***Zjazd 4-5 kwietnia 2020 roku***

***Magdalena Garbat - Terapeuta zajęciowy***

**Semestr I** - Metody i techniki terapii zajęciowej.

Co to jest -

* talasoterapia
* silwoterapia
* hortikuloterapia
* chromoterapia
* choreoterapia
* ludoterapia

Proszę krótko wyjaśnić znaczenie poszczególnych terapii i ich potencjalny wpływ na uczestników zajęć.

Dzień dobry,mgr Marta Solnica –Materiały na zjazd

Informacja dla kierunku: Terapeuta zajęciowy sem I

<https://m.facebook.com/story.php?story_fbid=2634066563370146&id=100003004859084>

<https://biotechnologia.pl/biotechnologia/budowa-komorki-w-pigulce-powtorka-przed-sesja,13478>

Pozdrawiam,

**Materiał na zajęcia 4-5 kwietnia 2020r**

**Kierunek: Terapeuta zajęciowy , semestr I**

**Przedmiot : Bezpieczeństwo i higiena pracy**

**Prowadzący: mgr Marzena Loranty**

**Temat: Podział czynnikówśrodowiska pracy. Charakterystyka czynników niebezpiecznych w środowisku pracy .**

Urazy ciała lub nawet śmierć pracownika, choroba zawodowa czy obniżenie sprawności organizmu powstają pod wpływem czynników niebezpiecznych, szkodliwych i uciążliwych w środowisku pracy. Decydujący jest tutaj kontakt pracownika z tymi czynnikami, przekroczenia dopuszczalnych stężeń i natężeń tych czynników, a także czas narażenia. Nazywamy to narażeniem zawodowym. Podjęcie przez pracodawcę działań mających na celu ograniczenie narażenia zawodowego obniży prawdopodobieństwo lub częstość występowania niekorzystnych zmian, czyli obniży powstawanie ryzyka zawodowego.

Podziału czynników niebezpiecznych, szkodliwych i uciążliwych:   
A. Czynniki niebezpieczne (urazowe), które działając na człowieka w sposób najczęściej nagły mogą spowodować u niego uraz (wypadek przy pracy). Do grupy tej zaliczamy kilka podstawowych typów zagrożeń:   
- zagrożenia elementami ruchomymi i luźnymi,   
- zagrożenia elementami ostrymi i wystającymi,   
- zagrożenia związane z przemieszczaniem się ludzi,   
- zagrożenia porażeniem prądem elektrycznym,   
- zagrożenia poparzeniem,   
- zagrożenia pożarem lub/i wybuchem.   
B. Czynniki szkodliwe i uciążliwe działające na pracownika przez o dłuższy okres mogą spowodować obniżenie sprawności fizycznej i psychicznej pracownika lub zmiany w stanie jego zdrowia a w konsekwencji doprowadzić do choroby zawodowej. Czynniki te dzielimy na cztery podstawowe typy:   
1. Czynniki fizyczne   
- hałas (ustalony i nieustalony, hałas infradźwiękowy, hałas, ultradźwiękowy),   
- mikroklimat,   
- promieniowanie optyczne (widzialne, podczerwone i ultrafioletowe),   
- promieniowanie jonizujące,   
- promieniowanie laserowe,   
- pole elektromagnetyczne (niskiej i wysokiej częstotliwości),   
- pole elektrostatyczne,   
- pyły przemysłowe,   
- wibracja (ogólna i oddziałująca na organizm człowieka przez kończyny górne).   
2. Czynniki chemiczne   
a) podział w zależności od działania na organizm ludzki   
- substancje toksyczne,   
- substancje drażniące,   
- substancje uczulające,   
- substancje rakotwórcze,   
- substancje mutagenne,   
- substancje upośledzające układ rozrodczy,   
b) odział w zależności od rodzajów działania na organizm człowieka:   
- przez drogi oddechowe,   
- przez skórę i błony śluzowe,   
- przez przewód pokarmowy.  
3. Czynniki biologiczne   
- mikroorganizmy roślinne i zwierzęce (bakterie, wirusy, grzyby, pierwotniaki)   
i wytwarzane przez nie toksyny i alergeny,   
- makroorganizmy roślinne i zwierzęce.   
4. Czynniki psychofizyczne   
- obciążenie fizyczne (statyczne i dynamiczne),   
obciążenie psychonerwowe.

**CZYNNIKI NIEBEZPIECZNE (URAZOWE)**  
  
**Zagrożenia związane z elementami maszyn (ruchome, luźne, ostre, wystające)**Bezpośredni kontakt człowieka z ruchomymi elementami maszyn, oprzyrządowania . narzędzi pracy, elektronarzędzi może doprowadzić do urazów na skutek uderzenia, wciągnięcia między ruchome elementy lub zgniecenia. Przyczyną urazów mogą być również spadające z wysokości elementy, np. na skutek wibracji, naruszenia równowagi ułożonych elementów, wykonywanych operacji (budownictwo).Zagrożenia urazowe mogą również wystąpić w procesach technologicznych, w których odpryskują elementy obrabianego materiału i stosowanych czynników, np. cieczy chłodzącej, a także odpadające, obluzowane lub zużyte części maszyn, narzędzi, oprzyrządowania oraz obrabiane przedmioty.

W celu zapewnienia bezpiecznej pracy, szczególnie niebezpieczne elementy maszyn powinny być osłonięte. Używanie maszyny bez wymaganego urządzenia ochronnego lub przy jego nieodpowiednim stosowaniu jest niedopuszczalne. Maszyny wyposaża się w urządzenia zabezpieczające jak oslony i urzadzenia ochronne.

Osłony stosowane w maszynach powinny uniemożliwiać każdemu bezpośredni dostęp do strefy niebezpiecznej. Wymagania stawiane **Osłona i urządzeniom ochronnym:**

1)powinny mieć mocną (trwałą) konstrukcję;

2) nie mogą stwarzać zagrożenia;

3) nie mogą być łatwo usuwane lub wyłączane ze stosowania;

4) powinny być usytuowane w odpowiedniej odległości od strefy zagrożenia;

5) nie powinny ograniczać pola widzenia cyklu pracy urządzenia;

6) powinny umożliwiać wykonywanie czynności mających na celu zamocowanie

lub wymianę części oraz umożliwiać wykonywanie czynności konserwacyjnych;

7) powinny ograniczać dostęp tylko do niebezpiecznej strefy pracy maszyny

**Zagrożenia związane z posługiwaniem się narzędziami i i elektronarzędziami**

Narzędzia mogą być ręczne np. młotek , szczotki druciane, szczypcami, obcęgi oraz zmechanizowane, czyli o napędzie np. wiertarka. Posługiwanie się narzędziami ręcznymi może powodować różnego rodzaju zagrożenia powstania urazów u pracowników. Są to urazy głownie kończyn górnych. Np. powodować skaleczenia, zadrapania, otarcia, stłuczenia, rany cięte i szarpane, zgniecenia.

Zapobieganie zagrożeniom związanym posługiwaniem się narzędziami ręcznymi:

a) codzienne kontrole stanu technicznego narzędzi (używanie narzędzi tylko w dobrym stanie )

b)przestrzeganie instrukcji

c/ Stosowanie odzieży roboczej , środków ochronnych :rękawic ochronnych, okularów przeciwodpryskowych d/ zachowanie wzmożonej uwagi,

Elektronarzędzia są to narzędzia ręczne , napędzane silnikiem elektrycznym lub magnetycznie, przeznaczone do wykonywania pracy mechanicznej. Są one zbudowane w ten sposób ,że silnik stanowi część składową narzędzia , które może być łatwo przenoszone na stanowisko pracy , a podczas pracy -trzymane w ręku lub podwieszone . Nowoczesne Elektronarzędzia zapewniają coraz lepsze zabezpieczenia przed urazami mechanicznymi , a przede4wszytkim przed porażeniem prądem

Z punktu widzenia konstrukcji elektronarzędzia dzielą się na trzy klasy:

**Elektronarzędzie klasy** I –w którym ochronę przed porażeniem elektrycznym stanowi nie tylko izolacja podstawowa, ale również zastosowano dodatkowe środki bezpieczeństwa przez polaczenie dostępnych części metalowych , z żyła ochronną stałej instalacji elektrycznej

Elektronarzędzia klasy II w którym ochronę przed porażeniem elektrycznym stanowi nie tylko izolacja podstawowa, ale również izolacja podwójna lub wzmocniona.( podwójny kwadrat oznacza urządzenie w II klasie ochronności tj. posiada podwójną izolację przed dotykiem pośrednim i bezpośrednim

Na wiertarce na tabliczce znamionowej obok znaku CE , powinien być ten znak

**Elektronarzędzia klasy III –** w którym ochronę przed porażeniem uzyskuje się przez zasilenie go napięciem bardzo niskim bezpiecznym nie przekraczającym 42 V, a przy zasikaniu trójfazowym 24V.

Warunkiem bezpiecznej pracy z narzędziami i elektronarzędziami jest przestrzeganie następujących zasad:

a/ użytkowanie elektronarzędzi i urządzeń oznakowanych znakiem CE

b/ używanie narzędzi i elektronarzędzi sprawnych technicznie

c/Wymiana narzędzi gdy zostanie zużyte w stopniu i uniemożliwiających bezpieczną pracę , np. uszkodzone trzonki młotków

d/ Stosowanie środków ochrony indywidualnej w tym ochrony oczu i twarzy przed odpryskami :rękawic ochronnych, okularów przeciwodpryskowych

e/zapewnienie by narzędzi elektryczne posiadały zabezpieczenie prze samoczynnym uruchomieniem się po zaniku napięcia

f/używanie osłon elementów roboczych zgodnie z ich przeznaczeniem np. stołowa pilarka tarczowa powinna mieć opuszczoną osłonę

g/stosowanie narzędzi i urządzeń tylko zgodnie z przeznaczeniem

h/sprawdzanie przed przystąpieniem do p[racy czy występują uszkodzenia węży pneumatycznych i hydraulicznych

i/stosowanie się do zaleceń producenta w zakresie bezpiecznej eksploatacji narzędzi

j/odzież podczas pracy powinna być pozapinana bez troków i pasków

**Zagrożenia związane z przemieszczaniem się ludzi**Poziome i pionowe przemieszczanie się ludzi stwarza zagrożenie upadkiem lub poślizgnięciem, co może spowodować takie urazy jak:   
- stłuczenia   
- złamania   
- zwichnięcia   
Przemieszczanie się ludzi podczas pracy związane jest z dojściem do stanowiska pracy i opuszczeniem go oraz wykonywaniem czynności roboczych, konserwacyjnych i naprawczych. Do tego celu służą wewnątrzzakładowe drogi komunikacyjne i transportowe, otwory przejściowe, otwory dostępu. Istniej również zagrożenie związane z upadkiem na niższy poziom np. upadek z wysokości oraz zagrożenie wpadnięcia do zagłębień, kanałów.   
Miejsca w zakładzie pracy, w których występują zagrożenia dla pracowników, powinny być oznakowane widocznymi barwami lub znakami bezpieczeństwa i wyłączone z użytkowania odpowiednim ogrodzeniem lub w inny sposób jeżeli takie oznakowanie jest niewystarczające w celu zapewnienia bezpieczeństwa pracowników.

Pracodawca jest zobowiązany na terenie zakładu zapewnić:   
♣ drogi komunikacyjne, transportowe, drogi dla pieszych i dojazdy pożarowe   
♣ utrzymanie dróg w stanie nie stwarzającym zagrożeń dla użytkowników   
♣ wymiary dróg i przejść odpowiednie do liczby potencjalnych użytkowników   
♣ równą, twardą lub utwardzoną nawierzchnię dróg, placów manewrowych, postojowych i składowych, dojazdów pożarowych i przejść o odpowiedniej nośności   
♣ na drogach – w miejscach, w których możliwe jest niespodziewane wtargnięcie pieszych należy ustawić barierki lub stosować inne skuteczne środki ochrony

**Zagrożenia związane z ograniczonymi przestrzeniami (dojścia, przejścia, dostęp)**  
Zagrożenia ograniczona przestrzenią dojść do stanowisk pracy i przejść mogą doprowadzać do upadków, potłuczeń, urazów kończyn górnych i dolnych.

Pracodawca ma obowiązek zapewnić bezpieczne i dogodne dojście do stanowiska pracy , przy czym jego wysokość na całej długości nie powinna być w świetle mniejsza niż 2m.

Przejścia pomiędzy urządzeniami lub ścianami przeznaczonymi do obsługi tych urządzeń powinny mieć szerokość co najmniej 0,75 m lub 1 m jeśli w przejściach odbywa się ruch dwukierunkowy.

**Zagrożenia porażenia prądem elektrycznym**Porażenie prądem elektrycznym następuje na skutek przepływu przez ciało człowieka prądu elektrycznego.   
Działanie prądu na człowieka może być:   
♣ bezpośrednie – gdy następuje włączenie ciała lub jego części w obwód elektryczny   
♣ pośrednie – polega na powstawaniu uszkodzeń bez przepływu prądu przez ciało człowieka   
Na człowieka może działać:   
♣ prąd stały – powodujący skutki elektrolityczne (przemieszczanie jonów, co zmienia ich stężenia po obu stronach błony komórkowej, prowadząc do zaburzeń czynności komórek)   
♣ prąd zmienny – powodujący ujemne skutki przez:   
- działanie na krążenie krwi i oddychanie   
- działanie na układ nerwowy   
- działanie cieplne   
- uszkodzenie mięśni kości   
Stopień i zakres porażenia prądem zależy przede wszystkim od:   
♣ natężenia   
♣ czasu przepływu prądu przez człowieka   
♣ częstotliwości   
♣ drogi przepływu prądu przez człowieka   
instalacje i urządzenia elektryczne powinny być tak wykonane i eksploatowane, aby nie narażały pracowników na porażenie prądem elektrycznym, przepięcia atmosferyczne, szkodliwe oddziaływanie pól elektromagnetycznych oraz nie stanowiły zagrożenia pożarowego, wybuchowego i nie powodowały innych szkodliwych skutków. Przy eksploatacji urządzeń elektrycznych stosuje się techniczne i organizacyjne środki ochrony przed porażeniem prądem elektrycznym.

**Zagrożenia związane z ręcznymi pracami transportowymi**

ZaTransport ręczny uznawana jest ta czynność gdzie się od człowieka wymaga się :

* Ciągnięcia
* Pchania
* Podnoszenia
* Przenoszenia
* Przytrzymywania

Najbardziej narażonym na urazy częściami ciała są: kręgosłup, ramiona, nadgarstki, dłonie, stopy .

**Normy przy przemieszczaniu przedmiotów na odległość do 25m i na wysokość do 4m**

Przenoszenie ręczne Mężczyźni Kobiety/ w ciąży

* Praca stała 30 kg 12 kg / 3 kg `
* Praca dorywcza 50 kg 20 kg /5 kg

Przed dopuszczeniem pracownika do ręcznych prac transportowych pracodawca jest zobowiązany:

* • przeszkolić pracowników w dziedzinie bezpieczeństwa i higieny pracy, w tym w szczególności w zakresie prawidłowych sposobów wykonywania ręcznych prac transportowych, w trybie określonym w odrębnych przepisach,
* • zapewnić pracownikom informacje dotyczące przemieszczanego przedmiotu, w szczególności jego masy i położenia jego środka ciężkości, zwłaszcza w przypadku gdy masa jest nierównomiernie rozłożona,
* • informować pracowników o wszystkich aspektach bezpieczeństwa i higieny pracy, wymaganiach ergonomii (w tym wynikach oceny ryzyka zawodowego) oraz środkach bezpieczeństwa zapobiegających urazom (zwłaszcza kręgosłupa).

**Zagrożenie poparzeniem**Poparzenie to trwałe uszkodzenie części miękkich organizmu człowieka na skutek bezpośredniego działania (najczęściej w krótkim czasie) skrajnych (wysokich lub niskich) temperatur, skoncentrowania różnego rodzaju energii oraz substancji chemicznych, głównie żrących i parzących.   
W zależności od ciężkości oparzenia dzieli się na 3 stopnie:   
♣ oparzenia powierzchniowe – całkowitemu zniszczeniu ulega naskórek, bez uszkodzenia cebulek włosowych, gruczołów łojowych i potowych   
♣ oparzenia głębokie – zniszczona zostaje znaczna część skóry z gruczołami łojowymi i płytko położone części mieszków włosowych i gruczołów potowych,   
♣ oparzenia całkowite – zniszczona cała warstwa skóry   
do oceny ryzyka oparzenia spowodowanego przez gorącą powierzchnię potrzebna jest znajomość takich czynników jak:   
- temperatura powierzchni   
- materiał powierzchni   
- bezwładność cieplna materiału   
- czas trwania kontaktu skóry z powierzchnią   
Ryzyko oparzenia można ocenić mierząc temperaturę powierzchni i porównując ją z ustalonymi progami oparzenia. Próg oparzenia – temperatura powierzchni określająca granicę między brakiem oparzenia a oparzeniem skóry, spowodowanym jej kontaktem z powierzchnią o tej temperaturze, przy ustalonym czasie trwania kontaktu.   
Źródła ciepła, które mogą stworzyć niebezpieczeństwo poparzenia w środowisku pracy są między innymi:   
♣ gorące powierzchnie o temperaturze powyżej progu oparzenia   
♣ gorące przedmioty znajdujące się w otoczeniu człowieka   
♣ urządzenia energetyczne ponad 60oC   
♣ źródła promieniowania jonizującego   
♣ niebezpieczne źródła promieniowania ultrafioletowego i podczerwonego   
♣ niebezpieczne źródła promieniowania laserowego   
♣ niebezpieczne źródła promieniowania elektromagnetycznego   
♣ nieprawidłowa obsługa tych źródeł promieniowania   
♣ przechowywanie substancji żrących i parzących w nieodpowiednich opakowaniach i niewłaściwy ich transport   
Ochronę przed poparzeniami może stanowić:  
♣ odpowiednia konstrukcja maszyn i urządzeń   
♣ dobór odpowiedniego procesu technologicznego   
♣ usunięcie człowieka ze strefy wpływów tych zagrożeń   
♣ odizolowanie człowieka przez zastosowanie technicznych środków ochrony   
♣ stosowanie środków ochrony osobistej   
  
**Zagrożenia pożarowe i wybuchowe**Zagrożenie pożarowe - zespół czynników wpływających na powstanie i rozprzestrzenianie się pożaru, a przez to zagrażających bezpieczeństwu życia ludzi.   
Zagrożenie wybuchowe – możliwość tworzenia przez palne gazy, pary palnych cieczy, pyły lub włókna palnych ciał stałych w różnych warunkach mieszanin z powietrzem, które pod wpływem czynnika inicjującego zapłon wybuchają, czyli ulegają gwałtownemu spalaniu połączonego ze wzrostem ciśnienia.   
Ocena zagrożenia wybuchem obejmuje wskazanie pomieszczeń zagrożonych wybuchem, wyznaczenie odpowiednich stref zagrożenia wybuchem oraz wskazanie czynników mogących w nich zainicjować zapłon.   
Ponieważ warunkiem powstania pożaru jest obecność materiału palnego, czynnika utleniającego i źródła zapłonu, usuwając jeden z tych elementów, uniemożliwiamy zaistnienie pożaru.   
Usunięcie materiałów palnych ze strefy zagrożenia to ważny element prewencji, szczególnie wówczas, gdy nawet mała ilość substancji palnej może być źródłem przemieszczenia ognia.   
**Podstawy przedsiębiorczości**

Zagadnienia:

1. Wyjaśnianie mechanizmów funkcjonowania gospodarki rynkowej, powiązań między jej podmiotami oraz poznanie roli państwa w procesach gospodarczych.

- <https://pl.wikipedia.org/wiki/Mechanizm_rynkowy>

- <https://pl.wikipedia.org/wiki/Gospodarka_rynkowa>

- <https://pl.wikipedia.org/wiki/Wolny_rynek>

2. Zaznajomienie się z prawami i instytucjami chroniącymi konsumenta.

<https://prawakonsumenta.uokik.gov.pl/>

na tej stronie przedstawione są prawa i obowiązki konsumenta, prawa do wniesienia skarg, odwołań ,

3. Rozumienie roli pieniądza, rynków i instytucji finansowych w gospodarce, [file:///C:/Users/Admin/Downloads/3.9.-pieniadz-w-gospodarce-podrecznik-teoria.pdf](file:///C:\Users\Admin\Downloads\3.9.-pieniadz-w-gospodarce-podrecznik-teoria.pdf)

4. Poznanie rodzajów podatków w Polsce

- <https://www.podatki.gov.pl/abc-podatkow/podatki-w-polsce/>

- <https://www.podatki.gov.pl/abc-podatkow/>

w razie pytań proszę o kontakt mailowy:

szczepanzielinski@wp.pl

**mgr Ewa Dunkowska**

Semestr 1 terapia zajęciowa -opisać organizacje pracy zespołu wielodyscyplinarnego.

Można wykorzystać materiały zawarte w literaturze przedmiotu oraz skorzystać z czasopism i artykułów fachowych. Może to być forma eseju lub prezentacji w grupach 5-6 osobowych. Tematyka tych zagadnień obejmuje zarówno diagnozowanie w terapii zajęciowej jak i metodykę terapii zajęciowej.