



Pytania CSCS po polsku z odpowiedziami

180 pytań przygotowujących do testu CITB Health, Safety & Environment (Operatives) – w 6 kategoriach, z kluczem odpowiedzi i wyjaśnieniami.

Wydanie: październik 2026

Pytania są autorskie (nie pochodzą z oficjalnej bazy CITB), ale sprawdzają tę samą wiedzę z zakresu BHP na brytyjskiej budowie. Klucz odpowiedzi znajdziesz na końcu każdej kategorii. Interaktywna wersja z egzaminem próbnym: testycscs.pl/test-cscs-po-polsku-online

1. Prawo i zarządzanie BHP

1. **Kto, zgodnie z ustawą Health and Safety at Work etc. Act 1974 (HSWA), ma główny obowiązek zapewnienia zdrowia i bezpieczeństwa pracowników?**
 - A. Wyłącznie inspektor HSE odpowiedzialny za dany region
 - B. Pracodawca – w zakresie, w jakim jest to rozsądnie wykonalne (so far as is reasonably practicable)
 - C. Każdy pracownik sam za siebie, bez udziału pracodawcy
 - D. Firma, od której wynajęto sprzęt na budowę
2. **Który z poniższych obowiązków spoczywa na pracowniku na mocy sekcji 7 HSWA 1974?**
 - A. Dbanie o bezpieczeństwo swoje i innych osób, na które może wpłynąć jego praca, oraz współpraca z pracodawcą w sprawach BHP
 - B. Kupowanie na własny koszt środków ochrony indywidualnej
 - C. Sporządzenie planu fazy budowy (construction phase plan)
 - D. Zgłaszanie wszystkich wypadków bezpośrednio do HSE z pominięciem przełożonego
3. **Pracodawca chce potrącić z twojej wypłaty koszt kasku, okularów ochronnych i rękawic, których wymaga ocena ryzyka. Czy może to zrobić?**
 - A. Tak, jeśli pracownik zgodzi się na to na piśmie
 - B. Tak, ale tylko za rękawice, bo szybko się zużywają
 - C. Nie – pracodawca nie może pobierać od pracowników opłat za środki wymagane przepisami BHP
 - D. Tak, jeśli pracownik jest na okresie próbnym
4. **Jakie uprawnienia ma inspektor HSE odwiedzający budowę? (wybierz 2 odpowiedzi)**
 - A. Może wejść na teren budowy o każdej rozsądnej porze, także bez zapowiedzi
 - B. Może nałożyć mandat i pobrać gotówkę od pracownika na miejscu
 - C. Może wydać nakaz wstrzymania prac (prohibition notice), jeśli istnieje ryzyko poważnych obrażeń
 - D. Może zwolnić pracownika z pracy u jego pracodawcy
 - E. Może wydać pracownikowi kartę CSCS
5. **Czym jest nakaz poprawy (improvement notice) wydany przez inspektora HSE?**
 - A. Natychmiastowym zatrzymaniem wszystkich prac na budowie
 - B. Pisemnym wezwaniem do usunięcia naruszenia przepisów w określonym terminie
 - C. Oficjalną pochwałą za wzorowe przestrzeganie zasad BHP
 - D. Wezwaniem pracownika do ponownego zdania testu CSCS
6. **Pracownik po wypadku na budowie nie może wykonywać swoich normalnych obowiązków przez ponad 7 kolejnych dni (nie licząc dnia wypadku). Co wynika z przepisów RIDDOR?**
 - A. Nie trzeba niczego zgłaszać, wystarczy zwolnienie lekarskie
 - B. Pracownik musi sam zgłosić zdarzenie na policję
 - C. Zgłoszenia dokonuje wyłącznie lekarz rodzinny (GP)
 - D. Pracodawca (osoba odpowiedzialna) musi zgłosić zdarzenie do HSE w ciągu 15 dni od wypadku

7. **Które z poniższych zdarzeń podlegają zgłoszeniu do HSE na podstawie RIDDOR? (wybierz 2 odpowiedzi)**
- A. Złamanie kości ręki u pracownika w wyniku wypadku przy pracy
 - B. Drobne skaleczenie palca opatrzone plastrem
 - C. Ból głowy po całym dniu pracy na słońcu
 - D. Częściowe zawalenie się rusztowania o wysokości ponad 5 m, nawet jeśli nikt nie ucierpiał
 - E. Zgubienie karty CSCS na terenie budowy
8. **Dlaczego warto wpisać do książki wypadków (accident book) nawet drobny uraz odniesiony w pracy?**
- A. Bo pracodawca otrzymuje za każdy wpis zwrot kosztów od HSE
 - B. Aby istniał zapis zdarzenia – przydatny, gdy uraz się pogorszy, przy ewentualnym roszczeniu oraz przy zapobieganiu podobnym wypadkom
 - C. Bo bez wpisu pracownik automatycznie traci kartę CSCS
 - D. Nie trzeba – do książki wpisuje się wyłącznie zdarzenia zgłaszane do RIDDOR
9. **Co oznacza pojęcie „zdarzenie potencjalnie wypadkowe” (near miss)?**
- A. Wypadek, w którym ktoś odniósł lekki uraz wymagający pierwszej pomocy
 - B. Celowe uszkodzenie sprzętu przez osobę z zewnątrz
 - C. Zdarzenie, które nie spowodowało obrażeń ani szkód, ale łatwo mogło do nich doprowadzić
 - D. Spóźnienie się na szkolenie wprowadzające
10. **Z rusztowania spadła deska i upadła tuż obok ciebie, nikogo nie raniąc. Dlaczego należy zgłosić takie zdarzenie?**
- A. Bo osoba zgłaszająca otrzymuje premię
 - B. Nie trzeba go zgłaszać, skoro nikt nie ucierpiał
 - C. Tylko po to, aby ukarać osobę, która położyła deskę
 - D. Aby można było ustalić przyczynę i usunąć zagrożenie, zanim ktoś zostanie ranny
11. **Kiedy powinieneś przejść szkolenie wprowadzające (induction) na budowie?**
- A. Przed rozpoczęciem pracy na nowej budowie
 - B. Po pierwszym tygodniu pracy, gdy poznasz już teren
 - C. Tylko wtedy, gdy nie masz karty CSCS
 - D. Raz w życiu – jedno szkolenie obowiązuje na wszystkich budowach
12. **Jakie informacje zazwyczaj otrzymasz podczas szkolenia wprowadzającego (induction) na budowie? (wybierz 2 odpowiedzi)**
- A. Wysokość wynagrodzenia pozostałych pracowników
 - B. Procedury awaryjne, w tym położenie punktu zbiórki (assembly point)
 - C. Prywatny numer telefonu inspektora HSE
 - D. Zasady obowiązujące na budowie, np. wymagane PPE i strefy z ograniczonym dostępem
 - E. Hasło do sieci Wi-Fi w biurze klienta
13. **Czym jest toolbox talk?**
- A. Instrukcją obsługi skrzynki narzędziowej dostarczaną przez producenta
 - B. Krótkim spotkaniem na budowie, na którym omawia się konkretne zagrożenie BHP związane z bieżącą pracą
 - C. Egzaminem wymaganym do uzyskania karty CSCS
 - D. Oficjalnym przesłuchaniem po wypadku prowadzonym przez policję

14. **Co opisuje instrukcja wykonania pracy (method statement)?**
- A. Listę płac i godzin pracy na budowie
 - B. Harmonogram dostaw materiałów
 - C. Jak krok po kroku bezpiecznie wykonać dane zadanie, z uwzględnieniem środków kontroli wynikających z oceny ryzyka
 - D. Zasady korzystania z zaplecza socjalnego
15. **Otrzymałeś method statement do zadania, ale warunki na miejscu są inne niż opisane i nie da się pracować zgodnie z dokumentem. Co powinieneś zrobić?**
- A. Kontynuować pracę po swojemu, bo dokument to tylko formalność
 - B. Poprosić kolegę o podpisanie dokumentu za ciebie
 - C. Wykonać pracę szybciej, aby skrócić czas narażenia
 - D. Przerwać pracę i zgłosić problem przełożonemu, aby dokument został przejrany i poprawiony
16. **Jaki jest główny cel oceny ryzyka (risk assessment)?**
- A. Rozpoznanie zagrożeń, ustalenie, kto i w jaki sposób może ucierpieć, oraz dobranie środków kontroli ryzyka
 - B. Ustalenie, który pracownik pracuje najwolniej
 - C. Wyliczenie kosztów materiałów budowlanych
 - D. Wyznaczenie winnego po każdym wypadku
17. **Który środek kontroli znajduje się na samej górze hierarchii kontroli ryzyka (hierarchy of control)?**
- A. Zapewnienie środków ochrony indywidualnej (PPE)
 - B. Wyeliminowanie zagrożenia
 - C. Ustawienie znaku ostrzegawczego
 - D. Przeprowadzenie toolbox talk
18. **Dla których prac zwykle wymagane jest pozwolenie na pracę (permit to work)? (wybierz 2 odpowiedzi)**
- A. Zamiatanie ciągu komunikacyjnego
 - B. Praca w przestrzeni zamkniętej (confined space), np. w studzience lub zbiorniku
 - C. Przenoszenie lekkich paczek w magazynie
 - D. Malowanie ściany wałkiem na parterze
 - E. Prace pożarowo niebezpieczne (hot work), np. spawanie lub cięcie palnikiem
19. **Twoje pozwolenie na pracę (permit to work) wygasło o 16:00, a zadanie nie jest jeszcze skończone. Co robisz?**
- A. Pracujesz dalej, bo zostało tylko kilka minut
 - B. Sam dopisujesz nową godzinę na dokumencie
 - C. Przerwasz pracę, zabezpieczasz miejsce i nie wznawiasz jej, dopóki upoważniona osoba nie przedłuży lub nie wyda nowego pozwolenia
 - D. Prosisz kolegę, aby dokończył pracę na swoim pozwoleniu do innego zadania
20. **Kto zgodnie z CDM 2015 przygotowuje plan fazy budowy (construction phase plan), gdy na budowie działa więcej niż jeden wykonawca?**
- A. Główny projektant (principal designer)
 - B. Każdy pracownik dla swojego zakresu robót
 - C. Inspektor HSE
 - D. Główny wykonawca (principal contractor)

21. **Kiedy projekt budowlany podlega zgłoszeniu do HSE (notifiable project) zgodnie z CDM 2015?**
- A. Gdy prace mają trwać ponad 30 dni roboczych i w którymkolwiek momencie pracuje jednocześnie ponad 20 osób lub gdy praca przekroczy 500 osobodni
 - B. Zawsze, gdy na budowie pracuje więcej niż 5 osób
 - C. Tylko gdy budowa dotyczy budynku publicznego
 - D. Tylko po wystąpieniu wypadku podlegającego RIDDOR
22. **Kto ma obowiązek zgłosić projekt budowlany do HSE (formularz F10), jeśli spełnia on progi CDM 2015?**
- A. Klient (inwestor)
 - B. Najmłodszy pracownik na budowie
 - C. Dostawca materiałów
 - D. Lokalna policja
23. **Jakie obowiązki mają pracownicy (workers) na podstawie CDM 2015? (wybierz 2 odpowiedzi)**
- A. Zgłaszać wszystko, co może zagrażać ich bezpieczeństwu lub bezpieczeństwu innych
 - B. Przygotować dokumentację BHP obiektu (health and safety file)
 - C. Wyznaczyć głównego wykonawcę dla projektu
 - D. Zgłosić projekt do HSE
 - E. Współpracować z innymi i wykonywać pracę zgodnie z otrzymanymi instrukcjami i szkoleniem
24. **Do czego służy dokumentacja BHP obiektu (health and safety file) wymagana przez CDM 2015?**
- A. Do ewidencji czasu pracy pracowników
 - B. Do przechowywania kopii kart CSCS
 - C. Zawiera informacje o zagrożeniach potrzebne przy przyszłych pracach konserwacyjnych, przebudowie lub rozbiorce obiektu
 - D. Zastępuje księgę wypadków na czas trwania budowy
25. **Podczas pracy uznajesz, że grozi ci poważne i bezpośrednie niebezpieczeństwo. Co możesz zrobić?**
- A. Musisz pracować dalej, dopóki przełożony nie przyjdzie na miejsce
 - B. Możesz przerwać pracę tylko po uzyskaniu pisemnej zgody klienta
 - C. Powinieneś najpierw zakończyć zadanie, a potem zgłosić problem
 - D. Masz prawo przerwać pracę i przejść w bezpieczne miejsce, a następnie niezwłocznie zgłosić sytuację przełożonemu
26. **Pracodawca ma obowiązek konsultować się z pracownikami w sprawach BHP. Która forma konsultacji jest prawidłowa?**
- A. Bezpośrednio z pracownikami lub przez przedstawicieli ds. BHP (safety representatives)
 - B. Konsultacje nie są wymagane, jeśli na budowie jest kierownik
 - C. Wyłącznie za pośrednictwem inspektora HSE
 - D. Tylko wtedy, gdy na budowie wydarzy się śmiertelny wypadek
27. **Co pracodawca musi zrobić z informacją „Health and Safety Law – what you need to know”?**
- A. Przesłać ją co roku do HSE
 - B. Wywiesić plakat w widocznym miejscu lub przekazać każdemu pracownikowi równoważną ulotkę
 - C. Trzymać ją zamkniętą w sejfie kierownika budowy
 - D. Nic – to materiał wyłącznie dla inspektorów HSE

28. **Zgodnie z obowiązkiem staranności (Duty of Care) dotyczącym odpadów, komu można przekazać odpady z budowy do wywozu?**
- A. Każdej osobie, która zaoferuje najniższą cenę za gotówkę
 - B. Sąsiadowi, który ma przyczepkę
 - C. Tylko upoważnionej osobie, np. zarejestrowanemu przewoźnikowi odpadów (registered waste carrier), z dokumentem przekazania odpadów (waste transfer note)
 - D. Nikomu – odpady trzeba zakopać na terenie budowy
29. **Widzisz, że olej napędowy z nieszczelnego zbiornika spływa do kratki kanalizacji deszczowej. Co powinieneś zrobić?**
- A. Spłukać plamę wodą do kratki, aby szybciej zniknęła
 - B. Nic, skoro to niewielka ilość
 - C. Zasypać kratkę ziemią i nikomu nie mówić
 - D. Jeśli to bezpieczne, zatrzymać wyciek, użyć zestawu sorbentów (spill kit) do ochrony kratki i natychmiast zgłosić zdarzenie przełożonemu
30. **Czy pracownik budowlany może zostać osobiście ukarany przez sąd za naruszenie przepisów BHP?**
- A. Nie – za wszystko odpowiada wyłącznie pracodawca
 - B. Nie – kary dotyczą tylko firm, nigdy osób
 - C. Tak – pracownik, który nie dba o bezpieczeństwo swoje i innych (sekcja 7 HSWA), może zostać oskarżony i ukarany grzywną, a nawet pozbawieniem wolności
 - D. Tak, ale tylko jeśli nie posiada karty CSCS

Klucz odpowiedzi – Prawo i zarządzanie BHP

1.	B	Sekcja 2 HSWA 1974 nakłada na pracodawcę ogólny obowiązek zapewnienia zdrowia, bezpieczeństwa i warunków socjalnych pracowników w zakresie rozsądnie wykonalnym.
2.	A	Sekcja 7 HSWA wymaga od pracownika rozsądnej troski o zdrowie i bezpieczeństwo własne i innych oraz współpracy z pracodawcą przy wypełnianiu obowiązków BHP.
3.	C	Sekcja 9 HSWA 1974 zabrania pobierania od pracowników opłat za cokolwiek, co pracodawca musi zapewnić na mocy przepisów BHP, w tym za wymagane PPE.
4.	A, C	Sekcja 20 HSWA daje inspektorom prawo wstępu na teren o każdej rozsądnej porze, a sekcje 21–22 pozwalają im wydawać nakazy poprawy (improvement notice) i nakazy wstrzymania prac (prohibition notice).
5.	B	Improvement notice (sekcja 21 HSWA) wskazuje, które przepisy są naruszane, i wyznacza termin na usunięcie problemu; nie wymaga natychmiastowego wstrzymania prac.
6.	D	RIDDOR 2013 wymaga zgłoszenia urazu powodującego niezdolność do normalnej pracy przez ponad 7 kolejnych dni; zgłoszenia dokonuje osoba odpowiedzialna w ciągu 15 dni od wypadku.
7.	A, D	Złamania (z wyjątkiem palców rąk, kciuków i palców stóp) to urazy szczególne (specified injuries), a zawalenie się rusztowania powyżej 5 m to zdarzenie niebezpieczne (dangerous occurrence) – oba podlegają zgłoszeniu według RIDDOR.
8.	B	Księga wypadków dokumentuje zdarzenia przy pracy; zapis chroni pracownika, gdy skutki urazu ujawnią się później, i pomaga pracodawcy wykryć powtarzające się zagrożenia.
9.	C	Near miss to niezaplanowane zdarzenie bez obrażeń i szkód, które w nieco innych okolicznościach mogło skończyć się wypadkiem – np. cegła spadająca obok pracownika.
10.	D	Zgłaszanie zdarzeń potencjalnie wypadkowych pozwala zbadać przyczyny i wprowadzić środki kontroli, zanim podobna sytuacja doprowadzi do poważnego wypadku.
11.	A	CDM 2015 wymaga, aby każdy pracownik przed rozpoczęciem pracy otrzymał szkolenie wprowadzające dotyczące danej budowy, ponieważ zagrożenia i zasady różnią się między budowami.
12.	B, D	Induction przekazuje informacje istotne dla bezpieczeństwa na danej budowie: zagrożenia, zasady, wymagane PPE, zaplecze socjalne oraz procedury awaryjne.
13.	B	Toolbox talk to krótka, praktyczna rozmowa prowadzona zwykle przez brygadzystę lub kierownika, przypominająca o zagrożeniach i bezpiecznych sposobach wykonywania pracy.
14.	C	Method statement, razem z oceną ryzyka tworzący RAMS, określa kolejność czynności, potrzebny sprzęt, PPE i środki bezpieczeństwa dla konkretnej pracy.
15.	D	Jeśli method statement nie odpowiada rzeczywistym warunkom, praca może być niebezpieczna; należy ją wstrzymać i zgłosić, aby ocena ryzyka i instrukcja zostały zaktualizowane.
16.	A	Management of Health and Safety at Work Regulations 1999 wymagają od pracodawcy odpowiedniej i wystarczającej oceny ryzyka, aby ustalić niezbędne środki zapobiegawcze.
17.	B	Najskuteczniej jest całkowicie usunąć zagrożenie; dopiero gdy to niemożliwe, stosuje się zamianę, środki techniczne, organizacyjne, a na końcu PPE.
18.	B, E	System pozwoleń na pracę stosuje się do prac wysokiego ryzyka, takich jak przestrzenie zamknięte, prace gorące czy prace przy instalacjach elektrycznych, gdzie potrzebna jest ścisła kontrola.

19.	C	Pozwolenie na pracę obowiązuje tylko w określonym czasie i zakresie; po jego wygaśnięciu praca musi zostać wstrzymana do czasu wydania nowego pozwolenia przez osobę upoważnioną.
20.	D	CDM 2015 wymaga, aby principal contractor przygotował construction phase plan przed rozpoczęciem fazy budowy i aktualizował go w trakcie prac.
21.	A	Regulacja 6 CDM 2015 określa progi zgłoszenia: ponad 30 dni roboczych z ponad 20 pracownikami jednocześnie albo ponad 500 osobodni pracy.
22.	A	Według CDM 2015 to klient odpowiada za zgłoszenie projektu do HSE przed rozpoczęciem prac, choć może poprosić inną osobę o wysłanie zgłoszenia w jego imieniu.
23.	A, E	Regulacja 15 CDM 2015 wymaga od pracowników współpracy, przestrzegania instrukcji oraz zgłaszania wszystkiego, co może zagrażać zdrowiu lub bezpieczeństwu.
24.	C	Health and safety file, przygotowywany przez principal designer, przekazuje klientowi informacje potrzebne do bezpiecznego prowadzenia przyszłych prac przy obiekcie.
25.	D	Management of Health and Safety at Work Regulations 1999 przewidują procedury na wypadek poważnego i bezpośredniego zagrożenia, a pracownik, który się z tego powodu oddala, jest chroniony przed negatywnymi konsekwencjami (Employment Rights Act 1996).
26.	A	Safety Representatives and Safety Committees Regulations 1977 oraz Health and Safety (Consultation with Employees) Regulations 1996 wymagają konsultowania spraw BHP z pracownikami bezpośrednio lub przez ich przedstawicieli.
27.	B	Health and Safety Information for Employees Regulations 1989 wymagają wywieszenia zatwierdzonego plakatu lub przekazania pracownikom zatwierdzonej ulotki z podstawowymi informacjami o prawie BHP.
28.	C	Sekcja 34 Environmental Protection Act 1990 wymaga przekazywania odpadów wyłącznie osobom upoważnionym i dokumentowania przekazania, aby zapobiec nielegalnemu porzucaniu odpadów (fly-tipping).
29.	D	Kanalizacja deszczowa często prowadzi bezpośrednio do rzek; zanieczyszczenie wód jest przestępstwem, dlatego wyciek trzeba szybko ograniczyć i zgłosić zgodnie z planem postępowania na budowie.
30.	C	HSE może ścigać osoby fizyczne, w tym pracowników; za naruszenie obowiązków z HSWA grozi grzywna, a w poważnych przypadkach kara więzienia.

2. Zdrowie i higiena pracy

1. **Które z poniższych elementów zaplecza socjalnego (welfare facilities) muszą być zapewnione na każdej budowie zgodnie z CDM 2015? (wybierz 2 odpowiedzi)**
 - A. Toalety oraz umywalki z bieżącą ciepłą i zimną (lub letnią) wodą, mydłem i środkami do suszenia rąk
 - B. Siłownia dla pracowników
 - C. Dostęp do wody pitnej
 - D. Bezpłatne ciepłe posiłki
 - E. Parking dla prywatnych samochodów pracowników
2. **Kolega od kilku tygodni jest wycofany, mówi, że źle śpi i nie radzi sobie z problemami. Co najlepiej zrobić?**
 - A. Zignorować to – to jego prywatna sprawa
 - B. Porozmawiać z nim, wysłuchać i zachęcić do szukania pomocy, np. u lekarza (GP), przełożonego lub na infolinii wsparcia dla branży budowlanej
 - C. Powiedzieć mu, żeby wziął się w garść i więcej pracował
 - D. Opowiedzieć o jego problemach całej brygadzie
3. **Gdzie należy spożywać posiłki na budowie?**
 - A. W miejscu wykonywania pracy, aby nie tracić czasu
 - B. Na rusztowaniu, gdzie jest najmniej kurzu
 - C. W kabinie maszyny, którą się obsługuje
 - D. W wyznaczonym pomieszczeniu socjalnym (rest area / canteen), po dokładnym umyciu rąk
4. **Lekarz przepisał ci leki, które mogą powodować senność. Co powinieneś zrobić przed rozpoczęciem pracy?**
 - A. Poinformować przełożonego, aby mógł ocenić, czy możesz bezpiecznie wykonywać swoje zadania
 - B. Nic nie mówić i pracować normalnie
 - C. Przestać brać leki bez konsultacji z lekarzem
 - D. Wypić kilka kaw i obsługiwać maszyny jak zwykle
5. **Kolega, od którego czuć alkohol, chwieje się i zamierza za chwilę uruchomić koparkę. Co powinieneś zrobić?**
 - A. Nic – to jego odpowiedzialność
 - B. Poczekać do końca dnia i wtedy z nim porozmawiać
 - C. Natychmiast poinformować przełożonego, aby nie dopuścić go do obsługi maszyny
 - D. Zapropionować, że będziesz go asekurować podczas pracy
6. **Dlaczego zmęczenie wynikające z bardzo długich godzin pracy jest niebezpieczne na budowie?**
 - A. Nie jest niebezpieczne, jeśli pracownik jest doświadczony
 - B. Obniża koncentrację i wydłuża czas reakcji, co zwiększa ryzyko błędów i wypadków
 - C. Wpływa wyłącznie na wydajność, a nie na bezpieczeństwo
 - D. Jest problemem tylko przy pracy biurowej

7. **Znajdujesz kolegę leżącego na ziemi po upadku. Nie jesteś przeszkolonym ratownikiem (first aider). Co robisz?**
- A. Od razu go podnosisz i sadzasz na krześle
 - B. Podajesz mu tabletki przeciwbólowe z własnej torby
 - C. Odchodzisz, bo nie masz uprawnień do udzielania pomocy
 - D. Upewniasz się, że okolica jest bezpieczna, wzywasz ratownika z budowy lub pogotowie (999) i zostajesz przy poszkodowanym, nie przenosząc go bez potrzeby
8. **Czego NIE powinno się przechowywać w apteczce pierwszej pomocy na budowie?**
- A. Tabletek przeciwbólowych i innych leków
 - B. Jałowych opatrunków
 - C. Jednorazowych rękawiczek
 - D. Bandaży trójkątnych
9. **Czym jest kontaktowe zapalenie skóry (dermatitis)?**
- A. Chorobą płuc wywołaną pyłem drzewnym
 - B. Zakaźną chorobą przenoszoną przez szczury
 - C. Stanem zapalnym skóry, często wywołanym kontaktem z substancjami takimi jak mokry cement, rozpuszczalniki czy oleje
 - D. Uszkodzeniem słuchu spowodowanym hałasem
10. **Jak najlepiej chronić się przed kontaktowym zapaleniem skóry? (wybierz 2 odpowiedzi)**
- A. Myć ręce rozpuszczalnikiem (np. benzyną), aby szybko usunąć zabrudzenia
 - B. Nosić odpowiednie rękawice ochronne dobrane do substancji
 - C. Pozostawiać mokry cement na skórze do wyschnięcia, a potem go zetrzeć
 - D. Myć i dokładnie osuszać ręce oraz stosować kremy pielęgnacyjne po pracy
 - E. Nosić pierścionki pod rękawicami
11. **Mokry beton dostał się do twojego buta i przez kilka godzin miał kontakt ze skórą. Co może się stać?**
- A. Nic – beton jest obojętny dla skóry
 - B. Skóra stanie się bardziej odporna na urazy
 - C. Pojawi się jedynie lekkie zabrudzenie
 - D. Mogą wystąpić poważne oparzenia chemiczne skóry
12. **Czego przede wszystkim wymagają przepisy COSHH 2002 od pracodawcy?**
- A. Zakupu wyłącznie najtańszych środków chemicznych
 - B. Oceny ryzyka związanego z substancjami niebezpiecznymi oraz zapobiegania lub odpowiedniej kontroli narażenia pracowników
 - C. Przechowywania wszystkich substancji w pomieszczeniu socjalnym
 - D. Zgłaszania do HSE każdego zakupu farby
13. **Jak wyglądają piktogramy zagrożeń na opakowaniach substancji chemicznych zgodnie z systemem CLP (GHS)?**
- A. Czarny symbol na białym tle w rombie z czerwoną obwódką
 - B. Biały symbol w niebieskim kole
 - C. Czarny symbol w żółtym trójkącie
 - D. Biały symbol na zielonym prostokącie

14. **Co oznacza na etykiecie substancji piktogram z czaszką i skrzyżowanymi puszczelami?**
- A. Substancja jest łatwopalna
 - B. Substancja jest szkodliwa dla środowiska wodnego
 - C. Substancja jest silnie toksyczna – nawet niewielka ilość może spowodować poważne szkody dla zdrowia lub śmierć
 - D. Substancja jest pod ciśnieniem
15. **Gdzie znajdziesz informacje o bezpiecznym stosowaniu substancji niebezpiecznej używanej na budowie?**
- A. Na internetowym forum dla budowlańców
 - B. Tylko w rozmowie z kolegami z pracy
 - C. Na plakacie „Health and Safety Law”
 - D. W karcie charakterystyki (safety data sheet) i w ocenie COSHH dla danej pracy
16. **Kiedy azbest jest najbardziej niebezpieczny?**
- A. Gdy jest w dobrym stanie i pozostaje nienaruszony
 - B. Gdy zostaje naruszony (np. wiercony, cięty, łamany) i włókna przedostają się do powietrza, którym oddychamy
 - C. Tylko gdy jest mokry
 - D. Tylko gdy ma niebieski kolor
17. **Podczas wiercenia w starym suficie podejrzewasz, że płyta może zawierać azbest. Co robisz?**
- A. Natychmiast przerywasz pracę, opuszczasz miejsce, nie dopuszczasz innych i zgłaszasz to przełożonemu
 - B. Kończysz otwór, ale ostrożnie
 - C. Zakładasz zwykłą maskę przeciwpyłową i pracujesz dalej
 - D. Zamiatasz pył, aby nikt go nie zauważył
18. **Które choroby mogą być skutkiem wdychania włókien azbestu? (wybierz 2 odpowiedzi)**
- A. Leptospiroza
 - B. Zespół wibracyjny (HAVS)
 - C. Międzybłoniak (mesothelioma)
 - D. Szumy uszne (tinnitus)
 - E. Pylica azbestowa (asbestosis)
19. **W jakich budynkach należy liczyć się z możliwością występowania materiałów zawierających azbest?**
- A. Wyłącznie w budynkach przemysłowych sprzed 1950 roku
 - B. Tylko w budynkach rolniczych
 - C. W budynkach zbudowanych lub remontowanych przed 2000 rokiem
 - D. Tylko w budynkach wybudowanych po 2010 roku
20. **Jaką chorobę może wywołać wdychanie pyłu krzemionki (silica dust) powstającego przy cięciu betonu, cegieł czy kamienia?**
- A. Chorobę Weila
 - B. Krzemicę (silicosis), a także POChP i raka płuc
 - C. Zapalenie skóry dłoni
 - D. Biały palec wibracyjny

21. **Tniesz krawężniki przecinarką. Jak ograniczyć narażenie na pył krzemionkowy? (wybierz 2 odpowiedzi)**
- A. Stosować zraszanie wodą (water suppression) bezpośrednio na tarczy
 - B. Zamiatać pył na sucho miotłą po skończonej pracy
 - C. Pracować bez maski, ale stać tyłem do wiatru
 - D. Nosić odpowiednią ochronę dróg oddechowych (np. FFP3) dobraną po teście dopasowania (face-fit test)
 - E. Używać wyłącznie ochronników słuchu
22. **Przy jakim średnim dziennym poziomie hałasu pracodawca musi zapewnić ochronniki słuchu i dopilnować, aby były noszone (górny próg działania)?**
- A. 70 dB(A)
 - B. 80 dB(A)
 - C. 85 dB(A)
 - D. 95 dB(A)
23. **Który sygnał wskazuje, że hałas w miejscu pracy może być na tyle wysoki, że trzeba ocenić ryzyko i chronić słuch?**
- A. Słyszysz pracę maszyn z odległości 100 m
 - B. Hałas jest nieprzyjemny, ale da się rozmawiać normalnym głosem z bliska
 - C. Hałas trwa dłużej niż 12 godzin na dobę
 - D. Musisz podnieść głos, aby porozmawiać z osobą stojącą około 2 m od ciebie
24. **Co jest prawdą o uszkodzeniu słuchu spowodowanym hałasem?**
- A. Jest trwałe i nieodwracalne, a często narasta stopniowo i niezauważalnie
 - B. Zawsze ustępuje po kilku dniach odpoczynku
 - C. Dotyczy tylko osób powyżej 60. roku życia
 - D. Można je całkowicie wyleczyć kroplami do uszu
25. **Jakie objawy mogą wskazywać na zespół wibracyjny ręka-ramię (HAVS)? (wybierz 2 odpowiedzi)**
- A. Wysypka na plecach
 - B. Mrowienie i drętwienie palców
 - C. Ból zęba
 - D. Utrata węchu
 - E. Bielenie palców (vibration white finger), zwłaszcza na zimnie lub w wilgoci
26. **Które działanie pomaga zmniejszyć ryzyko zespołu wibracyjnego (HAVS)?**
- A. Mocniejsze ściskanie narzędzia, aby lepiej je kontrolować
 - B. Używanie narzędzi o niskim poziomie drgań, dbanie o ich serwis i ograniczanie czasu pracy z nimi
 - C. Praca narzędziem przez cały dzień bez przerw, aby szybciej skończyć
 - D. Używanie stępionych wiertła i tarcz do końca ich żywotności
27. **Co jest pierwszym krokiem, jakiego wymagają od pracodawcy przepisy Manual Handling Operations Regulations 1992?**
- A. Zapewnienie pasów lędźwiowych wszystkim pracownikom
 - B. Przeszkolenie pracowników z podnoszenia dowolnie ciężkich przedmiotów
 - C. Unikanie niebezpiecznych czynności ręcznego przenoszenia, jeśli jest to rozsądnie wykonalne, np. przez użycie sprzętu mechanicznego
 - D. Wyznaczenie najsilniejszych pracowników do wszystkich prac transportowych

28. **Jak prawidłowo podnieść ciężki przedmiot z podłoża, jeśli ocena wykazała, że możesz to zrobić samodzielnie?**
- A. Pochylić się z wyprostowanymi nogami i szarpnąć ładunek do góry
 - B. Podnosić ładunek z wyciągniętymi rękami, daleko od ciała
 - C. Podnosić i jednocześnie skręcać tułów w stronę miejsca odłożenia
 - D. Stać blisko ładunku, ugiąć kolana, zachować naturalną krzywiznę pleców i trzymać ładunek blisko ciała
29. **Choroba Weila (leptospiroza) jest najczęściej przenoszona przez:**
- A. Mocz szczurów i innych zwierząt obecny w wodzie lub wilgotnej ziemi
 - B. Pył cementowy
 - C. Hałas maszyn budowlanych
 - D. Kontakt z wapnem
30. **Jak chronić się przed szkodliwym działaniem słońca podczas pracy na zewnątrz? (wybierz 2 odpowiedzi)**
- A. Zdejmować koszulkę w upalne dni, aby uniknąć przegrzania
 - B. Zakrywać skórę odzieżą i chronić kark, np. osłoną mocowaną do kasku
 - C. Stosować krem z filtrem (co najmniej SPF 15) i pić dużo wody
 - D. Pracować w najsilniejszym słońcu bez przerw, aby szybciej skończyć
 - E. Pić napoje energetyczne zamiast wody

Klucz odpowiedzi – Zdrowie i higiena pracy

1.	A, C	Załącznik 2 do CDM 2015 wymaga m.in. toalet, umywalk z ciepłą i zimną lub letnią wodą, wody pitnej, miejsca do odpoczynku i spożywania posiłków oraz miejsca do przebrania się i suszenia odzieży.
2.	B	Stres, depresja i lęk są w budownictwie częste, a rozmowa i skierowanie do wsparcia (np. GP lub Construction Industry Helpline prowadzonej przez Lighthouse Charity) mogą uratować życie.
3.	D	Jedzenie w miejscu pracy grozi połknięciem substancji niebezpiecznych, np. pyłu, ołowiu czy chemikaliów; posiłki spożywa się w czystym pomieszczeniu socjalnym po umyciu rąk.
4.	A	Leki wpływające na czujność mogą zwiększać ryzyko wypadku, zwłaszcza przy maszynach i na wysokości; przełożony powinien o tym wiedzieć, aby dostosować twoje zadania.
5.	C	Osoba pod wpływem alkoholu stanowi poważne zagrożenie dla siebie i innych; zgodnie z sekcją 7 HSWA musisz dbać o bezpieczeństwo innych, więc trzeba to od razu zgłosić.
6.	B	Zmęczenie pogarsza ocenę sytuacji i refleks; Working Time Regulations 1998 określają m.in. minimalny dobowy odpoczynek, a pracodawca powinien uwzględniać zmęczenie w ocenie ryzyka.
7.	D	Poszkodowanego po upadku nie należy przesuwać, chyba że grozi mu bezpośrednie niebezpieczeństwo, bo może mieć uraz kręgosłupa; trzeba natychmiast wezwać wykwalifikowaną pomoc.
8.	A	Wytyczne HSE do Health and Safety (First-Aid) Regulations 1981 zalecają, aby w apteczce nie trzymać tabletek ani leków – ratownik nie powinien ich podawać.
9.	C	Dermatitis objawia się zaczerwienieniem, swędzeniem, pękaniem i łuszczeniem skóry; na budowie częstą przyczyną jest kontakt z cementem, żywicami i rozpuszczalnikami.
10.	B, D	Rękawice, mycie i osuszanie rąk oraz kremy regenerujące po pracy ograniczają kontakt skóry z substancjami drażniącymi; rozpuszczalniki dodatkowo niszczą skórę.
11.	D	Mokry cement jest silnie zasadowy i przy dłuższym kontakcie może spowodować głębokie oparzenia; należy go niezwłocznie zmyć dużą ilością czystej wody.
12.	B	Control of Substances Hazardous to Health Regulations 2002 wymagają oceny ryzyka, zapobiegania narażeniu lub jego właściwej kontroli, informowania i szkolenia pracowników oraz, w razie potrzeby, nadzoru nad zdrowiem.
13.	A	Rozporządzenie CLP (obowiązujące w Wielkiej Brytanii jako GB CLP) stosuje piktogramy w kształcie rombu z czerwoną ramką i czarnym symbolem na białym tle.
14.	C	Czaszka i piszczel oznaczają toksyczność ostrą; taka substancja może zabić lub poważnie zaszkodzić po połknięciu, wdychaniu lub kontakcie ze skórą.
15.	D	Karta charakterystyki od dostawcy i ocena COSHH opisują zagrożenia, wymagane PPE, pierwszą pomoc oraz sposób przechowywania i usuwania substancji.
16.	B	Choroby azbestowe wywołuje wdychanie włókien uwalnianych przy uszkodzeniu materiału; nienaruszony azbest w dobrym stanie stanowi znacznie mniejsze ryzyko.
17.	A	Control of Asbestos Regulations 2012 wymagają, aby praca nie była kontynuowana, dopóki materiał nie zostanie zbadany, a ryzyko ocenione i objęte kontrolą przez kompetentne osoby.
18.	C, E	Azbest powoduje m.in. międzybłoniaka, pylicę azbestową i raka płuc; objawy pojawiają się zwykle wiele lat (często kilkadziesiąt) po narażeniu.

19.	C	Stosowanie azbestu w Wielkiej Brytanii zakazano całkowicie w 1999 roku, więc każdy budynek wzniesiony lub remontowany przed 2000 rokiem może go zawierać.
20.	B	Respirable crystalline silica (RCS) uszkadza płuca, powodując nieodwracalne zwłóknienie (krzemicę), przewlekłą obturacyjną chorobę płuc i raka płuc.
21.	A, D	HSE zaleca ograniczanie pyłu u źródła (zraszanie wodą lub odciąg miejscowy) oraz stosowanie dopasowanej ochrony dróg oddechowych jako dodatkowego zabezpieczenia; zmiatanie na sucho wzbija pył.
22.	C	Control of Noise at Work Regulations 2005: przy 80 dB(A) pracodawca musi udostępnić ochronniki na życzenie, a przy 85 dB(A) (górny próg) ich noszenie jest obowiązkowe i wyznacza się strefy ochrony słuchu.
23.	D	Według HSE, jeśli przez część dnia trzeba podnosić głos, by rozmawiać z osobą oddaloną o ok. 2 m, poziom hałasu prawdopodobnie przekracza próg działania i wymaga oceny.
24.	A	Hałas uszkadza komórki ucha wewnętrznego bezpowrotnie; utrata słuchu i szumy uszne często rozwijają się powoli, dlatego ochrona musi być stosowana od początku.
25.	B, E	Długotrwała praca narzędziami wibrującymi uszkadza nerwy i naczynia krwionośne dłoni, powodując mrowienie, drętwienie, utratę siły chwytu i bielenie palców.
26.	B	Control of Vibration at Work Regulations 2005 wymagają ograniczania narażenia, m.in. przez dobór narzędzi o niskich drganiach, ich konserwację, rotację zadań oraz utrzymywanie ciepła dłoni.
27.	C	Przepisy ustalają kolejność: unikać niebezpiecznego ręcznego przenoszenia, oceniać ryzyko tych czynności, których nie da się uniknąć, i ograniczać to ryzyko.
28.	D	Trzymanie ładunku blisko ciała i praca nogami zamiast kręgosłupa zmniejsza obciążenie pleców; należy unikać skręcania tułowia podczas podnoszenia.
29.	A	Bakterie leptospirozy dostają się do organizmu przez skaleczenia, oczy lub usta; należy zakrywać rany, nosić rękawice i myć ręce przed jedzeniem, a przy objawach grypopodobnych powiedzieć lekarzowi o pracy w takim środowisku.
30.	B, C	Promieniowanie UV może powodować raka skóry, a upał – udar cieplny; HSE zaleca zakrywanie skóry, krem z filtrem co najmniej SPF 15, picie wody i odpoczynek w cieniu.

3. Bezpieczeństwo ogólne na budowie

1. **Zauważasz pęknięcie na skorupie swojego kasku ochronnego. Co powinieneś zrobić?**
 - A. Zakleić pęknięcie taśmą i dalej go używać
 - B. Używać go do końca tygodnia, a potem wymienić
 - C. Przestać go używać, zgłosić uszkodzenie i pobrać nowy kask
 - D. Nosić go tyłem do przodu, aby pęknięcie było mniej narażone
2. **Które z poniższych działań może osłabić kask ochronny i dlatego należy go unikać?**
 - A. Regularne sprawdzanie skorupy i więźby przed użyciem
 - B. Dopasowanie więźby do rozmiaru głowy
 - C. Przechowywanie kasku z dala od bezpośredniego słońca i źródeł ciepła
 - D. Malowanie kasku, wiercenie w nim otworów lub naklejanie naklejek niezatwierdzonych przez producenta
3. **Jakie obowiązki dotyczące środków ochrony indywidualnej (PPE) ma pracownik? (wybierz 2 odpowiedzi)**
 - A. Używać PPE zgodnie z instrukcją i odbytym szkoleniem
 - B. Przerabiać PPE, aby było wygodniejsze
 - C. Zgłaszać utratę lub uszkodzenie PPE
 - D. Pożyczać koledze swoją maskę dopasowaną w teście face-fit
 - E. Nosić PPE tylko wtedy, gdy kierownik jest w pobliżu
4. **Jak prawidłowo nosić odzież o intensywnej widzialności (hi-vis) na budowie?**
 - A. Tylko po zmroku, w dzień nie jest potrzebna
 - B. Tylko w czasie deszczu lub mgły
 - C. Zgodnie z zasadami budowy – zawsze w pobliżu ruchu pojazdów i maszyn; powinna być czysta, w dobrym stanie i zapięta
 - D. Tylko podczas prac przy drogach publicznych
5. **Masz używać szczelnie przylegającej maski filtrującej FFP3. Co jest konieczne, aby skutecznie cię chroniła?**
 - A. Test dopasowania (face-fit test) i gładko ogolona twarz w miejscu przylegania maski
 - B. Noszenie maski luźno, aby łatwiej się oddychało
 - C. Wybór maski w ulubionym kolorze
 - D. Używanie jednej maski przez cały miesiąc
6. **Jaką ochronę oczu należy stosować podczas pracy szlifierką kątową?**
 - A. Okulary przeciwsłoneczne
 - B. Okulary lub gogle odporne na uderzenia (np. zgodne z normą EN 166), a w razie potrzeby osłonę twarzy
 - C. Zwykłe okulary korekcyjne
 - D. Żadnej, jeśli osłona szlifierki jest zamontowana

7. **W strefie obowiązkowej ochrony słuchu zdejmujesz nauszники „tylko na chwilę”, bo są niewygodne. Dlaczego to błąd?**
- A. Bo nauszники mogą się zgubić
 - B. Bo przełożony może to zauważyć
 - C. Nie jest to błąd – krótkie przerwy nie mają znaczenia
 - D. Bo nawet krótkie zdejmowanie ochronników w hałasie znacząco obniża ochronę w skali całego dnia pracy
8. **Co oznacza okrągły niebieski znak z białym symbolem?**
- A. Nakaz – musisz wykonać daną czynność, np. nosić kask
 - B. Zakaz – nie wolno wykonywać danej czynności
 - C. Ostrzeżenie przed zagrożeniem
 - D. Lokalizację sprzętu przeciwpożarowego
9. **Co oznacza okrągły znak z czerwoną obwódką i czerwonym ukośnym paskiem przekreślającym symbol?**
- A. Nakaz wykonania czynności
 - B. Zakaz – nie wolno wykonywać pokazanej czynności
 - C. Drogę ewakuacyjną
 - D. Miejsce udzielania pierwszej pomocy
10. **Jaki kształt i kolory ma znak ostrzegawczy (warning)?**
- A. Niebieskie koło z białym symbolem
 - B. Zielony prostokąt z białym symbolem
 - C. Żółty trójkąt z czarną obwódką i czarnym symbolem
 - D. Czerwony kwadrat z białym symbolem
11. **Jakie informacje przekazują zielone znaki prostokątne lub kwadratowe? (wybierz 2 odpowiedzi)**
- A. Zakaz palenia
 - B. Drogę lub wyjście ewakuacyjne
 - C. Obowiązek noszenia kasku
 - D. Lokalizację punktu pierwszej pomocy
 - E. Ostrzeżenie przed wysokim napięciem
12. **Co wskazuje czerwony prostokątny lub kwadratowy znak z białym symbolem, np. gaśnicy?**
- A. Zakaz wstępu
 - B. Punkt zbiórki
 - C. Ostrzeżenie przed gorącą powierzchnią
 - D. Lokalizację sprzętu przeciwpożarowego
13. **Jakie trzy elementy są potrzebne do powstania pożaru (tzw. trójkąt pożarowy)?**
- A. Paliwo (materiał palny), tlen i źródło ciepła (zapłonu)
 - B. Woda, powietrze i drewno
 - C. Prąd, gaz i dym
 - D. Tlen, azot i piasek

14. **Gaśnica z czarnym paskiem lub etykietą zawiera:**
- A. Wodę – do pożarów drewna i papieru
 - B. Dwutlenek węgla (CO₂) – odpowiednią m.in. do pożarów urządzeń elektrycznych
 - C. Pianę – do pożarów tłuszczu kuchennego
 - D. Proszek – wyłącznie do pożarów metali
15. **Do gaszenia których pożarów NIE wolno używać gaśnicy wodnej (z czerwoną etykietą)? (wybierz 2 odpowiedzi)**
- A. Płonącego drewna
 - B. Płonącego papieru i kartonu
 - C. Pożaru urządzenia elektrycznego pod napięciem
 - D. Płonącej benzyny lub innej cieczy łatwopalnej
 - E. Płonących tkanin
16. **Gaśnica z kremową etykietą to gaśnica pianowa. Do jakich pożarów jest przeznaczona przede wszystkim?**
- A. Do pożarów urządzeń elektrycznych pod napięciem
 - B. Do pożarów metali, np. magnezu
 - C. Do pożarów ciał stałych (np. drewna, papieru) i cieczy palnych (np. paliw)
 - D. Wyłącznie do pożarów gazu
17. **Do czego przede wszystkim służy gaśnica z żółtą etykietą (wet chemical)?**
- A. Do pożarów urządzeń elektrycznych
 - B. Do pożarów gazów
 - C. Do pożarów papieru w biurze
 - D. Do pożarów olejów i tłuszczów kuchennych (klasa F)
18. **Na budowie rozlega się alarm pożarowy. Co powinieneś zrobić?**
- A. Przerwać pracę, opuścić teren najbliższą bezpieczną drogą ewakuacyjną i udać się do punktu zbiórki
 - B. Najpierw zabrać narzędzia i rzeczy osobiste z kontenera
 - C. Skończyć bieżące zadanie i dopiero wtedy wyjść
 - D. Zjechać windą towarową, bo tak jest najszybciej
19. **Co należy zrobić po zakończeniu prac pożarowo niebezpiecznych (hot work), np. cięcia palnikiem?**
- A. Od razu opuścić miejsce pracy i zamknąć pozwolenie
 - B. Zapewnić nadzór przeciwpożarowy (fire watch) nad miejscem pracy przez czas określony w pozwoleniu, aby wykryć tłące się zarzewia ognia
 - C. Podać całe pomieszczenie wodą bez względu na instalacje elektryczne
 - D. Zostawić butle z gazem otwarte na następny dzień
20. **Dlaczego na budowach w UK zaleca się elektronarzędzia zasilane napięciem 110 V (żółte wtyczki i przewody)?**
- A. Bo są tańsze w zakupie
 - B. Bo mają większą moc niż narzędzia 230 V
 - C. Bo system 110 V z uziemionym punktem środkowym (CTE) ogranicza napięcie względem ziemi do ok. 55 V, co zmniejsza ryzyko śmiertelnego porażenia
 - D. Bo nie wymagają żadnych przeglądów

21. **Używasz narzędzia 230 V podłączonego przez wyłącznik różnicowoprądowy (RCD). Co należy zrobić przed rozpoczęciem pracy?**
- A. Odłączyć RCD, bo może się niepotrzebnie wyłączać
 - B. Zakleić przycisk RCD taśmą
 - C. Podłączyć kilka rozgałęźników jeden do drugiego
 - D. Sprawdzić działanie RCD za pomocą przycisku testowego
22. **Zauważasz uszkodzoną izolację na przewodzie elektronarzędzia. Co robisz? (wybierz 2 odpowiedzi)**
- A. Przestajesz używać narzędzia i odłączasz je od zasilania
 - B. Owijasz uszkodzenie taśmą izolacyjną i pracujesz dalej
 - C. Przekazujesz narzędzie koledze, który nie zauważy uszkodzenia
 - D. Chowasz narzędzie w kontenerze, nikogo nie informując
 - E. Oznaczasz narzędzie jako uszkodzone i zgłaszasz to przełożonemu
23. **Ramię wywrotki dotknęło napowietrznej linii energetycznej. Kierowca jest w kabinie. Co powinien zrobić, jeśli nie grozi mu pożar?**
- A. Pozostać w kabinie, ostrzec innych, aby się nie zbliżali, i poczekać, aż operator sieci potwierdzi odłączenie zasilania
 - B. Natychmiast wyjść, trzymając się drzwi pojazdu
 - C. Poprosić kolegę, aby pomógł mu wysiąść, podając rękę
 - D. Spróbować samodzielnie odczepić przewód drewnianym kijem
24. **Co należy zrobić przed rozpoczęciem wykopu w miejscu, gdzie mogą przebiegać podziemne instalacje?**
- A. Kopać koparką szybko, aby skrócić czas narażenia
 - B. Sprawdzić plany instalacji, zlokalizować je wykrywaczem (np. CAT i Genny) obsługiwanym przez przeszkoloną osobę i wykonać ręcznie odkrywki próbne
 - C. Zacząć kopać kilofem w miejscu oznaczonym na planie jako wolne
 - D. Kopać bez sprawdzania, jeśli w pobliżu nie widać studzienek
25. **Na jaki kolor najczęściej oznaczane są w UK podziemne rury gazowe?**
- A. Niebieski
 - B. Żółty
 - C. Czarny
 - D. Brązowy
26. **Kto może wymieniać tarczę ścierną lub tnącą w szlifierce albo przecinarce?**
- A. Każdy, kto ma kartę CSCS
 - B. Najbardziej doświadczony pracownik w brygadzie, bez względu na przeszkolenie
 - C. Tylko osoba przeszkolona i kompetentna w zakresie montażu ściernic (abrasive wheels)
 - D. Tylko inspektor HSE
27. **Dlaczego nie wolno szlifować bocznymi powierzchniami cienkiej tarczy do cięcia?**
- A. Bo tarcza szybciej się brudzi
 - B. Bo zwiększa to hałas narzędzia
 - C. Bo tak tnie się wolniej, ale bezpiecznie
 - D. Bo tarcza tnąca nie jest przystosowana do obciążeń bocznych i może pęknąć oraz rozlecieć się na kawałki

28. **Które z poniższych działań to przykład dobrego porządku na budowie (good housekeeping)? (wybierz 2 odpowiedzi)**

- A. Prowadzenie przewodów przedłużaczy po podłodze w poprzek przejść
- B. Utrzymywanie przejść i dróg ewakuacyjnych wolnych od materiałów i odpadów
- C. Składowanie materiałów przy niezabezpieczonej krawędzi stropu
- D. Zostawianie narzędzi na stopniach schodów
- E. Bieżące wyrzucanie odpadów do wyznaczonych kontenerów (skipów)

29. **Zauważasz rozlany olej na ciągu komunikacyjnym. Co powinieneś zrobić?**

- A. Ostrzec innych i zabezpieczyć miejsce, a następnie usunąć plamę (np. sorbentem) lub zgłosić ją, aby została natychmiast usunięta
- B. Obejść plamę i zająć się swoją pracą
- C. Przykryć plamę kartonem bez informowania nikogo
- D. Poczekać, aż olej sam wyschnie

30. **Widzisz na budowie nieznaną osobę bez identyfikatora i kasku, która nie wpisała się do rejestru wejść. Co należy zrobić?**

- A. Zignorować ją – to nie twoja sprawa
- B. Grzecznie zapytać, czy można jej pomóc, i skierować ją do biura budowy lub poinformować przełożonego
- C. Krzyczeć na nią i siłą wyprowadzić z terenu
- D. Pożyczyć jej swój kask i pozwolić chodzić po budowie

Klucz odpowiedzi – Bezpieczeństwo ogólne na budowie

1.	C	Uszkodzony kask może nie wytrzymać uderzenia; zgodnie z PPE at Work Regulations 1992 pracownik musi zgłaszać uszkodzenie PPE, a pracodawca – zapewnić sprawny zamiennik.
2.	D	Farby, rozpuszczalniki, kleje i otwory mogą osłabić tworzywo skorupy; kask należy modyfikować wyłącznie zgodnie z instrukcją producenta.
3.	A, C	Personal Protective Equipment at Work Regulations 1992 wymagają od pracowników właściwego używania PPE, dbania o nie i zgłaszania jego utraty lub uszkodzenia.
4.	C	Hi-vis pozwala operatorom maszyn i kierowcom zauważyć pracownika; brudna, podarta lub rozpięta kamizelka znacznie traci skuteczność.
5.	A	Według HSE (wytyczne INDG479) szczelne maski wymagają testu dopasowania, a zarost w miejscu przylegania przerywa uszczelnienie i pozwala pyłowi przedostać się do dróg oddechowych.
6.	B	Odpryski i iskry z tarczy lecą z dużą prędkością; potrzebna jest ochrona oczu o odpowiedniej klasie odporności na uderzenia, ponieważ zwykle okulary mogą pęknąć.
7.	D	Dawka hałasu sumuje się w ciągu dnia; zdjęcie ochronników nawet na kilka minut w wysokim hałasie może zniweczyć dużą część ochrony, dlatego trzeba je nosić cały czas w strefie.
8.	A	Według Health and Safety (Safety Signs and Signals) Regulations 1996 niebieskie okrągłe znaki są znakami nakazu (mandatory).
9.	B	Czerwone koło z ukośną belką to znak zakazu (prohibition), np. „Zakaz palenia” lub „Zakaz wstępu dla pieszych”.
10.	C	Żółte (bursztynowe) trójkąty z czarną ramką ostrzegają przed zagrożeniem, np. wysokim napięciem, wózkami widłowymi czy niebezpieczeństwem upadku.
11.	B, D	Zielone znaki to znaki bezpiecznych warunków (safe condition) – wskazują drogi ewakuacyjne, wyjścia awaryjne, apteczki i punkty pierwszej pomocy.
12.	D	Czerwone prostokątne znaki oznaczają sprzęt przeciwpożarowy, np. gaśnice, hydranty, ręczne ostrzegacze pożarowe (call points).
13.	A	Ogień potrzebuje materiału palnego, tlenu i ciepła; usunięcie któregośkolwiek z nich zapobiega pożarowi lub go gasi.
14.	B	W UK gaśnice są czerwone z kolorowym oznaczeniem: czarne – CO ₂ , czerwone – woda, kremowe – piana, niebieskie – proszek, żółte – środek mokry (wet chemical).
15.	C, D	Woda przewodzi prąd, co grozi porażeniem, a na płonącej cieczy może rozprzestrzenić ogień; gaśnice wodne są przeznaczone do pożarów ciał stałych (klasa A).
16.	C	Gaśnice pianowe (AFFF) służą do pożarów klasy A i B – piana chłodzi i tworzy warstwę odcinającą dopływ tlenu do płonącej cieczy.
17.	D	Środek mokry reaguje z gorącym tłuszczem, tworząc warstwę przypominającą mydło, która odcina tlen i chłodzi – sprawdza się np. przy płonącej frytownicy.
18.	A	Procedura ewakuacji poznana podczas induction wymaga natychmiastowego wyjścia do punktu zbiórki, bez zabierania rzeczy i bez korzystania z wind, aby można było sprawdzić, czy wszyscy się ewakuowali.
19.	B	Tłące się materiały mogą zapalić się długo po zakończeniu pracy, dlatego pozwolenie na prace gorące wymaga obserwacji miejsca po ich zakończeniu – zwykle przez co najmniej 60 minut.

20.	C	Obniżone napięcie 110 V CTE jest zalecane przez HSE dla przenośnych narzędzi na budowie; jeszcze bezpieczniejsze są narzędzia akumulatorowe.
21.	D	RCD odcina zasilanie przy upływie prądu i może uratować życie, ale tylko wtedy, gdy działa – dlatego należy go regularnie testować przyciskiem, zwykle przed każdym użyciem.
22.	A, E	Electricity at Work Regulations 1989 i PUWER 1998 wymagają, aby sprzęt elektryczny był w bezpiecznym stanie; uszkodzone narzędzie trzeba wycofać i oddać do naprawy przez osobę kompetentną.
23.	A	Pojazd może być pod napięciem; dotknięcie go i ziemi jednocześnie grozi śmiercią. Jeśli konieczne jest opuszczenie kabiny (np. pożar), należy wyskoczyć, nie dotykając jednocześnie pojazdu i ziemi.
24.	B	Wytyczne HSE HSG47 wymagają planowania, korzystania z map instalacji, lokalizowania przewodów detektorem oraz bezpiecznych technik kopania, aby uniknąć uszkodzenia kabli i rur.
25.	B	Według zaleceń NJUG rury gazowe są zwykle żółte, wodociągowe niebieskie, a kable energetyczne czarne lub czerwone; kolor nie zastępuje jednak lokalizacji i ostrożnego kopania.
26.	C	PUWER 1998 wymaga odpowiedniego szkolenia; przeszkolona osoba sprawdza m.in., czy maksymalna prędkość obrotowa tarczy nie jest niższa niż prędkość narzędzia, a wymiany dokonuje przy odłączonym zasilaniu.
27.	D	Cienkie tarcze tnące są projektowane do pracy krawędzią; nacisk boczny może je rozerwać, a odłamki lecieć z bardzo dużą prędkością.
28.	B, E	Porządek ogranicza potknięcia, poślizgi i ryzyko pożaru oraz zapewnia drożne drogi ewakuacyjne; przewody najlepiej prowadzić nad przejściami lub wzdłuż ścian.
29.	A	Poślizgnięcia i potknięcia to jedna z najczęstszych przyczyn urazów w pracy; każdy pracownik powinien reagować na zagrożenie, zamiast zostawiać je innym.
30.	B	Osoby nieupoważnione, w tym dzieci, mogą ulec wypadkowi lub dokonać kradzieży; ochrona terenu budowy to wspólny obowiązek, a wszyscy odwiedzający muszą się zarejestrować i przejść instruktaż.

4. Prace wysokiego ryzyka

1. **Zgodnie z hierarchią z Work at Height Regulations 2005, co należy rozważyć w pierwszej kolejności przy planowaniu pracy na wysokości?**
 - A. Wyposażenie pracowników w szelki bezpieczeństwa
 - B. Unikanie pracy na wysokości, jeśli jest to rozsądnie wykonalne (np. montaż elementów na ziemi)
 - C. Rozwieszenie siatek bezpieczeństwa pod miejscem pracy
 - D. Przeszkolenie pracowników z udzielania pierwszej pomocy
2. **Pod jakim kątem należy ustawić drabinę przystawną?**
 - A. Około 45°, bo wtedy jest najstabilniejsza
 - B. Prawie pionowo, dosuniętą do ściany
 - C. Zgodnie z zasadą „1 do 4”: 1 jednostka odległości od ściany na każde 4 jednostki wysokości (ok. 75°)
 - D. Pod dowolnym kątem, jeśli ktoś przytrzymuje drabinę u dołu
3. **Używasz drabiny przystawnej, żeby wejść na strop. Na ile drabina powinna wystawać ponad miejsce zejścia, jeśli nie ma tam innego pewnego uchwytu dla rąk?**
 - A. Około 1 m (mniej więcej 3 szczeble)
 - B. Nie powinna wystawać wcale
 - C. Około 30 cm
 - D. Co najmniej 3 m
4. **Przy wejściu na rusztowanie wisi uchwyt scafftag, ale nie ma w nim zielonej wkładki z informacją, że rusztowanie jest bezpieczne. Co to oznacza?**
 - A. Rusztowanie jest bezpieczne, tylko wkładka się zgubiła
 - B. Można z niego korzystać, ale tylko na najniższym poziomie
 - C. Można z niego korzystać, jeśli brygadzysta się zgodzi ustnie
 - D. Rusztowanie nie jest dopuszczone do użytku i nie wolno na nie wchodzić
5. **Oprócz kontroli po zmontowaniu, kiedy kompetentna osoba musi sprawdzać rusztowanie zgodnie z Work at Height Regulations 2005? (wybierz 2 odpowiedzi)**
 - A. Raz w miesiącu
 - B. W odstępach nie dłuższych niż 7 dni
 - C. Tylko raz, po zakończeniu montażu
 - D. Po każdym zdarzeniu, które mogło wpłynąć na jego bezpieczeństwo lub stabilność, np. po silnym wietrze
 - E. Co 14 dni, jeśli nikt nie zgłasza problemów
6. **Które zasady obowiązują przy pracy z rusztowaniem wieżowym (mobile tower)? (wybierz 2 odpowiedzi)**
 - A. Przed wejściem na rusztowanie trzeba zablokować kółka
 - B. Można je przesuwac z pracownikiem na pomoście, jeśli robi się to powoli
 - C. Gdy w środku brakuje miejsca, można wchodzić po zewnętrznej stronie ramy
 - D. Stabilizatory (outriggers) można zdjąć, jeśli przeszkadzają w pracy
 - E. Rusztowanie montuje osoba przeszkolona (np. kurs PASMA), zgodnie z instrukcją producenta

7. **Kiedy można używać drabiny rozstawnej (stepladder) jako stanowiska pracy?**
- A. Zawsze, bo drabina jest najtańsza i najszybsza
 - B. Przy krótkotrwałych pracach o niskim ryzyku (orientacyjnie do 30 minut w jednym miejscu), gdy użycie bezpieczniejszego sprzętu nie jest uzasadnione
 - C. Tylko wtedy, gdy stoi się na najwyższym stopniu, żeby lepiej sięgnąć
 - D. Przy pracach z dużą siłą boczną, np. wierceniu w betonie z boku drabiny
8. **Pracujesz w koszu podnośnika wysięgnikowego (boom-type MEWP, tzw. cherry picker). Jakie zabezpieczenie przed upadkiem jest zwykle wymagane?**
- A. Uprząż z krótką linką ustalającą pozycję (restraint lanyard), przypiętą do punktu kotwiczenia w koszu
 - B. Uprząż przypiętą do pobliskiej konstrukcji budynku
 - C. Żadne, bo barierki kosza zawsze wystarczą
 - D. Pas narzędziowy zapięty wokół barierki
9. **Kto i kiedy powinien sprawdzić wzrokowo szelki bezpieczeństwa (harness) i linkę przed pracą?**
- A. Producent, raz w roku
 - B. Kierownik budowy, raz w miesiącu
 - C. Nikt, jeśli uprząż jest nowa
 - D. Użytkownik, przed każdym użyciem
10. **Które elementy na dachu należy traktować jako kruche (fragile), czyli takie, na których nie wolno stawać ani chodzić? (wybierz 2 odpowiedzi)**
- A. Żelbetowa płyta stropodachu
 - B. Pomost roboczy (staging) z barierkami
 - C. Świetliki dachowe (rooflights)
 - D. Kładka (crawling board) ułożona zgodnie z planem prac
 - E. Stare płyty z cementu azbestowego (fibre cement)
11. **Jak należy usuwać gruz z wyższych kondygnacji budynku?**
- A. Zrzucać przez okno, jeśli na dole nikogo nie widać
 - B. Zrzucać po wcześniejszym głośnym ostrzeżeniu
 - C. Zamkniętą rynną zsypową (rubbish chute) do kontenera albo znosić w workach lub pojemnikach
 - D. Wyrzucać na siatkę ochronną rozpiętą pod rusztowaniem
12. **Co należy zrobić przed rozpoczęciem kopania, żeby nie uszkodzić podziemnych instalacji? (wybierz 2 odpowiedzi)**
- A. Sprawdzić dostępne plany i rysunki instalacji podziemnych
 - B. Kopać szybko koparką, żeby jak najkrócej narażać się na ryzyko
 - C. Przeskanować teren wykrywaczem CAT (Cable Avoidance Tool) z generatorem sygnału (Genny), obsługiwany przez przeszkoloną osobę
 - D. Założyć, że wszystkie instalacje leżą zawsze na tej samej głębokości
 - E. Zacząć kopać i omijać kable dopiero, gdy będą widoczne
13. **CAT wykazał kabel w miejscu planowanego wykopu. Jak należy kontynuować pracę?**
- A. Odsłonić kabel ostrożnie ręcznie (odkrywką – trial holes), używając łopaty, a nie kilofów czy ostrych prętów
 - B. Kopać koparką, tylko wolniej
 - C. Wbić stalowy pręt w ziemię, żeby sprawdzić, jak głęboko leży kabel
 - D. Pracować normalnie, bo CAT zawsze dokładnie podaje głębokość

14. **Jak często kompetentna osoba musi sprawdzać wykop, w którym pracują ludzie, zgodnie z CDM 2015?**
- A. Raz w tygodniu
 - B. Tylko po zakończeniu kopania
 - C. Przed rozpoczęciem każdej zmiany, a także po każdym zdarzeniu, które mogło wpłynąć na jego stabilność
 - D. Raz w miesiącu, przez inspektora HSE
15. **Dlaczego urobek (spoil) i materiały składa się z dala od krawędzi wykopu?**
- A. Żeby plac budowy wyglądał porządniej
 - B. Bo tak jest szybciej przy pracy koparką
 - C. Żeby łatwiej było zasypać wykop
 - D. Bo ich ciężar może spowodować osunięcie ścian wykopu, a materiał może spaść na pracujących w środku
16. **Wywrotka (dumper) wysypuje materiał do wykopu. Co zapobiega wjechaniu pojazdu do wykopu?**
- A. Pachołki drogowe ustawione przy krawędzi
 - B. Solidne odbojnice lub klocki oporowe (stop blocks) ustawione w bezpiecznej odległości od krawędzi
 - C. Taśma ostrzegawcza rozciągnięta wokół wykopu
 - D. Pracownik w wykopie, który krzyknie, gdy pojazd będzie za blisko
17. **Przy jakiej głębokości wykop może się zawalić i spowodować poważne obrażenia?**
- A. Tylko powyżej 3 m
 - B. Tylko powyżej 1,2 m
 - C. Przy każdej głębokości, bo nawet płytki wykop może się zawalić
 - D. Tylko w gruncie piaszczystym
18. **Które z poniższych miejsc są typowymi przykładami przestrzeni zamkniętej (confined space)? (wybierz 2 odpowiedzi)**
- A. Wnętrze zbiornika lub silosu
 - B. Otwarty plac składowy
 - C. Kontener biurowy z otwartymi oknami
 - D. Studzienka kanalizacyjna (manhole)
 - E. Rusztowanie elewacyjne
19. **Co, zgodnie z Confined Spaces Regulations 1997, musi być przygotowane, zanim ktokolwiek wejdzie do przestrzeni zamkniętej?**
- A. Wystarczy przenośna lampa
 - B. Odpowiednie procedury awaryjne i plan ratunkowy (emergency arrangements)
 - C. Zgoda sąsiadów budowy
 - D. Tabliczka z nazwiskiem pracownika przy wlocie
20. **Twój kolega stracił przytomność w studzience kanalizacyjnej. Co należy zrobić?**
- A. Natychmiast wejść i go wyciągnąć
 - B. Wejść, zakrywając usta mokrą szmatką
 - C. Poczekać, aż sam się ocknie, i dopiero wtedy wezwać pomoc
 - D. Podnieść alarm i postępować zgodnie z planem ratunkowym, nie wchodząc bez aparatu oddechowego i przeszkolenia

21. **Kiedy należy badać atmosferę w przestrzeni zamkniętej?**
- A. Przed wejściem i w sposób ciągły podczas pracy, sprawnym i skalibrowanym detektorem gazów
 - B. Raz w tygodniu
 - C. Tylko jeśli czuć nieprzyjemny zapach
 - D. Po zakończeniu pracy
22. **Kto planuje operację podnoszenia żurawiem i przygotowuje plan podnoszenia (lifting plan) zgodnie z LOLER i normą BS 7121?**
- A. Pracownik, który akurat stoi najbliżej ładunku
 - B. Kompetentna osoba wyznaczona do tego zadania (appointed person)
 - C. Kierowca, który przywiózł ładunek
 - D. Każdy operator maszyny obecny na budowie
23. **Jak często akcesoria do podnoszenia (zawiesia, szekle) muszą przechodzić gruntowne badanie (thorough examination) zgodnie z LOLER?**
- A. Co 5 lat
 - B. Co 2 lata
 - C. Co najmniej co 6 miesięcy (albo zgodnie z programem badań – examination scheme)
 - D. Tylko po awarii
24. **Znalazłeś zawiesie pasowe, które nie ma czytelnej etykiety z dopuszczalnym obciążeniem roboczym (WLL/SWL). Co należy z nim zrobić?**
- A. Nie używać go, odłożyć do kwarantanny i zgłosić przełożonemu
 - B. Używać go tylko do lekkich ładunków
 - C. Oszacować obciążenie na oko
 - D. Dopisać markerem przybliżone obciążenie
25. **Które zasady obowiązują podczas podnoszenia ładunku żurawiem? (wybierz 2 odpowiedzi)**
- A. Można prowadzić ładunek rękami, stojąc bezpośrednio pod nim
 - B. Nigdy nie stawać ani nie przechodzić pod zawieszonym ładunkiem
 - C. Każdy pracownik w pobliżu może dawać sygnały operatorowi
 - D. Przekroczenie dopuszczalnego obciążenia roboczego o 10% jest dozwolone
 - E. Sygnały operatorowi daje jedna wyznaczona, przeszkolona osoba (slinger/signaller)
26. **Pojazd budowlany musi cofać w miejscu, gdzie kierowca nie widzi, co jest za nim. Co powinno być zapewnione?**
- A. Wystarczy, że kierowca użyje klaksonu i cofnie szybko
 - B. Wystarczy samo lusterko boczne
 - C. Inny pracownik może iść za pojazdem i krzyczeć
 - D. Przeszkolona osoba sygnalizująca (banksman), stojąca w bezpiecznym miejscu i widoczna dla kierowcy
27. **Musisz przejść obok pracującej koparki. Co należy zrobić?**
- A. Przebiec szybko, gdy ramię jest odwrócone w drugą stronę
 - B. Zatrzymać się poza zasięgiem maszyny, nawiązać kontakt wzrokowy z operatorem i podejść dopiero, gdy da sygnał i zatrzyma maszynę
 - C. Przejść pod ramieniem koparki, bo tam jest najkrótsza droga
 - D. Przejść tuż za koparką, bo operator tam nie pracuje

28. **Czy można przewozić osobę w łyżce koparki albo na widłach ładowarki teleskopowej?**
- A. Tak, jeśli to krótki odcinek
 - B. Tak, jeśli operator jedzie bardzo powoli
 - C. Nie, osoby wolno przewozić tylko na miejscach do tego przeznaczonych
 - D. Tak, jeśli przewożona osoba mocno się trzyma
29. **Jakie wymagania dotyczące rozbiórki (demolition) wynikają z CDM 2015?**
- A. Rozbiórkę trzeba wykonać jak najszybciej, żeby skrócić czas zagrożenia
 - B. Wystarczy, że brygadzysta omówi plan ustnie
 - C. Przy małych budynkach plan nie jest potrzebny
 - D. Rozbiórkę trzeba zaplanować i wykonać tak, żeby zapobiec zagrożeniom, a ustalenia zapisać przed rozpoczęciem prac
30. **Jakie badanie musi zostać wykonane przed rozbiórką budynku zbudowanego przed 2000 rokiem?**
- A. Badanie azbestowe przed remontem i rozbiórką (refurbishment and demolition asbestos survey)
 - B. Pomiar poziomu hałasu w okolicy
 - C. Inwentaryzacja drzew na działce
 - D. Próba szczelności instalacji gazowej

Klucz odpowiedzi – Prace wysokiego ryzyka

1.	B	Hierarchia Work at Height Regulations 2005 zaczyna się od unikania pracy na wysokości. Dopiero gdy nie da się jej uniknąć, zapobiega się upadkom, a na końcu ogranicza skutki upadku.
2.	C	Zalecany kąt drabiny przystawnej to ok. 75°, czyli zasada „1 do 4”. Przy mniejszym kącie podstawa może się wysunąć, a przy większym drabina może odchylić się do tyłu.
3.	A	Wytyczne HSE mówią, że drabina powinna wystawać ok. 1 m ponad miejsce zejścia, chyba że jest tam inny pewny uchwyt. Dzięki temu można bezpiecznie zejść z drabiny i na nią wejść.
4.	D	Pusty uchwyt scafftag albo czerwona wkładka oznaczają, że rusztowanie nie zostało sprawdzone lub jest niekompletne. Nie wolno z niego korzystać, dopóki kompetentna osoba go nie skontroluje i nie oznaczy jako bezpiecznego.
5.	B, D	Załącznik 7 do Work at Height Regulations 2005 wymaga kontroli rusztowania przed pierwszym użyciem, co najmniej co 7 dni oraz po każdym zdarzeniu, które mogło wpłynąć na jego stabilność, np. po wichurze lub uderzeniu przez pojazd.
6.	A, E	Rusztowanie wieżowe musi zmontować kompetentna osoba zgodnie z instrukcją producenta, a przed wejściem trzeba zablokować kółka. Nigdy nie przesuwają się go z ludźmi lub materiałami na pomoście i nie zdejmują się stabilizatorów.
7.	B	Według wytycznych HSE drabiny nadają się do krótkotrwałych prac o niskim ryzyku, gdy ocena ryzyka nie uzasadnia użycia np. podestu lub rusztowania. Nie stoi się na najwyższych stopniach i unika się dużych sił bocznych.
8.	A	W podnośnikach wysięgnikowych stosuje się uprząż z krótką linką przypiętą do wyznaczonego punktu kotwiczenia w koszu. Zapobiega to wyrzuceniu z kosza. Nigdy nie przypina się jej do sąsiedniej konstrukcji, bo ruch podnośnika mógłby wyciągnąć pracownika z kosza.
9.	D	Użytkownik sprawdza uprząż i linkę przed każdym użyciem: szuka przecięć, przetarć, uszkodzonych szwów i zatrzasków. Oprócz tego kompetentna osoba wykonuje okresowe, szczegółowe przeglądy.
10.	C, E	Światłaki i płyty azbestowo-cementowe mogą pęknąć pod ciężarem człowieka. Na dachach z kruchymi elementami stosuje się pomosty, kładki, siatki i osłony, zgodnie z Work at Height Regulations 2005.
11.	C	Nie wolno zrzucić materiałów z wysokości, bo mogą spaść na ludzi. Gruz usuwa się zamkniętą rynną zsypową lub znosi w sposób kontrolowany. Siatki ochronne nie służą do zrzucania odpadów.
12.	A, C	Wytyczne HSE (HSG47) wymagają sprawdzenia planów instalacji, wykrycia ich na miejscu urządzeniem CAT i Genny, a potem ostrożnego kopania. Plany mogą być nieaktualne, a głębokość instalacji jest różna.
13.	A	W pobliżu wykrytych instalacji kopie się ręcznie i ostrożnie, aż instalacja zostanie odsłonięta. CAT nie podaje dokładnej głębokości, a kilofy, widły i pręty mogą przebić kabel.
14.	C	CDM 2015 (reg. 22) wymaga kontroli wykopu przed rozpoczęciem każdej zmiany, po każdym zdarzeniu mogącym osłabić jego stabilność oraz po przypadkowym obsunięciu się ziemi lub materiału.
15.	D	Dodatkowe obciążenie przy krawędzi zwiększa ryzyko zawalenia się wykopu, a luźny materiał może spaść na ludzi w środku. Dlatego urobek i materiały trzyma się w bezpiecznej odległości od krawędzi.
16.	B	Stop blocks fizycznie zatrzymują koła pojazdu przed krawędzią. Pachołki i taśma tylko ostrzegają, a w wykopie nie powinno być nikogo podczas wysypywania materiału.

17.	C	HSE ostrzega, że nawet płytkie wykopy mogą się zawalić, a ziemia jest bardzo ciężka. Potrzebę obudowy (shoring) lub skarpowania ocenia się dla każdego wykopu, niezależnie od głębokości.
18.	A, D	Przestrzeń zamknięta to miejsce w dużej mierze zamknięte, w którym może wystąpić poważne zagrożenie, np. brak tlenu, toksyczne gazy, pożar lub utonięcie. Typowe przykłady to zbiorniki, silosy, studzienki i kanały (Confined Spaces Regulations 1997).
19.	B	Według Confined Spaces Regulations 1997 nie wolno nikomu wchodzić do przestrzeni zamkniętej, dopóki nie przygotowano procedur ratunkowych. Wcześniej trzeba też sprawdzić, czy da się uniknąć wejścia, i ustalić bezpieczny system pracy, często z pozwoleniem na pracę (permit to work).
20.	D	Wiele ofiar w przestrzeniach zamkniętych to osoby, które próbowały ratować innych bez odpowiedniego sprzętu. Trzeba podnieść alarm i działać według planu ratunkowego, a wchodzić mogą tylko przeszkoleni ratownicy z właściwym sprzętem.
21.	A	Brak tlenu i wiele toksycznych gazów nie mają zapachu, a warunki mogą się zmieniać podczas pracy. Dlatego atmosferę bada się przed wejściem i monitoruje cały czas.
22.	B	LOLER 1998 (reg. 8) wymaga, aby każdą operację podnoszenia zaplanowała kompetentna osoba, a jej wykonanie było nadzorowane. W praktyce, według BS 7121, robi to appointed person.
23.	C	LOLER 1998 wymaga gruntownego badania akcesoriów do podnoszenia oraz sprzętu do podnoszenia ludzi co najmniej co 6 miesięcy. Pozostały sprzęt do podnoszenia bada się co 12 miesięcy albo zgodnie z programem badań.
24.	A	Sprzęt do podnoszenia musi mieć oznaczone dopuszczalne obciążenie robocze (LOLER, reg. 7). Zawiesia bez oznaczenia lub uszkodzone wycofuje się z użytku do czasu sprawdzenia przez kompetentną osobę.
25.	B, E	Pod zawieszonym ładunkiem nie wolno przebywać, bo może spaść. Sygnały daje jedna wyznaczona osoba, żeby operator nie dostawał sprzecznych poleceń. Do kierowania ładunkiem używa się linek (tag lines), a nie rąk.
26.	D	Cofające pojazdy to jedna z głównych przyczyn śmiertelnych wypadków na budowach. Gdy nie da się uniknąć cofania w ograniczonej widoczności, kieruje nim przeszkolony banksman, który stoi w bezpiecznym miejscu i jest widoczny dla kierowcy.
27.	B	Wokół pracującej maszyny obowiązuje strefa wykluczenia (exclusion zone). Operator może nie widzieć pieszych, a obracająca się nadbudowa może uderzyć osobę z tyłu. Wchodzi się w tę strefę tylko za wyraźną zgodą operatora i po zatrzymaniu maszyny.
28.	C	PUWER 1998 zabrania przewożenia ludzi na maszynach, które nie są do tego przystosowane. Łyżka koparki ani widły nie są miejscem dla ludzi, a upadek lub zgniecenie może skończyć się śmiercią.
29.	D	CDM 2015 (reg. 20) wymaga, aby rozbiórkę zaplanować i prowadzić tak, żeby zapobiec zagrożeniom lub ograniczyć je do minimum. Ustalenia muszą być spisane przed rozpoczęciem prac.
30.	A	W budynkach sprzed 2000 roku może być azbest. Control of Asbestos Regulations 2012 wymagają jego zlokalizowania przed pracami rozbiórkowymi lub remontowymi, aby nikt nie był narażony na włókna azbestu.

5. Ochrona środowiska

1. **Która opcja jest najwyżej w hierarchii postępowania z odpadami (waste hierarchy)?**
 - A. Recykling
 - B. Zapobieganie powstawaniu odpadów (ograniczanie)
 - C. Odzysk energii, np. spalanie w spalarni
 - D. Składowanie na wysypisku
2. **Która opcja postępowania z odpadami jest najmniej pożądana?**
 - A. Ponowne użycie materiału na tej samej budowie
 - B. Recykling
 - C. Składowanie (unieszkodliwianie) na wysypisku
 - D. Odzysk energii
3. **Jaki warunek musi spełniać firma, która wywozi odpady z budowy?**
 - A. Musi mieć wywrotkę
 - B. Kierowca musi mieć prawo jazdy kategorii C
 - C. Musi odbierać odpady wyłącznie nocą
 - D. Musi być zarejestrowanym przewoźnikiem odpadów (registered waste carrier), np. w Environment Agency
4. **Jak długo trzeba przechowywać karty przekazania odpadów innych niż niebezpieczne (waste transfer notes)?**
 - A. Co najmniej 2 lata
 - B. Wystarczy tydzień
 - C. Nie trzeba ich przechowywać
 - D. Co najmniej 10 lat
5. **Które z poniższych odpadów są odpadami niebezpiecznymi (hazardous waste)? (wybierz 2 odpowiedzi)**
 - A. Czysty gruz ceglany
 - B. Karton z opakowań
 - C. Azbest
 - D. Zużyty olej silnikowy
 - E. Nieimpregnowane drewno
6. **Czy można wrzucić odpady niebezpieczne do kontenera z odpadami ogólnymi?**
 - A. Tak, jeśli kontener jest duży
 - B. Nie, odpady niebezpieczne trzeba trzymać osobno, bo zmieszane zanieczyszczają całą zawartość kontenera
 - C. Tak, jeśli odpadów niebezpiecznych jest niewiele
 - D. Tak, jeśli kontener zostanie wywieziony jeszcze tego samego dnia
7. **Jakie są korzyści z segregowania odpadów na budowie? (wybierz 2 odpowiedzi)**
 - A. Można wtedy mieszać odpady niebezpieczne z innymi
 - B. Więcej materiałów można ponownie użyć lub poddać recyklingowi
 - C. Zwolnia z obowiązku staranności (Duty of Care)
 - D. Można wtedy palić odpady na budowie
 - E. Koszty wywozu odpadów są niższe

8. **Ktoś bez dokumentów i rejestracji przewoźnika proponuje, że tanio wywiezie odpady z budowy. Co należy zrobić?**
- A. Zgodzić się, bo po wyjeździe z budowy odpady nie są już naszym problemem
 - B. Zgodzić się, jeśli zapłata będzie gotówką
 - C. Odmówić i zgłosić to przełożonemu, bo wytwórca odpadów może odpowiadać za ich nielegalne porzucenie (fly-tipping)
 - D. Zgodzić się, jeśli pokaże zdjęcie miejsca, gdzie wysypie odpady
9. **Z przewróconego kanistra wycieka olej napędowy. Co należy zrobić najpierw?**
- A. Jeśli to bezpieczne, zatrzymać wyciek, zabezpieczyć pobliskie studzienki i użyć zestawu do zbierania wycieków (spill kit), a potem zgłosić zdarzenie
 - B. Spłukać olej wodą do najbliższej studzienki
 - C. Przysypać plamę ziemią i nikomu nie mówić
 - D. Poczekać, aż olej odparuje
10. **Co należy zrobić z sorbentami (matami, granulatem) użytymi do zebrania wycieku oleju?**
- A. Wrzucić je do kontenera na odpady zmieszane
 - B. Spalić je na budowie
 - C. Zakopać je w wykopie
 - D. Umieścić je w oznaczonym pojemniku na odpady niebezpieczne
11. **Do czego służy taca ociekowa (drip tray) pod generatorem lub pompą?**
- A. Wychwytuje wycieki paliwa i oleju. Trzeba ją regularnie sprawdzać i opróżniać, a zanieczyszczoną zawartość utylizować jako odpad niebezpieczny
 - B. Chroni generator przed deszczem
 - C. Służy do przechowywania narzędzi i kanistrów
 - D. Wycisza hałas pracującej maszyny
12. **Jaką pojemność powinna mieć wanna wychwytowa (bund) wokół pojedynczego zbiornika paliwa?**
- A. 50% pojemności zbiornika
 - B. 100% – dokładnie tyle, ile mieści zbiornik
 - C. Co najmniej 110% pojemności zbiornika
 - D. 75% pojemności zbiornika
13. **Gdzie należy ustawić zbiornik paliwa na budowie? (wybierz 2 odpowiedzi)**
- A. Obok studzienki deszczowej, żeby łatwo spłukać ewentualny wyciek
 - B. Na utwardzonym, nieprzepuszczalnym podłożu, w zabezpieczonym miejscu z dala od studzienek
 - C. Na skarpie nad rzeką, żeby nie zajmował miejsca na placu
 - D. Co najmniej 10 m od cieków wodnych (i 50 m od studni lub odwiertów)
 - E. W kontenerze socjalnym
14. **Dokąd zazwyczaj prowadzą studzienki deszczowe (surface water drains) na budowie?**
- A. Do oczyszczalni ścieków, gdzie wszystko zostanie oczyszczone
 - B. Do szamba na terenie budowy
 - C. Do kanalizacji sanitarnej
 - D. Zazwyczaj bezpośrednio do rzek i strumieni, bez oczyszczania

15. Gdzie należy myć betoniarkę i narzędzia po pracy z betonem?

- A. Nad najbliższą studzienką deszczową
- B. W wyznaczonym miejscu do mycia (concrete washout area), z którego woda nie przedostanie się do kanalizacji ani do wód
- C. Na trawniku obok placu budowy
- D. W pobliskim rowie melioracyjnym

16. Musisz wypompować z wykopu wodę zabarwioną mułem. Jak należy postąpić?

- A. Wypompować ją bezpośrednio do studzienki deszczowej
- B. Wypompować ją do najbliższego strumienia
- C. Przepuścić ją przez osadnik lub worek filtracyjny (silt bag) i odprowadzić tylko tam, gdzie jest na to zgoda (np. Environment Agency lub przedsiębiorstwa wodociągowego)
- D. Wylać ją na drogę publiczną

17. Zauważasz tłustą, opalizującą plamę na pobliskim strumieniu. Prawdopodobnie pochodzi z budowy. Co robisz?

- A. Natychmiast zgłaszasz to przełożonemu lub kierownikowi budowy, żeby powstrzymać źródło i powiadomić Environment Agency
- B. Nic nie robisz, bo strumień nie jest częścią budowy
- C. Wrzucasz do strumienia trociny
- D. Zgłaszasz to na koniec tygodnia na naradzie

18. Jak ograniczyć pylenie z budowy, które przeszkadza sąsiadom? (wybierz 2 odpowiedzi)

- A. Zraszać wodą (damping down) drogi i miejsca cięcia, np. stosując piły z doprowadzeniem wody
- B. Zamiatać na sucho i przedmuchiwać sprężonym powietrzem
- C. Ciąć bez osłon, żeby szybciej skończyć
- D. Przykrywać plandeką ładunki i kontenery z sypkim materiałem
- E. Palić odpady, żeby było ich mniej

19. Jak ograniczyć uciążliwy hałas z budowy dla okolicznych mieszkańców?

- A. Zostawiać maszyny na wolnych obrotach przez cały dzień
- B. Wyłączać silniki, gdy maszyny nie pracują, i prowadzić głośne prace tylko w uzgodnionych godzinach
- C. Wykonywać głośne prace wcześniej rano, zanim sąsiedzi wyjdą do pracy
- D. Zdejmować tłumiki, żeby maszyny miały większą moc

20. Czy na budowie można palić odpady, np. drewno i folię?

- A. Tak, jeśli ognisko jest małe
- B. Tak, po godzinach pracy
- C. Tak, jeśli pali się tylko drewno i plastik
- D. Nie, bo zanieczyszcza to powietrze, może być przestępstwem i grozi pożarem

21. Znajdujesz gniazdo z jajami w krzewie, który masz wyciąć. Co należy zrobić?

- A. Usunąć gniazdo i kontynuować pracę
- B. Przenieść gniazdo na inne drzewo
- C. Przerwać prace w tym miejscu i zgłosić to przełożonemu, bo używane gniazda dzikich ptaków są chronione prawem
- D. Kontynuować, jeśli w gnieździe nie ma akurat ptaka

22. **Podczas zdejmowania dachówek na starym budynku zauważasz nietoperze. Co należy zrobić?**
- A. Przerwać prace, nie dotykać nietoperzy i zgłosić to przełożonemu, bo potrzebna będzie opinia ekologa
 - B. Przegonić je hałasem i kontynuować
 - C. Zamknąć otwór, żeby nie wróciły
 - D. Kontynuować, bo to tylko kilka sztuk
23. **Które z poniższych zwierząt są w Wielkiej Brytanii prawnie chronione i ich obecność może wstrzymać prace na budowie? (wybierz 2 odpowiedzi)**
- A. Szczur wędrowny
 - B. Nietoperze
 - C. Mysz domowa
 - D. Mrówki
 - E. Traszka grzebieniasta (great crested newt)
24. **W miejscu planowanego wykopu rośnie rdestowiec japoński (Japanese knotweed). Co należy zrobić?**
- A. Wyciąć go i wrzucić do kontenera na odpady zielone
 - B. Nie ruszać go, oznaczyć lub odgrodzić to miejsce i zgłosić przełożonemu, bo usuwaniem zajmuje się specjalista
 - C. Zasypać go ziemią przywiezioną z innego miejsca
 - D. Przekopać go i przenieść na skraj działki
25. **Dlaczego przenoszenie ziemi z rdestowcem japońskim jest tak dużym problemem?**
- A. Bo jest trujący przy dotyku
 - B. Bo ma ostre kolce
 - C. Bo przyciąga szczury
 - D. Bo nawet niewielki fragment kłącza może wytworzyć nową roślinę i rozprzestrzenić ją na nowe tereny
26. **Jak możesz oszczędzać energię na budowie?**
- A. Wyłączać światło, grzejniki i sprzęt w kontenerach socjalnych, gdy nie są używane
 - B. Zostawiać grzejniki włączone na noc, żeby rano było ciepło
 - C. Zostawiać otwarte drzwi kontenera przy włączonym ogrzewaniu
 - D. Ładować elektronarzędzia przez całą dobę, nawet gdy baterie są pełne
27. **Jak oszczędzać wodę na budowie? (wybierz 2 odpowiedzi)**
- A. Zgłaszać i naprawiać ciekące krany i węże
 - B. Zostawiać odkręcony wąż między kolejnymi zadaniami
 - C. Używać pistoletów spustowych (trigger guns) na węzłach
 - D. Myć narzędzia pod stale płynącą wodą
 - E. Do zraszania używać wody pitnej, nawet gdy jest dostępna zebrana deszczówka
28. **Czym jest plan gospodarki odpadami na budowie (Site Waste Management Plan, SWMP)?**
- A. Listą pracowników zatrudnionych na budowie
 - B. Dokumentem opisującym, jakie odpady powstaną na budowie i jak będą ograniczane, segregowane, ponownie wykorzystywane i usuwane
 - C. Harmonogramem dostaw kontenerów od dostawcy
 - D. Instrukcją obsługi prasy do kartonów

29. **Kontener z lekkimi odpadami (folie, styropian) stoi nieprzykryty, a wiatr rozwiewa śmieci po ulicy.**

Co należy zrobić?

- A. Zostawić tak, bo za wiatr nikt nie odpowiada
- B. Zebrać śmieci z ulicy dopiero przy następnym sprzątaniu, za tydzień
- C. Zgłosić to i zadbać o przykrycie lub zabezpieczenie kontenera, bo odpady trzeba chronić przed wydostaniem się
- D. Spalić lekkie odpady, żeby nie fruwały

30. **Kogo dotyczy obowiązek staranności w postępowaniu z odpadami (Duty of Care) z Environmental Protection Act 1990?**

- A. Tylko firmy, która wywozi odpady
- B. Tylko inspektorów Environment Agency
- C. Tylko właściciela składowiska
- D. Każdego, kto wytwarza, przechowuje, przewozi, przetwarza lub unieszkodliwia odpady

Klucz odpowiedzi – Ochrona środowiska

1.	B	Hierarchia postępowania z odpadami to kolejno: zapobieganie, ponowne użycie, recykling, inny odzysk (np. energii) i na końcu unieszkodliwianie. Najlepiej w ogóle nie wytwarzać odpadów, np. dzięki dokładnemu zamawianiu materiałów.
2.	C	Składowanie na wysypisku jest na samym dole hierarchii postępowania z odpadami. Materiał przepada bezpowrotnie, a wysypiska zajmują teren i mogą zanieczyszczać środowisko.
3.	D	W ramach obowiązku staranności (Duty of Care) odpady można przekazać tylko uprawnionemu podmiotowi. Przewoźnik musi być zarejestrowany w Environment Agency (Anglia), Natural Resources Wales lub SEPA (Szkocja).
4.	A	Zgodnie z obowiązkiem staranności karty przekazania odpadów przechowuje się co najmniej 2 lata. Dokumenty przekazania odpadów niebezpiecznych (consignment notes) przechowuje się zwykle co najmniej 3 lata.
5.	C, D	Azbest i zużyte oleje to odpady niebezpieczne. Trzeba je przechowywać osobno, odpowiednio oznaczyć i przekazać z dokumentem consignment note. Czysty gruz, karton i nieimpregnowane drewno nie są odpadami niebezpiecznymi.
6.	B	Przepisy o odpadach niebezpiecznych (np. Hazardous Waste Regulations 2005 w Anglii i Walii) zabraniają mieszania ich z innymi odpadami bez zezwolenia. Zmieszanie sprawia, że cały kontener trzeba traktować jako niebezpieczny, co zwiększa ryzyko i koszty.
7.	B, E	Posegregowane odpady łatwiej poddać recyklingowi, a ich wywóz jest zwykle tańszy niż wywóz odpadów zmieszanych. Segregacja nie zwalnia jednak z obowiązku staranności.
8.	C	Environmental Protection Act 1990 (s. 34) nakłada obowiązek staranności na wytwórcę odpadów. Musi on sprawdzić, czy odbiorca jest uprawniony. Jeśli odpady trafią do nielegalnego przewoźnika i zostaną porzucone, odpowiedzialność może ponieść także firma, z której pochodzą.
9.	A	Najważniejsze jest powstrzymanie wycieku u źródła i niedopuszczenie, by paliwo dostało się do kanalizacji lub wód. Następnie zbiera się je sorbentami ze spill kitu i zgłasza zdarzenie przełożonemu.
10.	D	Sorbenty nasączone olejem lub paliwem są odpadem niebezpiecznym. Trzeba je zebrać osobno i przekazać uprawnionemu odbiorcy z odpowiednią dokumentacją.
11.	A	Taca ociekowa zapobiega przedostaniu się kapiącego paliwa lub oleju do gruntu i wód. Tacę wypełnioną deszczówką z olejem trzeba opróżnić we właściwy sposób, bo inaczej się przeleje.
12.	C	Zgodnie z przepisami o przechowywaniu olejów (Oil Storage Regulations) i wytycznymi GPP 2 obwałowanie musi pomieścić co najmniej 110% pojemności zbiornika. Zapas jest na wypadek całkowitego wycieku i wody deszczowej.
13.	B, D	Wytyczne GPP 2 zalecają, aby paliwo przechowywać na utwardzonym podłożu, z dala od studzienek, co najmniej 10 m od cieków wodnych i 50 m od studni lub odwiertów. Miejsce powinno być zabezpieczone przed uszkodzeniem przez pojazdy i przed kradzieżą.
14.	D	Kanalizacja deszczowa często odprowadza wodę bezpośrednio do cieków wodnych. Wszystko, co do niej wpadnie (paliwo, beton, muł, farba), trafia prosto do rzeki i może zabić ryby oraz inne organizmy.
15.	B	Woda po myciu sprzętu z betonu jest silnie zasadowa i zawiera drobne cząstki, które szkodzą organizmom wodnym. Myje się go tylko w wyznaczonym miejscu, gdzie wodę można zebrać i właściwie zagospodarować.

16.	C	Muł i zawiesina zanieczyszczają wody i niszczą siedliska ryb. Odprowadzanie wody z budowy wymaga oczyszczenia i zwykle zgody odpowiedniego organu, zgodnie z planem przyjętym na budowie.
17.	A	Zanieczyszczenie wód trzeba zgłosić od razu, bo szybka reakcja ogranicza szkody. Firma powinna powiadomić Environment Agency (w Anglii jest całodobowa infolinia 0800 80 70 60). Spowodowanie zanieczyszczenia wód jest przestępstwem.
18.	A, D	Zraszanie wodą i przykrywanie sypkich materiałów to podstawowe sposoby ograniczania pyłu. Zamiatanie na sucho i przedmuchiwanie powietrzem tylko wzbijają pył w powietrze.
19.	B	Na podstawie Control of Pollution Act 1974 władze lokalne mogą ustalić dozwolone godziny i poziomy hałasu na budowie. Wyłączanie nieużywanych maszyn ogranicza hałas, spaliny i zużycie paliwa.
20.	D	Spalanie odpadów na budowie uwalnia toksyczny dym, może naruszać przepisy o odpadach i uciążliwościach (np. Environmental Protection Act 1990) i stwarza ryzyko pożaru. Odpady przekazuje się uprawnionemu odbiorcy.
21.	C	Wildlife and Countryside Act 1981 chroni wszystkie dzikie ptaki, ich jaja i gniazda w trakcie budowy lub używania. Zniszczenie lub przeniesienie gniazda jest przestępstwem, dlatego prace trzeba wstrzymać i poradzić się ekologa.
22.	A	Wszystkie gatunki nietoperzy i ich schronienia są chronione, m.in. przez Conservation of Habitats and Species Regulations 2017, nawet gdy nietoperzy akurat nie ma. Niepokojenie ich lub niszczenie schronienia jest przestępstwem.
23.	B, E	Nietoperze i traszka grzebieniasta są gatunkami chronionymi, podobnie jak np. borsuki i dzikie ptaki w okresie lęgowym. W razie ich wykrycia prace wstrzymuje się do czasu oceny ekologa i ewentualnego uzyskania licencji.
24.	B	Rdestowiec japoński to inwazyjna roślina obca. Wildlife and Countryside Act 1981 zakazuje powodowania jego rozprzestrzeniania się w środowisku. Ziemię z jego kłęczami traktuje się jako odpad wymagający specjalnego postępowania i przekazuje uprawnionemu odbiorcy.
25.	D	Rdestowiec rozmnaża się z małych kawałków kłęczy, które mogą przetrwać w ziemi latami. Przewiezenie skażonej ziemi lub nawet zabrudzenie gąsienic maszyny może przenieść roślinę w nowe miejsce.
26.	A	Wyłączanie nieużywanych urządzeń zmniejsza zużycie energii, koszty i emisję gazów cieplarnianych. Podobnie działa wyłączanie silników maszyn, które nie pracują.
27.	A, C	Naprawa przecieków i pistolety, które zamykają wypływ po puszczeniu spustu, ograniczają marnowanie wody. Tam, gdzie to możliwe, warto używać deszczówki lub wody z odzysku zamiast wody pitnej.
28.	B	SWMP pomaga zaplanować ograniczanie odpadów i prawidłowe postępowanie z nimi przez cały czas trwania budowy. To uznana dobra praktyka i często wymóg inwestora.
29.	C	Obowiązek staranności (Duty of Care) wymaga, aby przechowywane odpady nie wydostawały się na zewnątrz. Kontenery z lekkimi odpadami przykrywa się siatką lub plandeką, a rozwiane śmieci trzeba zebrać.
30.	D	Sekcja 34 Environmental Protection Act 1990 nakłada obowiązek staranności na wszystkich w łańcuchu postępowania z odpadami, w tym na wytwórcę, czyli również na wykonawcę na budowie.

6. Pytania behawioralne (case studies)

- 1. Rano wchodzisz na rusztowanie i widzisz, że na jednym poziomie ktoś zdjął barierkę ochronną (guard rail) i nie założył jej z powrotem. Twoje stanowisko pracy jest tuż obok. Co powinieneś zrobić?**
 - A. Pracować ostrożnie, trzymając się z dala od krawędzi
 - B. Samemu założyć barierkę, choć nie jesteś monterem rusztowań
 - C. Nie korzystać z tej części rusztowania, ostrzec innych i od razu zgłosić to przełożonemu
 - D. Zgłosić to w przerwie na lunch
- 2. Kolega zdejmuję osłonę z szlifierki kątowej, żeby założyć większą tarczę, niż przewiduje producent. Mówi, że tak będzie szybciej. Co powinieneś zrobić?**
 - A. Spokojnie zwrócić mu uwagę, że to niebezpieczne i niezgodne z zasadami, a jeśli nie przestanie, zgłosić to przełożonemu
 - B. Nic nie mówić, bo to jego narzędzie i jego sprawa
 - C. Pomóc mu założyć tarczę, żeby zrobił to porządnie
 - D. Odsunąć się i obserwować z daleka
- 3. Brygadzista prosi cię o przecięcie płyt betonowych piłą spalinową (cut-off saw). Nigdy nie byłeś przeszkolony z jej obsługi. Co powinieneś zrobić?**
 - A. Spróbować, bo wygląda to na prostą robotę
 - B. Obejrzeć filmik w telefonie i zacząć pracę
 - C. Poprosić kolegę, żeby pokazał ci na szybko, jak ją włączyć
 - D. Grzecznie powiedzieć brygadziście, że nie masz przeszkolenia, i poprosić o szkolenie lub przydzielenie innej osoby
- 4. Z górnej kondygnacji spada złączka rusztowaniowa i upada metr od ciebie. Nikt nie został ranny. Co powinieneś zrobić?**
 - A. Nic, skoro nikomu nic się nie stało
 - B. Zgłosić to przełożonemu jako zdarzenie potencjalnie niebezpieczne (near miss)
 - C. Odnieść złączkę na górę i wrócić do pracy
 - D. Opowiedzieć o tym kolegom po pracy
- 5. Prawie nie spałeś w nocy i czujesz się bardzo zmęczony. Dzisiaj masz obsługiwać wywrotkę (dumper) na ruchliwym placu budowy. Co powinieneś zrobić?**
 - A. Powiedzieć przełożonemu przed rozpoczęciem pracy, że jesteś zmęczony i nie czujesz się na siłach obsługiwać maszyny
 - B. Wypić kilka energetyków i pracować
 - C. Pracować wolniej niż zwykle
 - D. Nic nie mówić, żeby nie stracić dniówki
- 6. Rano wyczuwasz od kolegi wyraźny zapach alkoholu. Za chwilę ma jeździć ładowarką teleskopową. Co powinieneś zrobić?**
 - A. Udawać, że nic nie zauważyłeś
 - B. Zabrać mu kluczyki siłą
 - C. Zgłosić to przełożonemu, zanim kolega zacznie obsługiwać maszynę
 - D. Powiedzieć mu, żeby jeździł ostrożnie

7. **Wokół miejsca, gdzie żuraw podnosi ładunek, wyznaczono strefę wykluczenia (exclusion zone). Najkrótsza droga do twojego stanowiska prowadzi przez nią. Co powinieneś zrobić?**
- A. Przejść szybko, gdy ładunek jest jeszcze nisko
 - B. Przejść, jeśli operator żurawia na ciebie nie patrzy
 - C. Przejść, jeśli masz kask
 - D. Obejść strefę wykluczenia, nawet jeśli zajmie to więcej czasu
8. **Na miejscu pracy okazuje się, że warunki różnią się od opisanych w instrukcji wykonania prac (RAMS). Na przykład wykop jest głębszy, a grunt bardziej podmokły, niż zakładano. Co powinieneś zrobić?**
- A. Pracować dalej zgodnie z RAMS, bo dokument jest zatwierdzony
 - B. Przerwać pracę i poinformować przełożonego, żeby można było ponownie ocenić ryzyko
 - C. Samodzielnie zmienić sposób wykonania pracy
 - D. Pracować dalej, ale szybciej, żeby skończyć przed deszczem
9. **Spawasz na podstawie pozwolenia na prace pożarowe (hot work permit). Pozwolenie właśnie wygasło, a do końca zostało ci 10 minut. Co powinieneś zrobić?**
- A. Szybko skończyć, bo to tylko 10 minut
 - B. Skończyć i zgłosić to dopiero po pracy
 - C. Przerwać pracę i uzyskać nowe lub przedłużone pozwolenie, zanim zaczniesz dalej
 - D. Poprosić kolegę, żeby obserwował miejsce, i pracować dalej
10. **Podczas wiercenia w starej ścianie natrafiasz na biały, włóknisty materiał, który może być azbestem. Co powinieneś zrobić?**
- A. Natychmiast przerwać pracę, opuścić miejsce, nie dopuszczać tam innych i zgłosić to przełożonemu
 - B. Zwilżyć materiał i wiercić dalej
 - C. Założyć zwykłą maseczkę przeciwpyłową i dokończyć
 - D. Zebrać materiał do worka i wyrzucić go do kontenera
11. **Przełożony naciska, żebyś szybciej skończył pracę przy krawędzi stropu, i mówi, że możesz zdjąć zabezpieczenie krawędzi (edge protection), bo przeszkadza. Co powinieneś zrobić?**
- A. Zdjąć zabezpieczenie, bo przełożony za to odpowiada
 - B. Zdjąć zabezpieczenie i bardzo uważać
 - C. Pracować na kolanach przy samej krawędzi
 - D. Odmówić pracy bez zabezpieczenia, wyjaśnić powód i w razie potrzeby zgłosić sprawę kierownikowi budowy
12. **Widzisz na budowie nieznaną osobę bez kasku i kamizelki. Rozgląda się i nie wiesz, czy przeszła instruktaż (induction). Co powinieneś zrobić?**
- A. Zignorować ją, bo to nie twoja sprawa
 - B. Grzecznie zapytać, czy możesz pomóc, i skierować ją do biura budowy lub poinformować przełożonego
 - C. Krzyczeć, żeby natychmiast opuściła teren
 - D. Pozwolić jej chodzić, gdzie chce, bo pewnie to inspektor
13. **Kolega stoi na drabinie i mocno wychyla się w bok, żeby dosięgnąć dalszego miejsca, zamiast zejść i przestawić drabinę. Co powinieneś zrobić?**
- A. Przytrzymać drabinę od dołu i pozwolić mu pracować dalej
 - B. Uprzejmie poprosić, żeby zszedł i przestawił drabinę bliżej miejsca pracy
 - C. Nic nie mówić, bo jest bardziej doświadczony
 - D. Zrobić mu zdjęcie i pokazać innym

14. **Podczas kontroli przed użyciem zauważasz, że linka twojej uprząży jest przetarta, a szew w jednym miejscu częściowo pruje się. Co powinieneś zrobić?**
- A. Używać jej dzisiaj, a jutro poprosić o nową
 - B. Zawiązać supeł w miejscu przetarcia
 - C. Nie używać jej, oznaczyć jako uszkodzoną, zgłosić przełożonemu i poprosić o sprawny sprzęt
 - D. Oddać ją koledze, który pracuje niżej
15. **Zauważasz, że droga ewakuacyjna i wyjście pożarowe w budynku są zastawione paletami z materiałami. Co powinieneś zrobić?**
- A. Jeśli możesz to zrobić bezpiecznie, usunąć przeszkodę, a w każdym razie zgłosić to przełożonemu
 - B. Nic, bo materiały są potrzebne na tym piętrze
 - C. Zgłosić to dopiero, gdy wybuchnie pożar
 - D. Przykleić kartkę z napisem „nie zastawiać” i iść dalej
16. **Lekarz przepisał ci leki, które według ulotki mogą powodować senność. Dzisiaj masz pracować na podnośniku koszowym (MEWP). Co powinieneś zrobić?**
- A. Nie brać leku dzisiaj, żeby móc pracować
 - B. Wziąć lek i nikomu nic nie mówić
 - C. Wypić mocną kawę i pracować normalnie
 - D. Przed rozpoczęciem pracy poinformować przełożonego, że lek może wpływać na twoją sprawność
17. **Podczas pracy lekko kaleczysz dłoń o ostrą krawędź blachy. Rana jest niewielka. Co powinieneś zrobić?**
- A. Owinąć dłoń taśmą izolacyjną i pracować dalej
 - B. Nic nie robić, bo to tylko zadrapanie
 - C. Zgłosić się do osoby udzielającej pierwszej pomocy (first aider) i upewnić się, że zdarzenie zostało wpisane do książki wypadków (accident book)
 - D. Pojechać do domu bez informowania kogokolwiek
18. **Jesteś operatorem minikoparki. Dzwoni twój telefon. Co powinieneś zrobić?**
- A. Zatrzymać maszynę w bezpiecznym położeniu, opuścić osprzęt i dopiero wtedy odebrać telefon
 - B. Odebrać i dalej kopać jedną ręką
 - C. Odebrać przez głośnik i kontynuować pracę
 - D. Odebrać, ale pracować wolniej
19. **Podczas szkolenia stanowiskowego (toolbox talk) brygadzysta mówi szybko po angielsku, a ty nie rozumiesz części ważnych informacji o zagrożeniach. Co powinieneś zrobić?**
- A. Podpisać listę obecności i zapytać kolegów później, jeśli będzie czas
 - B. Udawać, że wszystko rozumiesz, żeby nie robić kłopotu
 - C. Zgadywać, co zostało powiedziane
 - D. Powiedzieć, że nie rozumiałeś, i poprosić o wyjaśnienie lub tłumaczenie, zanim zaczniesz pracę
20. **Zauważasz, że przewód elektronarzędzia 110 V jest przecięty, a pod izolacją widać żyły. Co powinieneś zrobić?**
- A. Okleić przewód taśmą izolacyjną i pracować dalej
 - B. Odłączyć narzędzie, nie używać go, oznaczyć je jako uszkodzone i zgłosić przełożonemu
 - C. Używać go dalej, bo przy 110 V nic się nie stanie
 - D. Odłożyć je na półkę, żeby ktoś inny się nim zajął

21. **Pracujesz na podnośniku koszowym (MEWP) i wiatr robi się coraz silniejszy. Kosz zaczyna się kołysać. Co powinieneś zrobić?**
- A. Przerwać pracę, bezpiecznie opuścić kosz i zgłosić warunki przełożonemu
 - B. Szybko dokończyć zadanie, zanim wiatr się nasili
 - C. Mocniej przypiąć linkę i pracować dalej
 - D. Podnieść kosz wyżej, gdzie wiatr może być równiejszy
22. **Kolega zdejmuję pokrywę studzienki kanalizacyjnej i zamierza zejść na chwilę, żeby coś sprawdzić. Nie ma detektora gazów ani pozwolenia na pracę. Co powinieneś zrobić?**
- A. Pozwolić mu zejść, jeśli wejście zajmie tylko chwilę
 - B. Zejść razem z nim, żeby w razie czego pomóc
 - C. Powstrzymać go, wyjaśnić zagrożenie i wezwać przełożonego
 - D. Trzymać go za rękę z góry
23. **Widzisz kolegę pracującego w głębokim wykopie, który nie ma obudowy ani skarpowania, a ściany zaczynają się osypywać. Co powinieneś zrobić?**
- A. Zawołać go dopiero po zakończeniu jego pracy
 - B. Zejść do niego, żeby pomóc mu szybciej skończyć
 - C. Nic nie mówić, bo on wie, co robi
 - D. Natychmiast powiedzieć mu, żeby wyszedł z wykopu, i zgłosić to przełożonemu
24. **Jest twój drugi dzień na nowej budowie. Włącza się alarm pożarowy, a ty nie pamiętasz, gdzie jest punkt zbiórki (assembly point). Co powinieneś zrobić?**
- A. Zostać na stanowisku i poczekać, aż alarm ucichnie
 - B. Spokojnie opuścić budynek oznakowaną drogą ewakuacyjną, iść za innymi pracownikami lub zapytać o punkt zbiórki i tam się zgłosić
 - C. Pójść do samochodu i odjechać
 - D. Skończyć pracę, a potem sprawdzić, co się dzieje
25. **Zauważasz, że ktoś zdjął osłonę z otworu w stropie i odszedł. Otwór nie jest oznakowany. Co powinieneś zrobić?**
- A. Ominąć otwór i iść dalej
 - B. Zakryć go pierwszym kawałkiem płyty, jaki znajdziesz
 - C. Ostrzec osoby w pobliżu, nie dopuszczać ich do otworu i natychmiast zgłosić to przełożonemu, żeby otwór został prawidłowo zabezpieczony
 - D. Zaczekać, aż ktoś inny to zauważy
26. **Przełożony mówi ci, żeby wylać resztki rozpuszczalnika i farby do studzienki deszczowej, bo tak będzie najszybciej. Co powinieneś zrobić?**
- A. Grzecznie odmówić, wyjaśnić, że to zanieczyści wody, i zapytać, gdzie są pojemniki na odpady niebezpieczne
 - B. Zrobić to, bo przełożony tak polecił
 - C. Rozcieńczyć resztki wodą i wylać
 - D. Wylać je na ziemię za kontenerem

27. **Dwóch kolegów wygłupia się i popycha przy niezabezpieczonej krawędzi wykopu. Co powinieneś zrobić?**
- A. Śmiać się razem z nimi
 - B. Nagrać to telefonem
 - C. Nic nie robić, bo to tylko żarty
 - D. Spokojnie poprosić ich, żeby przestali, a jeśli to nie pomoże, zgłosić to przełożonemu
28. **Masz przenieść ciężki worek z zaprawą na wyższą kondygnację po schodach. Czujesz, że jest dla ciebie za ciężki. Co powinieneś zrobić?**
- A. Podnieść go szarpnięciem, żeby szybko było po wszystkim
 - B. Poprosić o pomoc drugiej osoby lub użyć wciągarki czy innego sprzętu mechanicznego
 - C. Ciągnąć worek po schodach
 - D. Przenieść go z wygiętymi plecami, ale bardzo szybko
29. **Kierowca ciężarówki z dostawą prosi cię, żebyś pokierował jego cofaniem, bo osoba sygnalizująca (banksman) jest zajęta. Nigdy nie byłeś przeszkolony jako banksman. Co powinieneś zrobić?**
- A. Pokierować nim, machając rękami tak, jak potrafisz
 - B. Stanąć za ciężarówką i krzyczeć, gdy będzie blisko
 - C. Powiedzieć kierowcy, że nie masz przeszkolenia, poprosić go, żeby poczekał, i powiadomić przełożonego lub przeszkolonego banksmana
 - D. Powiedzieć kierowcy, żeby cofał sam, powoli
30. **Po 10 godzinach pracy przełożony prosi, żebyś został jeszcze 4 godziny i wykonał pracę na wysokości. Jesteś wyczerpany i trudno ci się skupić. Co powinieneś zrobić?**
- A. Zgodzić się, bo to dodatkowe pieniądze
 - B. Zgodzić się i robić częste przerwy na papierosa
 - C. Zgodzić się, ale pracować bez upręży, żeby było szybciej
 - D. Uczciwie powiedzieć przełożonemu, że jesteś zbyt zmęczony, by bezpiecznie wykonać pracę na wysokości

Klucz odpowiedzi – Pytania behawioralne (case studies)

1.	C	Zmiany w rusztowaniu może wprowadzać tylko kompetentny monter. Niekompletne rusztowanie trzeba wyłączyć z użytku i zgłosić od razu, zanim ktoś spadnie.
2.	A	Ostony maszyn chronią przed odpryskami i pęknięciem tarczy. PUWER 1998 wymaga używania sprzętu zgodnie z przeznaczeniem i z osłonami. Uprzejme zwrócenie uwagi koledze może zapobiec poważnemu wypadkowi.
3.	D	Sprzętu można używać tylko po odpowiednim przeszkoleniu (PUWER 1998). Piła spalinowa może spowodować bardzo ciężkie obrażenia, a nieprzeszkolony operator nie zna ryzyka, np. odbicia tarczy czy pylenia krzemionki.
4.	B	Zgłaszanie zdarzeń potencjalnie niebezpiecznych pozwala usunąć przyczynę, zanim ktoś zostanie ranny. Następnym razem spadający przedmiot może kogoś trafić.
5.	A	Zmęczenie spowalnia reakcje i osłabia koncentrację, co przy obsłudze maszyn może skończyć się tragicznie. Przełożony musi o tym wiedzieć, żeby przydzielić ci bezpieczniejsze zadanie lub zmienić plan.
6.	C	Osoba pod wpływem alkoholu stanowi zagrożenie dla siebie i innych. Przełożony musi niezwłocznie odsunąć ją od pracy, a zgłoszenie chroni życie, w tym życie samego kolegi.
7.	D	Strefy wykluczenia chronią przed spadającymi ładunkami i ruchem maszyn. Kask nie ochroni przed spadającym ciężkim ładunkiem, dlatego bez zgody wyznaczonej osoby nie wolno wchodzić do takiej strefy.
8.	B	RAMS jest przygotowany dla określonych warunków. Gdy warunki się zmieniają, kontrole ryzyka mogą przestać wystarczać, dlatego trzeba przerwać pracę i poprosić o ponowną ocenę.
9.	C	Pozwolenie na pracę (permit to work) określa czas i warunki bezpiecznego wykonania zadania. Po jego wygaśnięciu praca nie jest już objęta kontrolą, np. dozorem pożarowym, więc trzeba ją przerwać.
10.	A	Włókna azbestu mogą wywołać nieuleczalne choroby płuc. Podejrzany materiał trzeba zostawić w spokoju i zgłosić, a dalsze prace mogą być prowadzone dopiero po zbadaniu go przez specjalistów (Control of Asbestos Regulations 2012).
11.	D	Upadki z wysokości to główna przyczyna śmierci na budowach. Masz prawo i obowiązek odmówić pracy w sposób zagrażający życiu, a nacisk na pośpiech nie usprawiedliwia zdjęcia zabezpieczeń.
12.	B	Na budowie mogą przebywać tylko osoby po instruktażu i z wymaganymi środkami ochrony. Uprzejma reakcja i zgłoszenie chronią także osoby postronne.
13.	B	Wychylanie się na drabinie to częsta przyczyna upadków. Zasada jest taka, że biodra powinny pozostawać między podłużnicami drabiny, a uprzejme zwrócenie uwagi może zapobiec wypadkowi.
14.	C	Uszkodzona uprząż może nie wytrzymać upadku. Sprzęt z wadą wycofuje się z użytku i oznacza, żeby nikt go przypadkiem nie użył.
15.	A	Drogi ewakuacyjne muszą być zawsze drożne, bo w razie pożaru liczy się każda sekunda. Zastawione wyjście trzeba udrożnić lub natychmiast zgłosić.
16.	D	Senność przy pracy na wysokości lub przy obsłudze maszyn jest bardzo niebezpieczna. Przełożony musi o tym wiedzieć, żeby przydzielić ci bezpieczniejsze zadanie. Nie przerywaj też leczenia bez konsultacji z lekarzem.

17.	C	Nawet małą ranę trzeba prawidłowo opatrzyć, żeby uniknąć zakażenia. Wpis do książki wypadków pozwala wykryć powtarzające się zagrożenia, np. niezabezpieczone ostre krawędzie.
18.	A	Korzystanie z telefonu podczas obsługi maszyny rozprasza uwagę, a moment nieuwagi może skończyć się potrąceniem kogoś lub uszkodzeniem instalacji. Najpierw trzeba bezpiecznie zatrzymać maszynę.
19.	D	Musisz rozumieć zagrożenia i środki ostrożności przed rozpoczęciem pracy. Prośba o wyjaśnienie to oznaka odpowiedzialności, a nie słabości.
20.	B	Uszkodzony przewód grozi porażeniem prądem nawet przy obniżonym napięciu 110 V. Sprzęt trzeba wycofać z użytku i oznaczyć, żeby nikt go nie użył przed naprawą przez kompetentną osobę.
21.	A	Każdy podnośnik ma określoną maksymalną prędkość wiatru, przy której wolno pracować. Silny wiatr może przewrócić maszynę, dlatego pracę trzeba przerwać i opuścić kosz.
22.	C	W studzienkach mogą występować niewidoczne, toksyczne gazy lub brak tlenu, a nawet krótkie wejście może zabić. Do przestrzeni zamkniętej wchodzi się tylko w ramach bezpiecznego systemu pracy z badaniem atmosfery i planem ratunkowym.
23.	D	Osypujące się ściany to sygnał, że wykop może się zawalić w każdej chwili. Trzeba natychmiast wyprowadzić ludzi i nie wpuszczać nikogo, dopóki wykop nie zostanie zabezpieczony i sprawdzony.
24.	B	Przy alarmie trzeba natychmiast się ewakuować i zgłosić na punkcie zbiórki, żeby nikogo nie szukano w budynku. Jeśli czegoś nie pamiętasz z instruktażu, zapytaj o to od razu po alarmie.
25.	C	Niezabezpieczony otwór w stropie grozi upadkiem z wysokości. Oslona musi być wytrzymała, zamocowana i oznakowana, więc przypadkowa płyta może być pułapką. Trzeba ostrzec innych i od razu zgłosić problem.
26.	A	Studzienki deszczowe często prowadzą prosto do rzek, a spowodowanie zanieczyszczenia wód jest przestępstwem. Resztki rozpuszczalników i farb to odpady niebezpieczne, które trzeba zebrać do oznakowanych pojemników.
27.	D	Wygłupy (horseplay) na budowie są częstą przyczyną poważnych wypadków. Szczególnie niebezpieczne są w pobliżu krawędzi, maszyn i wykopów, dlatego trzeba zareagować.
28.	B	Zgodnie z Manual Handling Operations Regulations 1992 trzeba unikać niebezpiecznego ręcznego przenoszenia ciężarów i korzystać z pomocy mechanicznej lub pomocy drugiej osoby. Urazy kręgosłupa są jednymi z najczęstszych na budowach.
29.	C	Kierowanie cofającym pojazdem wymaga przeszkolenia i znajomości uzgodnionych sygnałów. Nieprzeszkolona osoba może dać mylący sygnał lub stanąć w niebezpiecznym miejscu.
30.	D	Zmęczenie znacznie zwiększa ryzyko błędów i wypadków, szczególnie przy pracach wysokiego ryzyka. Masz obowiązek dbać o swoje bezpieczeństwo i bezpieczeństwo innych (Health and Safety at Work Act 1974, s. 7).