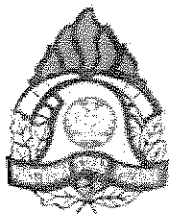


ZATWIERDZAM

Zachodniopomorski
Komendant Wojewódzki
Państwowej Straży Pożarnej

Henryk Cegiełka
.....
dnia: *18.12.2013*



OPINIA SŁUŻBY BHP

KIEROWNIK SEKCJI
ds. Kwatermistrzowskich, Techniki i Transportu

18.12.2013
.....

dnia: mł. kpt. mgr *Dariusz Kempisty*

**KOMENDA WOJEWÓDZKA
PAŃSTWOWEJ STRAŻY POŻARNEJ W SZCZECINIE**

REGULAMIN

**PROWADZENIA ZAJĘĆ W KOMORZE DYMOWEJ
WOJEWÓDZKIEGO OŚRODKU SZKOLENIA
PAŃSTWOWEJ STRAŻY POŻARNEJ
W BORNEM SULINOWIE**



**NINIEJSZY REGULAMIN JEST JEDNOCZESNIE INSTRUKCJĄ BHP
W ZAKRESIE PROWADZENIA ĆWICZEŃ ZE SPRZĘTEM OCHRONY
DRÓG UKŁADU ODDECHOWEGO W KOMORZE DYMOWEJ**

BORNE SULINOWO 2013

Niniejszy regulamin określa i ujednolica zasady realizacji zajęć w komorze dymowej. Regulamin prowadzenia zajęć w komorze dymowej jest zgodny z zapisami:

- Rozporządzenia Ministra Spraw Wewnętrznych i Administracji z dnia 16 września 2008 roku w sprawie szczegółowych warunków bezpieczeństwa i higieny służby strażaków Państwowej Straży Pożarnej (Dz. U. Nr 180, poz. 1115).
- Regulaminem Wojewódzkiego Ośrodka Szkolenia Państwowej Straży Pożarnej w Bornem Sulinowie zatwierdzonym w dniu 19 września 2007 r. przez Zachodniopomorskiego Komendanta Wojewódzkiego PSP w Szczecinie.
- Zasadami wyposażania i wykorzystania komór dymowych w Państwowej Straży Pożarnej zatwierdzonego przez Komendanta Głównego PSP w 2013 r.

W czasie testów i ćwiczeń doskonalących u ratowników sprawdza się ich orientację, zdolność do przemieszczania w warunkach zadymienia i ograniczonej przestrzeni. Ratownik w aparacie ochrony układu dróg oddechowych pokonuje różne przeszkody w warunkach podwyższonej temperatury, hałasu oraz efektów świetlnych. W komorze dymowej sprawdza się odporność ratowników na obciążenia psychofizyczne w warunkach zbliżonych do rzeczywistości.

Dla zapewnienia bezpieczeństwa strażak jest obserwowany z pomieszczenia sterowni, wyposażonego w monitor połączony z kamerami. Dodatkowe zabezpieczenie ratowników w czasie testów i ćwiczeń doskonalących stanowi sygnalizacja stanu awaryjnego, system awaryjnego oddymiania oraz wyłączniki bezpieczeństwa. Z pulpitu umieszczonego w sterowni kontrolowane są wszystkie urządzenia, zgodnie z założeniami testu lub ćwiczeń doskonalących.

I. WYMAGANIA OGÓLNE

1. Komora dymowa jest przeznaczona do prowadzenia ćwiczeń doskonalących oraz testów w sprzęcie ochrony dróg układu oddechowego.
2. Test / ćwiczenia doskonalące przeznaczone są dla osób pracujących w sprzęcie ochrony dróg układu oddechowego.
3. Test / ćwiczenia doskonalące muszą być prowadzone i nadzorowane przez obsługę komory dymowej stanowiącą minimum dwie osoby.
4. Wymagane środki ochrony indywidualnej oraz środki ochrony dróg układu oddechowego dla ćwiczących zapewnia jednostka kierująca.
5. Każdy uczestnik testu / ćwiczeń doskonalących zapewnia do przebrania we własnym zakresie komplet ubrania i bielizny.
6. Test / ćwiczenia doskonalące w komorze dymowej mogą przeprowadzać tylko osoby, przeszkolone, posiadające doświadczenie w zakresie jej bezpiecznej obsługi i zostały wyznaczone przez Naczelnika Ośrodka Szkolenia.
7. Testy / ćwiczenia w komorze dymowej odbywają się wyłącznie za zgodą Naczelnika Ośrodka,
8. W pomieszczeniu sterowni mogą przebywać tylko osoby upoważnione.
9. W pomieszczeniach próby wysiłkowej i ścieżki treningowej mogą przebywać jedynie obsługa komory oraz uczestnicy testu / ćwiczeń doskonalących.
10. Przed rozpoczęciem testu / ćwiczeń doskonalących obsługa komory sprawdza stan techniczny urządzeń komory oraz jej zabezpieczeń.
11. Decyzję o rozpoczęciu testu / ćwiczenia w komorze podejmuje prowadzący po stwierdzeniu sprawności wszystkich urządzeń
12. Uczestnik przed przystąpieniem do testu / ćwiczeń doskonalących potwierdza własnoręcznym podpisem na „Karcie badań w komorze dymowej Ośrodka Szkolenia PSP” zał. nr 5, że zapoznał się z „Regulaminem prowadzenia zajęć w komorze dymowej”.
13. Uczestnik testu / ćwiczeń doskonalących w trakcie jego trwania znajduje się pod stałym nadzorem obsługi komory oraz urządzeń monitorujących przebieg testu / ćwiczeń doskonalących.
14. W przypadku stwierdzenia okoliczności zagrażających bezpieczeństwu uczestnika / uczestników testu / ćwiczeń doskonalących, obsługa komory natychmiast przerywa test / ćwiczenie, uruchamia system alarmowy i udziela pomocy.

15. Do wytwarzania dymu należy stosować wyłącznie atestowane środki dymotwórcze bezpieczne dla organizmu człowieka.
16. Podczas testów / ćwiczeń doskonalących **należy** zapewnić obecność ratownika medycznego lub pielęgniarki/ pielęgniarza.
17. Komora dymowa musi być wyposażona w zestaw PSP R-2 oraz AED.
18. Obsługa komory jest zobowiązania do ścisłego przestrzegania niniejszego Regulaminu.

II. TEST W KOMORZE DYMOWEJ

1. Organizacja testu w komorze dymowej

- 1.1. Test w komorze dymowej ma na celu sprawdzenie oraz doskonalenie umiejętności i nawyków w zakresie:
 - technik pracy w sprzęcie ochrony dróg układu oddechowego, ubraniach specjalnych chroniących przed czynnikami chemicznymi lub jednocześnie w sprzęcie ochrony układu oddechowego i ubraniach specjalnych chroniących przed czynnikami chemicznymi;
 - pracy przy dużym obciążeniu psychofizycznym wynikającym z warunków działań ratowniczych (ograniczenie lub brak widoczności spowodowane zadymieniem, zaciemnieniem, ograniczenie przestrzeni, podwyższona temperatura, silny hałas, itp.)
 - poruszania się w nieznanym i skomplikowanym układzie komunikacji poziomej i pionowej.
- 1.2. Test w komorze dymowej **należy** przeprowadzić dla każdego uczestnika **indywidualnie**.
- 1.3. Testy dla strażaków PSP nie mogą odbywać się rzadziej niż raz na dwa lata.
- 1.4. Testy dla pozostałych członków podmiotów włączonych do KSRG nie mogą się odbywać rzadziej niż raz na pięć lat.
- 1.5. Termin testu dla osób z innych służb nie będących podmiotami KSRG jest wyznaczany w porozumieniu i za zgodą Komendanta Wojewódzkiego PSP.
- 1.6. Do testu w komorze dymowej mogą być skierowani:
 - a) funkcjonariusze PSP, którzy posiadają:
 - aktualne szkolenie okresowe z zakresu bezpieczeństwa i higieny pracy, a w przypadku nowo przyjętych do służby – szkolenie wstępne,
 - aktualne okresowe profilaktyczne badania lekarskie, a w przypadku nowo przyjętych do służby – orzeczenie o zdolności do służby lub bez ograniczeń,

- b) członkowie podmiotów włączonych do KSRG, którzy posiadają:
 - aktualne szkolenie z zakresu bezpieczeństwa i higieny pracy,
 - aktualne zaświadczenie lekarskie pozwalające na bezpośredni udział w działaniach ratowniczych lub do pracy w sprzęcie ochrony układu oddechowego.
- c) inne osoby niż wymienione w ppkt. a i b, które posiadają aktualne zaświadczenie lekarskie pozwalające na pracę w sprzęcie ochrony układu oddechowego.

1.7. Kierownik jednostki kierującej na test potwierdza spełnienie wymogów określonych w pkt. 1.5. na skierowaniu, którego wzór stanowi odpowiednio załącznik nr 1 lub 2.

1.8. Obsługa komory dymowej sprawdza przed testem tożsamość osób skierowanych.

1.9. Przed przystąpieniem do testu, każdy uczestnik testu składa oświadczenie o stanie psychofizycznym, będące elementem karty przebiegu testu, którego wzór stanowi załącznik nr 3.

2. Wymagania dotyczące bezpieczeństwa i higieny pracy podczas testu w komorze dymowej

2.1. Przed rozpoczęciem testu:

- a) obsługa komory przeprowadza instruktaż wstępny obejmujący między innymi zapoznanie z organizacją, przebiegiem oraz zasadami BHP podczas testu w komorze dymowej,
- b) obsługa komory ustala z uczestnikami testu zasady sygnalizowania zagrożenia (np. w postaci znaków gestowych) zaistniałego w trakcie testu (złe samopoczucie, kontuzję itp.),
- c) obsługa komory dymowej sprawdza czy uczestnicy testu / ćwiczenia posiadają wymagane środki ochrony indywidualnej i czy posiadają one aktualne atesty,
- d) przeprowadzają kontrolę sprzętu ochrony dróg układu oddechowego, ilości powietrza w butli oraz wyposażenia w środki ochrony indywidualnej.
- e) na prośbę uczestników testu, obsługa komory umożliwi przedstawicielowi grupy pokazowe przejście ścieżki treningowej w środkach ochrony indywidualnej, bez użycia środków ochrony dróg układu oddechowego,
- f) w trakcie testów / ćwiczeń zabrania się składowania jakichkolwiek zbędnych przedmiotów w pomieszczeniu wydolnościowym i pomieszczeniu ścieżki treningowej.

2.2. Uczestnicy testu na ścieżce treningowej muszą posiadać włączony sygnalizator bezruchu.

2.3. Po zakończeniu testu w komorze dymowej uczestnicy pozostają pod nadzorem obsługi komory przez minimum 10 minut.

3. Przebieg testu w komorze dymowej i jego ocena

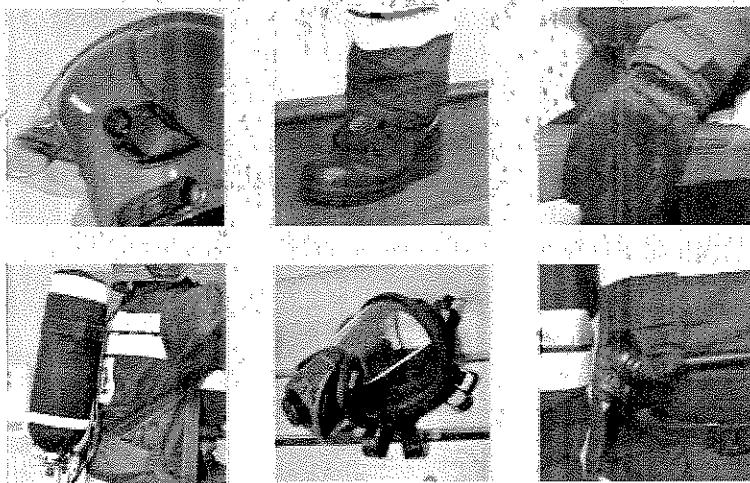
3.1 Test składa się z próby wysiłkowej oraz ścieżki treningowej.

3.2. Przed przystąpieniem do testu uczestnicy zostają zapoznani z mniejszymi zasadami w części dotyczącej „Testu w komorze dymowej”.

3.3. Obsługa komory jest zobowiązana do poinstruowania uczestników testu o konieczności jego natychmiastowego przerwania i zgłoszenia tego faktu obsłudze w przypadku wystąpienia niedyspozycji zdrowotnej w postaci:

- a) bólu w klatce piersiowej,
- b) uczucia duszności,
- c) uczucia pieczenia za mostkiem,
- d) bólu brzucha,
- e) bólów promieniujących do szyi, barków, kończyny górnej, pleców,
- f) mroczków przed oczami i/lub zaburzeń widzenia,
- g) bólów głowy, zawrotów, nudności i wymiotów.

3.4. Próba wysiłkowa realizowana jest w ubraniu specjalnym, hełmie, rękawicach specjalnych oraz w obuwiu strażackim specjalnym (aparatus powietrzny znajduje się na plecach, natomiast maska pozostaje zdjęta i odłożona).



3.5. Po wykonaniu każdego z elementów próby wysiłkowej stosuje się dwuminutową przerwę.

3.6. Warunkiem zaliczenia próby wysiłkowej jest prawidłowe, zgodne z określonymi poniżej wymaganiami, wykonanie wszystkich jej elementów.

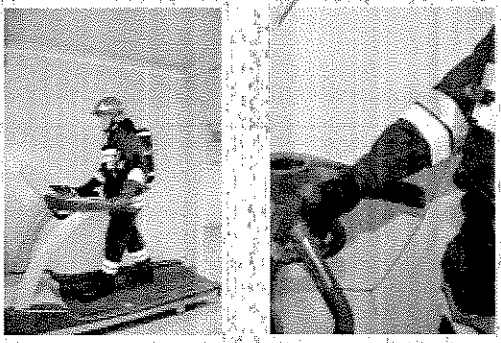
3.7. W przypadku niezaliczenia danego elementu próby wysiłkowej każdemu uczestnikowi testu przysługuje prawo do jednorazowego powtórzenia niezaliczonego elementu po zgłoszeniu gotowości przez uczestnika.

3.8. Dwukrotne nie zaliczenie danego elementu próby wysiłkowej powoduje nie dopuszczenie do uczestniczenia w ścieżce treningowej, a tym samym skutkuje nie zaliczeniem testu.

3.9. Próba wysiłkowa składa się z następujących elementów:


a) **Ergometr taśmowy** – ćwiczenie polega na poruszaniu się z zadaną prędkością w czasie 6 minut.

WIEK	PRĘDKOŚĆ [km/h]
do 30 lat	9
31-40 lat	8
41-50 lat	8
powyżej 50 lat	7




b) **Ergometr rowerowy** – ćwiczenie polega na jeździe na rowerze stacjonarnym przy zadanym obciążeniu w czasie 1 minuty.

WIEK	OBCIĄŻENIE [W]
do 30 lat	200
31-40 lat	200
41-50 lat	100
powyżej 50 lat	100



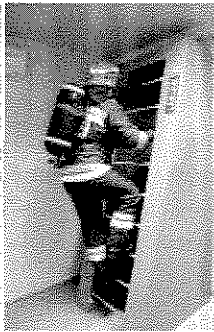
- c) **Miot podciągowy (ćwiczenie jako jedyne nie dotyczy kobiet)** – ćwiczenie polega na wykonaniu zadanej liczby podciągnięć i opuszczeń ciężaru w określonym czasie.

WIEK	LICZBA UDERZEŃ	CZAS [max]
do 30 lat	20	3 min.
31-40 lat	20	3 min.
41-50 lat	15	—
powyżej 50 lat	10	—



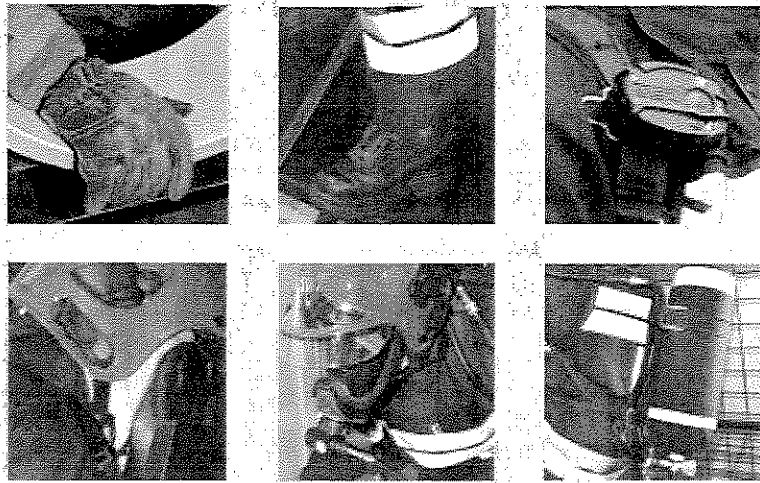
- d) **Drabina bez końca** – ćwiczenie polega na pokonaniu określonej wysokości zadaną prędkością.

WIEK	WYSOKOŚĆ [m]	CZAS [min.]
do 30 lat	20	2
31-40 lat	20	2
41-50 lat	10	—
powyżej 50 lat	10	—



3.10. Zaliczenie próby wysiłkowej jest warunkiem dopuszczenia do ćwiczenia na ścieżce treningowej.

3.11. Ścieżka treningowa pokonywana jest w ubraniu specjalnym, hełmie, obuwiu specjalnym, rękawicach specjalnych, kominiarce i w sprzęcie ochrony dróg układu oddechowego. Maską jest podłączona do aparatu powietrznego i założona na twarz. Strażak posiada włączony sygnalizator bezruchu.



- 3.12. Warunkiem zaliczenia ścieżki treningowej jest jej pokonanie przez uczestnika testu przy użyciu jednego aparatu powietrznego. W przypadku nie zaliczenia za pierwszym podejściem ścieżki treningowej uczestnikowi testu nie przysługuje prawo do jej powtórzenia. Wykorzystanie całego zapasu butli przed opuszczeniem ścieżki treningowej stanowi podstawę do jej nie zaliczenia, a co się z tym wiąże, do nie zaliczenia testu w komorze dymowej.
- 3.13. Warunkiem zaliczenia testu jest pozytywne zaliczenie próby wysiłkowej i ścieżki treningowej.
- 3.14. W przypadku nie zaliczenia testu, termin poprawkowy testu wyznaczany jest na wniosek jednostki kierującej.
- 3.15. Organizator wystawia jednostce delegującej zaświadczenie udziału strażaków w teście i przesyła do jednostki delegującej. Wzór zaświadczenia stanowi załącznik nr 4 i 5.

III. ĆWICZENIA DOSKONALĄCE W KOMORZE DYMOWEJ

1. Ćwiczenia doskonalące mogą być przeprowadzane z wykorzystaniem założeń przebiegu testu w komorze dymowej.
2. Do dokumentowania przebiegu ćwiczeń można wykorzystać wzory dokumentów zamieszczone w załącznikach 1-4.
3. Założenia i przebieg ćwiczeń doskonalących ustala organizator ćwiczeń.
4. Ćwiczenia doskonalące w komorze dymowej można prowadzić dla każdego uczestnika indywidualnie, w rocie lub w innej konfiguracji ustalonej przez organizatora ćwiczenia, przy zachowaniu zasad BHP.
5. Poziom trudności w trakcie ćwiczeń doskonalących należy dopasować do umiejętności osób ćwiczących.
6. Przed rozpoczęciem ćwiczeń doskonalących organizator ćwiczeń zapoznaje ćwiczących z organizacją i przebiegiem ćwiczeń, a także przeprowadza kontrolę sprawności sprzętu ochrony dróg układu oddechowego, ilości powietrza w butli oraz wyposażenia w środki ochrony indywidualnej.
7. Przed rozpoczęciem ćwiczeń doskonalących obsługa komory przeprowadza instruktaż wstępny z zakresu BHP podczas ćwiczeń w komorze dymowej oraz ustala z uczestnikami ćwiczeń zasady sygnalizowania zagrożenia (np. w postaci znaków gestowych) zaistniałego w trakcie ćwiczeń (złego samopoczucia, kontuzji itp.),
8. Ćwiczenia doskonalące należy zakończyć podsumowaniem i przeanalizowaniem najczęściej popełnianych błędów, wskazaniem ich źródła oraz demonstracją prawidłowego wykonania ćwiczenia.

ZAŁĄCZNIKI

.....
Miejscowość, data.....
(Pieczęć jednostki kierującej)

..... PSP

W

**KARTA SKIEROWANIA
FUNKCJONARIUSZY PAŃSTWOWEJ STRAŻY POŻARNEJ
NA TEST W KOMORZE DYMOWEJ**

L.p.	Stopień	Imię	Nazwisko	Stanowisko	Jednostka organizacyjna PSP
1					
2					
3					
4					
5					
6					
7					
8					
9					
(...)					

Oświadczam, że osoby skierowane na test w komorze dymowej:

- ukończyły szkolenie wstępne lub posiadają aktualne szkolenie okresowe z zakresu bezpieczeństwa i higieny pracy,
- posiadają orzeczenie o zdolności do służby lub aktualne okresowe profilaktyczne badania lekarskie.

Sprzęt ochrony dróg układu oddechowego oraz środki ochrony indywidualnej posiadają wymagane dopuszczenia do użytkowania. Skierowane osoby zostały wyposażone w sprawną maskę i aparat powietrzny.

.....
(Podpis i pieczęć kierownika jednostki organizacyjnej PSP)

.....
Miejscowość, data.....
(Pieczęć jednostki kierującej)

.....PSP

W

**KARTA SKIEROWANIA
OSÓB SPOZA PAŃSTWOWEJ STRAŻY POŻARNEJ
NA TEST W KOMORZE DYMOWEJ**

L.p.	Stopień	Imię	Nazwisko	Pełniona funkcja/stanowisko	Jednostka
1					
2					
3					
4					
5					
6					
7					
8					
9					
(...)					

Oświadczam, że osoby skierowane na test w komorze dymowej:

- ukończyły szkolenie z zakresu bezpieczeństwa i higieny pracy,
- posiadają aktualne zaświadczenie lekarskie pozwalające na bezpośredni udział w działaniach ratowniczych lub do pracy w sprzęcie ochrony układu oddechowego.

Sprzęt ochrony układu oddechowego oraz środki ochrony indywidualnej posiadają wymagane dopuszczenia do użytkowania. Skierowane osoby zostały wyposażone w sprawny maskę i aparat powietrzny.

.....
(Podpis i pieczęć osoby kierującej na ćwiczenie)

KARTA PRZEBIEGU TESTU

L.p.	Stopień	Imię	Nazwisko	Własnoręczny podpis *	Przebieg ćwiczenia					Zaliczył /a/ nie zaliczył /a/ próbę wysiłkową	Zaliczył /a/ nie zaliczył /a/ ścieżkę treningową	Ocena końcowa testu w komorze dymowej (zaliczył /a/ nie zaliczył /a/)
					ergometr taśmowy (zal./niezal.)	młot podciągowy (zal./niezal.)	ergometr ramien / wioślarski (zal./niezal.)	drabina bez końca (zal./niezal.)	ergometr rowerowy (zal./niezal.)			
1.												
2.												
3.												
4.												
5.												
6.												
7.												
8.												
9.												
(...)												

* Oświadczam, że przed przystąpieniem do ćwiczeń w komorze dymowej w dniu..... 20..... r.:

- w ciągu ostatnich 48 godzin nie spożywałem alkoholu i nie zażywałem środków odurzających,
- w ciągu ostatnich 24 godzin nie wykonywałem czynności związanych z dużym i długotrwałym wysiłkiem fizycznym,
- dobrowolnie biorę udział w teście.

Uwagi dodatkowe:

(Podpis obsługi sterowni)

(Podpis osoby nadzorującej test)

(Podpis i pieczęć osoby typowaznionej)

.....
 (Pieczęć organizatora testu)

ZAŚWIADCZENIE

Niniejszym zaświadczam, że niżej wymienione osoby odbyły test w komorze dymowej w dniu

.....20.... r. z wynikiem:

L.p.	Stopień	Imię	Nazwisko	Jednostka	ZALICZYŁ (A) / NIE ZALICZYŁ (A)
1					
2					
3					
4					
5					
6					
7					
8					
9					
(...)					

.....
 (Podpis i pieczęć organizatora testu)

Nr zaświadczenia

....., dnia 20.... r.
 (Miejscowość)

.....
(Pieczęć organizatora testu)

Karta badań w komorze dymowej Ośrodka Szkolenia PSP

dla: (stopień, Imię i Nazwisko):
(DRUKOWANYMI LITERAMI)

Stanowisko:

Jednostka organizacyjna:

Data badania:

I. Dane ćwiczącego: Data urodzenia Wiek..... Waga:.....

II. Wymagany sprzęt i jego atesty (czy są): Sprawdzający:

- butla powietrzna: tak/nie, aparat powietrzny (z automatem) tak/nie, maska: tak/nie, sygnalizator bezruchu : tak/nie

III. Ćwiczenia wysiłkowo-wydolnościowe: Przeprowadzający:

Przebieg ćwiczeń:

1. zadanie na ergometrze taśmowym min przykm/godz. zaliczył / niezaliczył

2. zadanie na ergometrze siłowym / młot ilość podciągnięć zaliczył / niezaliczył

3. zadanie na ergometrze rowerowym /obciążenie 200 Wat w t = 1 min zaliczył / niezaliczył

4. zadanie na drabinie wysokość / h = zaliczył / niezaliczył

IV. Ćwiczenia na ścieżce treningowej w zadymieniu: Obsługujący sterownię:

zadanie - ścieżka treningowa: zaliczył / niezaliczył

Czas rozpoczęcia: Czas zakończenia Czas trwania

zadymienie:	tak / nie	pomoc / lampki/	tak / nie
zaciemnienie:	tak / nie	sygnały dźwiękowe	tak / nie
ogrzewane pomieszczenie termiczne:	tak / nie	telebim:	tak / nie
zamknięcie zaworu odcinającego:	tak / nie	ubranie gazoszczelne:	tak / nie

V. Uwagi dodatkowe:

.....
.....

Ocena końcowa badań w komorze dymowej

zaliczył / niezaliczył

.....
Pieczęćka i podpis Naczelnika Ośrodka Szkolenia PSP

Ja niżej podpisany, oświadczam że znany jest mi Regulamin komory dymowej w Ośrodku Szkolenia PSP w Bornem Sulinowie, i że w dniu 201 r. dobrowolnie poddaję się badaniu wydolności w obiekcie komory dymowej z użyciem bezpiecznego dymu parafinowego. Jednocześnie oświadczam, że moje samopoczucie jest dobre.

.....
Czytelny podpis