

SPIS TREŚCI

WSTĘP

1. PODSTAWOWE WIADOMOŚCI Z ZAKRESU PRAWNEJ OCHRONY PRACY	7
1.1. Praca i relacje między pracownikiem a pracodawcą. Kodeks pracy	7
1.2. Organizacja pracy w zakładach	8
1.3. Kształtowanie bezpiecznych warunków pracy w zakładzie	9
1.4. Higiena pracy, normatywy określające warunki higieny pracy, choroby zawodowe	9
1.5. Wypadki przy pracy i zagrożenia wypadkowe	11
1.6. Obowiązki kierownictwa i załogi w zakresie przestrzegania przepisów bhp	12
1.7. Nadzór państwowy i związkowy nad przestrzeganiem zasad bhp	13
2. DROBNOUSTROJE I ZDROWIE CZŁOWIEKA	15
2.1. Drobnoustroje w środowisku	15
2.2. Zakażenia i choroby zakaźne	16
2.3. Odporność organizmu na zakażenie i oporność drobnoustrojów na leczenie	21
2.4. Zapobieganie chorobom zakaźnym i ich zwalczanie	21
2.5. Drobnoustroje w żywności	22
2.6. Choroby zakaźne przenoszone przez żywność	24
2.7. Choroby pasożytnicze przenoszone przez żywność	27
2.8. Zanieczyszczenia chemiczne żywności. Niebakteryjne zatrucia pokarmowe	29
3. ELEMENTY WIEDZY O CZŁOWIEKU I JEGO PRACY	32
3.1. Praca i jej rodzaje	32
3.2. Podstawy fizjologii i ergonomii pracy	32
3.3. Praca dynamiczna i statyczna	36
3.4. Rytm pracy	38
3.5. Dobór pracowników do wykonywanej pracy	39
3.6. Zmęczenie, przemęczenie i odpoczynek	39
3.7. Higiena w życiu codziennym	40
4. KSZTAŁTOWANIE BEZPIECZNYCH I HIGIENICZNYCH WARUNKÓW PRACY ORAZ ŻYCIA OSOBISTEGO PRACOWNIKA	43
4.1. Organizacja pracy i wyposażenie stanowisk roboczych	43
4.2. Wymagania budowlano-techniczne dotyczące budynków i pomieszczeń	45
4.3. Warunki klimatyczne	46
4.4. Środowisko w pomieszczeniach mieszkalnych i zakładach pracy	46
4.5. Mikroklimat pomieszczeń	47
4.6. Wentylacja pomieszczeń	49
4.7. Oświetlenie pomieszczeń	50

5. SZKODLIWOŚCI I CHOROBY ZAWODOWE	52
5.1. Czynniki szkodliwe w miejscu pracy	52
5.2. Uciążliwości wynikające z charakteru pracy lub jej organizacji	53
5.3. Czynniki szkodliwe i uciążliwości w zakładach gastronomicznych	54
5.4. Zasady stwierdzania chorób zawodowych	54
5.5. Niektóre stany chorobowe nieobjęte wykazem chorób zawodowych	56
6. HIGIENA W ZAKŁADZIE GASTRONOMICZNYM	58
6.1. Wymagania higieniczno-sanitarne dotyczące otoczenia zakładu	58
6.2. Usytuowanie pomieszczeń	58
6.3. Wygląd i standard wykończenia pomieszczeń	59
6.4. Funkcjonalność zakładu gastronomicznego	60
6.5. Zaopatrzenie w wodę zimną i gorącą	63
6.6. Wewnętrzna instalacja wodociągowo-kanalizacyjna	63
6.7. Usuwanie nieużytkowych stałych odpadów (śmieci)	64
6.8. Zabezpieczenie zakładu gastronomicznego przed szkodnikami żywności i ich zwalczanie	65
7. BEZPIECZEŃSTWO I HIGIENA PRODUKCJI GASTRONOMICZNEJ ORAZ PRZECHOWYWANIA, ZBYTU I TRANSPORTU ŻYWNOŚCI	69
7.1. Systemowe rozwiązania problemów bezpieczeństwa produkcji żywności	69
7.2. Organizacja przyjęcia dostaw środków spożywczych	75
7.3. Magazynowanie środków spożywczych	75
7.4. Zasady izolacji surowej żywności, półproduktów i gotowych wyrobów	77
7.5. Wymagania dotyczące stołów produkcyjnych. Kuchenne urządzenia grzejne	78
7.6. Produkcja potraw z mięsa i drobiu	78
7.7. Produkcja potraw mącznych i nabiałowych	79
7.8. Produkcja zimnych dań bufetowych	79
7.9. Produkcja deserów	80
7.10. Higieniczne zasady porcjowania i wydawania potraw	81
7.11. Mycie naczyń kuchennych i sprzętu produkcyjnego	83
7.12. Mycie i wyparzenie naczyń stołowych	83
7.13. Gromadzenie i usuwanie odpadków	84
7.14. Higiena transportu wewnętrznego surowej żywności i gotowych potraw	85
7.15. Specyfikacja produkcji kulinarnej z gotowych dań chłodzonych lub mrożonych	86
7.16. Higieniczne warunki sprzedaży potraw poza zakładem	86
7.17. Mycie i sprzątanie pomieszczeń zakładu gastronomicznego	87
7.18. Higiena osobista pracowników gastronomii, badania lekarskie i wymagane kwalifikacje w zakresie dobrej praktyki higienicznej (GHP)	88
8. ZASADY BEZPIECZNEJ PRACY PRZY URZĄDZENIACH ELEKTRYCZNYCH I PRACUJĄCYCH POD CIŚNIENIEM	91
8.1. Urządzenia elektryczne. Porażenia prądem	91
8.2. Napięcie bezpieczne. Uziemienie i zerowanie	92
8.3. Bezpieczne użytkowanie maszyn i urządzeń elektrycznych	92
8.4. Ochrona przed promieniowaniem elektromagnetycznym	93

8.5. Bezpieczeństwo pracy przy urządzeniach pracujących pod ciśnieniem.	94
8.6. Substancje chemiczne łatwopalne i wybuchowe	95
9. OCHRONA PRZECIWPOŻAROWA	96
9.1. Zagrożenia pożarowe w zakładach pracy	96
9.2. Elektryczność statyczna	97
9.3. Zasady obowiązujące przy prowadzeniu akcji ratowniczo-gaśniczej	97
9.4. Środki gaśnicze oraz urządzenia i sprzęt gaśniczy	99
9.5. Państwowa Straż Pożarna i ochrona przeciwpożarowa w Polsce	100
10. WYPADKI PRZY PRACY. ZASADY UDZIELANIA PIERWSZEJ POMOCY	101
10.1. Zagrożenia wypadkowe i zapobieganie wypadkom w gastronomii	101
10.2. Przedmedyczna pomoc doraźna — wiadomości ogólne	102
11. WYBRANE ZAGADNIENIA PRAWNE	108
11.1. Rodzaje umów o pracę i zasady ich rozwiązywania	108
11.2. Urlopy wypoczynkowe i bezpłatne	110
11.3. Profilaktyczna ochrona zdrowia i opieka lekarska	111
11.4. Profilaktyczne badania lekarskie	112
11.5. Ochrona pracy młodocianych i kobiet	113
11.6. Szkolenia pracowników z zakresu bhp	114
11.7. Ochrony indywidualne oraz odzież ochronna i robocza	114
LITERATURA	116

