyššiu ako 30 °C.

Pitný režim

1. Pitný režim pri záťaži teplom je dopĺňanie dostatočného množstva tekutín a minerálnych látok stratených pri práci do organizmu.
2. Pitný režim pri záťaži chladom pomáha udržiavať teplotu vnútorného prostredia organizmu.
3. Zamestnávateľ zabezpečuje pri záťaži teplom zamestnancovi na svoje náklady pitnú vodu na mieste výkonu práce alebo na inom vhodnom mieste určenom vnútorným predpisom zamestnávateľa.
4. Zamestnávateľ pri záťaži teplom zamestnancovi, ktorý vykonáva dlhodobú prácu zaradenú v triede 1b až 4, poskytuje na svoje náklady aj minerálne nápoje, ktorými sa doplnia tekutiny a minerálne látky stratené potením a dýchaním:
 1. ak sú splnené podmienky na úpravu času práce alebo ak sa predpokladá takáto úprava času práce, alebo
 2. pri dlhodobej práci na vonkajšom pracovisku počas mimoriadne teplých dní.

Firma je povinná na vlastné náklady zadovážiť pitnú vodu, ktorá musí byť dostupná priamo na mieste výkonu práce.

Okrem pitného režimu má zamestnávateľ v čase horúčav zabezpečiť dostatočný prívod čerstvého vzduchu so zreteľom na používané pracovné postupy a fyzickú záťaž zamestnancov, napr. vetraním (ventilátormi, vzduchotechnikou či klimatizáciou) spôsobom, aby zamestnanci neboli vystavení prievanu spôsobujúcemu tepelnú nepohodu, ďalej by mal zamestnávateľ zabezpečiť tienenie na zabránenie prenikaniu priamych slnečných lúčov cez okná alebo svetlíky (žalúziami, roletami), úpravu pracovného času, napríklad posunutím začiatku na skoršie ranné hodiny, zaradovanie prestávok na osvieženie a oddych (použitím sprchy na pracovisku, občasným pohybom v chladnejšej miestnosti), vhodné pracovné odevy (jednovrstvové, podľa možnosti svetlej farby a z prírodných materiálov), zníženie intenzity pracovných výkonov najmä pri fyzicky náročnej práci alebo pri prácach s vysokými požiadavkami na sústredenosť a duševné vypätie (vyhnúť sa práci cez obed), prípadne skrátenie pracovného času.

V prípade, že zamestnávateľ nespĺňa povinnosti pri pôsobení horúčav, môže mu príslušný regionálny úrad verejného zdravotníctva uložiť pokutu až do výšky 50 000 eur.