

# CSCS 2014

---

1

Pawel Flisak CPCS Ltd

[www.uprawnienia.co.uk](http://www.uprawnienia.co.uk)

office@uprawnienia.co.uk

tel: 077 33 74 82 18

e-mail:

## GENERAL RESPONSIBILITIES

**1. Kto odpowiada za zgłaszanie warunków zagrażających bezpieczeństwu na budowie?**

- a) Tylko kierownik budowy
- b) Klient
- c) Inspektorzy BHP
- d) Każda osoba na budowie

**2. Podczas szkolenia wprowadzającego nie do końca rozumiesz kwestie o których mówi prowadzący. Co należy zrobić?**

- a) Wziąć udział w innym szkoleniu wprowadzającym
- b) Poprosić prowadzącego o ponowne wyjaśnienie kwestii
- c) Domyślić się co prowadzący chciał powiedzieć
- d) Poczekać do końca a następnie poprosić kogoś o wytłumaczenie

**3. Uwzględniając zaawansowanie prac na budowie, zasady bezpieczeństwa o których była mowa na szkoleniu wprowadzającym wydają ci się nieaktualne. Co powinieneś zrobić?**

- a) Nic nie robić, nie ponosisz odpowiedzialności za bezpieczeństwo na budowie
- b) Porozmawiać o swoich obawach z kierownikiem
- c) Porozmawiać ze współpracownikami aby zorientować się czy obowiązują nowe zasady
- d) Opracować własne zasady bezpieczeństwa, które będą odpowiednie do zmieniających się warunków.

**4. Jaki jest najważniejszy powód utrzymywania stanowiska roboczego w czystości i porządku?**

- a) Zapobieganie poślizgnięciom, potknięciom i wypadkom
- b) Uniknięcie wielkiego sprzątnia pod koniec tygodnia
- c) Pojemniki na odpady mogą być wówczas częściej opróżniane
- d) Recykling odpadów i działanie środowiska

**5. Praca innego pracodawcy zagraża twojemu bezpieczeństwu. Należy przerwać pracę i:**

- a) Pójść do domu
- b) Porozmawiać z kierownikiem
- c) Porozmawiać z kierownikiem wykonawcy
- d) Porozmawiać z wykonawcą ,który wykonuje pracę

**6. Używasz sprzętu. Właśnie otrzymałeś zakaz wykonywania prac. Co to oznacza?**

- a) Nie wolno używać sprzętu chyba , że w obecności kierownika
- b) Nie wolno używać sprzętu do czasu jego odpowiedniego zabezpieczenia
- c) Możesz używać sprzętu pod warunkiem, że zachowasz większą ostrożność
- d) Tylko kierownicy mogą używać sprzętu

**7. Wydano zakaz wykonywania pracy dla całej budowy. Co to oznacza?**

- a) Możesz kontynuować pracę gdyż nie ma to żadnego związku z tobą
- b) Nie wolno używać elektronarzędzi
- c) Możesz skończyć rozpoczętą pracę a następnie iść do domu
- d) Musisz przerwać pracę ponieważ na placu budowy nie jest bezpiecznie

**8. Po dokonaniu obserwacji twojej pracy, inspektor BHP wydaje nakaz poprawy. Co to oznacza?**

- a) Nie pracujesz wystarczająco szybko
- b) Musisz poprawić poziom pracy
- c) Nie pracujesz w bezpieczny sposób
- d) Wszystkie odpowiedzi

**9. Prawo-ustawa o ochronie zdrowia i bezpieczeństwa pracy nakłada obowiązki prawne na:**

- a) Wyłącznie pracodawców
- b) Wyłącznie pracowników
- c) Wszystkie osoby w pracy
- d) Wyłącznie osoby na samozatrudnieniu

**10. Jako pracownik nie jesteś prawnie zobowiązany do:**

- a) Używania sprzętów w bezpieczny sposób i zgodnie z instrukcjami
- b) Sporządzania własnych ocen ryzyka
- c) Rozmawiania z kierownikiem o twoich obawach związanych z bezpieczeństwem na budowie
- d) Zgłaszania uszkodzeń lub wad sprzętu

**11. Dlaczego ustawa o Zdrowiu i Bezpieczeństwie Pracy jest dla Ciebie ważna? Podaj 2 odpowiedzi**

- a) Informuje o miejscach na budowie, które są niebezpieczne
- b) Należy się z nim zapoznać przed przystąpieniem do pracy
- c) Nakłada na pracodawcę obowiązek prawny zapewnienia bezpieczeństwa pracy
- d) Informuje jak wykonywać pracę
- e) Nakłada na pracowników obowiązki prawne

**12. Które z poniższych nie stanowi dla Ciebie jako pracownika obowiązku prawnego?**

- a) Dbanie o własne zdrowie i bezpieczeństwo
- b) Dbanie o zdrowie i bezpieczeństwo innych osób na które wpływa Twoja praca
- c) Sporządzanie własnych ocen ryzyka
- d) Nie wtrącanie się w kwestie związane ze zdrowiem i bezpieczeństwem

**13. Kto odpowiada za dbanie o zdrowie i bezpieczeństwo na placach budowy?**

- a) Koordynator do spraw bezpieczeństwa firmy
- b) Inspektorat Zdrowia i Bezpieczeństwa Pracy (HSE)
- c) Klient
- d) Kierownik budowy

**14. Ocena ryzyka określa:**

- a) Sposób zgłaszania wypadków
- b) Godziny pracy na budowie
- c) Zagrożenia i bezpieczne metody pracy
- d) Miejsca przechowywania apteczki i pomocy

**15. Wielokrotnie pojawia się określenie ZAGROŻENIE. Co ono oznacza?**

- a) Wszystko co może spowodować zagrożenie
- b) Wskaźnik wypadków na budowie
- c) Rodzaj barierki lub osłony
- d) Wszystkie odpowiedzi

**16. Masz właśnie przystąpić do pracy. Skąd masz wiedzieć czy wymagane jest pozwolenie na pracę?**

- a) Powiedzą ci o tym inni pracownicy
- b) Inspektorat Zdrowia i Bezpieczeństwa Pracy o tym poinformuje
- c) Nie można rozpocząć pracy zanim nie zostanie wydane pozwolenie na pracę
- d) Nie musisz nic wiedzieć na ten temat. Za pozwolenie na pracę nie odpowiadają pracownicy

**17. Które z 3 poniższych elementów należy zawrzeć w instrukcji wykonywania pracy?**

- a) Wymagane materiały, narzędzia i sprzęt
- b) Potrzebny personel i poziom kwalifikacji oraz wymagane pozwolenia
- c) Wskazówki dotarcia na budowę
- d) Kolejność i prawidłowy sposób wykonywania prac
- e) Występujące zagrożenia

**18. Okazuje się, że nie możesz wykonać pracy zgodnie z instrukcją wykonywania pracy. Co należy zrobić?**

- a) Samodzielnie opracować sposób wykonywania pracy
- b) Przed przystąpieniem do pracy porozmawiać z kierownikiem
- c) Zapytać współpracowników w jaki sposób, ich zdaniem należy wykonać pracę
- d) Skontaktować się z Inspektorem Zdrowia i Bezpieczeństwa Pracy (HSE)

**19. Zgodnie z pozwoleniem na pracę:**

- a) W razie wypadku, na teren budowy mogą wejść służby ratownicze
- b) W kontrolowanych warunkach mogą być wykonywane bezpiecznie prawne prace
- c) Inspektorzy BHP mogą wizytować plac budowy
- d) Nie przeszkolone osoby mogą pracować bez nadzoru

**20. W jaki sposób, twoim zdaniem po przybyciu na budowę możesz uzyskać informacje o zasadach bezpieczeństwa i ochrony zdrowia obowiązujących na miejscu?**

- a) Na szkoleniu wprowadzającym
- b) Z pisma przesłanego na twój adres domowy
- c) Czytając zasady BHP pracodawcy
- d) Pytając inne osoby na budowie

**21. Pracodawca ma obowiązek prawny omawiać z pracownikami kwestie związane z ochroną zdrowia i bezpieczeństwem ponieważ:**

- a) Wówczas nie trzeba brać udziału w innych dodatkowych szkoleniach z zakresu BHP
- b) Po omówieniu takich kwestii nie będzie ponosił odpowiedzialności za zdrowie i bezpieczeństwo pracowników
- c) Musi poinformować o sposobach ochrony zdrowia i zachowania bezpieczeństwa
- d) Pracownik nie ponosi żadnej odpowiedzialności za ochronę zdrowia i bezpieczeństwa

**22. Co to jest instruktarz z zakresu BHP? Pogadanka przy skrzynce na narzędzia?**

- a) Krótkie szkolenie dotyczące konkretnego tematu z zakresu bezpieczeństwa
- b) Rozmowa podczas, której można się dowiedzieć gdzie kupić narzędzia
- c) Pierwsze szkolenie po przybyciu na plac budowy
- d) Namawianie do kupna przez dostawcę narzędzi.

**23. Kto powinien wziąć udział w szkoleniu wprowadzającym?**

- a) Osoby sprzątające
- b) Architekci
- c) Pracownicy wykonujący prace budowlane
- d) Wszystkie osoby na budowie

**24. Które z 2 poniższych tematów powinny być poruszone na szkoleniu wprowadzającym?**

- a) Zasady obowiązujące na budowie
- b) Gdzie jest najtańszy parking
- c) Terminy urlopów
- d) Procedury awaryjne obowiązujące na budowie

**25. Sytuacja potencjalnie niebezpieczna to zdarzenie:**

- a) Którego nie udało ci się zobaczyć ze względu na zbyt późne przybycie
- b) Przy którym ktoś mógł odnieść obrażenia
- c) Przy którym ktoś odniósł obrażenia i niemal nie został zabrany do szpitala
- d) Przy którym ktoś odniósł obrażenia i prawie musiał wziąć urlop

**26. Można pomóc w zapobieganiu wypadkom przez:**

- a) Zgłaszanie niebezpiecznych warunków pracy
- b) Uzyskanie uprawnień w zakresie uzyskania pierwszej pomocy
- c) Uzyskanie wiedzy o miejscu przechowywania zestawu pierwszej pomocy
- d) Umiejętność szybkiego wezwania pomocy

**27. Jaki jest główny powód udziału w szkoleniu wprowadzającym?**

- a) Poznasz inne osoby, które rozpoczynają prace
- b) Rozdane zostaną oceny ryzyka
- c) Wyjaśnione zostaną zasady BHP i zagrożenia występujące na budowie
- d) Rozdane zostaną pozwolenia na prace

## ACCIDENT REPORTING AND RECORDING

**1. Które 2 opcje z poniższych pozwolą uzyskać wiedzę na temat procedur awaryjnych obowiązujących na budowie i telefonów alarmowych.**

- a) Wytyczne Inspektoratu Zdrowia i Bezpieczeństwa Pracy
- b) Zapoznanie się z tablicami informacyjnymi na budowie
- c) Wytyczne lokalnej placówki Job Centre Plus
- d) Wzięcie udziału w szkoleniu wprowadzającym
- e) Przeglądanie książki telefonicznej

**2. W sytuacji awaryjnej należy:**

- a) Opuścić teren
- b) Zadzwonić do domu
- c) Postępować zgodnie z procedurą awaryjną
- d) Zadzwonić do Inspektoratu Zdrowia i Bezpieczeństwa Pracy

**3. W sytuacji awaryjnej miejscem zbiórki jest:**

- a) Biuro kierownika budowy
- b) Miejsce zdarzenia i wypadku
- c) Pomieszczenia socjalne
- d) Ustalone miejsce gdzie należy się zebrać podczas ewakuacji

**4. Byłeś świadkiem zawalenia się rusztowania. Jeśli ktoś spyta cię o wypadek, co powinieneś powiedzieć?**

- a) Nic, nie jesteś ekspertem od rusztowań
- b) Możliwie niewiele bo nie chcesz narobić kłopotu innym
- c) Dokładnie to co widziałeś
- d) Kto twoim zdaniem jest winny i w jaki sposób należy go ukarać

**5. Jaki jest główny cel przeprowadzania dochodzenia w sprawie wypadku?**

- a) Dowiedzieć się kto jest winny
- b) Poznać przyczyny aby zapobiec takim zdarzeniom w przyszłości
- c) Uzyskać wiedzę o kosztach wyrządzonych szkód
- d) Odnotować obrażenia jakie zostały odniesione

**6. Byłeś świadkiem poważnego wypadku na budowie i rozmawiasz z inspektorem do spraw BHP. Czy powinieneś?**

- a) Zapytać kierownika co masz powiedzieć inspektorowi
- b) Nic nie mówić inspektorowi
- c) Współpracować z inspektorem i opisać wszystko co widziałeś
- d) Powiedzieć inspektorowi co powiedzieli ci współpracownicy

**7. Kiedy należy odnotować wypadek w rejestrze wypadków?**

- a) Jeśli odniesione zostały obrażenia
- b) Tylko jeśli nie możesz pracować
- c) Tylko jeśli doznałeś złamania kości
- d) Tylko jeśli musisz iść do szpitala

**8. Jeśli jakaś osoba dozna obrażeń w pracy kto powinien odnotować uraz w rejestrze wypadków?**

- a) Wyłącznie kierownik budowy
- b) Osoba poszkodowana lub ktoś w jej imieniu
- c) Wyłącznie osoba wyznaczona do udzielania I pomocy
- d) Osoba z Inspektoratu Zdrowia i Bezpieczeństwa Pracy

**9. Które z poniższych nie musi być odnotowane w rejestrze wypadków?**

- a) Numer ubezpieczenia
- b) Data i godzina wypadku
- c) Szczegółowe informacje dotyczące urazu
- d) Adres domowy

**10. Które z rodzajów wypadków należy odnotować w rejestrze wypadków?**

- a) Tylko poważne urazy takie jak złamania czy śmierć
- b) Tylko urazy wymagające leczenia szpitalnego
- c) Wszystkie wypadki skutkujące urazem
- d) Tylko wypadki na skutek których osoba z obrażeniami musi przerwać wykonywanie pracy

**11. W jakich sytuacjach należy odnotować wypadek w rejestrze wypadków?**

- a) Tylko jeśli na skutek wypadku pracownik doznaje urazu
- b) Tylko jeśli osoba z obrażeniami będzie nieobecna w pracy
- c) Tylko jeśli na skutek wypadku doszło do uszkodzenia instalacji lub urządzeń
- d) Tylko jeśli dochodzi do złamania większych kości lub wstrząśnienia mózgu

**12. Należy dokonać wpisu w rejestrze wypadku jeśli:**

- a) Na skutek wypadku pracownik odnosi obrażenia
- b) Osoba poszkodowana była nieobecna w pracy przez kilka dni na skutek choroby
- c) Stopień obrażeń może skutkować rozczeniem odszkodowawczym
- d) Kierownictwo uzna to za właściwe



**13. Które 2 z poniższych elementów nie są odnotowywane w rejestrze wypadków?**

- a) Numer ubezpieczenia
- b) Numer telefonu
- c) Data i godzina wypadku
- d) Odniesione obrażenia
- e) Adres domowy

**14. Dlaczego należy zgłaszać wszystkie wypadki?**

- a) Może to pomóc zapobiec podobnym wypadkom w przyszłości
- b) Niektóre rodzaje wypadków należy zgłaszać w Inspektoracie Zdrowia i Bezpieczeństwa Pracy
- c) W rejestrze wypadków należy podać szczegóły wypadku
- d) Wszystkie odpowiedzi

**15. Dlaczego należy zgłaszać potencjalnie niebezpieczne sytuacje, które miały miejsce na budowie?**

- a) Ponieważ tak nakazuje prawo w przypadku wszystkich potencjalnie niebezpiecznych sytuacji
- b) Aby znaleźć winnego
- c) Jest to wymóg przepisów budowlanych CDM
- d) Aby wyciągnąć wnioski i zapobiec podobnym sytuacjom w przyszłości

**16. Co należy zrobić z rejestrem wypadków pracodawcy po zakończeniu budowy?**

- a) Usunąć z terenu i zniszczyć
- b) Wysłać do Inspektoratu Zdrowia i Bezpieczeństwa Pracy
- c) Pracodawca jest zobowiązany do bezpiecznego przechowywania rejestru
- d) Odesłać do twarzystwa ubezpieczeniowego

**17. Wypadki powodujące obrażenia należy zawsze odnotowywać w :**

- a) Dzienniku głównego pracodawcy
- b) Rejestrze wypadków
- c) Dzienniku konstruktora
- d) Dzienniku podwykonawcy

**18. Byłeś świadkiem wypadku na budowie. Co powinieneś zrobić?**

- a) Nic nie mówić aby nie narobić innym osobom kłopotów
- b) Zapytać współpracowników co należy zrobić
- c) Zadzwonić do pobliskiego szpitala
- d) Powiedzieć przełożonemu co widziałeś

**19. Lekarz stwierdza u Ciebie zespół wibracyjny. Prawdopodobnie spowodowany pracą. Co powinieneś zrobić?**

- a) Nie mówić nikomu bo jest to krępujące
- b) Poinformować kierownika budowy lub pracodawcę
- c) Jedynie poinformować współpracowników
- d) Nie mówić nikomu bo nie wymaga to zgłoszenia

**20. Komu należy zgłosić poważny wypadek?**

- a) Ochronie
- b) Policji
- c) Pracodawcy
- d) Pogotowiu

**20. Byłeś świadkiem zdarzenia na budowie, które było niebezpieczne ale nikt nie odniósł obrażeń. Komu należy zgłosić takie niebezpieczne zdarzenie?**

- a) Przełożonemu lub kierownikowi budowy
- b) Klientowi projektu
- c) Pozostałym pracownikom
- d) Osobie wyznaczonej do udzielania pomocy

**21. Pracując na budowie kaleczysz się w palec. Co należy zrobić?**

- a) Zgłosić zdarzenie pod koniec zmiany
- b) Przemyć ranę i jeśli jest niegroźna kontynuować pracę
- c) Oczyszczyć ranę i powiedzieć o tym kierownikowi
- d) Zgłosić zdarzenie i w razie potrzeby poprosić o pierwszą pomoc

**22. Doznajesz urazu na skutek wypadku w pracy. W jakiej sytuacji należy zgłosić takie zdarzenie?**

- a) Pod koniec dnia przed pójściem do domu
- b) Tylko jeśli musisz wziąć urlop
- c) Natychmiast lub tak szybko jak to możliwe
- d) Następnego dnia przed rozpoczęciem pracy

**23. Ulegasz drobnemu wypadkowi, kto powinien go zgłosić?**

- a) Ktokolwiek kto był świadkiem wypadku
- b) Pracodawca
- c) Ty
- d) Inspektorat Zdrowia i Bezpieczeństwa Pracy

**24. Jeśli lekarz stwierdza u ciebie chorobę Weila (leptospirozę), którą zaraziłeś się na budowie. Dlaczego powinieneś powiedzieć o tym pracodawcy?**

- a) Pracodawca musi ostrzec twoich współpracowników aby nie przebywali w pobliżu ciebie
- b) Pracodawca musi zgłosić to w Inspektoracie Zdrowia i Bezpieczeństwa Pracy
- c) Współpracownicy mogą się od ciebie zarazić
- d) Teren na którym zaraziłeś się chorobą musi zostać zamknięty

**25. Ulegasz wypadkowi na skutek, którego nie jesteś zdolny do pracy przez 5 dni. Które z 2 poniższych działań należy podjąć?**

- a) Wypadek należy odnotować w rejestrze wypadków
- b) Należy wezwać służby ratownicze, które oceniają okoliczności wypadku
- c) Należy poinformować lokalny szpital oraz dział socjalny
- d) Pracodawca powinien poinformować Inspektorat Zdrowia i Bezpieczeństwa Pracy
- e) Musisz zapłacić za sprzęt użyty do udzielenia pomocy

**26. Dlaczego powinieneś zgłosić wypadek?**

- a) Pomoże to w znalezieniu winnego
- b) Jest to wymóg prawny
- c) Kierownik budowy będzie mógł ustalić kto jest winny
- d) Umożliwi to pociągnięcie do odpowiedzialności firmy

## **EMERGENCY PROCEDURES AND FIRST AID**

**1. Informacje o miejscach zbiórki w razie sytuacji awaryjnej można uzyskać:**

- a) Z oceny ryzyka
- b) Z instrukcji wykonywania pracy
- c) Na szkoleniu wprowadzającym
- d) Z pozwolenia o pracę

**2. W jaki sposób należy uzyskać informacje dotyczące postępowania w sytuacji awaryjnej. Proszę wybrać 2 odpowiedzi:**

- a) Na szkoleniu wprowadzającym
- b) Należy zapoznać się z aktami dotyczącymi BHP
- c) Zapytać w Inspektoracie Zdrowia i Bezpieczeństwa Pracy
- d) Skontaktować się z pobliskim szpitalem
- e) Zapoznać się z tablicami informacyjnymi budowy

**3. Apteczka I pomocy nie powinna zawierać:**

- a) Bandaży
- b) Plastrów
- c) Agrafek
- d) Leków sprzedawanych bez recepty tj. aspiryny czy środki przeciwbólowe

**4. Apteczka I pomocy na budowie jest zawsze pusta. Co należy zrobić?**

- a)Przynieść własne artykuły I pomocy do pracy
- b)Dowiedzieć się kto zabiera wszystkie artykuły I pomocy
- c)Dowiedzieć się kto odpowiada za apteczkę i powiadomić taką osobę
- d)Zignorować problem. W końcu zawsze to tak wygląda

**5. Czy twój pracodawca musi zapewnić apteczkę I pomocy?**

- a)Tak, na każdej budowie musi być taka apteczka
- b)Tylko jeśli na budowie pracuje więcej niż 50 osób
- c)Tylko jeśli na budowie pracuje więcej niż 25 osób
- d)Nie, nie ma takiego wymogu prawnego

**6. W jakich przypadkach powinny być udostępniane butelki do płukania oczu?**

- a)Tylko na placach rozbiórkowych w przypadku usuwania azbestu
- b)Tylko na placach gdzie prowadzone są prace renowacyjne
- c)Na wszystkich placach budowy gdzie coś może dostać się do oczu
- d)Na wszystkich placach gdzie wymagane są prysznice

**7. Aby móc udzielać I pomocy należy:**

- a)Przyjrzeć się w jaki sposób osoba wyznaczona do udzielania I pomocy zajmuje się osobami poszkodowanymi a następnie spróbować samemu
- b)Zapytać o kurs I pomocy
- c)Kupić podręcznik I pomocy i zacząć zajmować się osobami poszkodowanymi
- d)Porozmawiać o tym z lekarzem

**8. Co należy zrobić w pierwszej kolejności w przypadku znalezienia osoby poszkodowanej?**

- a)Powiedzieć kierownikowi
- b)Upewnić się czy nie grozi ci niebezpieczeństwo zanim sprawdzisz stan osoby poszkodowanej
- c)Przenieść osobę poszkodowaną do bezpiecznego miejsca
- d)Zapytać osobę poszkodowaną co się stało

**9. Jeśli ktoś upada i traci przytomność najpierw należy:**

- a)Przekręcić taką osobę na plecy
- b)Wezwać pomoc medyczną
- c)Uderzyć w twarz żeby ocucić taką osobę
- d)Wykonać sztuczne oddychanie metodą usta-usta

**10. Ktoś spadł z wysokości i nie ma czucia w nogach należy:**

- a) Przekręcić taką osobę na plecy i wyprostować jej nogi
- b) Przekręcić taką osobę na bok i ugiąć jej nogi
- c) Unieruchomić taką osobę i nie ruszać jej do momentu przybycia pomocy medycznej
- d) Unieść nogi aby sprawdzić czy czucie wróci

**11. Osoba pracująca w głębokim otworze nagle upada. Co należy najpierw zrobić?**

- a) Poprosić kogoś aby opuścił cię na linie do otworu
- b) Zejść do otworu i wykonać sztuczne oddychanie metodą usta-usta
- c) Powiedzieć kierownikowi
- d) Krzyknąć i podnieść alarm gdyż będzie potrzebny wykwalifikowany zespół medyczny

**12. W razie sytuacji awaryjnej należy najpierw:**

- a) Opuścić budowę i pójść do domu
- b) Zadzwonić do domu
- c) Postępować zgodnie z procedurą awaryjną
- d) Zadzwonić do Inspektoratu Zdrowia i Bezpieczeństwa Pracy

**13. Jeśli ktoś miał kontakt z kablem pod napięciem najlepiej:**

- a) Zadzwonić do przedsiębiorstwa elektro-energetycznego
- b) Zadzwonić pod numer 999 i wezwać pogotowie
- c) Wyłączyć zasilanie i wezwać pomoc
- d) Odciągnąć taką osobę od kabla

**14. Co oznacza ten znak?**



( na egzaminie bez dolnej części)

- a) Stacja czyszczenia okularów alarmowych
- b) Stacja do przemywania oczu
- c) Ostrzeżenie, ryzyko rozprysku
- d) Nosić ochronę oczu

**15. Co oznacza ten znak?:**



(na egzaminie bez dolnej części)

- a) I pomoc
- b) Bezpieczne przejście
- c) Nie czekać
- d) Apteczka medyczna

**16. Jeśli skaleczysz się w palec a krwawienie nie ustaje należy:**

- a) Owinąć palec i kontynuować pracę
- b) Powiedzieć współpracownikom
- c) Obmyć palec i kontynuować pracę
- d) Znaleźć osobę wyznaczoną do udzielania I pomocy lub wezwać pomoc medyczną

**17. Czego osoba wyznaczona do udzielania I pomocy nie może zrobić?:**

- a) Wykonać sztuczne oddychania metodą usta-usta
- b) Zatrzymać krwawienia
- c) Dawać leków bez upoważnienia
- d) Leczyć nieprzytomną osobę

**18. W razie podejrzenia złamania nogi należy:**

- a) Ułożyć osobę poszkodowaną na boku w pozycji bocznej ustalonej
- b) Użyć paska do usztywnienia nóg razem
- c) Wezwać osobę wyznaczoną do udzielania I pomocy lub wezwać inną pomoc
- d) Ułożyć osobę poszkodowaną na plecach

**19. Jeśli komuś wpadnie coś do oka najlepiej:**

- a) Trzymać powieki otwarte i wytrzeć zanieczyszczenie czystą papierową husteczką
- b) Zalecić tarcie oka aż oko zacznie łzawić
- c) Poprosić o mrugnięcie kilka razy
- d) Trzymać powieki otwarte i przepłukać sterylną wodą lub płukaczką do oczu

**20. Komuś weszła do ręki duża drzazga. Drzazga weszła głęboko pod skórę co powoduje ból. Co należy zrobić?:**

- a) Użyć czegoś ostrego aby ją wyciągnąć
- b) Upewnić się, że zostanie udzielona I pomoc
- c) Powiedzieć żeby to zignorować bo drzazga wyjdzie sama
- d) Spróbować wycisnąć drzazgę kciukami

**21. Ktoś upada z bólem brzucha a na budowie nie ma osoby wyznaczonej do udzielania I pomocy. Co należy najpierw zrobić?**

- a) Usadzić osobę poszkodowaną
- b) Poprosić kogoś o wezwanie pogotowia
- c) Ułożyć osobę poszkodowaną w pozycji bocznej ustalonej
- d) Dać środek przeciwbólowy

**22. Komuś wszedł gwoździć w stopę. Nie jesteś osobą wyznaczoną do udzielania I pomocy. Nie wolno wyciągnąć gwoździa ponieważ:**

- a) Wpuścisz do rany powietrze i dostaną się do niej bakterie
- b) Gwoździć redukuje krwawienie
- c) Będzie to dowodem na to, że osoba poszkodowana nie miała obuwia ochronnego
- d) Dzięki gwoździowi but nie spada

**23. W razie oparzenia w rękę należy :**

- a) Włożyć rękę do zimnej wody lub pod bieżącą wodę z kranu
- b) Zalecić osobie poszkodowanej kontynuowanie pracy aby rozwiczyc rękę
- c) Wetrzeć w rękę krem lub wazelinę
- d) Owinąć oparzenie hustką

## HEALTH AND WELFARE

**1. To twój pierwszy dzień na placu budowy. Okazuje się, że nie ma gdzie umyć rąk. Co należy zrobić?**

- a) Umyć ręce dopiero w domu
- b) Pójść do pobliskiej kawiarni lub pabu i tam umyć ręce
- c) Porozmawiać o tej kwestii z kierownikiem
- d) Następnego dnia przynieść własną butelkę wody

**2. Jakiego rodzaju warunki socjalno-bytowe powinien zapewnić pracodawca na budowie?**

- a) Zadaszony obszar
- b) Zadaszony obszar i kilka krzeseł
- c) Zadaszony obszar, stoły, krzesła oraz coś do podgrzania wody i jedzenia
- d) Nie, pracodawcy nie mają obowiązku zapewnienia warunków socjalno-bytowych

**3. Jakie są minimalne wymagania prawne w zakresie warunków do mycia rąk na budowie?**

- a) Żadne, nie ma konieczności zapewnienia obiektów do mycia rąk
- b) Miska, czajnik i ręcznik
- c) Hydrant z zimną wodą i papierowe ręczniki
- d) Ciepła i zimna woda, mydło i możliwości wysuszenia rąk

**4. Narażenie na działanie oleju silnikowego oraz innych olejów mineralnych może spowodować:**

- a) Problemy ze skórą
- b) Choroby serca
- c) Problemy z oddychaniem
- d) Zespół wibracyjny

**5. Zawodowego kontaktowego zapalenia skóry można nabawić się:**

- a) W wyniku zespołu wibracyjnego
- b) Od innej osoby z zapaleniem skóry
- c) Na skutek kontaktu z silnymi substancjami chemicznymi
- d) Na skutek działania światła słonecznego

**6. Który z poniższych gatunków zwierząt może przenosić chorobę Weila (leptospiroze) na placach budowy?**

- a) Króliki
- b) Szczury
- c) Wiewiórki
- d) Myszy



**7. Aby nie dopuszczać szczurów do placu budowy wszystkie osoby na budowie powinny:**

- a) Kupić pułapki na szczury i rozstawić je wokół budowy
- b) Poprosić lokalne władze o rozstawienie trutki na szczury
- c) Rozrzucić resztki jedzenia za ogrodzeniem i płotem
- d) Wrzucać odpady po żywności i napojach do odpowiednich pojemników

**8. Zapoznaj się z poniższymi stwierdzeniami o nielegalnych środkach farmakologicznych w miejscu pracy. Które jest prawdziwe w odniesieniu do pracy na budowie?**

- a) Osoby przyjmujące nielegalne środki farmakologiczne stanowią zagrożenie dla wszystkich osób na budowie
- b) Osoby przyjmujące nielegalne środki farmakologiczne pracują lepiej i szybciej
- c) Osoby przyjmujące nielegalne środki farmakologiczne biorą mniej dni urlopu
- d) Przyjmowanie nielegalnych środków farmakologicznych to osobisty wybór i nikogo nie powinno to interesować

**9. Lekarz przepisał ci pewien lek. Które z poniższych pytań jest najważniejsze?**

- a) Czy zażycie leku powoduje senność lub czy będzie stwarzać zagrożenie w pracy?
- b) Czy będę pracować wolniej?
- c) Czy dowie się o tym mój kierownik?
- d) Czy zaśpię i spóźnię się do pracy?

**10. Pracownik idzie do pubu w przerwie na lunch. Wypija kilka piw. Co należy następnie zrobić?**

- a) Wypić dużo mocnej kawy i wrócić do pracy
- b) Nie zbliżać się do placu budowy przez resztę dnia
- c) Trzymać się z dala od placu budowy przez godzinę a następnie wrócić do pracy
- d) Zjeść coś, odczekać 30 min i wrócić do pracy

**11. Brudne ręce należy myć tylko:**

- a) Wodą z mydłem
- b) Rozcieńczalnikiem
- c) Benzyną lakierniczą
- d) Olejem parafinowym

**12. Większe prawdopodobieństwo zarażenia się chorobą Weila (leptospirozą) występuje jeśli:**

- a) Pracujesz w pobliżu wilgotnej ziemi, dróg wodnych lub kanałów ściekowych
- b) Pracujesz w pobliżu urządzeń klimatyzujących
- c) Naprawiasz prysznice lub łazienki
- d) Pijesz wodę z hydrantu

**13. Wczesne objawy choroby Weila (leptospirozy) można łatwo pomylić z :**

- a) Zapaleniem skóry
- b) Cukrzycą
- c) Katarem siennym
- d) Grypą

**14. Nie należy używać benzyny lakierniczej lub innych rozpuszczalników do mycia rąk ponieważ:**

- a) Usuwać olejki ochronne ze skóry
- b) Usuwać zewnętrzną warstwę skóry
- c) Blokuje pory skóry
- d) Przenoszą szkodliwe bakterie niszczące skórę

**15. Bezpośrednie działanie promieni słonecznych na odsłoniętą skórę może powodować:**

- a) Zapalenie skóry
- b) Krzywicę
- c) Trądzik
- d) Raka Skóry

**16. W celu ochrony skóry przed szkodliwymi substancjami nie należy polegać tylko na kremie ochronnym ponieważ:**

- a) Codzienne używanie jest zbyt kosztowne
- b) Krem nie powstrzymuje wielu szkodliwych substancji
- c) Krem jest trudny do zmycia
- d) Krem może podrażnić skórę

**17. Krem ochronny należy nanosić:**

- a) Przed rozpoczęciem pracy
- b) Po zakończeniu pracy
- c) W ramach I pomocy
- d) Jeśli nie możesz znaleźć rękawic

**18. Jeśli na twoich rękach znajduje się niebezpieczna substancja podczas jedzenia może się ona dostać do jamy ustnej. Podaj 2 sposoby na uniknięcie takiej sytuacji:**

- a) Noszenie rękawic podczas pracy
- b) Mycie rąk przed jedzeniem
- c) Nałożenie kremu ochronnego przed jedzeniem
- d) Noszenie rękawic ochronnych i odwrócenie ich na drugą stronę przed jedzeniem
- e) Umycie rękawic roboczych a następnie włożenie ich przed jedzeniem

**19. Na skutek kontaktu ze skażoną ziemią lub wodą można zarazić się tężcem. W jaki sposób zarazki dostają się do organizmu?**

- a) Przez nos podczas oddychania
- b) Przez otwartą ranę skóry
- c) Drogą ustną podczas jedzenia i picia
- d) Ludzie nie mogą się zarazić, dotyczy to tylko zwierząt

**20. Toalety na budowie są zawsze brudne a spłuczka nie działa. Co należy zrobić?**

- a) Postarać się nie korzystać z toalet w pracy
- b) Powiedzieć osobie odpowiedzialnej za toalety jaka jest sytuacja
- c) Spróbować rozwiązać problem samodzielnie
- d) Sprawdzić czy można korzystać z toalet w pobliskiej kawiarni lub pubie

## **ELECTRICAL SAFETY AND HAND HELD TOOLS AND EQUIPMENT**

**1. Używany przez ciebie sprzęt elektryczny wyłącza się. Należy:**

- a) Pociągnąć kabel elektryczny aby zobaczyć czy się odłączył
- b) Wyłączyć zasilanie i sprawdzić czy są uszkodzenia
- c) Wyłączyć i włączyć zasilanie kilka razy
- d) Potrząsnąć urządzeniem i zobaczyć czy zadziała

**2. Należy używać wyłącznika RCD (różnicowo-prądowego) w przypadku narzędzi przystosowanych do napięcia 230Volt ponieważ:**

- a) Oszczędza to energię i obniża koszty
- b) Obniża to napięcie
- c) Wyłącznik szybko odcina zasilanie w razie awarii
- d) Narzędzie pracuje z bezpieczną prędkością

**3. Musisz użyć kabla przedłużającego. Jakie 2 czynności musisz wykonać?**

- a) Rozwinąć cały kabel
- b) Sprawdzić kabel jedynie pod kątem uszkodzeń
- c) Sprawdzić cały kabel pod kątem złączy i uszkodzeń
- d) Rozwinąć kabel jedynie na potrzebną długość
- e) Oczyszczyć kabel wilgotną szmatką

**4. Większość przecinarek i szlifierek jest wyposażonych w osłonę. Jaką 2 funkcje osłony?**

- a) Powstrzymywanie materiałów przed dostaniem się na ostrze lub tarczę
- b) Niedopuszczenie do kontaktu z ostrzem lub tarczą
- c) Wyregulowanie urządzenia
- d) Zapobieganiu odpryskiwaniu elementów na boki
- e) Zapobieganiu stabilnego uchwytu

**5. Dlaczego lepiej używać narzędzi zasilanych bateriami zamiast elektronarzędzi?**

- a) Nie powodują wstrząsu elektrycznego
- b) Nie muszą być poddawane testom ani nie wymagają konserwacji
- c) Nie powodują zespołu vibracyjnego
- d) Są tańsze w eksploatacji

**6. W jakich sytuacjach należy sprawdzać narzędzia i urządzenia pod kątem uszkodzeń:**

- a) Raz na tydzień
- b) Każdorazowo przed użyciem
- c) Codziennie
- d) Przynajmniej raz do roku

**7. W razie poluzowania obucha młotka należy:**

- a) Przerwać pracę, naprawić lub wymienić młotek
- b) Poszukać innego ciężkiego narzędzia i użyć go zamiast młotka
- c) Używać młotka w dalszym ciągu ale zachować ostrożność gdyż obuch młotka może w każdej chwili odpaść
- d) Poprosić osoby w pobliżu aby zachowały odpowiedni odstęp

**8. Jakie 2 główne rzeczy należy wykonać w ramach kontroli wzrokowej przed każdorazowym użyciem narzędzia?**

- a) Sprawdzić czy etykieta producenta nie odpada
- b) Sprawdzić czy przełączniki, spusty i osłony są wyregulowane i prawidłowo pracują
- c) Sprawdzić czy jest dostępny nowszy model
- d) Sprawdzić czy skrzynka na narzędzia nie jest uszkodzona
- e) Sprawdzić czy przewód, wtyczka i obudowa są w dobrym stanie

**9. Obok ciebie ktoś używa samopoziomującego lasera obrotowego. Czy lub ewentualnie jakie zagrożenia zdrowia mogą wystąpić?**

- a) Rak skóry
- b) Stopniowa ślepota
- c) Poparzenie skóry zbliżone do poparzenia słonecznego
- d) Żadne, jeśli jest używany prawidłowo jest bezpieczny

**10. Wprowadzenie tarczy ścierniej w obroty szybsze niż prędkość zalecana jest niebezpieczne. Dlaczego?**

- a) Tarcza może rozpaść się na kawałki
- b) Nie można używać osłony zabezpieczającej
- c) Silnik może się zapalić
- d) Tarcza zablokuje się i zatrzyma

**11. Aby obsługiwać elektronarzędzia ręczne należy:**

- a) Odbyć szkolenie i zdobyć odpowiednie kwalifikacje
- b) Mieć ukończone 21 lat
- c) Mieć ukończone 18 lat
- d) Mieć ukończone 16 lat

**12. Osoba obok Ciebie używa przecinarki tarczowej do przecięcia płyt betonowych. Jakie 3 bezpośrednie zagrożenia mogą wystąpić?**

- a) Szkodliwy pył
- b) Zespół wibracyjny
- c) Duży poziom hałasu
- d) Zapalenie skóry
- e) Odpryskujące fragmenty

**13. Nieoczyszczone kable przedłużające i przewody są częstym powodem potknięć a co za tym idzie urazów, które są powodem nieobecności w pracy. Jakie 2 czynności należy wykonać aby temu zapobiec?**

- a) Przeciągnąć kable i przewody powyżej wysokości głowy nad wejściami drzwiowymi i przejściami zamiast kłaść je w poprzek po podłodze
- b) Układać kable według własnych upodobań nie przejmując się innymi
- c) Odłączyć oświetlenie awaryjne i wykorzystać te gniazdka
- d) Zwinąć nieużywane części kabli i przewodów w możliwie najmniejsze zwoje
- e) Kable i przewody należy układać przy ścianie a nie na środku podłogi lub przejścia

**14. Jaki jest najlepszy sposób ochrony kabla przedłużającego i minimalizacji potknięcia podczas pracy?**

- a) Przeciągnąć kabel najkrótszą drogą
- b) Przeciągnięcie kabla na wysokości głowy
- c) Zakryć kabel kawałkiem drewna
- d) Okleić kabel żółtą taśmą

**15. Musisz użyć narzędzia pneumatycznego. Które z poniższych nie stanowi zagrożenia?**

- a) Nieszczelne węże
- b) Wstrząs elektryczny
- c) Pył unoszący się w powietrzu i odpryskujące elementy
- d) Zespół wibracyjny

**16. Musisz pracować w pobliżu kabla elektrycznego. Kabel ma odsłonięte przewody. Co należy zrobić?**

- a) Sprawdzić czy kabel nie iskrzy a następnie rozpocząć pracę
- b) Dotknąć na chwilę kabla aby sprawdzić czy jest pod napięciem
- c) Powiedzieć przełożonemu i nie zbliżać się do kabla
- d) Odsunąć kable z drogi aby móc przystąpić do pracy

**17. Przed wyregulowaniem ręcznego elektronarzędzia należy:**

- a) Wyłączyć urządzenie i wyjąć wtyczkę z gniazdka
- b) Nie robić nic szczególnego
- c) Nakleić taśmę na wyłącznik ON/OFF
- d) Wyłączyć urządzenie ale zostawić wtyczkę w gniazdku

**18. Etykieta PAT (Testowanie Urządzeń Przenośnych) na elektronarzędziu informuje o:**

- a) Tym kto testował narzędzie przed opuszczeniem fabryki
- b) Impedancji pentli zwarcia
- c) Roku produkcji narzędzia
- d) Terminie następnej kontroli bezpieczeństwa

**19. W razie użycia elektronarzędzia z obracającym się ostrzem należy:**

- a) Usunąć osłonę ale założyć ochronne skórzane rękawice
- b) Wyregulować osłonę aby w maksymalnym stopniu osłonić ostrze
- c) Wyregulować osłonę aby odsłonić ostrze w stopniu pozwalającym na wykonanie pracy
- d) Usunąć osłonę tak aby ostrze było wyraźnie widoczne

**20. Czy proste narzędzie ręczne takie jak packa, śrubokręt, piła czy młotek podlegają kontroli?**

- a) Tylko jeśli są pożyczone
- b) Tak, jeśli nie były używane od kilku tygodni
- c) Tak, należy je kontrolować za każdym razem przed użyciem
- d) Nie, nigdy.

**21. Aby używać narzędzi na naboje trzeba przejść pełne przeszkolenie. Dlaczego?**

- a) Są one ciężkie i mogłyby spowodować urazy podczas ręcznej obsługi
- b) Mają odsłonięte części elektryczne
- c) Używanie takich narzędzi może wywołać zapalenie skóry
- d) Działają podobnie jak pistolet i mogą być niebezpieczne jeżeli są używane przez niedoświadczoną osobę

**22. W jaki sposób sprawdzić czy wyłącznik RCD (różnicowo-prądowy), podłączony do narzędzia działa?**

- a) Wcisnąć przycisk TEST na wyłączniku RCD
- b) Włączyć i wyłączyć elektronarzędzie
- c) Włączyć i wyłączyć zasilanie
- d) Uruchomić narzędzie z maksymalną prędkością żeby sprawdzić czy narzędzie zostanie odłączone

**23. Jeżeli w elektronarzędziu brakuje osłony należy:**

- a) Nie używać narzędzia do czasu zamontowania odpowiedniej osłony
- b) Użyć narzędzia ale postarać się pracować szybko
- c) Spróbować zrobić inną osłonę
- d) Użyć narzędzia ale pracować ostrożnie i powoli

**24. W razie potrzeby użycia narzędzi ręcznych lub elektronarzędzi muszą one spełniać następujące warunki:**

- a) Muszą być zakupione u sprzedawcy materiałów budowlanych
- b) Muszą być wyprodukowane w UK
- c) Musi być to odpowiednie narzędzie do danej pracy, które podlega kontroli przed każdym użyciem
- d) Musi to być odpowiednie narzędzie do danej pracy, które podlega kontroli na początku każdego tygodnia

**25. Kabel zasilający i złącze dostosowane do napięcia 110Volt powinny być w kolorze:**

- a) Niebieskim
- b) Czerwonym
- c) Czarnym
- d) Żółtym

**26. Musisz użyć narzędzia przystosowanego do napięcia 230Volt. Jak uchronić się przed wstrząsem elektrycznym?**

- a) Rozstawić wokół osłony bezpieczeństwa
- b) Użyć generatora
- c) Użyć przenośnego wyłącznika RCD (różnicowo-prądowego)
- d) Założyć gumowe buty i rękawice

**27. Jeśli kabel przedłużający ma uszkodzoną zewnętrzną powłokę należy:**

- a) Upewnić się, że miedziane przewody nie są widoczne na skutek przecięcia a następnie użyć kabla
- b) Zgłosić uszkodzenie i upewnić się, że nikt inny nie użyje kabla
- c) Zaizolować taśmą uszkodzoną część
- d) Włożyć większy bezpiecznik do wtyczki kabla



**28. Praca przy linii elektroenergetycznej napowietrznej jest bezpieczna jeśli:**

- a) Nie pada deszcz
- b) Zasilanie jest wyłączone
- c) Nie dotykasz linii przez ponad 30 sek
- d) Używasz drewnianej drabiny

**29. Dlaczego na placach budowy stosowane jest napięcie 110Volt zamiast standardowego 230Volt?**

- a) Jest szybciej przesyłane w kablach
- b) Jest mniejsze ryzyko wypadków śmiertelnych
- c) Jest bezpieczniejsze dla środowiska
- d) Ponieważ jest tańsze

**30. Na placach budowy zalecane bezpieczne napięcie dla sprzętu elektrycznego to?:**

- a) 110 Volt
- b) 230 Volt
- c) 24 Volt
- c) 12 Volt

**31. Wprowadzenie tarczy ścierniej w obroty szybsze niż zalecana prędkość maksymalna jest niebezpieczne. Dlaczego?**

- a) Tarcza może rozpaść się na kawałki
- b) Tarcza zablokuje się i zatrzyma
- c) Nie można używać osłony zabezpieczającej
- d) Silnik może się zapalić

**32. Musisz przeciągnąć kabel elektryczny przez obszar po którym poruszają się pojazdy. Jakie 2 czynności musisz wykonać?**

- a) Przeciągnąć kabel na wysokości głowy
- b) Zakryć kabel specjalną osłoną
- c) Ustawić znak UWAGA RAMPA
- d) Zakryć kabel dekami rusztowania
- e) Owinąć przewód żółtą taśmą aby był widoczny dla kierowców

**33. Większość przecinarek i szlifierek jest wyposażona w osłonę. Jakie są 2 główne funkcje osłony?:**

- a) Zapewnianie stabilnego uchwytu
- b) Nie dopuszczenie do kontaktu z ostrzem lub tarczą
- c) Wyregulowanie urządzenia
- d) Zapobieganiu odpryskiwaniu fragmentów na boki
- e) Powstrzymywanie materiałów przed dostaniem się na ostrze lub tarczę



**34. Jakie są główne zagrożenia związane z używaniem dłuta lub przecinaka?**

- a) Powoduje uszkodzenia obucha młotka
- b) Powoduje rozdrabnianie i odpryskiwanie fragmentów do góry
- c) Dłuto wymaga częstszego ostrzenia
- d) Uchwyt dłuta wygina się po uderzeniu

**35. Zapoznaj się z poniższymi stwierdzeniami o elektronarzędziach, które jest prawdziwe?**

- a) Narzędzie musi być zawsze podłączone jeśli je kontrolujesz lub regulujesz
- b) Zawsze odłączaj narzędzie z gniazdka jeśli go nie używasz
- c) Zawsze odłączaj narzędzie z gniazdka ciągnąc za przewód
- d) Zawsze przenoś narzędzie trzymając je za przewód przyłączeniowy

**FIRE PREVENTION AND CONTROL**

**1. W razie wykrycia pożaru. Co należy najpierw zrobić?**

- a) Spróbować ugasić pożar
- b) Odłożyć narzędzia
- c) Podnieść alarm
- d) Ukończyć pracę jeżeli jest to możliwe

**2. W razie usłyszenia alarmu pożarowego należy udać się do:**

- a) Biura budowy
- b) Miejsca pożaru
- c) Stołówki
- d) Miejsca Zbiórki

**3. Pozwolenie na prace gorące umożliwia?**

- a) Wykonywanie pracy przy której jest wymagana ciepła odzież ochronna
- b) Rozpalenie ogniska
- c) Wykonywanie pracy przy której może wybuchnąć pożar
- d) Prace w warunkach wysokiej temperatury

**4. O czym nie ma mowy w pozwoleniu na prace gorące?**

- a) Kiedy można zacząć i kiedy skończyć prace gorące
- b) W jaki sposób zapobiec rozprzestrzenianiu się iskier i ciepła
- c) Jakie gaśnice lub dozór są potrzebne
- d) Gdzie jest zlokalizowana najbliższa komenda straży pożarnej

**5. Wodna gaśnica oznaczona na czerwono powinna być używana do wyłącznie jakich rodzajów pożarów?**



- a) Pożary metali i stopionych metali
- b) Pożary drewna, papieru, materiałów włókienniczych i stałych
- c) Pożary palnych cieczy
- d) Pożary instalacji elektrycznych

**6. Gaśnica śniegowa CO<sub>2</sub> z czarnym oznaczeniem nie powinna być używana do jakich rodzajów pożarów?:**



- a) Pożary instalacji elektrycznych
- b) Pożary palnych cieczy ( paliwo, olej, farby, lakier etc.)
- c) Pożary drewna, papieru, materiałów włókienniczych i stałych
- d) Pożary metali i metali stopionych

**7. Gaśnica proszkowa z niebieskim oznaczeniem może być stosowana przy wszystkich rodzajach pożaru, ale najlepiej sprawdza się przy których dwóch?:**



- a) Pożary drewna, papieru, materiałów włókienniczych i stałych
- b) Pożary metali i stopionych metali
- c) Pożary palnych cieczy ( paliwo, olej, lakiery, farby etc.)
- d) Pożary instalacji elektrycznych
- e) Gazów palnych ( LPG, propan etc.)

**8. Gaśnica pianowa z oznaczeniem kremowym nie powinna być używana do jakich 2 rodzajów pożarów?:**



- a) Pożary palnych cieczy ( paliwo, olej, lakiery, farby etc.)
- b) Drewna, papieru, materiałów włókienniczych i stałych
- c) Pożary metali i stopionych metali
- d) Pożary palnych gazów (LPG, propan etc.)
- e) Pożary instalacji elektrycznych

**9. W razie pożaru należy się udać do MIEJSCA ZBIÓRKI. Jak się dowiedzieć gdzie jest takie miejsce?**

- a) Podczas wizyty w Inspektoracie Zdrowia i Bezpieczeństwa Pracy (HSE)
- b) Zapytać kolegów z pracy
- c) Czytając zasady BHP pracodawcy
- d) Na szkoleniu wprowadzającym

**10. Podano rodzaje pracy. W których 2 z nich może być wymagane pozwolenie na prace gorące?:**

- a) Tankowanie oleju napędowego w wywrotce
- b) Używanie grzejników z suszarni
- c) Lutowanie rurociągu centralnego ogrzewania
- d) Zastąpienie pustej butli z gazem płynnym pełną butlą
- e) Cięcie stali szlifierką kątową

**11. Aby doszło do zapłonu potrzebne jest ciepło, paliwo i:**

- a) Tlen
- b) Argon
- c) Azot
- d) Dwutlenek węgla

**12. W przypadku użycia gaśnicy śniegowej CO<sub>2</sub> dysza robi się:**



- a) Ciepła
- b) Bardzo zimna
- c) Bardzo ciężka
- d) Bardzo ciepła

**13. Jaki jest główny cel środków bezpieczeństwa przeciwpożarowego na placu budowy?**

- a) Aby służby ratownicze mogły jak najszybciej dotrzeć na miejsce
- b) Aby zapobiec rozprzestrzenianiu się pożaru
- c) Aby zapewnić, że każdy zachowa bezpieczeństwo w razie pożaru
- d) Mieć dostępne na miejscu środki do zwalczania pożaru

**14. Jeśli w pracy wymagane jest pozwolenie na prace gorące jakie 2 rzeczy najprawdopodobniej trzeba będzie zrobić?**

- a) Wiedzieć gdzie są zlokalizowane gaśnice
- b) Sporządzić plan ewakuacyjny budowy
- c) Wiedzieć jak napełnić gaśnice
- d) Mieć przy sobie gaśnicę
- e) Po zakończeniu pracy sprawdzić czy są oznaki pożaru

**15. MIEJSCE ZBIÓRKI w razie pożaru to miejsce gdzie:**

- a) Zaczął się pożar
- b) Muszą dotrzeć wozy strażackie
- c) Należy się udać po usłyszeniu alarmu przeciwpożarowego
- d) Przechowywane są gaśnice

**16. Zgłoszono wybuch dużego pożaru. Nie jesteś przeszkolony w zakresie obsługi gaśnic. Należy:**

- a) Zakończyć pracę na dziś
- b) Udać się bezpośrednio do miejsca zbiórki
- c) Zgłosić się do biura budowy a następnie pójść do domu
- d) Odłożyć wszystkie narzędzia i udać się do miejsca zbiórki

**17. Musisz pracować w korytarzu , który pełni funkcje drogi ewakuacyjnej. Należy zadbać o to by:**

- a) Narzędzia i sprzęt nie blokowały drogi
- b) Wszystkie drzwi do korytarza były zablokowane
- c) Usunąć wszystkie znaki o drogach ewakuacyjnych przed rozpoczęciem pracy
- d) Używać wyłącznie iskrobezpiecznych narzędzi

**18. Których 2 gaśnic nie należy używać do gaszenia instalacji elektrycznych :**

a)



Gaśnica śniegowa CO<sub>2</sub> (Carbon Dioxide)

b)



Gaśnica wodna (Water)

c)



Gaśnica pianowa (Foam)

d)



Gaśnica proszkowa (Dry Powder)

**19. W jaki sposób możesz pomóc w zapobieganiu zagrożeniom pożarowym?**

- a) Zostawić ubrania na grzejniku na całą noc
- b) Składować materiały i sprzęt wzdłuż dróg ewakuacyjnych
- c) Przechowywać rozpuszczalniki i farby w suchym miejscu
- d) Utrzymywać porządek na stanowisku pracy i wyrzucać odpady do odpowiednich pojemników

**20. Szron wokół zaworu butli LPG oznacza:**

- a) Butla jest pełna
- b) Należy ułożyć butlę na bok
- c) Zawór przecieka
- d) Butla jest prawie pusta

**21. Jakie są 2 typowe zagrożenia pożarowe na placu budowy?**

- a) Przedłużacze bębnowe 110Volt
- b) Elektronarzędzia przystosowane do napięcia 230Volt
- c) Niekontrolowane prace gorące
- d) Nieprawidłowe zarządzanie budową i składowanie odpadów
- e) Drewniane regały

**SAFETY SIGNS AND SIGNALS**

**1. Co oznacza ten znak?:**



- a) Informuje o miejscu gdzie prowadzone jest szkolenie wprowadzające
- b) Informuje gdzie należy się zebrać w sytuacji awaryjnej
- c) Informuje o miejscu zlokalizowania stołówki
- d) Informuje o kierunku ruchu

**2. Co oznacza ten znak?**



- a) Miejsce suszenia mokrej odzieży
- b) Natrysk awaryjny
- c) Instalacja przeciwpożarowa powyżej
- d) Toalety i natryski

**3. Co oznacza ten znak?**



- a) Uwaga światła błyskowe
- b) Ostrzeżenie substancja wybuchowa
- c) Ostrzeżenie wiązki lasera
- d) Strefa radioaktywna

**4. Samochód ciężarowy musi wysypać materiały do rowu. Kto powinien dawać sygnały kierowcy?**

- a) Tylko osoba która jest przeszkolona i wyznaczona do pracy
- b) Osoba która zna sygnały
- c) Dowolna osoba, która ma na sobie kurtkę ostrzegawczą
- d) Osoba stojąca w rowie

**5. Zielono-białe znaki to:**



- a) Znaki zakazu - oznaczające że nie wolno czegoś robić
- b) Znaki bezpieczeństwa - znaki informacyjne
- c) Znaki ostrzegawcze - ostrzegające o zagrożeniach lub niebezpieczeństwie
- d) Znaki nakazu - oznaczające, że należy coś zrobić

**6. Co oznacza ten znak?:**



- a) Ostrzeżenie - wybuchowa substancja lub zawartość
- b) Ostrzeżenie - palna substancja lub zawartość
- c) Ostrzeżenie - szkodliwa substancja lub zawartość
- d) Usunąć substancje lub zawartość przez spalenie

**7. Co oznacza ten znak?**



- a) Urządzenie elektryczne pod napięciem
- b) Ryzyko wstrząsu statycznego
- c) Ryzyko porażenia prądem
- d) Ryzyko porażenia piorunem

**8. Co oznacza ten znak?**



- a) Nie wchodzić na rusztowanie ponieważ jest ono nie ukończone i niebezpieczne
- b) Nie przeskakiwać przez ubytki w rusztowaniach
- c) Nie chodzić pod rusztowaniem
- d) Nie pracować w pierwszym wyciągu rusztowania

**9. Co oznacza ten znak?**



- a) Nakaz noszenia okularów ochronnych
- b) Stacja czyszczenia okularów ochronnych
- c) Ostrzeżenia jasne światła lub lasery
- d) Uwaga słabe oświetlenie

**10. Co oznacza ten znak?**



- a) Nie używać w razie pożaru
- b) Przekręcić klucz aby otworzyć drzwi przeciwpożarowe
- c) Waż gaśniczy jest umieszczony tutaj
- d) Naciśnij aby uruchomić alarm przeciwpożarowy

**11. Co oznacza ten znak?**



- a) Drzwi przeciwpożarowe
- b) Droga pożarowa
- c) Zakaz biegania
- d) Brak drogi ewakuacyjnej



**12. Niebiesko-białe znaki to:**



- a) Znaki zakazu - oznaczające że nie wolno czegoś zrobić
- b) Znaki bezpieczeństwa - znaki informacyjne
- c) Znaki nakazu - oznaczające że należy coś zrobić
- d) Znaki ostrzegawcze - ostrzegające o zagrożeniach i niebezpieczeństwie

**13. Co oznacza ten znak:**



- a) Nosić obuwie ochronne
- b) Nosić buty gumowe
- c) Uwaga! ryzyko poślizgnięcia i potknięcia
- d) Nie chodzić w brudnym obuwiu

**14. Co oznacza ten znak?**



- a) Nosić rękawice ognioszczelne
- b) Gorąca powierzchnia , nie dotykać
- c) Wyłącznik światła awaryjnego
- d) Przycisk alarmu pożarowego

**15. Co oznacza ten znak?**



- a) Nie wchodzić bez hełmu ochronnego
- b) Zakaz ruchu pieszych
- c) Nie pracować indywidualnie
- d) Zakaz wstępu w ciągu dnia

**16. Co oznacza ten znak?**



- a) Tu są trzymane gaśnice i sprzęt gaśniczy
- b) Zebrać się w tym miejscu na wypadek pożaru
- c) Nie przechowywać tu palnych materiałów
- d) Parking zarezerwowany dla pojazdów służb ratowniczych

**17. Co oznacza ten znak?**



- a) Pojazdy przemysłowe właśnie ruszają
- b) Poszukiwani operatorzy sprzętu budowlanego
- c) Magazyn
- d) Nie wolno przenosić ładunków ręcznie

**18. Żółto-czarne znaki to:**



- a) Znaki ostrzegawcze - ostrzegające o zagrożeniach lub niebezpieczeństwie
- b) Znaki nakazu - oznaczające że należy coś zrobić
- c) Znaki zakazu - oznaczające że nie wolno czegoś zrobić
- d) Znaki bezpieczeństwa - znaki informacyjne

**19. Okrągłe czerwono - białe znaki z linią przekątną to:**



- a) Znaki nakazu - oznaczające że należy coś zrobić
- b) Znaki zakazu - oznaczające że nie wolno czegoś zrobić
- c) Znaki bezpieczeństwa - znaki informacyjne
- d) Znaki ostrzegawcze - ostrzegające o zagrożeniach lub niebezpieczeństwie

**20. Co oznacza ten znak:**



- a) Wyrzucać tu zużyte okulary ochronne
- b) Nosić cały czas okulary ochronne
- c) Nosić rękawice ochronne
- d) Nie ma potrzeby noszenia rękawic ochronnych

**21. Co oznacza ten znak?**



- a) Wolno palić
- b) Zakaz palenia
- c) Obecność niebezpiecznych materiałów palnych
- d) Zakaz substancji wybuchowych lub nie osłoniętych płomieni

**22. Co oznacza ten znak:**



- a) Zakaz używania odtwarzaczy stereo i MP3
- b) Nakaz noszenia ochrony słuchu
- c) Uwaga na głośno pracujące maszyny
- d) W razie potrzeby nosić ochronę słuchu

**23. Co oznacza ten znak?**



- a) Zakryć odkryte ramiona
- b) Nosić odzież ostrzegawczą
- c) Nosić białą odzież w nocy
- d) Nic nie robić. Dotyczy tylko kierowników

**24. Operator dźwigu musi przeprowadzić skomplikowane podnoszenie ładunku . Sygnalista prosi cię o pomoc ale nie masz kwalifikacji w zakresie posługiwania się sygnałami. Co należy zrobić?**

- a)Zacznij pokazywać sygnały operatorowi dźwigu
- b)Poproś sygnalistę żeby pokazał ci jakich używać znaków
- c)Pomóż tylko wtedy gdy sygnalista nie może sobie sam poradzić
- d)Uprzejmie odmów i wyjaśnij że nie wiesz jak posługiwać się sygnałami

## **HAZARDOUS SUBSTANCES**

**1. W ocenie COSHH zawarte są informacje o:**

- a)Bezpiecznej pracy w zamkniętych przestrzeniach
- b)Poziomach hałasu i ochronie słuchu
- c)Zagrożeniach związanych z pracą z substancjami i ochronie osobistej podczas ich używania
- d)Podnoszeniu ciężkich ładunków i ochronie osobistej

**2. W razie wykrycia azbestu co należy najpierw zrobić?**

- a)Znaleźć osobę wyznaczoną do udzielania I pomocy
- b)Przerwać pracę i ostrzec innych
- c)Pobrać próbkę i zanieść kierownikowi
- d)Wyrzucić kawałki do kosza i kontynuować pracę

**3. Dlaczego nie należy przykładać na mokrej wylewce czy betonie?**

- a)Może dojść do poważnego oparzenia chemicznego nóg
- b)Wpłynie to na wykończenie
- c)Można zmoczyć sobie spodnie
- d)Nie jest to skuteczna metoda pracy

**4. Wdychanie pyłu azbestowego może spowodować?:**

- a)Choroby płuc
- b)Ból mięśni i stawów
- c)Infekcje gardła
- d)Zawroty i bóle głowy

**5. Na opakowaniu substancji jest informacja **substancja uczulająca** oznacza to że:**

- a) Można jej używać bezpiecznie bez środków ochrony osobistej PPE
- b) Można się na nią uczulić lub mogą pojawić się reakcje alergiczne
- c) Należy ją mieszać z wodą przed użyciem
- d) Nie wolno jej używać pod żadnym pozorem

**6. Znajdujesz nieoznaczony pojemnik, który twoim zdaniem może zawierać substancje chemiczne. Co należy zrobić?**

- a) Wyrzucić do kosza aby się jej pozbyć
- b) Zabezpieczyć substancję i zgłosić to
- c) Spróbować substancję chemiczną żeby zobaczyć co to może być
- d) Powąchać substancję chemiczną żeby zobaczyć co to może być

**7. Gdzie można mieć do czynienia z azbestem?**

- a) W budynkach przemysłowych wybudowanych w latach 1920 - 1990
- b) Azbest został usunięty ze wszystkich budynków
- c) W dowolnym budynku wybudowanym lub odnowionym przed rokiem 2000
- d) W budynkach wybudowanych w latach 1950 - 1990

**8. Oprócz azbestu, które materiały są najbardziej szkodliwe dla zdrowia pracowników budowlanych?:**

- a) Pył krzemionkowy
- b) Opary żywicy, rozpuszczalników i farb
- c) Pył z drewna i płyt pilśniowych
- d) Oparu oleju napędowego

**9. W jaki sposób można prawidłowo rozpoznać azbest?**

- a) Oddać próbkę do analizy w laboratorium
- b) Włożyć kawałek do wody i zobaczyć czy się rozpuści
- c) Po kolorze pyłu
- d) Pył ma silny zapach

**10. Co oznacza ten znak ostrzegawczy?**



- a) Substancja wybuchowa
- b) Substancja wywołuje długotrwałe poważne problemy zdrowotne
- c) Po spożyciu substancja może wywołać zgagę
- d) Substancja świeci się w ciemnościach

**11. Jakie szkolenie należy odbyć aby usuwać produkty z cementu azbestowego?**

- a) Ogólne szkolenie w zakresie bezpiecznego użytkowania wyrobów zawierających azbest
- b) Żadne, każdy może pracować z cementem azbestowym
- c) Posiadanie karty CSCS świadczy o posiadaniu wystarczającej wiedzy
- d) Szkolenie w zakresie prac z azbestem nie podlegającym licencji

**12. Musisz użyć niebezpiecznej substancji, zanim przystąpisz do pracy kto powinien wyjaśnić ci zagrożenia dla zdrowia i bezpieczną metodę pracy - ocena COSHH?**

- a) Inspektor HSE
- b) Osoba wyznaczona do udzielania pomocy
- c) Kierownik lub pracodawca
- d) Ochrona

**13. Co należy zrobić jeśli substancja jest opatrzona taką etykietą?**



- a) Zadbac aby była przechowywana poza zasięgiem dzieci
- b) Nie używać tej substancji ponieważ jest trująca
- c) Używać substancji bardzo ostrożnie i nie dopuścić do rozlania lub rozprysku
- d) Dowiedzieć się jaką ochronę należy stosować gdyż substancja jest toksyczna i w niewielkich ilościach może poważnie zaszkodzić zdrowiu lub nawet doprowadzić do śmierci

**14. Co należy zrobić jeśli substancja jest opatrzona taką etykietą?:**



- a) Używać oszczędnie ponieważ substancja jest droga
- b) Dowiedzieć się jaką ochronę należy stosować gdyż substancja jest szkodliwa dla zdrowia
- c) Nie używać tej substancji ponieważ jest trująca
- d) Nosić rękawice gdyż substancja może spowodować oparzenia skóry

**15. Co należy zrobić jeśli substancja jest opatrzona taką etykietą?**



- a) Nie używać tej substancji ponieważ jest trująca
- b) Dowiedzieć się jakiego środka do mycia rąk należy użyć , ponieważ substancja łatwo się nie zmywa
- c) Dowiedzieć się jaką ochronę należy stosować ponieważ substancja jest żrąca i może uszkodzić skórę na skutek kontaktu
- d) Umyć ręce po używaniu substancji

16. Co należy zrobić jeśli substancja jest opatrzona jedną z tych etykiet?



- a) Nie używać substancji gdyż może doprowadzić do śmierci
- b) Dowiedzieć się w jaki sposób obchodzić się bezpiecznie z tą substancją gdyż może ona łatwo ulec zapłonowi
- c) Dowiedzieć się w jaki sposób obchodzić się z tą substancją gdyż jest ona wybuchowa
- d) Dowiedzieć się w jaki sposób obchodzić się z tą substancją gdyż jest ona delikatna

17. W jaki sposób można stwierdzić czy produkt jest bezpieczny?

- a) Produkt zawsze będzie w kartonowym pudełku
- b) Produkt zawsze będzie w czarnym pudełku
- c) Po kształcie pojemnika
- d) Na pojemniku lub opakowaniu znajdują się symbole ostrzegawcze

18. Znak ten służy do oznaczenia:



- a) Surowego azbestu
- b) Wszystkie odpowiedzi
- c) Dowolnego wyrobu zawierającego azbest
- d) Odpadów azbestowych



**19. Jakie choroby mogą być wywołane na skutek narażenia na włókna azbestowe?:**

- a) Wszystkie odpowiedzi
- b) Międzybłoniak
- c) Azbestoza
- d) Brak płuc

**20. Najbezpieczniejszym sposobem stosowania niebezpiecznej substancji jest?:**

- a) Zrozumienie oceny COSHH i przestrzeganie instrukcji
- b) Zapytanie kogoś kto używał już tej substancji
- c) Przystąpienie do pracy tak szybko jak jest to możliwe
- d) Zapoznanie się z zasadami BHP

**21. Jakie wyposażenie jest wymagane w przypadku wykonywania nielicencjonowanych prac zawierających azbest?:**

- a) Odpowiedni sprzęt ochronny dróg oddechowych np. jednorazowa maska ochronna klasy FFP3
- b) Jednorazowe kombinezony typ 5
- c) Wszystkie odpowiedzi
- d) Obuwie bez sznurowadeł

**22. Mokry cement, zaprawa czy beton są niebezpieczne dla zdrowia ponieważ powodują:**

- a) Zapalenie rogówki u spawacza
- b) Bóle mięśni
- c) Zawroty i bóle głowy
- d) Oparzenie chemiczne i bóle skóry

**23. Co należy zrobić jeśli substancja jest opatrzona taką etykietą?**



- a) Usunąć substancję lub zawartość przez spalanie
- b) Powiedzieć w jaki sposób bezpiecznie obchodzić się z tą substancją ponieważ jest ona palna i może łatwo ulec zapłonowi
- c) Dowiedzieć się w jaki sposób obchodzić się z tą substancją ponieważ jest ona wybuchowa
- d) Najpierw ogrzać w cieple lub nieosłoniętym płomieniu

**24. W których z poniższych zasad BHP dotyczą niebezpiecznych substancji:**

- a) Dziennik budowy
- b) Ocena COSHH- kontrola substancji szkodliwych dla zdrowia
- c) Rejestr wypadków
- d) Dowód dostawy

**25. Worki z cementem zawierają dodatek, który pomaga zapobiegać alergicznemu zapaleniu skóry. Co należy sprawdzić przed użyciem nowego worka?**

- a) Czy worek nie jest uszkodzony
- b) Czy zawartość nie stwardniała, nie zepsuła się
- c) Czy worek był przechowywany w suchym miejscu
- d) Czy data przydatności nie minęła

## **PERSONAL PROTECTIVE EQUIPMENT**

**1. Zapoznaj się z poniższymi stwierdzeniami o noszeniu kasku ochronnego w warunkach wysokiej temperatury. Które jest prawdziwe?**

- a) Można wywiercić w kasku otwory aby uzyskać przewiew
- b) Należy zdjąć kask w najgorętszej części dnia
- c) Należy nosić kask cały czas i w prawidłowy sposób
- d) Można nosić kask tyłem do przodu, jeśli tak jest wygodniej

**2. Czy wszystkie rodzaje rękawic chronią przed substancjami chemicznymi?**

- a) Tak, wszystkie rękawice spełniają takie same wymagania
- b) Tylko po nałożeniu kremu ochronnego na rękawice
- c) Nie, różne rodzaje rękawic chronią przed różnymi rodzajami zagrożenia
- d) Tylko po nałożeniu dodatkowo kremu ochronnego na ręce

**3. Zapoznaj się z poniższymi stwierdzeniami o środkach ochrony osobistej. Które *nie jest* prawdziwe?**

- a) Musisz zapłacić za wszystkie szkody i straty
- b) Musisz odpowiednio przechowywać środki ochrony osobistej w czasie ich nieużywania
- c) Wszelkie uszkodzenia lub straty należy zgłosić kierownikowi
- d) Należy używać środków ochrony osobistej zgodnie z instrukcjami

**4. Musisz użyć szlifierki, obcinarki, narzędzia na naboje lub narzędzia do wbijania gwoździ. Jakiej ochrony potrzebujesz?**

- a) Gogli odpornych na uderzenia lub pełnej ochrony twarzy
- b) Lekkiej ochrony oczu - okulary ochronne
- c) Okularów do czytania lub okularów przeciwsłonecznych
- d) Gogli spawalniczych

**5. Na budowie stale należy nosić ochronę głowy. Chyba, że:**

- a) Pracujesz indywidualnie
- b) Jesteś na samozatrudnieniu
- c) Pracujesz w warunkach wysokiej temperatury
- d) Pracujesz w bezpiecznym obszarze np. w biurze budowy lub na stołówce

**6. Musisz nosić kompletną uprząż zabezpieczającą. Nigdy wcześniej nie nosiłeś takiej uprząży. Co należy zrobić?**

- a) Poprosić o fachowe porady i szkolenie
- b) Przeczytać instrukcję obsługi
- c) Poprosić kogoś kto ma na sobie uprząż o instrukcje
- d) Spróbować samodzielnie poradzić sobie z uprzążą

**7. Jeśli kask ochronny spadnie z wysokości na twarde podłoże należy:**

- a) Upewnić się czy nie powstały pęknięcia i dalej go nosić
- b) Oddać kask do naprawy a następnie dalej nosić
- c) Pracować bez kasku do czasu otrzymania nowego
- d) Przerwać pracę i postarać się o nowy kask

**8. Jeśli występuje ryzyko dostania się do oczu materiałów należy nosić :**

- a) Gogle ochronne odporne na chemikalia
- b) Gogle ochronne odporne na uderzenia
- c) Zaciemnione gogle spawalnicze
- d) Okulary ochronne do lasera

**9. Udostępniono ci jednorazowe zatyczki do uszu ale cały czas wypadają. Co należy zrobić?**

- a) Przerwać pracę do czasu otrzymania lepiej dopasowanych zatyczek i uzyskania instrukcji ich używania
- b) Włożyć do uszu zrolowane bibułki
- c) Wyrzucić je i pracować bez nich
- d) Włożyć dwie zatyczki do jednego ucha aby mogły się w nim utrzymać

**10. Zapoznaj się z poniższymi stwierdzeniami dotyczącymi rękawic wibracyjnych. Które jest prawdziwe?**

- a) Mogą w pewnym stopniu ograniczać wystąpienie zespołu wibracyjnego
- b) Gwarantują najlepszą ochronę gdy są nakładane na inne rękawice
- c) Całkowicie eliminują wystąpienie zespołu wibracyjnego
- d) W znacznym stopniu ograniczają wystąpienie zespołu wibracyjnego

**11. Musisz użyć niebezpiecznej substancji. Musisz założyć rękawice aby uniknąć zachorowania na:**

- a) Zespół wibracyjny
- b) Choroby skóry
- c) Zapalenie stawów
- d) Objaw Reymonda

**12. Masz właśnie przystąpić do pracy. Skąd masz wiedzieć czy będą ci potrzebne Środki Ochrony Osobistej PPE?**

- a) Na podstawie oceny ryzyka lub instrukcji wykonywania pracy
- b) Pracodawca oczekuje, że poprostu wiesz
- c) Na podstawie pisma przesłanego na adres domowy
- d) Na podstawie zasad BHP pracodawcy

**13. Musisz pracować na zewnątrz w trudnych warunkach pogodowych. Pracodawca powinien udostępnić ci odpowiednio dopasowany nieprzemakalny ubiór ponieważ:**

- a) Kierownik będzie mógł cię lepiej widzieć w deszczu
- b) Będzie na nim nazwa i logo firmy
- c) Musisz mieć zapewnioną ochronę przed warunkami pogodowymi. Zmniejszy ryzyko zmęczenia mięśni gdy jest ci ciepło i sucho
- d) Jest mniejsze ryzyko zarażenia się chorobą Weila (leptospiroza) gdy jest ci ciepło i sucho

**14. Kto powinien udostępnić niezbędne środki ochrony osobistej PPE łącznie z możliwościami ich utrzymania?**

- a) Należy kupić własne
- b) Pracodawca
- c) Każda osoba na budowie posiadająca odpowiednie środki finansowe
- d) Nikt nie ma obowiązku udostępniania takich środków

**15. Pracodawca musi udostępnić pracownikom środki ochrony osobistej PPE:**

- a) Jeśli pracownik wymaga ochrony
- b) Jeśli jest to ujęte w umowie
- c) Jeśli pracownik zapłaci
- d) Dwa razy do roku

**16. Kiedy należy nosić środki ochrony oczu?**

- a) Jeśli występuje ryzyko uszkodzenia oczu i wymagają tego zasady obowiązujące na budowie
- b) W bardzo jasne słoneczne dni
- c) Tylko przy pracy z substancjami chemicznymi
- d) Jeśli stać na to swojego pracodawcę

**17. W razie uszkodzenia środków ochrony osobistej PPE należy:**

- a) Wyrzucić je i pracować bez nich
- b) Przerwać pracę do czasu ich wymiany
- c) Nosić je w dalszym ciągu ale pracować szybciej
- d) Spróbować je naprawić

**18. Aby uzyskać maksymalną ochronę głowy, kask należy nosić:**

- a) Równo na głowie



- b) Nasunięty z tyłu głowy



- c) Tylem do przodu



- d) Nasunięty z przodu głowy



**19. W jakich sytuacjach należy nosić obuwie ochronne na budowie:**

- a) Jeśli pracujesz cały dzień , nie tylko wizytujesz plac budowy
- b) Cały czas
- c) Tylko przy pracy na poziomie terenu lub na zewnątrz
- d) Aż do zakończenia prac na budowie

**20. Obuwie ochronne z ochronnymi wkładkami chroni przed :**

- a) Powstawaniem pęcherzy
- b) Skręceniem kostki
- c) Przed przebicciem stopy w razie nastąpienia na gwoździe lub inne ostre przedmioty
- d) Oparzeniami stóp spowodowanymi substancjami chemicznymi

**21. Jaki rodzaj ochrony oczu należy nosić w przypadku obsługi narzędzi na naboje lub narzędzi na sprężony gaz, pistolet do wbijania gwoździ?**

- a) Standardowe okulary lub okulary przeciwsłoneczne
- b) Gogle odporne na uderzenia
- c) Żadne, nie jest potrzebna bo występuje minimalne ryzyko urazu
- d) Lekka ochrona oczu lub okulary słoneczne

**22. Czy musisz płacić za niezbędne środki ochrony osobistej PPE?**

- a) Tylko jeśli musisz wymienić zgubione lub uszkodzone środki ochrony osobistej PPE
- b) Tak, ale musisz pokryć jedynie połowę kosztów
- c) Tak, należy płacić za wszystko
- d) Nie, to pracodawca pokrywa koszty

## NOISE AND VIBRATION

***1. Jak można zmniejszyć ryzyko narażenia na Zespół Wibracyjny w przypadku krótkotrwałego użycia narzędzia wibracyjnego?***

- a) Nie chwytać narzędzia zbyt mocno
- b) Trzymać narzędzie mocniej
- c) Użyć więcej siły
- d) Trzymać narzędzie z dala od siebie na odległość ręki

***2. Ktoś obok Ciebie używa hałaśliwego sprzętu a Ty nie masz środków ochrony słuchu, co należy zrobić?***

- a) Poprosić te osoby o przerwanie pracy
- b) Opuścić obszar i wrócić dopiero z odpowiednimi środkami ochrony osobistej PPE
- c) Kontynuować pracę. W końcu na budowie jest zawsze głośno
- d) Porozmawiać z kierownikiem tej osoby

***3. Duże poziomy hałasu mogą zasadniczo sprawiać kłopot jeśli musisz krzyknąć aby usłyszał Cię ktoś kto stoi w oddaleniu:***

- a) 2 metrów
- b) 6 metrów
- c) 5 metrów
- d) 4 metrów

***4. Mniejsze narażenie na zespół wibracyjny występuje jeśli:***

- a) Pracujesz w bardzo zimnych ale suchych warunkach
- b) Pracujesz w ciepłych i suchych warunkach
- c) Pracujesz w mokrych ale ciepłych warunkach
- d) Pracujesz w zimnych i mokrych warunkach

***5. Musisz nałożyć ochronniki uszu ale brakuje jednej gąbki w osłonie. Co należy zrobić?***

- a) Owinąć chusteczką ochronę bez gąbki i kontynuować pracę
- b) Nie pracować w hałaśliwym obszarze do czasu ich wymiany
- c) Zostawić je i pracować bez ochrony słuchu
- d) Założyć ochronniki w takim stanie jakim są i rozpocząć pracę

**6. Używasz wibrującego narzędzia. W końcówkach palców zaczynasz czuć mrowienie. Co to oznacza?**

- a) Nie możesz używać więcej tego narzędzia lub innego wibrującego narzędzia
- b) Musisz zgłosić symptomy zanim zaczną stanowić problem
- c) Możesz dalej używać narzędzia ale musisz je trzymać mocniej
- d) Możesz dalej używać narzędzia ale musisz poluzować chwyt

**7. Praca w strefie ochrony słuchu oznacza że:**

- a) Należy mieć na wszelki wypadek środki ochrony słuchu
- b) Należy cały czas nosić odpowiednią ochronę słuchu
- c) Nie wolno robić hałasu
- d) Należy założyć środki ochrony słuchu jeśli hałas będzie zbyt duży

**8. Jak należy włożyć jednorazowe zatyczki do uszu aby chroniły słuch?:**

- a) Zrolować je i wcisnąć możliwie głęboko ciągnąc górną część ucha aby rozszerzyć kanał uszny
- b) Złożyć na pół i wcisnąć do ucha
- c) Wkładać je tylko do połowy ucha
- d) Zakładać je tylko wtedy gdy zaczyna się robić głośno

**9. Dlaczego drgania są niebezpieczne dla zdrowia ?**

- a) Długotrwałe skutki narażenia na drgania nie są znane
- b) Drgania mogą powodować urazy, które są niebezpieczne
- c) Nie można zapobiec narażeniu na drgania
- d) Nie występują wczesne symptomy

**10. Które z poniższych może spowodować zespół wibracyjny?:**

- a) Śrubokręt na baterie
- b) Piła ręczna
- c) Młotek i dłuto
- d) Wiertarka udarowa

**11. Uważasz, że na skutek hałasu w pracy został uszkodzony twój słuch. Co należy zrobić?**

- a) Poproś pracodawcę lub lekarza o wykonanie badania słuchu
- b) Iść na zwolnienie lekarskie
- c) Zatkanąć uszy watą aby nie pogarszać uszkodzenia
- d) Nic, szkoda została już wyrządzona



**12. Używając narzędzia wibracyjnego czego oczekujesz od swojego kierownika?**

- a) Dokonania pomiaru poziomu drgań gdy używasz narzędzia
- b) Pomocy w ustaleniu własnego systemu bezpiecznej pracy
- c) Obserwacji twojej pracy z narzędziem i oceny poziomu drgań
- d) Wyjaśnienia oceny ryzyka i określenia bezpiecznej metody i czasu pracy z narzędziem

**13. Hałas może uszkodzić słuch. Jakie są tego wczesne symptomy?**

- a) Wczesne symptomy nie występują
- b) Wysypka wokół uszu
- c) Tymczasowa utrata słuchu lub dzwonięcie w uszach
- d) Infekcje ucha

**14. Jak można zmniejszyć skutki zespołu wibracyjnego w przypadku używania narzędzia wibracyjnego?**

- a) Używać tylko jednej ręki do obsługi narzędzia
- b) Wykonać całą pracę za jednym zamachem
- c) Wykonywać pracę robiąc sobie częste przerwy
- d) Trzymać narzędzie mocno

**15. Zespół wibracyjny może wywołać (HAVS)**

- a) Uszkodzenie naczyń krwionośnych w palcach i dłoniach
- b) Raka skóry
- c) Podrażnienie skóry np. zapalenie
- d) Pęcherze na dłoniach i rękach

**16. Możesz chronić słuch na 2 sposoby:**

- a) Wkładając waciki do uszu
- b) Wkładając ochronniki słuchu
- c) Wkładając zatyczki do uszu
- d) Wkładając gąbki z miękkiego materiału do uszu
- e) Używając rolowanych bibulek

**17. Po pracy przy hałaśliwym sprzęcie masz uczucie dzwonięcia w uszach. Co to oznacza?**

- a) Poziom hałasu był duży ale dopuszczalny
- b) Twój słuch został tymczasowo uszkodzony
- c) Jesteś narażony na wibracje
- d) Zachorujesz na grypę

**18.Środki ochrony słuchu :**

- a)Poprawiają słuch jeśli jest uszkodzony
- b)Sprawiają, że nie słyszysz hałasu
- c)Sprawiają, że słyszysz lepiej
- d)Redukują hałas do dopuszczalnego poziomu

**19.Jakie są 3 wczesne objawy zespołu wibracyjnego?**

- a)Wysypka na palcach
- b)Kończówki palców robią się białe
- c)Pęcherze
- d)Mrowienie i uczucie klucia szpilkami w palcach
- e)Okresowa utrata czucia w palcach

**20.Co to jest zespół wibracyjny (HAVS)?:**

- a)Łagodna wysypka , która ustaje
- b)Poważna nieuleczalna choroba skóry
- c)Oznacza, że twoje dłonie są lub będą trwale uszkodzone
- d)Poważne odmrożenie

**21.Długotrwały hałas może uszkodzić słuch.Czy można odwrócić zaburzenia?**

- a)Tak, z czasem
- b)Tak, jeśli zmienisz pracę
- c)Nie, uszkodzenie jest trwałe
- d)Tak, po poddaniu się operacji

**22.W jaki sposób hałas może wpływać na zdrowie?Wybierz 2 odpowiedzi:**

- a)Utrata słuchu
- b)Infekcje ucha
- c)Bóle głowy
- d)Zespół wibracyjny
- e)Zatkane uszy

## RESPIRATORY RISK

**1. Astma zawodowa może uniemożliwić ponowną pracę z określonymi substancjami. Jest ona wywołana przez:**

- a) Kontakt skóry z niebezpieczną substancją
- b) Narażenie na szczurzy mocz
- c) Wdychanie niebezpiecznych pyłów, oparów i par
- d) Narażenie na duży hałas

**2. Jaki jest najlepszy sposób ochrony zdrowia przed szkodliwym pyłem podczas wiercenia, cięcia, wyłudzania lub szlifowania?:**

- a) Noszenie maski pyłowej klasy FFP3 i gogli odpornych na uderzenia
- b) Użycie odciągu pyłów lub cięcie na mokro, noszenie maski pyłowej klasy FFP3, ochrony słuchu i gogli odpornych na uderzenia
- c) Noszenie dowolnej jednorazowej maski pyłowej, ochrony słuchu i gogli odpornych na uderzenia
- d) Używanie odciągu pyłów lub cięcie na mokro oraz noszenie lekkiej ochrony oczu

**3. Która z poniższych czynności nie powoduje wytworzenia pyłu krzemionkowego, który może być szkodliwy przy wdychaniu?:**

- a) Rozbijanie betonowych posadzek i wylewek
- b) Piłowanie drewna i sklejk
- c) Cięcie krawężników, kamienia, płyt chodnikowych, cegieł i bloków
- d) Odkurzanie ścian i spoin w murach, zmiatanie gruzu

**4. Udostępniono ci maskę pyłową do ochrony przed niebezpiecznymi pyłami. Co należy zrobić?**

- a) Nie zaczynać pracy do momentu otrzymania odpowiedniego sprzętu ochrony dróg oddechowych
- b) Założyć drugą maskę pyłową na pierwszą
- c) Wykonać pracę ale pracować szybko
- d) Przystąpić do pracy ale robić sobie częste przerwy

**5. Używasz wody do usuwania pyłu i nagle woda się kończy czy należy?:**

- a) Przerwać i uzupełnić wodę
- b) Poprosić kogoś o uprzątnięcie stanowiska i kontynuować
- c) Kontynuować ale poprosić kogoś o pozamiatanie później
- d) Kontynuować bo praca jest już prawie ukończona

**6. Używając zintegrowanego odciągu do odsysania pyłu wygenerowanego podczas pracy elektronarzędzia należy sprawdzić?**

- a) Wszystkie odpowiedzi
- b) Czy odciąg jest prawidłowego typu
- c) Czy używasz elektronarzędzia prawidłowo
- d) Czy filtry odciągu są czyste a odciąg odsysa pył

**7. Coraz więcej pracowników budowlanych umiera lub ciężko choruje na skutek?:**

- a) Upadków z wysokości
- b) Poślizgnięć lub potknięć
- c) Wdychania niebezpiecznych substancji
- d) Wypadków z udziałem pojazdów

**8. Na terenie gdzie masz pracować znajdują się szkodliwe dla zdrowia odchody i gniazda gołębi. Należy?:**

- a) Wykonywać pracę z zachowaniem ostrożności
- b) Spróbować złapać gołębie
- c) Pozwolić odlecieć gołębiom zanim przystąpisz do pracy
- d) Przerwać pracę i uzyskać poradę

**9. Które z poniższych należy wykonać aby upewnić się, że maska działa?**

- a) Sprawdzić czy maska jest odpowiednia nakładając ją
- b) Sprawdzić czy jest to właściwy typ maski
- c) Sprawdzić czy jest prawidłowo nałożona
- d) Wszystkie odpowiedzi

**10. Po skończeniu pracy musisz zamieść wygenerowany pył. Co należy zrobić?**

- a) Zmoczyć obszar
- b) Wszystkie odpowiedzi
- c) Nałożyć z powrotem maskę ochronną
- d) Zadbac o odpowiednią wentylację

**11. Poproszono cię o wykonanie pracy na skutek której wygenerowany zostanie pył. Co należy zrobić?:**

- a) Zacząć pracę. Nie są wymagane żadne środki, ponieważ to tylko pył
- b) Nie wykonywać pracy. Pył jest bardzo niebezpieczny
- c) Użyć sprzętu, który wyeliminuje lub ograniczy ilość pyłu stosując jednocześnie środki ochrony osobistej
- d) Pracować robiąc sobie częste przerwy

**12. Dlaczego podczas używania elektronarzędzi do cięcia lub szlifowania materiałów należy odsysać pyły i nie dopuszczać do ich przedostawania się do powietrza?:**

- a) Większość pyłów jest szkodliwa dla powietrza
- b) Aby zaoszczędzić czas i uniknąć konieczności sprzątania bałaganu
- c) Narzędzie będzie pracować szybciej po odciągnięciu pyłu
- d) Jeśli pyły są odciągane niepotrzebna jest osłona w urządzeniu

**13. Do obchodzenia się z substancjami chemicznymi wymagany jest specjalny sprzęt ochrony dróg oddechowych. Nie udostępniono takiego sprzętu. Co należy zrobić?**

- a) Nie zaczynać pracy do czasu otrzymania odpowiedniego sprzętu ochrony dróg oddechowych i odbycia szkolenia
- b) Przystąpić do pracy ale robić sobie częste przerwy
- c) Powąchać substancję aby sprawdzić czy robi ci się od niej słabo
- d) Przystąpić do pracy ale starać się pracować szybko

**14. Używając wody podczas cięcia aby ograniczyć poziom pyłu należy zapewnić?:**

- a) Pomoc osoby, która będzie nalewać wody z butelki
- b) Wystarczającą ilość wody
- c) Odpowiednią regulację przepływu
- d) Polewanie wodą powierzchni przed rozpoczęciem cięcia

**15. Wysoki poziom rozpuszczalników w niektórych farbach i żywicach może spowodować?:**

- a) Zaburzenia innych części ciała
- b) Wszystkie odpowiedzi
- c) Problemy z płucami
- d) Bóle głowy, zawroty głowy i nudności

**16. Narażenie na, które z poniższych nie wywołuje choroby płuc?:**

- a) Pył krzemionkowy
- b) Silne zapachy
- c) Azbest
- d) Ptasie odchody

**17. W pracy występuje wiele rodzajów pyłów i oparów. Na skutek ich wdychania może dojść do zachorowania na?:**

- a) Raka skóry
- b) Zapalenie gardła
- c) Zawodową chorobę płuc
- d) Zawodowe zapalenie skóry

**18. Podczas wiercenia, cięcia, wygladzania lub szlifowania występuje narażenie na wysoki poziom szkodliwych pyłów. Poziomy te mogą być wyższe podczas pracy?:**

- a) W dużej przestrzeni wewnątrz
- b) W małym pomieszczeniu
- c) Na zewnątrz w bezwietrzny dzień
- d) Na zewnątrz w wietrzny dzień

**19. Musisz użyć elektronarzędzia do cięcia lub szlifowania materiału. Wybierz 2 sposoby zapobiegania przed dostaniem się pyłu do powietrza.:**

- a) Zamontowanie odciagu pyłów lub odpylacza w urządzeniu
- b) Utrzymywanie obszaru w czystości i porządku
- c) Noszenie maski pyłowej lub aparatu oddechowego
- d) Cięcie na mokro
- e) Powolna i ostrożna praca

**20. Ogólnie jak długo można używać jednorazowej maski?**

- a) Aż będzie zbyt brudna żeby ją nosić
- b) Przez 28 dni
- c) Przez 1 dzień lub 1 zmianę
- d) Przez 5 dni roboczych

## **21. Używając elektronarzędzi należy:**

- a) Wykonać pracę szybko aby ograniczyć narażenie na pył
- b) Stać zgodnie z kierunkiem pyłu
- c) Zapobiegać dostawaniu się pyłu do powietrza
- d) Wykonywać pracę jedynie w warunkach wilgotnych.

## **MANUAL HANDLING**

### **1. Aby bezpiecznie podnieść ładunek należy uwzględnić?**

- a) Jego wagę
- b) Wszystkie odpowiedzi
- c) Sposób chwycenia lub stabilnego trzymania
- d) Jego wielkość i kształt

### **2. Musisz podnieść ładunek, który nie jest ciężki ale jest na tyle duży, że nie widzisz nic przed sobą. Co należy zrobić?**

- a) Poprosić kogoś o pomoc w niesieniu ładunku co umożliwi wam dobrą widoczność
- b) Poprosić kogoś aby szedł przed tobą i powiedział innym żeby zeszli z drogi
- c) Poprosić kogoś o towarzyszenie ci i dawanie wskazówek
- d) Przenieść ładunek samodzielnie ponieważ jest na tyle duży, że wszyscy go dostrzegą.

### **3. Jeśli podczas podnoszenia i ustawiania ładunku musisz się obrócić lub przekręcić. Oznacza to, że:**

- a) Musisz nosić pas usztywniający plecy
- b) Ciężar, który możesz bezpiecznie podnieść jest mniejszy niż zazwyczaj
- c) Ciężar, który możesz bezpiecznie podnieść jest większy niż zazwyczaj
- d) Nic, możesz podnieść taki sam ciężar jak zazwyczaj

### **4. Musisz przenieść ładunek w pozycji siedzącej, nie stojącej. Jak duży ładunek możesz przenieść?**

- a) Dwa razy większy niż zwykle
- b) Tyle co zwykle
- c) Mniejszy niż zazwyczaj
- d) Trzy razy większy niż zwykle

**5. Jeśli podczas podnoszenia nosisz pas antyprzeciężeniowy:**

- a) Narażasz się na takie samo ryzyko urazu jak w przypadku gdy nie nosisz pasa
- b) Pas uszkodzi twój kręgosłup
- c) Możesz podnieść każdy ciężar bez doznania obrażeń
- d) Możesz bezpiecznie podnosić więcej niż zwykle

**6. Używasz wózka aby przenieść ciężki ładunek na większą odległość ale odpada kółko. Co należy zrobić?**

- a) Przeciągnąć wózek samodzielnie przez pozostałą część drogi
- b) Przenieść ładunek samodzielnie przez pozostałą część drogi
- c) Poprosić kogoś o pomoc w pchaniu wózka przez pozostałą część drogi
- d) Znaleźć inny sposób na przeniesienie ładunku

**7. Poinstruowano cię jak podnosić ciężki ładunek ale twoim zdaniem jest lepszy sposób. Co należy zrobić?**

- a) Zapytać współpracowników aby zdecydowali jak należy to zrobić
- b) Zapomnieć o swoich pomysłach i wykonać zadanie zgodnie z instrukcjami
- c) Omówić swój pomysł z kierownikiem
- d) Zignorować instrukcje i wykonać zadanie po swojemu

**8. Musisz podnieść ciężki ładunek. Co musi zrobić twój pracodawca?**

- a) Przeprowadzić ocenę ryzyka zadania
- b) Zadbać o obecność kierownika, który doradzi ci podczas podnoszenia
- c) Obserwować jak podnosisz ładunek
- d) Nic, podnoszenie ładunków to twoje zadanie

**9. Kto powinien decydować czy waga ładunku jest bezpieczna do podnoszenia w ramach systemu bezpiecznej pracy?**

- a) Ty
- b) Kierownik lub pracodawca
- c) Inspektorat Zdrowia i Bezpieczeństwa Pracy (HSE)
- d) Ty i twój kierownik / pracodawca

**10. Musisz przenieść ciężki ładunek po stromym zboczu. Co należy zrobić?**

- a) Zbiec po zboczu aby szybciej skończyć
- b) Nieść tyłem w dół zbocza aby zrównoważyć ładunek
- c) Ocenić czy możesz bezpiecznie przenieść ładunek
- d) Nieść ładunek na ramieniu



**11. Zgodnie z przepisami dotyczącymi ręcznego podnoszenia ładunku, wszyscy pracownicy muszą?:**

- a) Sporządzić listę wszystkich ciężkich przedmiotów, które przenoszą
- b) Postępować zgodnie z systemem bezpieczeństwa pracy pracodawcy
- c) Nosić pas antyprzeciążeniowy podczas podnoszenia ładunków
- d) Podnosić ładunki o dowolnej wielkości po dokonaniu oceny ryzyka

**12. Przed podniesieniem ciężkiego ładunku należy zawsze spróbować?:**

- a) Podzielić duże ładunki na mniejsze i użyć podnośnika
- b) Pochylić plecy
- c) Złączyć stopy razem
- d) Nieść ładunek nie opierając go o części ciała. Trzymając ładunek na odległość ręki od siebie

**13. Musisz sięgnąć nad głowę i położyć ładunek na podłodze. Które z poniższych stwierdzeń *nie jest* prawdziwe?**

- a) Będzie trudniej utrzymać wyprostowane plecy i wysunięty podbródek
- b) Spowoduje to większe obciążenie ramion i pleców
- c) Ładunek będzie trudniejszy do opanowania
- d) Możesz bezpiecznie podnosić więcej niż zwykle

**14. Która część ciała jest najbardziej narażona na uraz podczas podnoszenia ciężkich ładunków?:**

- a) Łokcie
- b) Ramiona
- c) Kolana
- d) Plecy

**15. W ramach nowej pracy musisz ręcznie przenosić ładunki. Dawny uraz sprawia, że masz słabe plecy. Co należy zrobić?:**

- a) Spróbować coś podnieść a następnie powiedzieć kierownikowi o problemach z plecami
- b) Powiedzieć kierownikowi, że możesz podnieść wszystko
- c) Powiedzieć kierownikowi, że możesz mieć problemy z podnoszeniem
- d) Powiedzieć kierownikowi o problemach z plecami jeśli uraz wróci

**16. Musisz przenieść ładunek, który z jednej strony jest cięższy. Jak należy podnieść taki ładunek?:**

- a) Cięższą stroną na silniejszej ręce
- b) Cięższą stroną na słabszej ręce
- c) Cięższą stroną od siebie
- d) Cięższą stroną do siebie

**17. Musisz przenieść ładunek, który może być dla ciebie za ciężki. Nie możesz podzielić go na mniejsze części i nie ma nikogo mógłby ci pomóc. Co należy zrobić?**

- a) Nie przenosić ładunku do czasu ustalenia bezpiecznej metody
- b) Postarać się o wózek widłowy mimo, że nie znasz się na jego obsłudze
- c) Podnieść i przenieść ładunek szybko aby uniknąć urazów
- d) Spróbować podnieść ładunek stosując prawidłowe metody podnoszenia

**18. Używasz taczki do przeniesienia ciężkiego ładunku. Czy jest to ręczne podnoszenie?**

- a) Tak, ponieważ przenosisz ładunek ręcznie
- b) Tylko jeśli koło taczki ma przebitą oponę
- c) Nie, ponieważ ładunek jest przewożony na taczce
- d) Tylko jeśli ładunek spadnie z taczki

**19. Musisz przenieść ładunek, który może być dla ciebie za ciężki. Co należy zrobić?**

- a) Poprosić kogoś o pomoc
- b) W miarę możliwości podzielić ładunek na mniejsze części
- c) Wszystkie odpowiedzi
- d) Użyć wózka lub taczki

**20. Musisz podnieść ładunek z podłogi. Należy stanąć?:**

- a) Ze stopami złączonymi razem. Ugiętymi kolanami i przykucniętej pozycji
- b) Ze stopami lekko rozstawionymi. Jedną nogą wysuniętą lekko do przodu i ugiętymi kolanami
- c) Ze stopami szeroko rozstawionymi. Nogami wyprostowanymi i pochylonymi plecami
- d) Ze stopami złączonymi razem. Nogami wyprostowanymi i pochylonymi plecami.

## SITE TRANSPORT SAFETY

### *1. Jakie 2 warunki trzeba spełnić aby móc obsługiwać sprzęt budowlany?*

- a) Brytyjski paszport
- b) Wiek powyżej 21 lat
- c) Upoważnienie
- d) Prawo jazdy
- e) Odbyć szkolenie. Posiadać odpowiednie kompetencje

### *2. W jaki sposób należy informować o zasadach ruchu obowiązujących na budowie?*

- a) Na szkoleniu wprowadzającym
- b) Informacje na tablicy informacyjnej
- c) W piśmie przysyłanym na adres domowy
- d) Za pośrednictwem Inspektora BHP (HSE)

### *3. Musisz przejść obok dźwigu samojedźnego 360°. Dźwig parkuje w pobliżu ściany. Jakie jest główne zagrożenie ?:*

- a) Możesz zostać zmiażdżony, jeśli będziesz przechodził między dźwigiem a ścianą
- b) Drgania wytworzone przez dźwig
- c) Dźwig może wjechać na ścianę
- d) Wysoki poziom hałasu generowany przez dźwig

### *4. Na budowie może dojść do obrażeń pieszych na skutek kontaktu z pojazdem gdy pojazd?:*

- a) Wysypuje materiały do wykopów
- b) Przenosi materiały na rusztowanie
- c) Wykopuje podstawy fundamentowe
- d) Cofa

### *5. W jakich sytuacjach transport na budowie może odbywać się w zdluż tras dla pieszych?*

- a) Podczas przerw na posiłki
- b) Tylko jeśli pojazd jest wyposażony w żółte światło ostrzegawcze
- c) Tylko w razie konieczności oraz gdy nie ma pieszych
- d) Jeśli jest to najkrótsza droga

**6. Wydaje ci się, że ładunek zaraz spadnie z poruszającego się wózka widłowego. Co należy zrobić?:**

- a) Włączyć najbliższy alarm pożarowy
- b) Biec obok maszyny i próbować przytrzymać ładunek
- c) Pobiec i powiedzieć kierownikowi
- d) Trzymać się z daleka ale starać się ostrzec kierowcę i innych w pobliżu

**7. Jaki jest najlepszy sposób na uniknięcie wypadku z udziałem dźwigu samojezdnego gdy poruszasz się po budowie?**

- a) Nosić odzież ostrzegawczą
- b) Jeździć na sprzęcie budowlanym
- c) Zwrócić na siebie uwagę kierowcy jeśli się za bardzo zbliżysz
- d) Chodzić po wyznaczonych trasach dla pieszych

**8. Koparka właśnie przestała pracować. Z maszyny wycieka płyn tworząc kałuże. Co to może oznaczać?**

- a) Maszyna może przeciekać co może stanowić zagrożenie
- b) Ktoś nalał za dużo oleju napędowego do maszyny przed rozpoczęciem pracy
- c) Maszyna jest gorąca więc olej napędowy zwiększył objętość i przełał się
- d) Wyciek płynu po zatrzymaniu pojazdów to normalne zjawisko

**9. Widzisz jak parkuje ciężarówka. Ma przebitą oponę. Dlaczego należy powiedzieć o tym kierowcy?**

- a) Ciężarówka może przewozić tylko małe ładunki
- b) Ciężarówka zużyje więcej paliwa
- c) Jazda taką ciężarówką jest niebezpieczna
- d) Ciężarówka będzie musiała jechać dużo wolniej

**10. Operator sprzętu budowlanego może pozwalać osobom jeździć w lub na maszynie:**

- a) Jeśli drzwi kabiny są zamknięte
- b) Pod warunkiem, że nie jest przekroczona dozwolona na budowie prędkość
- c) Pod warunkiem, że maszyna jest zaprojektowana z myślą o przewożeniu pasażerów i są wyznaczone siedzenia
- d) Jeśli muszą daleko iść pieszo

**11. Co jest wymagane aby nadzorować operację podnoszenia dźwigiem?**

- a) Nic. Nauczysz się jak przyjdzie potrzeba
- b) Nie. Operator dźwigu powie ci co robić
- c) Musisz posiadać kwalifikacje i odpowiednie kompetencje
- d) Pisemne instrukcje firmy wynajmującej dźwigi

**12. Nie należy przechodzić za ciężarówką kiedy cofa ponieważ?:**

- a) Musisz przebiec a nie przechodzić aby zdążyć
- b) Większość kierowców ciężarówek nie radzi sobie z cofaniem
- c) Kierowca zapewne nie wie, że ktoś jest z tyłu
- d) W większości ciężarówek nie ma lusterek

**13. Ciężarówka ma kłopoty przy cofaniu w wąskiej przestrzeni. Nie masz kwalifikacji sygnalisty. Co należy zrobić?:**

- a) Pomóc kierowcy dając sygnały rękami
- b) Pomóc kierowcy wsiadając do kabiny
- c) Zaoferować wyregulowane lustro ciężarówki
- d) Zejsć z drogi

**14. Idziesz przez budowę. W pobliżu twojej drogi cofa duży dźwig samojedyny. Co należy zrobić?**

- a) Zacząć biec aby przejść za cofającym dźwigiem
- b) Począkać lub znaleźć inną drogę
- c) Przejść z przodu dźwigu
- d) Pomóc kierowcy cofać

**15. Wózek widłowy blokuje drogę do miejsca do którego chcesz dotrzeć. Przenosi materiały na rusztowanie. Co należy zrobić?**

- a) Przejść pod podnoszonym ładunkiem tylko jeśli masz kask ochronny
- b) Przebiec aby uniknąć zbyt długiego przebywania pod ładunkiem
- c) Zwrócić uwagę kierowcy a następnie przejść pod podnoszonym ładunkiem
- d) Począkać lub pójść na około ale nigdy nie przechodzić pod podnoszonym ładunkiem

**16. Kierowca tankuje koparkę. Większość oleju napędowego wylewa się. Co należy najpierw zrobić?**

- a) Natychmiast poszukać zestawu do usuwania wycieków
- b) Nic nie robić. Olej napędowy wsiąknie w końcu w ziemię
- c) Natychmiast powiedzieć kierowcy
- d) Powiedzieć kierownikowi jak tylko go zobaczysz

**17. Dźwig samojedźny podnosi ładunek. Ładunek zaraz w coś uderzy. Co należy zrobić?**

- a) Nic nie robić i założyć, że wszystko jest pod kontrolą
- b) Powiedzieć kierowcy dźwigu
- c) Powiedzieć kierownikowi
- d) Spróbować ostrzec osobę nadzorującą dźwig lub sygnalistę

**18. Twoim zdaniem sprzęt budowlany pracuje zbyt blisko twojego stanowiska. Co należy zrobić?**

- a) Uważać na sprzęt i kontynuować pracę
- b) Przerwać pracę i porozmawiać ze swoim kierownikiem
- c) Przerwać pracę i porozmawiać z kierownikiem operatora sprzętu
- d) Przerwać pracę i porozmawiać z operatorem sprzętu

**19. Musisz przejść obok operatora dźwigu samojedźnego. Należy?:**

- a) Domyślić się co operator dźwigu zrobi i przecisnąć się obok
- b) Spróbować zwrócić uwagę operatora dźwigu
- c) Pobiec aby szybko ominąć dźwig
- d) Pójść inną drogą aby nie przeszkadzać operatorowi

**20. Jeśli zobaczysz zbyt szybko jadącą wywrotkę należy?:**

- a) Nic nie robić. Ograniczenie prędkości nie dotyczy wywrotek
- b) Spróbować zatrzymać wywrotkę i porozmawiać z kierowcą
- c) Zgłosić sprawę policji
- d) Zejsć jej z drogi i zgłosić to

**21. W jaki sposób na dobrze zorganizowanym placu budowy powinno się odgradzać pieszych od ruchu?:**

- a) Nie ma potrzeby oddzielania pieszych od ruchu maszyn
- b) Trasy ruchu są przedstawione na plakacie dotyczącym przepisów BHP
- c) Miedzy drogami wyznaczonymi dla pieszych a drogami dla ruchu są barierki
- d) Kierownik budowy kieruje wszystkich pieszych z dala od tras ruchu

**22. Najszybsza droga dostania się do twojego miejsca pracy biegnie przez teren wyznaczony dla pojazdów wykonawcy. Którą drogę należy wybrać?**

- a) Prosto przez teren jeśli nikt nie patrzy
- b) Za każdym razem wokół terenu
- c) W dół, jeśli pojazdy pracują
- d) Prosto przez teren jeśli wydaje się, że żaden pojazd się nie porusza

**23. Kierownik prosi Cię o kierowanie wywrotką. Nigdy wcześniej nie jeździłeś takim pojazdem. Co należy zrobić?**

- a) Poprosić wykwalifikowanego kierowcę o instrukcję
- b) Przystąpić do pracy
- c) Obserwować inne wywrotki aby przyjrzeć się jak pracują
- d) Wyjaśnić kierownikowi, że nie masz kwalifikacji i nie możesz jeździć tym pojazdem

**24. Które z poniższych **nie powinno** mieć miejsca przy założeniu, że transport jest dobrze zorganizowany?**

- a) Barrierki odgradzające pieszych od sprzętu budowlanego i pojazdów
- b) Piesi i sprzęt budowlany wykorzystujący te same drogi
- c) System ruchu jednokierunkowego
- d) Ograniczenia prędkości

## WORKING AT HEIGHT

**1. Można bezpiecznie przejść po kruchym dachu jeśli?:**

- a) Nie chodzisz po plastikowych panelach
- b) Używasz deski do czołgania z poręczą
- c) Idziesz wzdłuż linii śrub
- d) Widzisz oznaki miejsc kruchego dachu

**2. Narzędzia i materiały mogą łatwo spaść z platformy roboczej. W jaki sposób można najlepiej uchronić osoby na dole?**

- a) Użyć krtek ochronnych aby zapobiec spadaniu elementów
- b) Upewnić się, że noszą kaski ochronne
- c) Powiedzieć im, że będziesz pracować nad nimi
- d) Poprosić osoby poniżej o przerwanie pracy i opuszczenie terenu

**3. Znajdujesz uszkodzoną drabinę. Co należy zrobić?**

- a) Nie używać jej i upewnić się, że inni wiedzą o uszkodzeniu
- b) Spróbować naprawić uszkodzenie
- c) Nie używać jej i zgłosić uszkodzenie pod koniec zmiany
- d) Użyć drabiny. Jeśli możesz nie korzystać z uszkodzonej części

**4. Pracujesz na płaskim dachu. Jaki jest najlepszy sposób zapobiegania wypadkom z takiego dachu?**

- a) Zabezpieczenie krawędzi barierkami i bortnicami
- b) Poprosić kogoś aby cię obserwował i ostrzegł w razie zbyt dużego zbliżenia się do krawędzi
- c) Użyć czerwono-białej taśmy do oznaczenia krawędzi
- d) Postawienie dużego ostrzegawczego znaku przy krawędzi na końcu dachu

**5. Jaka jest najlepsza metoda upewnienia się, że drabina jest bezpieczna i nie zsunie się?**

- a) Zablokować dolną część drabiny kawałkami drewna
- b) Poprosić kogoś aby stanął na dolnym szczeblu drabiny
- c) Przymocować ją na dole
- d) Przymocować ją na górze

**6. Musisz składować materiały na platformie roboczej. Jaki jest najlepszy sposób zapobiegania ich spadaniu przez burtę?**

- a) Postawić znak ostrzegawczy przy stosie
- b) Układać stos tak aby nie opierał się o krawędź
- c) Przymocować kratkę ochronną lub siatkę do krawędzi
- d) Zakryć stos folią polietylenową

**7. Podczas używania drabiny jaki powinien być kąt nachylenia drabiny?**

- a) 75°
- b) 60°
- c) 85°
- d) 45°

**8. Pracując na podeście ruchomym przejezdny (MEWP). Gdzie należy przymocować ściągnąć uprząż?**

- a) Do punktu konstrukcji lub budynku na którym pracujesz
- b) Do poręczy MEWP
- c) Do wyznaczonego punktu kotwienia na platformie lub w koszu
- d) Do skrzynki sterowniczej



**9. Kiedy wolno użyć drabiny jako stanowiska pracy?**

- a) Jeśli jest wystarczająco długa
- b) Jeśli możesz znaleźć drabinę , której możesz użyć
- c) Jeśli inne osoby nie używają jej do wejścia
- d) Jeśli wykonujesz lekkie prace przez krótki czas

**10. Jaka jest najlepsza metoda zapobiegania upadkom przez ubytki, otwory lub kruche elementy dachu?**

- a) Zabezpieczyć takie miejsca pokrywami , które mogą przenosić ciężar osoby i postawić znaki ostrzegawcze
- b) Powiedzieć wszystkim gdzie znajdują się niebezpieczne elementy
- c) Zaznaczyć takie miejsce czerwono-białą taśmą
- d) Zakryć je tkaniną sieciową

**11. Kto powinien stawiać , demontować lub naprawić rurki i mocowania rusztowania?**

- a) Każdy kto jest przeszkolony , kompetentny i upoważniony
- b) Każdy kierownik projektu
- c) Każda osoba wyposażona w odpowiednie narzędzia
- d) Każdy komu wydaje się, że to potrafi

**12. Zachodzi konieczność usunięcia barierki zabezpieczających rusztowania w celu wykonania badania. Nie jesteś monterem rusztowania. Czy możesz usunąć barierki?**

- a) Tak. Jeśli zamontujesz je z powrotem po zakończeniu zadania
- b) Tak. Jeśli zamontujesz je zanim opuścisz plac budowy
- c) Nie. Tylko monter rusztowań może usuwać barierki i montować je z powrotem
- d) Nie. Tylko monter rusztowań może usunąć barierki ale ty możesz je zamontować z powrotem

**13. Musisz użyć przejezdnego rusztowania wieżowego. Nie działają hamulce kółek. Co należy zrobić?**

- a) Poprosić kogoś o przytrzymanie rusztowania gdy go używasz
- b) Użyć drewna do zablokowania kółek i uniemożliwienia ruchu
- c) Używać rusztowanie pod warunkiem , że podłoże jest równe
- d) Nie używać rusztowania

**14. Musisz dostać się na platformę roboczą przejezdnego rusztowania wieżowego. W jaki sposób należy to zrobić?**

- a) Wejść po zewnętrznej stronie, po ukośnych prętach
- b) Przystawić drabinę i wejść po niej
- c) Wspiąć się po ramie wieży, po zewnętrznej stronie
- d) Wejść po drabinie wbudowanej w rusztowanie

**15. W razie pracy na wysokości na stanowisku roboczym na końcu wysięgnika dźwigu lub blisko głębokiej wody, które środki ochrony osobistej (PPE) należy nosić?**

- a) Pełny aparat oddechowy
- b) Kamizelka ratunkowa
- c) Gumowe buty
- d) Pełna uprząż zabezpieczająca

**16. Co oznacza ten znak?**



- a) Kruchy dach. Nie stawać bezpośrednio na dachu ale używać środków ochrony przed wypadkiem
- b) Kruchy dach. Zachować ostrożność przy chodzeniu po dachu
- c) Strop nośny. Powierzchnia może być śliska gdy jest mokro
- d) Strop nośny. Można stać na powierzchni ale nie na oknach dachowych

**17. Ile osób może znajdować się jednocześnie na drabinie?**

- a) 3 o ile jest wystarczająco długa
- b) 1
- c) 1 na każdej części drabiny wysuwanej
- d) 2

**18. Które stwierdzenie jest prawdziwe w przypadku składowania materiałów na platformie roboczej?**

- a) Materiały należy przechowywać tak aby nie mogły spaść a ich waga nie przekraczała nośności platformy
- b) Materiały mogą być niezabezpieczone ponad poziomem barierki zabezpieczającej
- c) Materiały można przechowywać wszędzie, nawet jeśli stwarzają zagrożenie potknięcia się lub blokują przejście
- d) Nie ma konieczności zabezpieczania materiałów, które będą leżeć w danym miejscu przez nie więcej niż godzinę

**19. Nie należy malować drabiny ponieważ:**

- a) Po pomalowaniu będzie ona śliska
- b) Farba może uszkodzić metalowe części drabiny
- c) Farba może ukryć uszkodzone części
- d) Będzie wymagała regularnego malowania

**20. Które z poniższych stwierdzeń *nie jest* prawdziwe w przypadku używania drabiny podestowej?**

- a) Podest może się łatwo wywrócić jeśli sięgasz zbyt daleko na boki
- b) Drabiny podestowe są bezpieczne i nie mogą się wywrócić
- c) Przed wejściem na drabinę należy zablokować koła
- d) Drabiny podestowe to sprzęt roboczy, który podlega kontroli co 7 dni

**21. Nie wolno używać przejezdnego rusztowania wieżowego na:**

- a) Asfaltowych drogach
- b) Miękkim lub nierównym podłożu
- c) Utwardzonych tarasach
- d) Gładkich przejściach betonowych

**22. Praca na wysokości to:**

- a) Praca na wysokości 1,2 m nad poziomem ziemi lub wyżej
- b) Praca na dowolnej wysokości z której upadek może spowodować uraz
- c) Praca na wysokości 2 m nad poziomem ziemi lub wyżej
- d) Praca na wysokości 3 m nad poziomem ziemi lub wyżej

**23. W jakich rodzajach wypadków ginie najczęściej pracowników budowlanych?**

- a) Upadki z wysokości
- b) Uderzenie spadającym przedmiotem
- c) Wypadek z udziałem pojazdów budowlanych
- d) Porażenie prądem

**24. Kto powinien skontrolować drabinę przed użyciem?**

- a) Koordynator do spraw bezpieczeństwa na budowie
- b) Producent
- c) Osoba która chce jej użyć
- d) Kierownik

**25. Wchodząc na drabinę należy?:**

- a) Używać uprząży zabezpieczającej
- b) Mieć cały czas 2 punkty styczności z drabiną
- c) Zapewnić stałą obecność 2 osób na drabinie
- d) Mieć cały czas 3 punkty styczności z drabiną

**26. Musisz użyć drabiny aby dostać się na platformę rusztowania. Które z poniższych stwierdzeń jest prawdziwe?**

- a) Wszystkie złamane szczeble należy wyraźnie zaznaczyć
- b) Zapewnić stałą obecność 2 osób na drabinie
- c) Drabina musi być przymocowana i 5° musi wystawać ponad platformą
- d) Należy ją zablokować na dole aby się nie zsunęła

## **EXCAVATIONS AND CONFINED SPACES**

**1. Pracujesz w wykopie. Jeśli zauważysz, że podpory ruszają się. Należy?:**

- a) Nic nie robić, ponieważ boki cały czas się ruszają
- b) Obserwować je aby sprawdzić czy ruszą się ponownie
- c) Pracować w innej części wykopu
- d) Wyjść szybko i zadbać aby inni zrobili to samo

**2. Jesteś w zamkniętej przestrzeni. Jeśli poziom tlenu spadnie?**

- a) Odczujesz pogorszenie słuchu
- b) Możesz stracić przytomność
- c) Może dojść do odwodnienia
- d) Wystąpi ryzyko pożaru lub wybuchu

**3. Jesteś w zamkniętej przestrzeni gdy wybucha alarm gazowy. Nie masz sprzętu ochrony dróg oddechowych. Co należy zrobić?**

- a) Wyjść szybko z zamkniętej przestrzeni
- b) Kontynuować pracę ale robić sobie częste przerwy na świeżym powietrzu
- c) Wyłączyć alarm
- d) Kontynuować pracę ale nie używać elektronarzędzi

**4. Jesteś w głębokim wykopie. W stronę wykopu cofa samochód ciężarowy a silnik cały czas pracuje. Co należy zrobić?**

- a) Sprawdzić czy w wykopie jest miernik gazów toksycznych
- b) Włożyć ochronniki słuchu aby nie słyszeć odgłosów silnika
- c) Zignorować problem. Samochód zapewne zaraz odjedzie
- d) Wyjść szybko z wykopu

**5. Jeśli na dnie zamkniętej przestrzeni znajduje się osad. Należy?**

- a) Przed wejściem zadbać o odpowiedni sprzęt ochronny dróg oddechowych i odbyć szkolenie
- b) Wrzucić coś do osadu i sprawdzić jego głębokość
- c) Włożyć jednorazową maskę ochronną przed wejściem
- d) Zejść, nastąpić na osad i sprawdzić jego głębokość

**6. Pracujesz w zamkniętej przestrzeni. Zaczynasz czuć zapach zgnilego jajka. Co ten zapach oznacza?**

- a) Dwutlenek węgla
- b) Metan
- c) Tlen
- d) Siarkowodor

**7. Wykop należy zabezpieczyć podporami jeśli?:**

- a) Występuje ryzyko zawalenia się boków
- b) Ma ponad 1,2 m głębokości
- c) W wykopie jest uzbrojenie podziemne
- d) Ma ponad 5 m głębokości

**8. Która z tych metod jest najbardziej odpowiednia do zlokalizowania uzbrojenia podziemnego?**

- a) Rysunki badawcze
- b) Plany rozmieszczenia kabli
- c) Próbné wykopy
- d) Rysunki architektoniczne

**9. Musisz pracować w zamkniętej przestrzeni. Nie ma ekipy ratowniczej ani planu ratunkowego. Co należy zrobić?**

- a) Poprosić kogoś aby czuwał na górze z liną
- b) Założyć, że ekipa ratownicza i plan ratunkowy nie są konieczne i wykonać pracę
- c) Nie wchodzić do czasu przybycia ekipy ratowniczej i ustalenia planu ratunkowego
- d) Wykonywać pracę i robić częste przerwy

**10. Kopiąc można uszkodzić podziemne kable. Co należy zrobić?**

- a) Przesunąć kabel i kontynuować kopanie
- b) Nie dotykać kabla, przerwać pracę i zgłosić to
- c) Kopać wokół kabla lub gdzieś indziej
- d) Poczekać 10 sekund i przesunąć kabel

**11. Dlaczego metan jest niebezpieczny w zamkniętych przestrzeniach? Wybierz 2 odpowiedzi.**

- a) Może brakować tlenu do oddychania
- b) Odwadnia
- c) Utrudnia widoczność przez gęste opary
- d) Powoduje nadczynność
- e) Może wybuchnąć

**12. Kopiąc znajdujesz żółtą taśmę plastikową. Co to oznacza?**

- a) W wykopie należy zamontować podpory
- b) Ziemia jest skażona i musisz nosić sprzęt ochrony dróg oddechowych
- c) Znajduje się tu uzbrojenie podziemne i wykopy. Należy wykonywać pracę z zachowaniem ostrożności
- d) Są tu pochowane ludzkie szczątki i należy powiadomić kierownika

**13. Jesteś w głębokim wykopie i zaczyna robić ci się słabo. Co należy zrobić?**

- a) Wyjść, ochłoniąć i wejść z powrotem
- b) Kontynuować pracę z nadzieją, że gorsze samopoczucie zaraz minie
- c) Usiąść w wykopie i odpocząć
- d) Wyjść szybko i zadbać żeby inny zrobili to samo a następnie zgłosić to

**14. Musisz przejść przez osad na dnie zamkniętej przestrzeni. Które z poniższych *nie stanowi zagrożenia*?**

- a) Uwalnianie się palnych gazów
- b) Uwalnianie się tlenu
- c) Uwalnianie się toksycznych gazów
- d) Poślizgnięcia i potknięcia

**15. Przed rozpoczęciem pracy w zamkniętej przestrzeni, w jaki sposób należy sprawdzić jakość powietrza?:**

- a) Powietrze należy zbadać miernikiem
- b) Należy sprawdzić czy jest wyczuwalny toksyczny gaz
- c) Ktoś powinien wejść i wyczuć czy powietrze jest w porządku
- d) Należy sprawdzić czy zapali się zapalka

**16. Jaki jest najbezpieczniejszy sposób dostania się do głębokiego wykopu?**

- a) Użycie uzbrojenia podziemnego jako stopni
- b) Zejście w koszu koparki
- c) Zejście po podporach
- d) Zejście po zabezpieczonej drabinie

**17. Co należy zrobić gdy nowa zmiana zaczyna pracę w wykopie?**

- a) Ktoś musi zejść i wachając powietrze sprawdzić czy jest bezpiecznie
- b) Przez pierwszą godzinę kierownik powinien nadzorować pracę z góry
- c) Przez pierwszą godzinę w wykopie powinien pozostać kierownik
- d) Kompetentna osoba musi skontrolować wykop

**18. Pracujesz w zamkniętej przestrzeni. Jeśli pozwolenie na pracę wygasa przed ukończeniem pracy należy?**

- a) Poprosić kierownika o zmianę daty na pozwoleniu
- b) Przekazać pozwolenie kolejnej zmianie
- c) Kontynuować pracę aż do ukończenia
- d) Opuścić zamkniętą przestrzeń przed wygaśnięciem pozwolenia

**19. Dlaczego jest istotnie aby osoby które mają pracować w zamkniętej przestrzeni były odpowiednio przeszkolone?**

- a) W zamkniętych przestrzeniach zawsze są gazy palne i wybuchowe
- b) W zamkniętych przestrzeniach nigdy nie ma powietrza nadającego się do oddychania
- c) Warunki panujące w zamkniętej przestrzeni mogą być szkodliwe dla zdrowia
- d) Zamknięte przestrzenie są tylko na budowach domów

**20. Wokół wykopu na górze ustawione są bariery zabezpieczające aby zapobiec?:**

- a) Zawaleniu się boków wykopu
- b) Odpływaniu wody deszczowej z góry do wykopu
- c) Zbieraniu się toksycznych gazów na dnie wykopów
- d) Upadkom do wykopu i urazom z tym związanych

**21. Jaki jest główny powód oddelegowania osoby do zajęcia stanowiska bezpośrednio przy zamkniętej przestrzeni gdy inni pracują w środku?**

- a) Wprowadzenie w życie planu ratunkowego w razie sytuacji awaryjnej
- b) Dokonanie oceny ryzyka pracy
- c) Nadzorowanie pracy w zamkniętej przestrzeni
- d) Sprawdzanie zgodności z instrukcją wykonywania pracy

**22. Kopiąc zauważasz, że ziemia ma dziwny zapach. Co to może oznaczać?**

- a) Ziemia była już wykopywana
- b) Ziemia może być zanieczyszczona
- c) Ziemia była dawniej wykorzystywana do uprawy zboża
- d) Gleba zawiera dużo gliny

**23. W przypadku kopania w pobliżu uzbrojenia podziemnego należy używać wyłącznie?:**

- a) Koparki
- b) Wiertarki udarowej pneumatycznej
- c) Izolowanej łopaty lub szufli
- d) Kilo i widel



**24. Główną przyczyną wypadków śmiertelnych przy pracy w zamkniętych przestrzeniach jest:?**

- a) Naruszenie osadu
- b) Obecność metanu
- c) Nieodpowiedni plan ratunkowy i sprzęt na miejscu
- d) Zbyt dużo tlenu

**25. Praca w zamkniętej przestrzeni zazwyczaj wymaga 3 dokumentów dotyczących bezpieczeństwa. Oceny ryzyka, instrukcji wykonywania pracy i:**

- a) Pisemnego kontraktu dotyczącego prac
- b) Aktualnego regulaminu pracy
- c) Zasad BHP firmy
- d) Pozwolenia na pracę / wejście

#### **ENVIRONMENTAL AWARENESS AND WASTE CONTROL.**

**1. Zgodnie z prawem o ochronie środowiska, które stwierdzenie jest prawdziwe?**

- a) Zakłócanie lub niszczenie naturalnych siedlisk chronionych gatunków nie jest nielegalne jeśli zostało przeprowadzone nieświadomie
- b) Zakłócanie lub niszczenie naturalnych siedlisk chronionych gatunków jest nielegalne tylko wtedy gdy jest celowe
- c) Można niszczyć lub zakłócać naturalne siedliska chronionych gatunków jeśli przeszkadzają one w pracach budowlanych
- d) Zakłócanie lub niszczenie chronionych siedlisk jest nielegalne.

**2. W miejscu w którym musisz pracować odkrywasz ptaka w gnieździe. Co należy zrobić?**

- a) Zakryć gniazdo koszem
- b) Przesunąć gniazdo, wykonać pracę i przesunąć gniazdo z powrotem na miejsce
- c) Zostawić gniazdo i poinformować o tym kierownika
- d) Odstraszyć ptaka

**3. Jesteś na budowie i musisz usunąć odpad ciekły zawierający olej. Co należy zrobić?**

- a) Wylać do kanalizacji poza terenem budowy
- b) Wylać do ziemi i poczekać aż wsiąknie
- c) Użyć płynu aby wzniecić ogień
- d) Dowiedzieć się w jaki sposób usunąć płyn**

**4. W jaki sposób należy usuwać niebezpieczne odpady?**

- a) Wyrzucić do dowolnego pojemnika na śmieci na budowie
- b) Zgodnie z odpowiednimi zasadami obowiązującymi na budowie**
- c) Zakopać na budowie
- d) Oddać do pobliskiego zakładu utylizacji odpadów

**5. Które z poniższych należy zakwalifikować jako niebezpieczne odpady?**

- a) Materiały izolacyjne
- b) Polietylen i folie termokurczliwe
- c) Puste worki na cement
- d) Świetlówki**

**6. Które z poniższych należy usuwać jako niebezpieczne odpady?**

- a) Odpady z drewna, sklejk, płyty pilśniowej
- b) Izolacja z włókna szklanego
- c) Pojemnik na środek uszczelniający w aerozolu i farba na bazie oleju**
- d) Używane rękawice i maski pyłowe

**7. Poproszono cię o usunięcie oleju, który wyciekł z maszyny na ziemię. W jaki sposób należy to zrobić?**

- a) Wyrzucić ziemię z olejem do ogólnego pojemnika na śmieci.
- b) Wyrzucić ziemię z olejem do oddzielnego kontenera na niebezpieczne odpady.
- c) Wymieszać ziemię z olejem i pozostałą ziemię tak aby olej był niewidoczny.
- d) Zmyć olej używając wody z detergentem

**8. Osoba postronna narzeka, że robisz zbyt dużo kurzu. Jakie dwie czynności należy wykonać?**

- a) Powiedzieć, że już prawie skończyłeś
- b) Natychmiast poinformować kierownika
- c) Zignorować to. Zawsze ktoś narzeka
- d) Spróbować wykonać pracę w inny sposób np. zmniejszyć intensywność pracy
- e) Poczekać aż się ściemni i kontynuować

**9. Nastąpił wyciek oleju hydraulicznego w pobliżu ciekłu wodnego. Jakiego działania **nie** należy podjąć?**

- a) Powiedzieć kierownikowi budowy
- b) Użyć detergentów do usunięcia oleju
- c) Zapobiec rozprzestrzenianiu się oleju
- d) Wyłączyć instalację

10. Według tych znaków substancja może być:



a) Szkodliwa

b) Toksyczna

c) Żrąca

d) Szkodliwa dla środowiska

11. Co oznacza ten znak?



a) Zestaw do usuwania wycieków został skontrolowany i spełnia wymagania

b) Zebrać tutaj wrazie wycieku

c) Sprzęt służący do powstrzymywania i usunięcia wycieku znajduje się tutaj

d) Doszło tu do wycieku, który został usunięty

**12. Jeśli produkt jest oznaczony taką etykietą jak należy go usuwać?**



- a) Wyrzucić do dowolnego pojemnika na śmieci
- b) Przeczytać instrukcje na etykiecie produktu i postępować zgodnie z nimi
- c) Jeśli jest to płyn o pojemności poniżej 1 litra, można wylać do kanalizacji
- d) Zostawić produkt aby ktoś inny się nim zajął

**13. Kto na budowie powinien być świadom zagrożeń dla środowiska?**

- a) Tylko główny wykonawca
- b) Tylko podwykonawcy
- d) Wszystkie osoby pracujące na placu budowy
- d) Tylko inspektor do spraw ochrony środowiska

**14. Zgodnie z prawem o ochronie środowiska, które stwierdzenie jest prawdziwe?**

- a) Firmy i poszczególne osoby mogą zostać pociągnięte do odpowiedzialności jeśli nie będą przestrzegać prawa
- b) Zakłócenie lub niszczenie chronionych gatunków lub ich siedlisk jest nielegalne
- c) Transportowanie odpadów bez odpowiedniego pozwolenia jest nielegalne
- d) Wszystkie odpowiedzi

**15. Czy ponosisz jakąkolwiek odpowiedzialność za stosowanie zasad zrównoważonego rozwoju na budowie?**

- a) Nie, odpowiedzialność ponosi kierownik budowy
- b) Nie, odpowiedzialność ponosi agencja do spraw ochrony środowiska
- c) Tylko na terenach na których występują rzadkie gatunki roślin
- d) Tak, na każdym placu budowy**

**16. Które z poniższych **nie ma** związku ze zrównoważonym rozwojem?**

- a) Oszczędzanie surowców, paliw, wody i energii
- b) Dbanie o bezpieczeństwo osób pracujących na lub w pobliżu placu budowy
- c) Ochrona środowiska
- d) Wysyłanie niezłuzitych materiałów i odpadów na wysypisko śmieci**

**17. Które z poniższych **nie działa** korzystnie na zrównoważony rozwój?**

- a) Pozostawianie bez potrzeby włączonych silników i innych napędów.**
- b) Segregowanie odpadów
- c) Wspólne dojeżdżanie do pracy jednym samochodem lub korzystanie z transportu publicznego
- d) Bezpieczna praca

**18. Co należy robić aby działać na rzecz zrównoważonego rozwoju?**

- a) Uruchamiać bez potrzeby instalacje i sprzęt
- b) Zakopywać odpady w ziemi
- c) Postępować zgodnie z instrukcjami obowiązującymi na budowie dotyczącymi obchodzenia się z odpadami**
- d) Wlewać ciekłe odpady do kanalizacji poza terenem budowy

**19. Które z poniższych **nie ma** związku z budowaniem i zastosowaniem zasad zrównoważonego rozwoju?**

- a) Powodowanie niedogodności dla sąsiadujących mieszkańców
- b) Zapobieganie zanieczyszczeniom wody i gleby
- c) Oszczędzanie energii
- d) Minimalizowanie ilości odpadów generowanych podczas pracy.

**20. Z punktu widzenia ochrony środowiska należy ponownie wykorzystywać materiały ponieważ:**

- a) Pozwala to zaoszczędzić na kosztach klienta
- b) Do wyprodukowania wyrobów budowlanych potrzeba dużo energii i surowców
- c) Powoduje to mniej bałaganu na budowie
- d) Jest to zgodne z prawem UNII EUROPEJSKIEJ

**21. Które dwa działania pomogą zminimalizować ilość odpadów?**

- a) Ponowne wykorzystanie odłamków, cegieł połówkowych i itp. a następnie poddanie ich recyklingowi
- b) Używanie nowych materiałów, zestawów na początku każdego dnia
- c) Zostawienie niezakrytych materiałów na deszczu
- d) Korzystanie jedynie z niezbędnych rzeczy i ich odkładanie na miejsce lub zabezpieczanie tego co zostało
- e) Zamawianie większej ilości niż potrzeba na wszelki wypadek

**22. Które z powyższych to dobre praktyki dotyczące ochrony środowiska?**

- a) Zamawianie nadmiaru materiałów
- b) Segregowanie odpadów
- c) Pozostawianie odkrytych pojemników na śmieci podczas opadów
- d) Nieprawidłowe przechowywanie materiałów powodujące zanieczyszczenia

**23.Czy ponosisz jakąkolwiek odpowiedzialność za minimalizowanie ilości wygenerowanych odpadów?**

a)Tylko gdy usuwany jest azbest

b)Tak, każda osoba na placu budowy ponosi odpowiedzialność

c)Nie, odpowiedzialność ponosi agencja do spraw ochrony środowiska

d)Tylko w czasie porządkowania terenu po zakończeniu projektu

**24.Co można zrobić przed wyrzuceniem czegoś do pojemnika na śmieci?**

a)Sprawdzić czy jest etykieta na odpadzie

b)Powiedzieć kierownikowi

c)Sprawdzić czy ktoś inny może to wykorzystać

d)Upewnić się czy w pojemniku jest miejsce

**25.Dlaczego należy segregować różne rodzaje odpadów na budowie?**

a)Zajmują wówczas mniej miejsca w pojemniku na śmieci

b)Lokalne władze nakładają duży podatek na składowanie odpadów na wysypisku

c)Klient może sprawdzić co jest wyrzucone

d)ułatwia to recykling