

Harmonogram

Nazwa Beneficjenta: Warmińsko-Mazurski Zakład Doskonalenia Zawodowego w Olsztynie

Placówka realizująca kurs: Centrum Edukacji w Ostródzie

Numer projektu: FEWM.07.07-IP.01-0003/23

Tytuł projektu: Pracuj nadal!

Nazwa szkolenia zawodowego/kursu: Operator wózków jezdniowych z obsługą butli gazowej z elementami ergonomii pracy fizycznej

Nr kursu: 6/040/2026

Uczestników: 1 w tym kobiet: 0, mężczyzn: 1

Termin realizacji: 26.02.2026-31.03.2026

1. Harmonogram

Data realizacji	Godziny realizacji zajęć od-do	Temat zajęć	Miejsce realizacji zajęć/nazwa instytucji (miejscowość, ulica, nr lokalu)
26.02.2026	15:00-15:45	Podział wózków na typy, rodzaje i odmiany - terminologia.	ul. Olsztyńska 17; Ostróda
	15:45-16:30	Podział ze względu na sposób kierowania oraz usytuowanie kierowcy względem kierunku jazdy wózka. Podział wózków ze względu na rodzaj źródła energii lub sposobu jej zapewnienia.	ul. Olsztyńska 17; Ostróda
	16:30-17:15	Parametry techniczno-eksploatacyjne wózków, ze szczególnym uwzględnieniem parametrów mających bezpośredni wpływ na bezpieczeństwo eksploatacji.	ul. Olsztyńska 17; Ostróda
	17:15-17:25	PRZERWA	
	17:25-18:10	Silniki; jednostki napędowe, rodzaje napędów - w tym hydrostatyczne i hybrydowe; przeniesienie napędu. Zespoły napędowe, hamowania, kierowania, podnoszenia.	ul. Olsztyńska 17; Ostróda
	18:10-18:55	Elementy sterowania pracą wózka - obsługiwane nogami i rękami, sterowane drogą przewodową i bezprzewodową.	ul. Olsztyńska 17; Ostróda
02.03.2026	15:00-15:45	Instalacje elektryczne. Instalacje hydrauliczne. Instalacje gazowe.	ul. Olsztyńska 17; Ostróda
	15:45-16:30	Blokady i zabezpieczenia. Urządzenia zabezpieczające i sygnalizacyjne w wózkach.	ul. Olsztyńska 17; Ostróda
	16:30-17:15	Wyposażenie miejsca pracy kierowcy.	ul. Olsztyńska 17; Ostróda
	17:15-17:25	PRZERWA	
	17:25-18:10	Wskaźniki i kontrolki wskazujące na stan pracy wózka oraz osprzęt pozwalający korygować parametry pracy wózka. Graficzne symbole urządzeń sterowniczych i innych wskaźników.	ul. Olsztyńska 17; Ostróda
	18:10-18:55	Zagrożenie bezpieczeństwa innych osób w związku z przemieszczającym się stanowiskiem pracy.	ul. Olsztyńska 17; Ostróda
04.03.2026	15:00-15:45	Własności fizyko-chemiczne stosowanych paliw, zagrożenia wprowadzane tymi paliwami, postępowanie w sytuacjach zagrożeń: - paliwa gazowe, oznakowanie butli, terminy badań, informacje zawarte na butlach, miejsce ich składowania; - olej napędowy; - energia elektryczna; ze szczególnym uwzględnieniem instalacji o napięciu 60 V i więcej napięcia stałego.	ul. Olsztyńska 17; Ostróda
	15:45-16:30	Stanowisko pracy; wymuszona pozycja ciała – wpływ na układ kostnoszkieletowy pracownika. Zagrożenia wynikające z rozwiązań konstrukcyjnych eksploatowanego wózka. Urządzenia zabezpieczające i sygnalizacyjne w wózkach mające wpływ na bezpieczeństwo pracy. Wymagania sanitarne, jakie powinien spełniać wózek oraz operator wózka- zależne od miejsca wykonywania pracy.	ul. Olsztyńska 17; Ostróda



Fundusze Europejskie
dla Warmii i Mazur

Dofinansowane przez
Unię Europejską



04.03.2026	16:30-17:15	Wybrane zagadnienia z przepisów ruchu drogowego wykorzystywanych w organizacji transportu wewnętrznego w zakładzie pracy. Znaki drogowe. Zakres stosowania. Bezpieczne poruszanie się w zakładzie pracy. Komunikacja w układzie wielopoziomowego zakładu pracy. Przewóz materiałów sypkich i płynnych. Bezpieczne wykonywanie pracy w strefach zagrożenia wybuchem: strefa 0, strefa 1, strefa 2, oraz strefa 20, strefa 21, strefa 22 z wykorzystaniem odpowiednio dostosowanych wózków. Oznakowanie towarów niebezpiecznych przewidzianych do transportu – zgodnie z Umową ADR/RID.	ul. Olsztyńska 17; Ostróda
	17:15-17:25	PRZERWA	
	17:25-18:10	Znajomość instrukcji bezpieczeństwa prac transportowych. Znajomość instrukcji wózka jezdniowego. Obsługa codzienna przed rozpoczęciem pracy: - oględziny zewnętrzne i kontrola stanu ogumienia, mocowania kół i oświetlenia; - kontrola układów: kierowniczego, hamulcowego, napędowego.	ul. Olsztyńska 17; Ostróda
	18:10-18:55	Obsługa codzienna przed rozpoczęciem pracy: - kontrola oznakowania wózka przystosowanego do pracy w środowisku zagrożonym wybuchem, - kontrola układu podnoszenia - siłowniki, łańcuchy, karetki oraz osprzęt stanowiący wyposażenie dodatkowe, np. widły, kleszcze, chwytaki beczek.	ul. Olsztyńska 17; Ostróda
06.03.2026	15:00-15:45	Obsługa codzienna przed rozpoczęciem pracy: - kontrola oznakowania oraz wyposażenia dodatkowego (zamiennego) wózka przystosowanego do pracy w środowisku zagrożonym wybuchem, - kontrola zamontowanych osprzętów dodatkowych pod kątem korekty wykresu zredukowanych obciążeń wózka podnośnikowego -kontrola ilości płynów eksploatacyjnych, sprawności i wskazań wskaźników; - uzupełnienie płynów eksploatacyjnych zgodnie z DTR wózka; - dokumentowanie wykonanych czynności w książce eksploatacji wózka.	ul. Olsztyńska 17; Ostróda
	15:45-16:30	Czynności w trakcie wykonywania pracy: właściwe obciążanie wózka. Przewożenie ładunków ponadwymiarowych, niebezpiecznych, oddziałujących bezpośrednio na środowisko pracy. Chowanie wózka podczas pracy, postępowanie innych użytkowników dróg transportowych, pracę suwnic, dźwigów itp., stabilność przewożonego ładunku. Przestrzeganie wyznaczonych przez pracodawcę tras przejazdu wózka oraz zasad organizacji ruchu.	ul. Olsztyńska 17; Ostróda
	16:30-17:15	Czynności po zakończeniu pracy: oględziny zewnętrzne i kontrola stanu ogumienia i mocowania kół. Ładowanie eksploatacyjne baterii trakcyjnej; uzupełnienie (tankowanie) paliwa. Wykonanie czynności przewidzianych w DTR wózka. Dokonanie wpisów do książki eksploatacji, jeżeli stwierdzono usterki w parametrach i poprawności pracy wózka.	ul. Olsztyńska 17; Ostróda
	17:15-17:25	PRZERWA	
	17:25-18:10	Zasady magazynowania buli gazowych: napełnionych gazem oraz opróżnionych z gazu. Butle z gazem – oznakowanie, kolorystyka, rozwiązywania zabezpieczające przed uszkodzeniem i niekontrolowanym wyciekami gazu. Miejsce wymiany butli – warunki, jakie powinno spełniać. Rodzaj stosowanych narzędzi oraz środków ochrony indywidualnej pracownika.	ul. Olsztyńska 17; Ostróda



Fundusze Europejskie
dla Warmii i Mazur

Dofinansowane przez
Unię Europejską



06.03.2026	18:10-18:55	Omówienie zasady wymiany butli wraz z jej praktyczną prezentacją (lub prezentacja tych czynności w wersji multimedialnej). Kontrola szczelności (metody) zaworów i instalacji po dokonanej wymianie butli. Postępowanie w sytuacjach awaryjnych. Dokonanie wpisów ewidencyjnych w książce eksploatacji wózka i dokumentach obrotu magazynowego – zgodnie z regulaminem obowiązującym w zakładzie pracy. Ograniczenia pracy wózków z silnikami o zapłonie iskrowym w strefach zagrożenia wybuchem.	ul. Olsztyńska 17; Ostróda
07.03.2026	08:00-08:45	Pojęcie ergonomii pracy fizycznej. Rodzaje obciążeń fizycznych.	ul. Olsztyńska 17; Ostróda
	08:45-09:30	Skutki nieergonomicznej pracy.	ul. Olsztyńska 17; Ostróda
	09:30-10:15	Elementy stanowiska pracy. Rozmieszczenie narzędzi i materiałów.	ul. Olsztyńska 17; Ostróda
	10:15-10:25	PRZERWA	
	10:25-11:10	Praca stojąca i siedząca	ul. Olsztyńska 17; Ostróda
	11:10-11:55	Ręczne prace transportowe	ul. Olsztyńska 17; Ostróda
	11:55-12:40	Pozycje wymuszone. Ruchy powtarzalne.	ul. Olsztyńska 17; Ostróda
	12:40-13:00	PRZERWA	
	13:00-13:45	Ćwiczenia profilaktyczne. Mikroprzerwy	ul. Olsztyńska 17; Ostróda
	13:45-14:30	Środki ochrony indywidualnej	ul. Olsztyńska 17; Ostróda
08.03.2026	08:00-08:45	Profilaktyka zakażeń i zastosowanie środków ochrony osobistej.	ul. Olsztyńska 17; Ostróda
	08:45-09:30	Zabezpieczenie miejsca zdarzenia i zasady prawidłowego powiadamiania służb ratunkowych oraz podejmowanie decyzji o konieczności wezwania pomocy medycznej.	ul. Olsztyńska 17; Ostróda
	09:30-10:15	Zaopatrzenie ran powierzchownych i rozległych, w tym amputacji, oparzenia oraz ciała obcego.	ul. Olsztyńska 17; Ostróda
	10:15-10:25	PRZERWA	
	10:25-11:10	Rozpoznanie i właściwe postępowanie w przypadku podejrzenia złamania oraz zwichnięcia.	ul. Olsztyńska 17; Ostróda
	11:10-11:55	Umiejętność rozpoznania osoby nieprzytomnej, ocena ABC oraz właściwe zastosowanie pozycji przeciwwstrząsowej i pozycji bezpiecznej.	ul. Olsztyńska 17; Ostróda
	11:55-12:40	Rozpoznanie i odpowiednie postępowanie w przypadku nagłego zatrzymania krążenia u dorosłego. Obsługa Automatycznego Defibrylatora Zewnętrznego (AED).	ul. Olsztyńska 17; Ostróda
	12:40-13:00	PRZERWA	
	13:00-13:45	Rozpoznanie i odpowiednie postępowanie w przypadku napadu drgawkowego.	ul. Olsztyńska 17; Ostróda
09.03.2026	13:45-14:30	Pierwsza pomoc w przypadku zadławienia/zachłyśnięcia. Właściwe wyposażenie apteczki pierwszej pomocy.	ul. Olsztyńska 17; Ostróda
	15:00-15:45	Jednostki ładunkowe – palety, pojemniki, pakiety, stojaki, nadstawy paletowe, chwytaki do beczek, itp. Załadunek i przewożenie opakowań zawierających materiały sypkie i/lub płynne. Przewóz zwierząt żywych lub ptactwa w skrzyniach kratowych lub innych jednostkach ładunkowych. Przemieszczanie jednostek ładunkowych, zasady załadunku, zabezpieczanie przed ich niekontrolowanym przemieszczaniem się na wózku.	ul. Olsztyńska 17; Ostróda



Fundusze Europejskie
dla Warmii i Mazur

Dofinansowane przez
Unię Europejską



09.03.2026	15:45-16:30	Stateczność wózków podnośnikowych, zagrożenia utraty stateczności. Zmienność wykresu zredukowanych obciążeń wózka w przypadku zamontowania na wózku osprzętu dodatkowego (zamiennego) o innej odległości środka ciężkości od czoła wideł. Wjeżdżanie na skrzynie ładunkowe pojazdów samochodowych, na naczepy z ciągnikiem siodłowym lub stojące na podporach, wjazd „na” lub „do” wagonów kolejowych. Wykonywanie czynności „za” i „wy” ładunkowych w strefach zagrożonych wybuchem.	ul. Olsztyńska 17; Ostróda
	16:30-17:15	Mostki przejazdowe z ramp załadowniczych. Rampy załadownicze - przewożne i stacjonarne. Składowanie, układanie i piętrzenie ładunków. Systemy magazynowania; magazyny z regałami przemieszczanymi. Kryteria doboru wózka do miejsca wykonywania pracy oraz wielkości i rodzaju przemieszczanych ładunków. Znajomość instrukcji bezpieczeństwa prac transportowych.	ul. Olsztyńska 17; Ostróda
	17:15-17:25	PRZERWA	
	17:25-18:10	Cel i zakres działania dozoru technicznego w świetle Ustawy o dozorze technicznym. Jednostki dozoru technicznego. Urządzenia techniczne podlegające dozorowi technicznemu. Formy dozoru technicznego, rodzaje badań. Kwalifikacje wymagane przy obsłudze i konserwacji urządzeń podlegających dozorowi technicznemu. Kategorie kwalifikacji do obsługi wózków jezdniowych podnośnikowych. Przepisy karne wobec osób odpowiedzialnych za nieprzestrzeganie przepisów o dozorze technicznym.	ul. Olsztyńska 17; Ostróda
	18:10-18:55	Wózki podnośnikowe, które mogą podlegać zgłoszeniu we właściwym wydziale komunikacji jako pojazd poruszający się po drogach publicznych oraz podlegają obowiązkowemu ubezpieczeniu OC.	ul. Olsztyńska 17; Ostróda
14.03.2026	08:00-09:30	Pojęcie ergonomii pracy fizycznej. Rodzaje obciążeń fizycznych.	ul. Olsztyńska 17; Ostróda
	09:30-11:00	Skutki nieergonomicznej pracy.	ul. Olsztyńska 17; Ostróda
	11:00-11:10	PRZERWA	
	11:10-12:40	Elementy stanowiska pracy. Rozmieszczenie narzędzi i materiałów.	ul. Olsztyńska 17; Ostróda
	12:40-14:10	Praca stojąca i siedząca	ul. Olsztyńska 17; Ostróda
	14:10-14:30	PRZERWA	
	14:30-15:15	Ręczne prace transportowe	ul. Olsztyńska 17; Ostróda
	15:15-16:00	Pozycje wymuszone. Ruchy powtarzalne.	ul. Olsztyńska 17; Ostróda
15.03.2026	08:00-08:45	Środki ochrony indywidualnej	ul. Olsztyńska 17; Ostróda
	08:45-10:15	Ćwiczenia profilaktyczne. Mikroprzerwy	ul. Olsztyńska 17; Ostróda
	10:15-10:25	PRZERWA	
	10:25-12:40	Ćwiczenia profilaktyczne. Mikroprzerwy	ul. Olsztyńska 17; Ostróda
Zajęcia indywidualne			
Zajęcia praktyczne, w tym wymiana butli gazowych - 15 godz.			



Fundusze Europejskie
dla Warmii i Mazur

Dofinansowane przez
Unię Europejską

