

## REGULAMIN PRACY ZDALNEJ

### *Świadczonej przez pracowników Miejskiego Ośrodka Pomocy Społecznej w Wąbrzeźnie*

#### § 1

#### Postanowienia ogólne

1. Regulamin pracy zdalnej świadczonej przez pracowników MOPS określa zasady organizacji pracy zdalnej oraz prawa i obowiązki Pracownika i Pracodawcy w tym zakresie.
2. Naruszenie zasad wykonywania pracy zdalnej stanowi naruszenie obowiązków pracowniczych.
3. Wykonywanie pracy zdalnej jest możliwe tylko przez pracowników, których specyfika pracy umożliwia jej wykonywanie poza zakładem pracy i poza stanowiskiem zorganizowanym przez pracodawcę.
4. Całkowita praca zdalna świadczona przez pracowników MOPS Wąbrzeźno **nie jest możliwa** z uwagi na specyfikę pracy Ośrodka. Dopuszcza się model hybrydowej pracy zdalnej (w oparciu o miesięczny harmonogram pracy zdalnej ustalany z bezpośrednim przełożonym) oraz pracy zdalnej okazjonalnej jedynie na niektórych stanowiskach pracy związanych z pracą biurową, o ile nie zakłóci to normalnego funkcjonowania pracy Ośrodka i nie nałoży dodatkowych obowiązków dla pracowników wykonujących pracę stacjonarnie.
5. Pracodawca dopuszcza możliwość porozumiewania się w postaci elektronicznej z pracownikiem wykonującym pracę zdalną. Dokumenty wymagające formy pisemnej mogą zostać przedstawione w terminie późniejszym, po przesłaniu ich w wersji elektronicznej

#### § 2

#### Zastosowane definicje

Ilekroć w Regulaminie jest mowa:

- **Pracodawcy** należy przez to rozumieć Miejski Ośrodek Pomocy Społecznej reprezentowany przez Dyrektora,
- **Pracownika** należy przez to rozumieć każdą osobę zatrudnioną w MOPS Wąbrzeźno na podstawie umowy o pracę,
- **Pracy zdalnej** należy przez to rozumieć pracę wykonywaną całkowicie lub częściowo w miejscu wskazanym przez pracownika i każdorazowo uzgodnionym z pracodawcą, w tym pod adresem zamieszkania pracownika, w szczególności z wykorzystaniem środków bezpośredniego porozumiewania się na odległość,
- **Ustawie** należy przez to rozumieć ustawę z dnia 1 grudnia 2022 r. o zmianie ustawy – Kodeks pracy oraz niektórych innych ustaw (Dz. U. z 2023 poz.240).

**§ 3**

**Rodzaje pracy zdalnej**

1. Uzgodnienia pomiędzy pracodawcą i pracownikiem dotyczące pracy zdalnej mogą dotyczyć:
  - a) pracy zdalnej przy określaniu warunków umowy o pracę,
  - b) pracy zdalnej ustalanej podczas zatrudnienia pracownika (z inicjatywny pracodawcy lub na wniosek pracownika), w tym:
    - 1) praca zdalna częściowa tzn. hybrydowa praca zdalna – praca wykonywana częściowo w zakładzie pracy a częściowo w formie pracy zdalnej,
  - c) pracy zdalnej okazjonalnej wykonywanej każdorazowo na wniosek złożony przez pracownika do pracodawcy (w formie pisemnej bądź elektronicznej) świadczonej w nieprzekraczalnym wymiarze 24 dni w roku kalendarzowym, po uzyskaniu zgody pracodawcy.

**§ 4**

**Warunki podjęcia pracy zdalnej**

1. Z wnioskiem o pracę zdalną może wystąpić pracownik (**załącznik nr 1**), bądź praca zdalna może zostać pracownikowi polecona (**załącznik nr 2**). Każdorazowo pracownik zobowiązany jest złożyć oświadczenie stanowiące **załącznik nr 3** do Regulaminu.
2. Wniosek może zostać złożony w postaci papierowej bądź elektronicznej.
3. Pracodawca jest obowiązany uwzględnić wniosek pracownika dotyczący pracy zdalnej w przypadku:
  - a) pracownicy w ciąży,
  - b) pracownika wychowującego dziecko do ukończenia przez nie 4 roku życia,
  - c) pracownika sprawującego opiekę nad innym członkiem najbliższej rodziny lub inną osobą pozostającą we wspólnym gospodarstwie domowym posiadającą orzeczenie o niepełnosprawności, albo orzeczenie o znacznym stopniu niepełnosprawności,
  - d) pracownika, o którym mowa w art. 142<sup>1</sup> § 1 pkt 2 i 3, również po ukończeniu przez dziecko 18 roku życia,  
chyba, że nie jest to możliwe ze względu na organizację pracy lub rodzaj pracy wykonywanej przez pracownika. O przyczynach odmowy wniosku pracodawca informuje pracownika w terminie 7 dni roboczych.
4. Wykonywanie pracy zdalnej z polecenia pracodawcy następuje w okresie:
  - a) obowiązywania stanu nadzwyczajnego, stanu zagrożenia epidemicznego lub stanu epidemii oraz w okresie 3 miesięcy po ich odwołaniu,
  - b) w którym zapewnienie przez pracodawcę bezpiecznych i higienicznych warunków pracy w dotychczasowym miejscu pracy pracownika nie jest czasowo możliwe z powodu działania siły wyższej.
5. Polecenie wykonywania pracy zdalnej przez pracownika może zostać cofnięte w każdym czasie, z zachowaniem co najmniej dwudniowego wyprzedzenia.
6. W przypadku zmiany warunków lokalowych i technicznych uniemożliwiających wykonywanie pracy zdalnej pracownik informuje każdorazowo pracodawcę (w formie papierowej lub elektronicznej). W takim przypadku pracodawca niezwłocznie cofa polecenie wykonywania pracy zdalnej.
7. W przypadku pracy zdalnej ustalanej podczas zatrudnienia pracownika każda ze stron umowy o pracę może wystąpić z wnioskiem (w postaci papierowej lub elektronicznej) o zaprzestanie jej wykonywania i powrót do poprzednich warunków. Strony ustalają termin przywrócenia do poprzednich warunków nie dłuższy niż 30 dni od dnia otrzymania

**REGULAMIN PRACY ZDALNEJ ŚWIADCZONEJ PRZEZ PRACOWNIKÓW  
MIEJSKIEGO OŚRODKA POMOCY SPOŁECZNEJ W WĄBRZEŹNIE**

---

wniosku. W razie braku porozumienia przywrócenie poprzednich warunków wykonywania pracy następuje w dniu następującym po upływie 30 dni od dnia otrzymania wniosku (**załącznik nr 4** do Regulaminu).

8. W przypadku pracy zdalnej ustalonej podczas zatrudnienia pracownika pracodawca zawiera z pracownikiem porozumienie stanowiące **załącznik nr 5** do Regulaminu.
9. Fakt rozpoczęcia i zakończenia pracy pracownik winien zgłosić bezpośrednio przełożonemu w sposób wcześniej ustalony (telefonicznie poprzez rozmowę lub sms, wiadomość na adres e-mail). W przypadku niemożności kontaktu z bezpośrednim przełożonym informacja ta może zostać przekazana do Centrum Usług Wspólnych bądź Sekretariatu ośrodka.
10. Fakt zgłoszenia przez pracownika rozpoczęcia i zakończenia pracy bezpośredni przełożony odnotowuje w wykazie zgłoszeń (wzór – **załącznik nr 8**) i jest on podstawą rozliczenia czasu pracy podległego pracownika (Wykaz zgłoszeń jest traktowany jako lista obecności – rejestr godzin pracy).

**§ 5**

**Warunki podjęcia pracy zdalnej okazjonalnej**

1. Z wnioskiem o **pracę zdalną okazjonalną** występuje pracownik (**załącznik nr 6** do Regulaminu).
2. Praca zdalna okazjonalna przysługuje maksymalnie przez 24 dni w roku kalendarzowym, po uzyskaniu zgody pracodawcy na jej wykonywanie.
3. Pracownik organizuje stanowisko pracy zdalnej, uwzględniając wymagania ergonomii i zasad BHP.
4. Zapisy dotyczące kontroli podczas wykonywania pracy zdalnej stosuje się zgodnie z zapisami § 11, ochrony bezpieczeństwa informacji i danych osobowych zgodnie z zapisami § 9, zasadami bhp, zgodnie z zapisami § 10.

**§ 6**

**Prawa i obowiązki Pracodawcy**

1. Do obowiązków pracodawcy należy **właściwe organizowanie procesu pracy**, z uwzględnieniem realizacji bieżących zadań oraz obowiązujących norm czasu pracy.
2. Bezpośredni przełożony pracownika jest zobowiązany do przekazywania zadań pracownikowi oraz udzielania informacji merytorycznych.
3. Pracodawca może polecić pracownikowi prowadzenie ewidencji wykonywanych czynności oraz przekazywania sprawozdań określając formę i częstotliwość ich przekazania.
4. W przypadku powzięcia informacji od pracownika o zmianie warunków lokalowych i technicznych uniemożliwiających wykonywanie pracy zdalnej pracodawca niezwłocznie cofa polecenie wykonywania pracy zdalnej.
5. Pracodawca określa procedury ochrony danych podczas wykonywania pracy zdalnej przez pracownika, żąda potwierdzenia zapoznania się pracownika z tymi zapisami przez złożenie odpowiedniego oświadczenia oraz ma prawo kontroli dotyczących przestrzegania zasad bezpieczeństwa danych osobowych.
6. Pracodawca określa procedury BHP podczas wykonywania pracy zdalnej przez pracownika oraz żąda potwierdzenia zapoznania się pracownika z tymi zapisami przez złożenie odpowiedniego oświadczenia oraz ma prawo kontroli dotyczących przestrzegania zasad bezpieczeństwa i higieny pracy.
7. Pracodawca określa zasady zwrotu kosztów poniesionych przez pracownika podczas wykonywania pracy zdalnej.

**REGULAMIN PRACY ZDALNEJ ŚWIADCZONEJ PRZEZ PRACOWNIKÓW  
MIEJSKIEGO OŚRODKA POMOCY SPOŁECZNEJ W WĄBRZEŹNIE**

---

8. Pracodawca umożliwia pracownikowi wykonującemu pracę zdalną przebywanie na terenie zakładu pracy, kontaktowanie się z innymi pracownikami, korzystanie z pomieszczeń i urządzeń pracodawcy, zakładowych obiektów socjalnych i poprowadzonej działalności socjalnej.
9. Pracodawca ma obowiązek i prawo dokonywania kontroli skuteczności wykonywania pracy zdalnej i w tym celu może żądać informacji o jej wynikach w formie ewidencji wykonywanych czynności w formie i z częstotliwością określoną w poleceniu lub porozumieniu z pracownikiem.
10. W przypadku stwierdzenia, że pracownik nienależycie wykonuje swe obowiązki służbowe podczas pracy zdalnej Pracodawca może zastosować wobec pracownika konsekwencje określone w Regulaminie pracy.

**§ 7**

**Prawa i obowiązki Pracownika**

1. Pracownik przed dopuszczeniem go do wykonywania pracy zdalnej jest obowiązany do złożenia oświadczenia (w postaci papierowej lub elektronicznej) potwierdzającego, że na stanowisku pracy zdalnej w miejscu przez niego wskazanym i uzgodnionym z pracodawcą są zapewnione bezpieczne i higieniczne warunki pracy. Pracownik organizuje stanowisko pracy zdalnej, z uwzględnieniem wymagań ergonomii.
2. Podczas świadczenia pracy zdalnej pracownik zobowiązany jest do:
  - 1) pozostawania w stałym kontakcie z przełożonym, w szczególności na bieżąco sprawdzając pocztę elektroniczną, odpowiadając na wiadomości, będąc w pełnej dostępności za pomocą telefonu bądź innego uzgodnionego z przełożonym środka łączności,
  - 2) niezwłocznego przyjmowania zleconych czynności i wykonywania ich,
  - 3) wykorzystywania powierzonego przez pracodawcę sprzętu wyłącznie do celów służbowych (jeśli dotyczy),
  - 4) wykonywania pracy zgodnie z ustalonym rozkładem czasu pracy i wykorzystywaniem go wyłącznie na sprawy służbowe,
  - 5) stosowania obowiązujących u pracodawcy procedur ochrony danych osobowych w warunkach pracy zdalnej oraz zasad poufności i bezpiecznego i higienicznego wykonywania pracy zdalnej,
  - 6) niezwłocznego powiadomienia pracodawcy w przypadku zmiany warunków lokalowych i technicznych uniemożliwiających wykonywanie pracy zdalnej,
  - 7) potwierdzania obecności w pracy,
  - 8) organizacji stanowiska pracy w sposób zapewniający bezpieczne i higieniczne warunki pracy,
  - 9) niezwłocznego stawienia się na każde wezwanie pracodawcy w siedzibie Ośrodka,
  - 10) umożliwienie pracodawcy bądź osobom działającym w jego imieniu do dokonywania czynności mających na celu instalację, inwentaryzację, konserwację, aktualizację oprogramowania oraz serwis powierzonych pracownikowi narzędzi pracy, w tym umożliwienie dokonania takich czynności z wykorzystaniem środków bezpośredniego porozumiewania się na odległość.
3. Pracownik, który chciałby skorzystać z możliwości wyjścia z pracy w celu załatwienia spraw prywatnych jest zobowiązany do uzyskania zgody przełożonego oraz powiadomienia go o godzinie wyjścia i godzinie powrotu do pracy.
4. Pracownik wykonujący pracę zdalną nie może być w jakikolwiek sposób dyskryminowany z tego powodu, jak również z powodu odmowy wykonywania takiej pracy.
5. Pracownik wykonujący pracę zdalną ma równe prawa jak pozostali pracownicy w zakresie:

**REGULAMIN PRACY ZDALNEJ ŚWIADCZONEJ PRZEZ PRACOWNIKÓW  
MIEJSKIEGO OŚRODKA POMOCY SPOŁECZNEJ W WĄBRZEŹNIE**

---

możliwości przebywania na terenie zakładu pracy, kontaktowania się z innymi pracownikami, korzystania z pomieszczeń i urządzeń pracodawcy, zakładowych obiektów socjalnych i poprowadzonej działalności socjalnej.

6. Pracownik ma prawo do wsparcia technicznego, w przypadku awarii lub nieprawidłowego działania urządzeń technicznych ze strony pracodawcy.
7. Pracownik ma obowiązek informowania bezpośredniego przełożonego o niemożności wykonywania powierzonych obowiązków, z związku z wystąpieniem zjawisk siły wyższej np. brakiem prądu, problemem z internetem itd.
8. W razie wypadku przy pracy pracownik, który uległ wypadkowi, jeśli stan zdrowia na to pozwala, jest zobowiązany zawiadomić o nim bezzwłocznie bezpośredniego przełożonego/służby bhp oraz udostępnić miejsce wypadku członkom zespołu powypadkowego.

**§ 8**

**Powierzenie urządzeń pracodawcy do pracy zdalnej i zasady ponoszenia kosztów przez pracodawcę oraz zasady wykorzystania urządzeń nie powierzonych przez pracodawcę**

1. Pracodawca jest obowiązany zapewnić pracownikowi wykonującemu pracę zdalną:
  - a) materiały i narzędzia pracy, w tym urządzenia techniczne niezbędne do jej wykonywania,
  - b) instalację, serwis, konserwację narzędzi pracy lub pokryć ich koszty,
  - c) szkolenia oraz pomoc techniczną oraz
  - d) pokryć koszty energii elektrycznej oraz usług telekomunikacyjnych niezbędnych do wykonywania pracy zdalnej,
  - e) pokryć inne koszty bezpośrednio związane z wykonywaniem pracy zdalnej, jeśli zwrot tych kosztów został ustalony w porozumieniu zawartym pomiędzy pracownikiem a pracodawcą.
2. Pracodawca pokrywa pracownikowi wykonującemu pracę w formie zdalnej następujące koszty, z zastrzeżeniem ust.9:
  - a) energii elektrycznej;
  - b) usług telekomunikacyjnych niezbędnych do wykonywania pracy zdalnej w formie ryczału.
3. Ryczałt za energię elektryczną stanowi iloczyn stawki za jednostkę energii elektrycznej wyrażonej w kWh dla gospodarstw domowych obowiązującej w danym roku oraz wartości średniego zużycia energii przez sprzęt komputerowy i oświetlenie stanowiska pracy pomnożony przez łączny czas pracy zdalnej.
4. Ryczałt za łącze internetowe odpowiada iloczynowi uśrednionej dziennej lub godzinowej stawce za usługę dostępu do internetu oraz łącznej liczbie godzin pracy zdalnej .
5. Stawki za jednostkę energii elektrycznej, średnie zużycie energii elektrycznej przez sprzęt komputerowy i oświetlenie stanowiska pracy zdalnej oraz uśrednione dzienne, godzinowe ceny za łącze internetowe określa odrębne Zarządzenie Starosty.
6. Pracownik otrzymuje rozliczenie w terminie 30 dni od zakończenia miesiąca, w którym wykonywał pracę zdalną.
7. Pracownikowi, który przebywał w danym miesiącu kalendarzowym na usprawiedliwionej nieobecności w pracy, przysługuje ryczałt wyłącznie za faktycznie przepracowaną ilość dni roboczych.
8. Pracownikowi zatrudnionemu w niepełnym wymiarze czasu pracy wysokość ryczału ustala się proporcjonalnie do jego wymiaru czasu pracy, z uwzględnieniem ust.7.
9. Pracownikowi przebywającemu na okazjonalnej pracy zdalnej nie przysługuje ryczałt z tego tytułu.
10. Ryczałt wypłacany będzie pracownikowi na rachunek bankowy, na który następuje p rzelew wynagrodzenia ze stosunku pracy, w terminie wypłaty tego wynagrodzenia.

**§ 9**

**Ochrona bezpieczeństwa informacji i danych osobowych**

1. Przy wykonywaniu pracy zdalnej pracownik jest zobowiązany do przestrzegania postanowień zawartych w Procedurze ochrony danych osobowych w trakcie pracy zdalnej, stanowiącej **załącznik nr 10** do Regulaminu.

**§ 10**

**Zasady bhp**

1. Przed dopuszczeniem do wykonywania pracy zdalnej pracownik potwierdza w oświadczeniu składanym w postaci papierowej lub elektronicznej zapoznanie się z przygotowaną przez pracodawcę oceną ryzyka zawodowego, informacją zawierającą zasady bezpiecznego i higienicznego wykonywania pracy zdalnej oraz zobowiązuje się do ich przestrzegania - **załącznik nr 11** do Regulaminu.

**§ 11**

**Kontrola pracy zdalnej**

1. Pracodawca ma prawo przeprowadzić kontrolę wykonywania pracy zdalnej przez pracownika:
  - a) pod względem merytorycznym tj. bieżący nadzór nad wykonywaniem powierzonych zadań oraz pełnego wykorzystania czasu pracy,
  - b) w razie podejrzenia, że pracownik jest w stanie po użyciu alkoholu lub zażycia środków działających podobnie do alkoholu,
  - c) w zakresie bezpieczeństwa i higieny pracy,
  - d) przestrzegania wymogów w zakresie bezpieczeństwa i ochrony informacji, w tym procedur ochrony danych osobowych.
2. Kontrolę przeprowadza się w porozumieniu z pracownikiem w miejscu wykonywania pracy zdalnej w godzinach pracy pracownika.
3. Wykonywanie czynności kontrolnych nie może naruszać prywatności pracownika wykonującego pracę zdalną i innych osób ani utrudniać korzystania z pomieszczeń domowych w sposób zgodny z ich przeznaczeniem.
4. Uchybienia stwierdzone podczas kontroli pracownik ma obowiązek usunąć we wskazanym przez pracodawcę terminie, a Pracodawca po ich stwierdzeniu może cofnąć zgodę na wykonywanie pracy zdalnej przez tego pracownika w terminie przez niego ustalonym.

**§ 12**

**Postanowienia końcowe**

W sprawach nieuregulowanych niniejszym regulaminem mają zastosowanie wewnętrzne procedury MOPS Wąbrzeźno oraz przepisy prawa powszechnie obowiązującego.

**REGULAMIN PRACY ZDALNEJ ŚWIADCZONEJ PRZEZ PRACOWNIKÓW  
MIEJSKIEGO OŚRODKA POMOCY SPOŁECZNEJ W WĄBRZEŹNIE**

---

Załącznik Nr 1  
do Regulaminu pracy zdalnej świadczonej przez pracowników MOPS  
Wąbrzeźno

.....  
Imię i nazwisko pracownika

.....  
Stanowisko

**Dyrektor  
Miejskiego Ośrodka Pomocy Społecznej w Wąbrzeźnie  
w miejscu**

**WNIOSEK PRACOWNIKA O PRACĘ ZDALNĄ**

Zgodnie z art. 67<sup>19</sup> § 2 ustawy z dnia 1 grudnia 2022 r. o zmianie ustawy – Kodeks pracy oraz niektórych innych ustaw

**składam wniosek o uzgodnienia pracy zdalnej.**

**Oświadczam, że:**

- jestem pracownicą w ciąży,
- jestem pracownikiem wychowującym dziecko do ukończenia przez nie 4 roku życia,
- jestem pracownikiem sprawującym opiekę nad innym członkiem najbliższej rodziny lub inną osobą pozostającą we wspólnym gospodarstwie domowym posiadającą orzeczenie o niepełnosprawności, albo orzeczenie o znacznym stopniu niepełnosprawności,
- jestem pracownikiem, o którym mowa w art. 142<sup>1</sup> § 1 pkt 2 i 3 k.p.

**właściwie zaznaczyć**

**Pracę zdalną chcę wykonywać w okresie:**

.....

**Pod adresem:** .....

\_\_\_\_\_  
podpis pracownika

**REGULAMIN PRACY ZDALNEJ ŚWIADCZONEJ PRZEZ PRACOWNIKÓW  
MIEJSKIEGO OŚRODKA POMOCY SPOŁECZNEJ W WĄBRZEŹNIE**

---

Załącznik Nr 2  
do Regulaminu pracy zdalnej świadczonej przez pracowników MOPS  
Wąbrzeźno

**Pan/i**

.....  
**w miejscu**

**POLECENIE PRACY ZDALNEJ**

Na podstawie art. 67<sup>19</sup> § 3 pkt .... ustawy z dnia 1 grudnia 2022 r. o zmianie ustawy – Kodeks pracy oraz niektórych innych ustaw

**- polecam P A N I / U -**

wykonywanie w okresie **od** ..... **do**....., pracy określonej w umowie o pracę poza miejscem jej stałego wykonywania w szczególności z wykorzystaniem środków bezpośredniego porozumiewania się na odległość.

Jednocześnie zobowiązuję do przestrzegania zasad organizacyjnych, zasad bhp, ochrony danych osobowych oraz ustalonych zasad potwierdzania obecności w pracy, zgodnie z zapisami *Regulaminu pracy zdalnej świadczonej przez pracowników MOPS Wąbrzeźno*.

.....  
Dyrektor MOPS Wąbrzeźno

Potwierdzam odbiór polecenia pracy zdalnej

.....  
Podpis pracownika

W przypadku cofnięcia polecenia wykonywania pracy zdalnej zostanie Pani/Pan powiadomiony z co najmniej dwudniowym wyprzedzeniem.



**REGULAMIN PRACY ZDALNEJ ŚWIADCZONEJ PRZEZ PRACOWNIKÓW  
MIEJSKIEGO OŚRODKA POMOCY SPOŁECZNEJ W WĄBRZEŹNIE**

---

Załącznik Nr 3

do Regulaminu pracy zdalnej świadczonej przez pracowników MOPS  
Wąbrzeźno

.....  
Imię i nazwisko pracownika

.....  
Stanowisko

**OŚWIADCZENIE PRACOWNIKA O POSIADANIU WARUNKÓW  
LOKALOWYCH I TECHNICZNYCH DO WYKONYWANIA PRACY  
ZDALNEJ**

Oświadczam, że posiadam odpowiednie warunki lokalowe i techniczne do wykonywania pracy zdalnej w uzgodnionym z Pracodawcą miejscu wykonywania pracy tj. w moim miejscu zamieszkania pod adresem

.....

Oświadczam przy tym, że znane mi są wymogi dotyczące wyposażenia i organizacji stanowiska pracy określone w Rozporządzeniu Ministra Pracy i Polityki Socjalnej w sprawie bezpieczeństwa i higieny pracy na stanowiskach wyposażonych w monitory ekranowe i potwierdzam, że miejsce pracy w którym będę wykonywać pracę zdalną spełnia wymogi w zakresie posiadania odpowiedniego stołu, krzesła i oświetlenia.

W przypadku zmiany warunków w tym zakresie zobowiązuję się niezwłocznie poinformować o tym fakcie Pracodawcę.

\_\_\_\_\_  
Data i podpis pracownika

**REGULAMIN PRACY ZDALNEJ ŚWIADCZONEJ PRZEZ PRACOWNIKÓW  
MIEJSKIEGO OŚRODKA POMOCY SPOŁECZNEJ W WĄBRZEŹNIE**

---

Załącznik Nr 4  
do Regulaminu pracy zdalnej świadczonej przez pracowników MOPS  
Wąbrzeźno

Wąbrzeźno, dnia .....

.....  
Imię i nazwisko pracownika

.....  
Stanowisko

**Dyrektor  
Miejskiego Ośrodka Pomocy Społecznej w Wąbrzeźnie  
w miejscu**

**WNIOSEK O ZAPRZESTANIE WYKONYWANIA PRACY ZDALNEJ  
I PRZYWRÓCENIE POPRZEDNICH WARUNKÓW WYKONYWANIA PRACY**

Zgodnie z art. 67<sup>22</sup> § 1 ustawy z dnia 1 grudnia 2022 r. o zmianie ustawy – Kodeks pracy oraz niektórych innych ustaw **wnoszę** o zaprzestanie wykonywania pracy zdalnej i przywrócenie poprzednich warunków wykonywania pracy.

Jako termin przywrócenia poprzednich warunków wykonywania pracy proponuję dzień ....., nie później jednak niż 30 dni od dnia otrzymania przedmiotowego wniosku.

\_\_\_\_\_  
podpis pracodawcy/pracownika

**REGULAMIN PRACY ZDALNEJ ŚWIADCZONEJ PRZEZ PRACOWNIKÓW  
MIEJSKIEGO OŚRODKA POMOCY SPOŁECZNEJ W WĄBRZEŹNIE**

---

Załącznik Nr 5

do Regulaminu pracy zdalnej świadczonej przez pracowników MOPS  
Wąbrzeźno

## **POROZUMIENIE DOTYCZĄCE WYKONYWANIA PRACY ZDALNEJ**

zawarte w dniu..... pomiędzy:

..... zwanym dalej pracodawcą , a  
..... zamieszkałym ..... PESEL      zwanym dalej pracownikiem,  
zwanymi dalej łącznie stronami.

### **§ 1**

Pracownik będzie wykonywał pracę poza zakładem pracy w miejscu przez siebie wskazanym i uzgodnionym z pracodawcą (praca zdalna) w swoim miejscu zamieszkania, pod adresem:

.....

### **§ 2**

W związku z wykonywaniem pracy zdalnej informuję, że osobą odpowiedzialną za współpracę z Pracownikiem podczas wykonywania pracy zdalnej jest .....

### **§ 3**

W czasie wykonywania pracy zdalnej Pracownik obowiązany jest do porozumiewania się z przełożonym i wszystkimi innymi pracownikami poprzez służbową pocztę elektroniczną i telefonicznie. **Pracownik będzie dostępny w godzinach wykonywanej pracy zarówno poprzez pocztę elektroniczną , jak i przez telefon.**

### **§ 4**

Fakt rozpoczęcia i zakończenia pracy codziennie Pracownik zgłasza bezpośrednio przełożonemu w sposób wcześniej ustalony (telefonicznie poprzez rozmowę lub sms, wiadomość na adres e-mail). W przypadku niemożności kontaktu z bezpośrednim przełożonym informacja ta może zostać przekazana do Działu Kadr bądź Sekretariatu Ośrodka.

### **§ 5**

W celu wykonywania pracy zdalnej zostaje Pracownikowi powierzony służbowy sprzęt wraz z oprogramowaniem tj: ..... Pracownik odpowiada za bezpieczne przechowywanie sprzętu, zapewnienie braku dostępu do niego przez osoby niepowołane, przestrzeganie zasad serwisowania i konserwacji sprzętu i systemów informatycznych.

### **§ 6**

W czasie świadczenia pracy zdalnej Pracownik może korzystać z pomocy technicznej informatyków MOPS.

### **§ 7**

W okresie wykonywania pracy zdalnej Pracownik jest zobowiązany do każdorazowego stawienia się w siedzibie Pracodawcy tj. pod adresem: ..... **na każde wezwanie pracodawcy w ustalonych godzinach wykonywania swojej pracy.**

### **§ 8**

W związku z wykonywaniem pracy zdalnej pracodawca będzie wypłacał **miesięczny ryczałt**, którego wysokość odpowiada przewidywanym kosztom ponoszonym przez pracownika w związku z pracą zdalną. Wysokość miesięcznego ryczałtu ustala się na kwotę: ..... i będzie wypłacany za dni faktycznie przepracowane.

### **§ 9**

1. Pracodawca ma prawo w każdym czasie przeprowadzić **kontrolę wykonywania pracy zdalnej** w miejscu jej świadczenia. Osobami upoważnionymi do jej przeprowadzenia są w zakresie:

- a) wykonywania pracy zdalnej: .....
- b) bezpieczeństwa i higieny pracy.....,
- c) przestrzegania wymogów w zakresie bezpieczeństwa i ochrony informacji, w tym procedur ochrony danych osobowych:.....

**REGULAMIN PRACY ZDALNEJ ŚWIADCZONEJ PRZEZ PRACOWNIKÓW  
MIEJSKIEGO OŚRODKA POMOCY SPOŁECZNEJ W WĄBRZEŹNIE**

---

2. Kontrola odbędzie się w obecności Pracownika, w miarę możliwości w uzgodnionym z nim terminie. Informację o kontroli Pracodawca przekazuje Pracownikowi z co najmniej 3 dniowym wyprzedzeniem.

**§ 10**

W przypadku zmiany warunków lokalowych i technicznych uniemożliwiających wykonywanie pracy zdalnej Pracownik jest obowiązany do poinformowania każdorazowo pracodawcę (w formie papierowej lub elektronicznej). W takim przypadku pracodawca niezwłocznie cofnie polecenie wykonywania pracy zdalnej.

**§ 11**

Pracownik potwierdza, że został przeszkolony z procedury ochrony danych osobowych, zasad zachowania poufności w trakcie pracy zdalnej, jak również zasad bezpiecznego i higienicznego wykonywania pracy zdalnej i zobowiązuje się do ich przestrzegania (załącznik nr 7).

**§ 12**

Pracodawca poleca pracownikowi prowadzenie ewidencji wykonywanych czynności oraz przekazywanie codziennych /cotygodniowych sprawozdań w okresie ..... do godz. .... na służbowy adres bezpośredniego przełożonego.

**§ 13**

Niniejsze porozumienie zostaje zawarte na okres: ..... tj. do dnia ..... i może być rozwiązane przez każdą ze stron z zachowaniem 30 dniowego okresu wypowiedzenia oraz za porozumieniem stron.

**§ 14**

Wszelkie zmiany niniejszego porozumienia wymagają formy pisemnej pod rygorem nieważności.

**§ 15**

Pozostałe postanowienia umowy o pracę zawartej przez pracodawcę z pracownikiem w dniu ..... pozostają bez zmian.

**§ 16**

Niniejsze porozumienie zostało sporządzone w dwóch jednobrzmiących egzemplarzach, po jednym dla każdej ze stron.

.....  
Pracodawca

.....  
Pracownik

**REGULAMIN PRACY ZDALNEJ ŚWIADCZONEJ PRZEZ PRACOWNIKÓW  
MIEJSKIEGO OŚRODKA POMOCY SPOŁECZNEJ W WĄBRZEŹNIE**

---

Załącznik Nr 6  
do Regulaminu pracy zdalnej świadczonej przez pracowników MOPS  
Wąbrzeźno

.....  
Imię i nazwisko pracownika

.....  
Stanowisko

**Dyrektor**  
**Miejskiego Ośrodka Pomocy Społecznej w Wąbrzeźnie**  
**w miejscu**

**WNIOSEK PRACOWNIKA O WYKONYWANIE PRACY ZDALNEJ  
OKAZJONALNEJ**

Zgodnie z art. 67<sup>33</sup> ustawy z dnia 1 grudnia 2022 r. o zmianie ustawy – Kodeks pracy oraz niektórych innych ustaw

**składam wniosek o dopuszczenie do wykonywania okazjonalnej pracy zdalnej.**

**Pracę zdalną chcę wykonywać w okresie:**

..... **Pod adresem:**

.....

\_\_\_\_\_  
podpis pracownika

**REGULAMIN PRACY ZDALNEJ ŚWIADCZONEJ PRZEZ PRACOWNIKÓW  
MIEJSKIEGO OŚRODKA POMOCY SPOŁECZNEJ W WĄBRZEŹNIE**

---

Załącznik Nr 7

do Regulaminu pracy zdalnej świadczonej przez pracowników MOPS  
Wąbrzeźno

.....  
Imię i nazwisko pracownika

.....  
..... stanowisko

**OŚWIADCZENIE PRACOWNIKA WYKONUJĄCEGO PRACĘ ZDALNĄ**

W związku z wykonywaniem pracy zdalnej oświadczam, że:

- a) na moim stanowisku pracy zdalnej są zapewnione bezpieczne i higieniczne warunki pracy,
- b) zapoznałam/em się z następującymi dokumentami związanymi z wykonywaniem pracy zdalnej:
  - Regulaminem pracy zdalnej świadczonej przez pracowników MOPS Wąbrzeźno,
  - przygotowaną informacją na temat bezpieczeństwa i higieny pracy,
  - oceną ryzyka zawodowego na moim stanowisku pracy

przeszłam/przeszedłem szkolenie dotyczące Procedury ochrony danych osobowych w trakcie pracy zdalnej w MOPS Wąbrzeźno oraz zobowiązuję się do ich przestrzegania.

\_\_\_\_\_  
Data i podpis pracownika

**REGULAMIN PRACY ZDALNEJ ŚWIADCZONEJ PRZEZ PRACOWNIKÓW  
MIEJSKIEGO OŚRODKA POMOCY SPOŁECZNEJ W WĄBRZEŹNIE**

---

Załącznik Nr 8  
do Regulaminu pracy zdalnej świadczonej przez pracowników MOPS  
Wąbrzeźno

**WYKAZ ZGŁOSZEŃ ROZPOCZĘCIA I ZAKOŃCZENIA PRACY ZDALNEJ**

Imię i nazwisko pracownika:

Miesiąc: ..... rok .....

| Kolejne dni miesiąca | Godzina zgłoszenia rozpoczęcia pracy | Godzina zgłoszenia zakończenia pracy |
|----------------------|--------------------------------------|--------------------------------------|
| 1                    |                                      |                                      |
| 2                    |                                      |                                      |
| 3                    |                                      |                                      |
| 4                    |                                      |                                      |
| 5                    |                                      |                                      |
| 6                    |                                      |                                      |
| 7                    |                                      |                                      |
| 8                    |                                      |                                      |
| 9                    |                                      |                                      |
| 10                   |                                      |                                      |
| 11                   |                                      |                                      |
| 12                   |                                      |                                      |
| 13                   |                                      |                                      |
| 14                   |                                      |                                      |
| 15                   |                                      |                                      |
| 16                   |                                      |                                      |
| 17                   |                                      |                                      |
| 18                   |                                      |                                      |
| 19                   |                                      |                                      |
| 20                   |                                      |                                      |
| 21                   |                                      |                                      |
| 22                   |                                      |                                      |
| 23                   |                                      |                                      |
| 24                   |                                      |                                      |
| 25                   |                                      |                                      |
| 26                   |                                      |                                      |
| 27                   |                                      |                                      |
| 28                   |                                      |                                      |
| 29                   |                                      |                                      |
| 30                   |                                      |                                      |
| 31                   |                                      |                                      |

..... Podpis przełożonego

## **PROCEDURA OCHRONY DANYCH OSOBOWYCH W PRACY ZDALNEJ W MIEJSKIM OŚRODKU POMOCY SPOŁECZNEJ W WĄBRZEŹNIE**

Celem niniejszej procedury jest zapewnienie bezpiecznego procesu przetwarzania danych osobowych w pracy zdalnej, zgodnie z rozporządzeniem Parlamentu Europejskiego i Rady (UE) 2016/679 z dnia 27 kwietnia 2016 r. w sprawie ochrony osób fizycznych w związku z przetwarzaniem danych osobowych i w sprawie swobodnego przepływu takich danych oraz uchylenia dyrektywy 95/46/WE (ogólne rozporządzenie o ochronie danych) – dalej „RODO” oraz ustawą z dnia 10 maja 2018 o ochronie danych osobowych (Dz. U. 2019 poz. 1789).

### **§ 1 Postanowienia ogólne**

1. Pracownik wykonujący pracę zdalną jest zobowiązany do przetwarzania danych osobowych zgodnie z Polityką ochrony danych w MOPS oraz przepisami prawa.
2. W ramach pracy zdalnej pracownik jest zobowiązany do przetwarzania powierzonych mu danych osobowych wyłącznie w celach służbowych, zgodnie z nadanym upoważnieniem do przetwarzania danych.
3. Pracownik wykonujący pracę zdalną jest zobowiązany do przetwarzania danych osobowych wyłącznie w celu wykonywania swoich obowiązków służbowych.
4. Pracownik wykonujący pracę zdalną nie może przetwarzać danych osobowych w sposób sprzeczny z ich przeznaczeniem.

### **§ 2 Bezpieczeństwo obszaru przetwarzania**

1. Pracownik wykonujący pracę zdalną jest odpowiedzialny za zapewnienie bezpieczeństwa obszaru przetwarzania danych osobowych, a w szczególności:
  - 1) pracownik wykonujący pracę zdalną jest zobowiązany do zabezpieczenia obszaru przetwarzania danych osobowych przed dostępem osób nieuprawnionych, w tym wspólnie z nim zamieszkujących,
  - 2) pracownik wykonujący pracę zdalną jest zobowiązany do zabezpieczenia miejsca pracy zdalnej w taki sposób, aby przetwarzane przez niego akta zawierające dane osobowe nie uległy uszkodzeniu, zniszczeniu ani zmodyfikowaniu przez osoby nie uprawnione,
  - 3) pracownik zobowiązany jest do przestrzegania polityki czystego biurka, która obejmuje wyłączanie urządzeń elektronicznych po zakończeniu pracy, wylogowywanie się z systemów informatycznych po zakończeniu pracy, przechowywanie dokumentacji papierowej w bezpiecznym miejscu oraz blokowanie komputera w przypadku oddalenia się od miejsca pracy.
2. Pracownik wykonujący pracę zdalną korzysta z komputera służbowego oraz innych urządzeń służbowych. W przypadku braku takowej możliwości dopuszcza się korzystanie z komputera prywatnego wyłącznie za zgodą ASI oraz Dyrektora Ośrodka. Zabrania się udostępniania urządzeń służbowych osobom nieupoważnionym, w tym zamieszkującym z pracownikiem.

### **§ 3 Bezpieczeństwo domowej sieci**

1. Pracownik MOPS wykonujący pracę zdalną jest odpowiedzialny za zapewnienie bezpieczeństwa domowej sieci. Zabronione jest korzystanie z publicznych sieci Wi-Fi poza miejscem wyznaczonym przez administratora danych osobowych.



## **REGULAMIN PRACY ZDALNEJ ŚWIADCZONEJ PRZEZ PRACOWNIKÓW MIEJSKIEGO OŚRODKA POMOCY SPOŁECZNEJ W WĄBRZEŹNIE**

---

2. Pracownik MOPS wykonujący pracę zdalną jest zobowiązany do zapewnienia, że domowa sieć jest zabezpieczona przed dostępem osób nieuprawnionych przez ustawienie silnego hasła dostępu do panelu konfiguracji urządzenia sieciowego. Zabrania się używania hasła domyślnego.
3. Pracownik MOPS wykonujący pracę zdalną jest zobowiązany do zapewnienia, że domowa sieć jest zabezpieczona przed zagrożeniami wynikającymi z korzystania z urządzeń mobilnych.
4. Oprogramowanie urządzenia sieciowego powinno być aktualne.

### **§ 4 Procedura bezpiecznego logowania**

1. Sprzęt elektroniczny oraz oprogramowanie wykorzystane do pracy zdalnej powinien być zabezpieczonych hasłem.
  - 1) Hasło powinno zawierać co najmniej 8 znaków.
  - 2) Hasło powinno zawierać małe i duże litery.
  - 3) Hasło powinno zawierać co najmniej jeden znak specjalny.
  - 4) Hasło nie powinno zawierać imienia, nazwiska, nazwy instytucji i innych słów związanych z użytkownikiem bądź MOPS.
2. Hasło jest indywidualne oraz dostępne tylko dla osoby korzystającej z danego konta użytkownika. W przypadku potrzeby zapisania hasła powinno być ono zapisane w miejscu nie dostępnym dla osób postronnych oraz umożliwiającym zachowanie poufności.
3. Pracownik wykonujący pracę zdalną nie może udostępniać swojego hasła innym osobom. W przypadku potrzeby uzyskania dostępu do danych zawartych na komputerze pracownika przez inną osobę dostęp do hasła administratora posiada ASI.
4. Hasła nie powinny być domyślnie zapamiętywane na komputerze pracownika.

### **§ 5 Zasady bezpiecznego korzystania z programów i platform wykorzystywanych w pracy zdalnej**

1. Pracownik wykonujący pracę zdalną jest zobowiązany do korzystania z programów i platform wykorzystywanych w pracy zdalnej zgodnie z ich przeznaczeniem.
2. Pracownik wykonujący pracę zdalną nie może udostępniać swojego konta na platformach innym osobom.
3. Pracownik wykonujący pracę zdalną w celu wykonywania pracy nie może instalować żadnych programów. Programy potrzebne do pracy zdalnej powinny być zainstalowane przez informatyka ośrodka
4. Dane osobowe mogą być przetwarzane w programach i systemach zainstalowanych przez ośrodek, zabrania się korzystania z prywatnej skrzynki mailowej oraz innych programów zainstalowanych bez wiedzy ośrodka

### **§ 6 Zasady bezpiecznego przechowywania danych**

1. Pracownik MOPS wykonujący pracę zdalną jest zobowiązany do przechowywania danych osobowych w sposób bezpieczny zapewniający poufność, uniemożliwiający dostęp osób trzecich, w tym członków rodziny pracownika.
2. Dane osobowe zapisane w sposób elektroniczny powinny być przechowywane na serwerach lub w chmurze, które zapewniają odpowiedni poziom bezpieczeństwa.
3. Dane osobowe powinny być przechowywane w sposób umożliwiający ich szybkie odzyskanie w przypadku awarii sprzętu lub oprogramowania.
4. Dane osobowe powinny być przechowywane w sposób umożliwiający ich szybkie odzyskanie w przypadku utraty dostępu do urządzenia.
5. Urządzenia używane do przetwarzania danych powinny być zaszyfrowane i zabezpieczone przez wyciekami danych w przypadku kradzieży bądź zgubienia urządzenia.

### **§ 7 Zasady bezpiecznego usuwania danych**

1. Pracownik MOPS wykonujący pracę zdalną jest zobowiązany do usuwania danych osobowych w sposób bezpieczny.

**REGULAMIN PRACY ZDALNEJ ŚWIADCZONEJ PRZEZ PRACOWNIKÓW  
MIEJSKIEGO OŚRODKA POMOCY SPOŁECZNEJ W WĄBRZEŹNIE**

---

2. Dane osobowe powinny być usuwane po upływie okresu ich przechowywania lub gdy nie są już potrzebne do celów, dla których zostały zebrane.
3. Dane osobowe powinny być usuwane w sposób uniemożliwiający ich odzyskanie.
4. W przypadku pracy na dokumentach papierowych wszelkie wytworzone dokumenty, notatki i inne dane celem zniszczenia powinny być przyniesione do ośrodka i zniszczone w ośrodku. Zabrania się korzystania z domowych niszczarek oraz wyrzucania dokumentów do kosza.

**§ 8 Zasady bezpiecznego przenoszenia danych**

1. Pracownik wykonujący pracę zdalną jest zobowiązany do przesyłania danych osobowych w sposób bezpieczny.
2. Wszelkie dane osobowe zapisane w sposób elektroniczny powinny być wysyłane za pomocą służbowej, imiennej poczty elektronicznej.
3. Przesyłane dane osobowe w postaci załączników powinny być zaszyfrowane i zabezpieczone silnym hasłem.
4. Zabrania się korzystania z prywatnych skrzynek mailowych oraz prywatnych urządzeń przechowywania danych (pendrive) w celu przesyłu danych między urządzeniami.
5. Zabrania się wnoszenia oryginałów dokumentów z ośrodka w celu wykonywania pracy zdalnej. Praca zdalna na dokumentach papierowych powinna być wykonywana z wykorzystaniem kopii dokumentów.
6. Dokumenty w formie papierowej mogą być wynoszone z ośrodka wyłącznie za zgodą kierownika działu, a w przypadku kierowników za zgodą dyrektora.
7. Każdy dział prowadzi rejestr dokumentów wynoszonych, również w przypadku wynoszenia kopii, w rejestrze powinny być zawarte imię, nazwisko pracownika wynoszącego dokument, datę wyniesienia, datę zwrotu i podpis pracownika w momencie wyniesienia i zwrotu.
8. Dokumenty powinny być przenoszone wyłącznie w zabezpieczonej nieprzezroczystej teczce, w sposób niewidoczny dla osób trzecich. W przypadku przenoszenia dokumentów powinny być one przenoszone bezpośrednio do miejsca wykonywania pracy zdalnej.
9. Pracownik zobowiązany jest zwrócić wszelkie papierowe dokumenty wyniesione z ośrodka bądź wytworzone w trakcie pracy zdalnej przez pracownika.

**§ 9 Naruszenie ochrony danych osobowych podczas pracy zdalnej**

1. W przypadku podejrzenia incydentu bądź naruszenia pracownik natychmiast, nie później niż w ciągu 24 godzin, zgłasza incydent do IODO oraz dyrektora ośrodka.
2. Dalsze postępowanie odbywa się zgodnie z procedurą ustaloną w ośrodku.
3. Przykładowe naruszenia danych osobowych obejmują naruszenie integralności, poufności oraz dostępności danych. Są to w szczególności:
  - zniszczenie,
  - zgubienie bądź kradzież sprzętu służbowego lub akt papierowych,
  - przesłanie danych osobie nieupoważnionej,
  - przetwarzanie danych poza miejscem do tego przeznaczonym.

## **INFORMACJA DOTYCZĄCA ZASAD BHP I SPOSOBÓW WŁAŚCIWEJ ORGANIZACJI STANOWISKA PRACY PODCZAS PRACY ZDALNEJ**

*Przed rozpoczęciem pracy należy:*

1. Uporządkować i przewietrzyć pomieszczenie.
2. Sprawdzić kompletność technicznego wyposażenia stanowiska pracy oraz czy nie ma widocznych uszkodzeń.
3. Dostosować wysokość krzesła i ustawienie oparcia oraz ewentualnie podnózek do wymiarów swojego ciała.
4. Sprawdzić i ewentualnie poprawić ustawienie monitora, klawiatury, myszy. Odległość oczu od ekranu powinna wynosić nie mniej niż 60 cm. Górna krawędź ekranu powinna być na poziomie oczu lub lekko poniżej. Wolna przestrzeń blatu powinna mieć wymiary co najmniej 100x8 cm.
5. Przygotować komputer do pracy przez:
  - włączenie komputera do sieci elektrycznej tj. do gniazdka z bolcem zerującym, najlepiej przez specjalną listwę zasilającą z zabezpieczeniem przed przepięciami,
  - włączenie przycisku zasilania komputera i monitora,
  - po wyświetleniu dowolnej informacji na ekranie uregulowanie jasności i kontrastu pomiędzy znakami i tłem w zależności od potrzeb i aktualnych warunków oświetlenia,
  - w razie potrzeby zastosowanie ekranu lub filtra ochronnego,
  - uregulowanie oświetlenia na stanowisku pracy m.in. poprzez właściwe ustawienie żaluzji w oknach.
6. Uruchomić programy niezbędne do pracy.

*Zasady i sposoby bezpiecznego wykonania pracy:*

1. Koncentrować uwagę na wykonywanych czynnościach.
2. Operować myszą ręką podpartą w nadgarstku.
3. Podczas pracy zachowywać właściwą pozycję ciała.
4. Stosować przerwy przy intensywnej pracy z monitorem ekranowym co najmniej 5min co 1 godz.
5. Dbać o ład i porządek w miejscu pracy. Zapewnić drożność ciągów komunikacyjnych – kable, dywany i wykładziny nie powinny odstawać, aby nie przeszkadzały w poruszaniu się po miejscu pracy zdalnej.
6. Ochroniać komputer przed dostępem osób nieupoważnionych.

*Czynności do wykonania po zakończeniu pracy:*

1. Po zakończeniu pracy należy wyłączyć sprzęt zasilany energią elektryczną.
2. Uporządkować stanowisko pracy, schować używane dokumenty.
3. Okresowo przynajmniej raz na tydzień czyścić ekran monitora.
4. Codziennie wycierać kurz miękką szmatką z powierzchni blatów biurka urządzeń i sprzętu.

**REGULAMIN PRACY ZDALNEJ ŚWIADCZONEJ PRZEZ PRACOWNIKÓW  
MIEJSKIEGO OŚRODKA POMOCY SPOŁECZNEJ W WĄBRZEŹNIE**

---

*Zasady postępowania w sytuacjach awaryjnych:*

1. Przerwać pracę i zgłosić przełożonym uszkodzenie w razie nieprawidłowej pracy sprzętu, a szczególnie w razie wystąpienia migotania lub innych zakłóceń w wyświetlaniu obrazu.
2. W razie pożaru lub zapłonu postępować zgodnie z instrukcją ppoż.
3. W przypadku wylania cieczy na klawiaturę, obudowę komputera lub monitora urządzenia te należy natychmiast odłączyć od zasilania w energię elektryczną.

O wszystkich nieprawidłowościach w czasie pracy niezwłocznie zgłaszać przełożonym.

**REGULAMIN PRACY ZDALNEJ ŚWIADCZONEJ PRZEZ PRACOWNIKÓW  
MIEJSKIEGO OŚRODKA POMOCY SPOŁECZNEJ W WĄBRZEŹNIE**

Załącznik Nr 11 do Regulaminu pracy zdalnej świadczonej przez pracowników  
MOPS Wąbrzeźno

| Karta oceny ryzyka na stanowisku pracy pracownik biurowy – praca zdalna  |   |   |   |                    |                    | Data :  | Sporządził  |
|--|---|---|---|--------------------|--------------------|---|---|
| <p>Wykonywanie pracy zdalnej jest możliwe tylko przez pracowników, których specyfika pracy umożliwia jej wykonywanie poza zakładem pracy i poza stanowiskiem zorganizowanym przez pracodawcę. Dopuszcza się pracę zdalną jedynie na niektórych stanowiskach pracy związanych z pracą biurową, o ile nie zakłóci to normalnego funkcjonowania pracy Ośrodka i nie nałoży dodatkowych obowiązków dla pracowników wykonujących pracę stacjonarnie.</p> <p>Stanowisko pracy zlokalizowane jest w miejscu wskazanym przez pracownika, uzgodnionym z pracodawcą. Praca odbywa się przy wykorzystaniu środków bezpośredniego porozumiewania się na odległość. Stanowisko pracy jest odpowiednio wyposażone i przystosowane do pracy z zachowaniem bezpieczeństwa i higieny pracy oraz zasad ergonomii. Praca odbywa się przy użyciu sprzętu komputerowego i urządzeń peryferyjnych wraz z niezbędnym oprogramowaniem, drukarki, telefonu.</p> <p>Pracownik podczas świadczenia pracy zdalnej zobowiązany jest pozostawania w stałym kontakcie z przełożonym, w szczególności na bieżąco sprawdzając pocztę elektroniczną, odpowiadając na wiadomości, będąc w pełnej dostępności za pomocą telefonu bądź innego uzgodnionego z przełożonym środka łączności. Praca powinna być wykonywana zgodnie z ustalonym rozkładem czasu pracy i wykorzystywaniem go wyłącznie na sprawy służbowe.</p> |   |   |   |                    |                    | <p><i>Liczba narażonych :<br/>wg wykazu</i></p> |   |
| Lp.  | Zagrożenie/Zdarzenie  | Przyczyna zagrożenia (Źródło)   | Możliwe skutki zagrożenia   | Prawdopodobieństwo | Ciężkość następstw | Ryzyko oszacowane                               | Działania profilaktyczne  |
| 1  | Stres psychospołeczny   | <ul style="list-style-type: none"> <li>– koncentracja uwagi,</li> <li>– tempo wykonywania prac, praca pod presją czasu,</li> <li>– słaba komunikacja i współpraca,</li> <li>– wydłużony czas pracy</li> <li>– odpowiedzialność,</li> <li>– poczucie izolacji społecznej,</li> <li>– brak równowagi między życiem prywatnym a zawodowym</li> </ul> | <ul style="list-style-type: none"> <li>– osłabienie psychiczne</li> <li>– przemęczenie fizyczne</li> <li>– konflikty,</li> <li>– nerwice</li> <li>– zmniejszona skuteczność zawodowa, słaba koncentracja</li> <li>– wypalenie zawodowe,</li> <li>– złe samopoczucie pracownika</li> </ul> | prawdopodobne      | średnie            | Średnie (dopuszczalne)                          | <p>Prawidłowa organizacja pracy – sporządzenie planu pracy, ograniczanie pośpiechu. Stosowanie przerw w pracy. Aktywność fizyczna po godzinach pracy. Utrzymywanie komunikacji z przełożonymi i współpracownikami w celu ograniczenia poczucia izolacji społecznej. Wykonywania prac w przeznaczonym do tego pomieszczeniu lub wydzielonej części pomieszczenia (nie wykorzystywanej przez członków rodziny).</p> |
| 2  | Kontakt pracownika z elementami będącymi lub mogącymi znaleźć się pod napięciem (sprzęt komputerowy, drukarki itp.) | <ul style="list-style-type: none"> <li>– niewłaściwa izolacja i połączenie przewodów,</li> <li>– brak ochrony przed dotykiem bezpośrednim i pośrednim,</li> <li>– nieprawidłowe wyłączniki,</li> </ul>  | <ul style="list-style-type: none"> <li>– poparzenie,</li> <li>– migotanie komór serca</li> <li>– śmierć</li> </ul>  | mało prawdopodobne | średnie            | małe (dopuszczalne)                             | <p>Regularne kontrole i przeglądy instalacji i urządzeń elektrycznych. Zakaz samodzielnego naprawiania instalacji przez osoby nieupoważnione. Przestrzeganie instrukcji BHP.</p>  |
| 3  | Kontakt pracownika z ostrymi elementami   | <ul style="list-style-type: none"> <li>– nieuwaga,</li> <li>– nieostrożność</li> </ul>  | <ul style="list-style-type: none"> <li>– zadrapanie,</li> <li>– skaleczenie</li> </ul>  | prawdopodobne      | małe               | Małe (dopuszczalne)                             | <p>Uważnie obsługiwanie się ostrymi narzędziami (nożyczkami, spinaczami, krawędzie papieru, zszywaczami). Ograniczanie pośpiechu w działaniu.</p>   |

**REGULAMIN PRACY ZDALNEJ ŚWIADCZONEJ PRZEZ PRACOWNIKÓW  
MIEJSKIEGO OŚRODKA POMOCY SPOŁECZNEJ W WĄBRZEŃNIE**

|    |   |   |  |                    |      |                        |   |
|----|---|---|--|--------------------|------|------------------------|---|
| 4  | Upadek na płaszczyźnie w wyniku potknięcia, poślizgnięcia w miejscu wykonywania pracy | <ul style="list-style-type: none"> <li>– zła organizacja pracy,</li> <li>– nieporządek panujący na stanowisku pracy i wokół niego,</li> </ul>   | <ul style="list-style-type: none"> <li>– skaleczenia,</li> <li>– zadrapania,</li> <li>– przekucia,</li> <li>– złamania lub zwichnięcia kończyn</li> <li>– zranienia</li> </ul>   | mało prawdopodobne | małe | Małe (dopuszczalne)    | Zapewnienie wolnych przejść i dojść do stanowiska pracy. Utrzymywanie ładu i porządku.  |
| 5  | Upadek na niższy poziom   | <ul style="list-style-type: none"> <li>– zła organizacja pracy,</li> <li>– nieporządek panujący na stanowisku pracy, pośpiech,</li> <li>– schodzenie po schodach,</li> </ul>  | <ul style="list-style-type: none"> <li>– skaleczenia, zadrapania,</li> <li>– stłuczenia,</li> <li>– złamania lub zwichnięcia kończyn</li> <li>– zranienia</li> </ul>   | mało prawdopodobne | małe | Małe (dopuszczalne)    | Zapewnienie sprawnych – nie uszkodzonych schodów, barierok, poręczy. Zapewnienie wolnych przejść i dojść oraz czystych i nie śliskich powierzchni. Oznaczanie tablicami ostrzegawczymi śliskich i świeżo umytych powierzchni. Odpowiednie obuwie, czyste i nieśliskie. Wzmogućona uwaga.  |
| 6  | Przygotowanie ciepłego posiłku  | - kontakt z gorącymi elementami, parą, cieczą   | - oparzenia,   | prawdopodobne      | małe | Małe (dopuszczalne)    | Stosowanie sprawnego technicznie sprzętu (czajnik, mikrofalówka). Wzmogućona uwaga.   |
| 7  | Pożar   | <ul style="list-style-type: none"> <li>– zaproszenie ognia,</li> <li>– duże ilości dokumentów, zwarcie instalacje elektrycznej</li> <li>– nieostrożne obchodzenie się z otwartym ogniem</li> </ul>  | <ul style="list-style-type: none"> <li>– poparzenie,</li> <li>– zatrucia,</li> <li>– śmierć</li> </ul>   | mało prawdopodobne | duże | Średnie (dopuszczalne) | Dobry stan techniczny instalacji elektrycznej, przestrzeganie instrukcji, podręczny sprzęt gaśniczy, wzmogućona uwaga. Szkolenia okresowe z zakresu ochrony przeciwpożarowej, postępowanie zgodnie z instrukcjami bezpieczeństwa pożarowego.  |
| 8  | Kontakt z ludźmi  | – agresja   | <ul style="list-style-type: none"> <li>– pobicie, złamanie</li> <li>– stłuczenia, rany</li> <li>– zaburzenia nerwicowe,</li> <li>– zaburzenia snu,</li> <li>– choroby układu krążenia</li> </ul>   | mało prawdopodobne | małe | Małe (dopuszczalne)    | Szkolenia okresowe, wezwanie ochrony, zapewnienie łączności z innymi pracownikami.  |
| 9  | Praca biurowa połączona z obsługą komputera<br>- przeciążenie narządu wzroku          | <ul style="list-style-type: none"> <li>– nieodpowiedni kontrast na monitorze,</li> <li>– monitor na tle okna lub podające promienie słońca bezpośrednio na monitor,</li> <li>– ładunki elektrostatyczne powodujące szybkie osadzanie się kurzu,</li> <li>– przemęczenie wzroku</li> <li>– wpływ ładunków elektrostatycznych gromadzących się na monitorze,</li> <li>– zbyt mała wilgotność w pomieszczeniu</li> <li>– praca przy komputerze bez odpowiednich przerw,</li> <li>– nieodpowiednie oświetlenie</li> </ul> | <ul style="list-style-type: none"> <li>– bóle oczu, bóle głowy</li> <li>– łzawienie,</li> <li>– pogorszenie wzroku</li> <li>– podrażnienie błony śluzowej,</li> <li>– osłabienie wzroku,</li> <li>– zapalenie spojówek</li> <li>– pieczenie</li> </ul> | mało prawdopodobne | małe | Małe (dopuszczalne)    | Stosowanie sprawnych technicznie komputerów. Doświetlanie stanowisk pracy. Stosowanie mebli biurowych zgodnych z wymaganiami ergonomicznymi dla stanowisk wyposażonych w monitory ekranowe. Wietrzenie pomieszczeń. Stosowanie przerw w pracy, szkolenia pracowników. Prawidłowe ustawienie monitora, monitor o obniżonym poziomie promieniowania. Okulary korekcyjne i ochronne. |
| 10 | Praca w pomieszczeniach klimatyzowanych   | – bakteria Legionelli (grupa 2) – droga powietrzna  | – zapalenie płuc   | mało prawdopodobne | małe | Małe (dopuszczalne)    | Stosowanie sprawnych urządzeń klimatyzacyjnych, przeprowadzanie przeglądów okresowych.  |

**REGULAMIN PRACY ZDALNEJ ŚWIADCZONEJ PRZEZ PRACOWNIKÓW  
MIEJSKIEGO OŚRODKA POMOCY SPOŁECZNEJ W WĄBRZEŃNIE**

|    |   |  |   |                    |         |                        |   |
|----|---|--|---|--------------------|---------|------------------------|---|
| 11 | Praca biurowa połączona z obsługą komputera<br>- Wymuszona pozycja ciała - praca siedząca | <ul style="list-style-type: none"> <li>- Nieodpowiednie krzesło, zbyt mała powierzchnia blatu – źle dostosowane stanowisko pracy,</li> <li>- długie siedzenie bez możliwości zmiany pozycji</li> <li>- nieergonomiczne stanowisko pracy,</li> <li>- niewielka powierzchnia pomieszczenia,</li> </ul> | <ul style="list-style-type: none"> <li>- Obciążenie układu kostno – szkieletowego,</li> <li>- bóle szyi, karku i barków</li> <li>- cierpienie nóg</li> <li>- bóle nadgarstka i przedramion</li> </ul> | prawdopodobne      | średnie | Średnie (dopuszczalne) | Naprzemienne wykonywanie pracy przy komputerze ze zwykłymi czynnościami biurowymi. Stosowanie mebli biurowych zgodnych z wymaganiami ergonomicznymi dla stanowisk wyposażonych w monitory ekranowe. Stosowanie przerw w pracy, szkolenia pracowników. |
| 12 | Kontakt z czynnikami chemicznymi i pyłami   | <ul style="list-style-type: none"> <li>- ozon, tlenki azotu emitowane przez sprzęt biurowy (kserokopiarki, drukarki laserowe)</li> <li>- tonery, kontakt z pojemnikami z tuszem,</li> </ul>  | <ul style="list-style-type: none"> <li>- wysypka,</li> <li>- uczulenie,</li> <li>- podrażnienie</li> <li>- bóle głowy,</li> <li>- zatrucia</li> </ul>   | mało prawdopodobne | małe    | Małe (dopuszczalne)    | Częste wietrzenie pomieszczeń, wentylacja. Stosowanie ochron osobistych – rękawiczki podczas wymiany tonerów, pojemników z tuszem.  |

**REGULAMIN PRACY ZDALNEJ ŚWIADCZONEJ PRZEZ PRACOWNIKÓW  
MIEJSKIEGO OŚRODKA POMOCY SPOŁECZNEJ W WĄBRZEŹNIE**

---