

## FORGALOMIRÁNYÍTÓ

1	<p>A vasúti közlekedés biztonságával összefüggő munkakört betöltő munkavállalók szakmai képzésének és vizsgáztatásának, a vasúti vizsgaközpont és képzőszervezetek működésének, a képzési engedély kiadásának, továbbá a vasúti járművezetői gyakorlat szabályairól szóló 19/2011. (V. 10.) NFM rendelet előírásai az irányadók a képzési és továbbképzési kötelezettségre vonatkozóan. A munkavállaló sikertelen időszakos vizsga esetében a vizsgához kötött tevékenységet nem végezheti, a vizsga igazolatlan elmulasztása esetén a vizsgához kötött munkakörben nem foglalkoztatható.</p>
2	<p>A vasúti közlekedésről szóló 2005. évi CLXXXIII. törvény 68. § értelmében „vasúti közlekedési tevékenység keretében a vasúti közlekedés biztonságával összefüggő munkakört betöltő munkavállaló az lehet, aki külön jogszabályban meghatározott képesítési és egészségi alkalmassági követelményeknek megfelel.”</p> <p>A 19/2011. (V. 10.) NFM rendelet 1. és 3. számú melléklete szerint határozza meg a vasúti közlekedésbiztonságával összefüggő munkaköröket és a betöltésükhöz szükséges alap- és időszakos szakmai képzési követelményeket a R. 1. melléklet I. 19. alatti forgalmi szolgálattevő (főrendelkező, rendelkező, jelenlétes forgalmi szolgálattevő) esetében.</p>
3	<p>A 203/2009. (IX. 18.) Korm. rendelet 3. § (1) meghatározásában: Az egészségi alkalmassági vizsgálat célja annak megállapítása, hogy a munkavállaló vasúti munkavégzésből eredő megterhelés által okozott igénybevétele egészségét, testi vagy lelki épségét nem veszélyezteti-e, esetleges idült betegsége, fogyatékosága a szakma elsajátítása, begyakorlása, illetve a munkakör ellátása során nem idéz-e elő baleseti veszélyt, és a munkakörnek képes-e megfelelni.</p> <p>A 19/2011. (V. 10.) NFM rendelet szerinti alapképzés során a kiegészítő témakörök között szerepel az egészségügyi és a munkavédelmi ismeretek oktatása. A munkáltató Mvt. 55. § (1) bekezdés szerinti munkavédelmi oktatása révén a munkavállaló rendelkezik az egészséget nem veszélyeztető és biztonságos munkavégzés elméleti és gyakorlati tudnivalóival, ismeri a szükséges szabályokat és utasításokat.</p> <p>A munkavállalóval ismertetni kell a 203/2009. (IX. 18.) Korm. rendelet 3. § (1) bekezdése szerint meghatározott egészségi alkalmassági vizsgálattal kapcsolatos feladatait.</p> <p>A Korm. rendelet 4. § alapján Az egészségi alkalmassági vizsgálatra jelentkező személy köteles:</p> <ol style="list-style-type: none"> <li>a) keresőképes állapotban, kipihenten, az előjegyzett időpontban, alkohol és a vizsgálat eredményét befolyásoló gyógyszerek, valamint kábítószer hatása alól mentes állapotban megjelenni,</li> <li>b) személyazonosságát kérésre igazolni,</li> <li>c) a munkáltató által kitöltött beutalóval jelentkezni,</li> <li>d) egészségi állapotáról a valóságnak megfelelő adatokat közölni,</li> <li>e) pszichológiai vizsgálatra az 5. melléklet D. pontja szerinti beutalóval jelentkezni, mellyel igazolja, hogy a megjelölt munkakörre orvosi szempontból egyébként alkalmas.</li> </ol> <p>Az Mvt. 55. § (1) bekezdése alapján munkáltatónak oktatás keretében gondoskodnia kell arról, hogy a munkavállaló</p>

	<p>a) munkába álláskor,  b) munkahely vagy munkakör megváltozásakor, valamint az egészséget nem veszélyeztető és biztonságos munkavégzés követelményeinek változásakor,  c) munkaeszköz átalakításakor vagy új munkaeszköz üzembe helyezésakor,  d) új technológia bevezetésekor</p> <p>elsajátítsa és a foglalkoztatás teljes időtartama alatt rendelkezzen az egészséget nem veszélyeztető és biztonságos munkavégzés elméleti és gyakorlati ismereteivel, megismerje a szükséges szabályokat, utasításokat és információkat. Az oktatást rendszeres munkaidőben kell megtartani, és szükség esetén időszakonként – a megváltozott vagy új kockázatokat, megelőzési intézkedéseket is figyelembe véve – meg kell ismételni. Az oktatás elvégzését a tematika megjelölésével és a résztvevők aláírásával ellátva írásban kell rögzíteni.</p>
4	<p>A 203/2009. (IX. 18.) Korm. rendelet értelmében a forgalomirányítói munkakörben foglalkoztatott munkavállaló II. munkaköri csoportba tartozik. A Korm. rendelet 8. § b) pontja szerint az előzetes vizsgálat kiterjed az érzékszervek működésének, így a látás és a színérzékelés előzetes vizsgálatára is. A Korm. rendelet 12.§ (1) bekezdése b) pontja szerint az időszakos (és a soron kívüli) egészségi alkalmassági vizsgálatok során is előírt az érzékszervek működésének a vizsgálata.</p> <p>A Korm. rendelet 3. melléklete szerint eltérőek az (A) előzetes és a (B) időszakos (és soron kívüli) egészségi alkalmassági vizsgálat során megkívánt látási követelmények</p> <p>A) Előzetes egészségi alkalmassági vizsgálatnál megkívánt látási követelmények a II. munkaköri csoport esetében:</p> <p>a) Látásélesség 1,7 (minimum = 1,0 - gyengébbik szemén = 0,7);  b) szemüveg: +3,0 D-ig, -5,0 D-ig terjedő szférikus és/vagy cylindrikus üveg;  c) kontaktlencse használata szemész véleményezésével engedélyezett;  d) biztos színérzés szükséges (anomaloscopos megerősítés);  e) ép látótér és adaptációs képesség mellett stereoscopos látás;  f) szemlencse-beültetés után alkalmassági vizsgálat évente szemész szakorvosi ellenőrzés.</p> <p>B) Időszakos és soron kívüli egészségi alkalmassági vizsgálat alkalmával megkívánt látási követelmények a II. munkaköri csoport esetében</p> <p>a) Látásélesség 1,2 (minimum 0,7 - gyengébbik szemén =0,5);  b) szemüveg: +4,0 D-ig, -6,0 D-ig terjedő szférikus és/vagy cylindrikus üveg;  c) kontaktlencse használata szemész véleményezésével, a foglalkozás-egészségügyi orvos jóváhagyásával engedélyezett;  d) biztos színérzés szükséges (anomaloscopos megerősítés csak indokolt esetben);  e) ép látótér és adaptációs képesség mellett stereoscopos látás;  f) szemlencse-beültetés, keratotomia után alkalmassági vizsgálat, szemész szakorvosi ellenőrzéssel.</p>
5	<p>A vasúti közlekedés biztonságával összefüggő munkaköröket betöltő munkavállalókkal szemben támasztott egészségügyi követelményekről</p>

	<p>és az egészségügyi vizsgálat rendjéről szóló 203/2009. (IX. 18.) Korm. rendelet 4. melléklete szerint a forgalmi szolgáltató szerepel a pszichológiai vizsgálatra kötelezett munkakörök között. Számára a jó követelményszint teljesítése a minimum feltétel.</p> <p>A vizsgálatra kötelezett forgalmi szolgáltató a jó minőségű követelményszintnek eleget tesz, ha:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>a) rendelkezik a munkaköre ellátásához szükséges egyéni pszichológiai jellemzőkkel (adottságokkal, képességekkel),</li> <li>b) rendelkezik a munkaköre ellátásához észlelési, döntési és cselekvési képességekkel,</li> <li>c) az elvégzett vizsgálatok (személyiség, képesség vizsgálat) eredménye alapján a pszichológiai összteljesítmény minimum átlagon felülnek értékelhető, a vizsgálóhelyek által alkalmazott standardok figyelembevételével.</li> </ul>
6	<p>A 203/2009. (IX. 18.) Korm. rendelet 13. § (1)- (2) bekezdései szerint munkavállaló soron kívüli vizsgálatra akkor kötelezett, ha az egészségi alkalmasságát kizáró vagy korlátozó körülmény fennállása alapos okkal feltételezhető a rendelet.</p> <p>13. § (1): A munkavállaló soron kívüli vizsgálatra kötelezett, ha az egészségi alkalmasságát kizáró vagy korlátozó körülmény fennállása alapos okkal feltételezhető, különösen ha:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>a) az egészségi állapotában vagy magatartásában olyan érzékelhető változás következett be, amely feltehetően alkalmatlanná teszi az adott munkakör biztonságos ellátására;</li> <li>b) a forgalom biztonságát veszélyeztető helyzetet idéz elő, balesetet okoz, illetve munkaköre vagy feladatköre ellátásával összefüggésben munkabalesetet szenved;</li> <li>c) heveny foglalkozási betegség gyanúja, fokozott káros expozíciója, eszméletvesztése, vagy betegsége, rosszullete következett be;</li> <li>d) egészségkárosodás mértékének megállapítása céljából orvosi vizsgálaton vett részt.</li> </ul> <p>13. § (2): A munkavállaló bármely, harminc naptári napot meghaladó keresőképtelensége után soron kívüli vizsgálatra köteles. A vizsgálat ebben az esetben korlátozódhat a munkavállaló által kötelezően bemutatandó, a keresőképtelenségre vonatkozó orvosi dokumentáció foglalkozás-egészségügyi orvos által történő megvizsgálására, amennyiben e vizsgálat elégséges annak megállapítására, hogy a munkavállaló munkaalkalmassága nem változott.</p> <p>A Korm. rendelet 14. § (1) bekezdése alapján a soron kívüli vizsgálatot kezdeményezheti:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>a) a munkavállaló háziorvosa, kezelőorvosa minden olyan heveny vagy idült betegség után, amely a munkavállaló munkaalkalmasságát befolyásolhatja,</li> <li>b) a munkavállaló,</li> <li>c) a munkáltató,</li> <li>d) a foglalkozás-egészségügyi orvos saját hatáskörében.</li> </ul>
7	<p>A munkabiztonsági és munkaegészségügyi tartalmú jogszabályok nem teljes körű listája:</p> <p>50/1999. (XI. 3.) EÜM rendelet a képernyő előtti munkavégzés minimális egészségügyi és biztonsági követelményeiről</p> <p>25/1998. (XII. 27.) EüM rendelet az elsősorban hátsérülések kockázatával járó kézi tehermozgatás minimális egészségügyi és biztonsági követelményeiről</p> <p>3/2002. (II. 8.) SzCsM-EüM együttes rendelet a munkahelyek munkavédelmi követelményeinek minimális szintjéről</p>

	<p>66/2005. (XII. 22.) EüM rendelet a munkavállalókat érő zajexpozícióra vonatkozó minimális egészségi és biztonsági követelményekről</p> <p>22/2005. (VI. 24.) EüM rendelet a rezgésexpoziciónak kitett munkavállalókra vonatkozó minimális egészségi és munkabiztonsági követelményekről</p> <p>61/1999. (XII.1.) EüM rendelet a biológiai tényezők hatásának kitett munkavállalók egészségének védelméről</p> <p>25/2000. (IX. 30.) EüM-SzCsM együttes rendelet a munkahelyek kémiai biztonságáról</p> <p>26/2000. (IX. 30.) EüM rendelet a foglalkozási eredetű rákkeltő anyagok elleni védekezésről és az általuk okozott egészségkárosodások megelőzéséről</p> <p>33/2016. (X. 29.) EMMI rendelet a fizikai tényezők (elektromágneses terek) hatásának kitett munkavállalókra vonatkozó minimális egészségi és biztonsági követelményekről</p> <p>33/1998. (VI. 24.) NM rendelet a munkaköri, szakmai, illetve személyi higiénés alkalmasság orvosi vizsgálatáról és véleményezéséről</p> <p>27/1996. (VIII. 28.) NM rendelet a foglalkozási betegségek és fokozott expozíciós esetek bejelentéséről és kivizsgálásáról</p> <p>65/1999. (XII. 22.) EüM rendelet a munkavállalók munkahelyen történő egyéni védőeszköz használatának minimális biztonsági és egészségvédelmi követelményeiről</p> <p>203/2009. (IX. 18.) Korm. rendelet a vasúti közlekedés biztonságával összefüggő munkaköröket betöltő munkavállalókkal szemben támasztott egészségügyi követelményekről és az egészségügyi vizsgálat rendjéről</p>
9	<p>A munkahely céljára szolgáló helyiségek méretére, a légtérre, a szabad mozgás biztosítására a 3/2002. (II. 8.) SzCsM-EüM rendelet 15. § (1) bekezdésében meghatározott előírások vonatkoznak.</p> <p>Olyan munkahelyet kell biztosítani, hogy a használó(k)nak legyen elegendő tere testhelyzete és mozgásai változtatásához.</p>
10	<p>A 3/2002. (II. 8.) SzCsM-EüM rendelet 18. § (4) bekezdése szerinti öltözőt biztosította a munkáltató a munkavállalók részére. Az öltöző alapterületét úgy kell kialakítani, hogy az ott öltöző munkavállalók egymást ne akadályozzák. Öltözőszekrényenként legalább 0,50 m<sup>2</sup>-nyi alapterületet kell biztosítani. Az öltöző minimális alapterülete 6 m<sup>2</sup>.</p> <p>A munkáltató az Mvt. 54. § (2) szerinti kockázatbecslés és kockázatértékelés során köteles rendszeresen ellenőrizni a képernyő előtti munkavégzés egészségi és biztonsági feltételeit.</p> <p>A munkavállalót érő képernyő előtti megterhelés csökkentése érdekében – a veszélyhelyzet kizárása mellett – előírt, a munka jellegéhez igazodó többszöri, legalább 10 perces munkaközi szünet vagy tevékenységcsere azzal, hogy a képernyő előtti tényleges munkavégzés összes ideje nem haladhatja meg a napi munkaidő hetvenöt százalékát.</p>
11	<p>A forgalmi szolgáltatók munkaidejük döntő vagy meghatározó részében képernyő előtti munkát végeznek több monitor figyelése, a panoráma tábla és a kezelőpult kezelése mellett rádiókapcsolatos kommunikáció fenntartásával. A képernyő előtti munkavégzés minimális egészségügyi és biztonsági követelményeiről szóló 50/1999. (XI. 3.) EüM rendelet határozza meg a képernyős munkahely követelményeit, a képernyő előtti munkavégzés szabályait, a munkáltató (3. § - 8. § szerinti) feladatait.</p>

	<p>A munkáltató kezdeményezi a foglalkozás-egészségügyi szolgálatnál a munkavállaló szem- és látásvizsgálatának elvégzését, illetve a látászervi panaszok miatt elvégzett szemészeti szakvizsgálatot követően javasolt éleslátást biztosító szemüveggel is ellátja a munkavállalót.</p> <p>A munkáltatónak biztosítani kell a munkavállaló, illetve képviselői számára a tájékoztatást, az oktatást és a konzultációt a képernyős munkahelyek kialakítása előtt, fenntartása és korszerűsítése során is.</p> <p>A rendelet 3. számú melléklete a képernyős munkahely kialakításának minimális követelményeit írja elő a berendezések (képernyő, billentyűzet, a munkaasztal vagy munkafelület, a munkaszék) a környezet (térkövetelmények, megvilágítás, tükröződés és fényvisszaverődés, a zaj, a klíma, a sugárzás), az ember-gép kapcsolat (a szoftver tervezése, kiválasztása, bevezetése és módosítása, a képernyős munkafeladatok megtervezése) tekintetében.</p> <p>A munkáltató a jogszabályi előírás szerint köteles biztosítani a képernyő előtti munkavégzés feltételeit a forgalmi szolgáltató számára.</p>
12	Az 50/1999. (XI. 3.) EüM rendelet 3. melléklet 1.4 pontjában foglalt követelményeknek feleljen meg a munkaasztal magassága, felületi mérete és fényvisszaverődés sem befolyásolja a munkavégzést.
13	A munkaszék követelményei: az 50/1999. (XI. 3.) EüM rendelet 3. melléklet 1.5. pontja szerint.
16	Az irányadó szabály: 50/1999. (XI. 3.) EüM rendelet 4.§
17	<p>Az 50/1999. (XI. 3.) EüM rendelet 5. § értelmében a munkáltató köteles - a 33/1998. (VI. 24.) NM rendeletben előírtak figyelembevételével - a foglalkozás-egészségügyi orvosnál kezdeményezni a munkavállaló szem- és látásvizsgálatának elvégzését</p> <p>a) a képernyős munkakörben történő foglalkoztatás megkezdése előtt,</p> <p>b) ezt követően kétévenként,</p> <p>c) amennyiben olyan látási panaszja jelentkezik, amely a képernyős munkával hozható összefüggésbe.</p> <p>A munkavállaló az időszakos alkalmassági vizsgálatokon túlmenően köteles a szem- és látásvizsgálaton részt venni. A vizsgálatot a foglalkozás-egészségügyi alapszolgálat orvosa végzi el, és indokolt esetben a munkavállalót szemészeti szakvizsgálatra utalja be.</p> <p>A szemészeti beutalás indokai az alábbiak lehetnek:</p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1. Ha a munkavállalót foglalkoztató munkáltatónál működő orvos megállapítja, hogy a munkavállaló részére a képernyő előtti éleslátást biztosító szemüveg szükséges lehet. A beutalóban fel kell tüntetni a képernyő előtti éleslátást biztosító szemüveg használatát szükségessé tevő munkakör megnevezését, és annak a szakvizsgálatához szükséges mértékű leírását is.</li> <li>2. Az orvos a munkavállalót szemészeti szakvizsgálatra utalja be, ha: <ol style="list-style-type: none"> <li>a) a R. 2. számú mellékletben meghatározott, panaszokat okozó látórendszeri eltérések fennállása valószínűsíthető,</li> <li>b) a munkavállalót olyan munkakörben foglalkoztatják, ahol a munka végzése során váltakozva kell a különböző távolságban lévő tárgyakra fókuszálnia,</li> <li>c) a munkavállaló korábban képernyő előtti munkát nem végzett, panaszmentesség esetén is az előzetes munkaköri alkalmassági vizsgálat során.</li> </ol> </li> <li>3. Az orvos a munkavállalót szemészeti szakvizsgálatra akkor is beutalhatja, ha egyéb, panaszokat okozó látórendszeri eltérések</li> </ol>

	<p>valószínűsége áll fenn.</p> <p>Ha szemészeti szakvizsgálat eredményeként indokolt, illetve a munkavállaló által használt szemüveg vagy kontaktlencse a képernyő előtti munkavégzéshez nem megfelelő, a munkáltató a munkavállalót ellátja a minimálisan szükséges, a képernyő előtti munkavégzéshez éleslátást biztosító szemüveggel. A rendelkezések végrehajtásából eredő költségek a munkavállalóval szemben nem érvényesíthetők.</p> <p>A képernyő előtti munkavégzéssel kapcsolatban leggyakrabban panaszokat okozó látórendszeri eltérések: Presbyopia, Akkomodációs zavarok, Hypermetropia, Állandó kontaktlencse viselése 45 év felett, Komfortos binokuláris látás hiánya, Fiatalkori rejtett fénytörési hiba.</p>
18	<p>A képernyő előtti munkavégzés – pl. a vezérlési feladatok ellátása – fokozott figyelmet igényel, folyamatos szellemi megterheléssel jár, központi (érzékszervi és idegi) elfáradást okoz, így látórendszeri problémákat is kiválthat, de nem jelent közvetlen foglalkozási ártalmat a szemre nézve (szemben a mozgásszervi megbetegedésekkel, ahol a foglalkozási eredet feltárható és az ok-okozati összefüggés kimutatható).</p> <p>A látórendszer túlzott igénybevétele visszavezethető:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>– a szem adottságaira, a leggyakrabban panaszt okozó látórendszeri eltérésekre (pl. öröklött vagy szerzett szemhibák, rövidlátás stb.) vagy a 45. év felett az állandó kontaktlencse viselésére</li> <li>– a képernyő fizikai jellemzőire (pl. a monitor helyigénye, képátmérője, geometriai torzítása, kontrasztja stb.)</li> <li>– a munkakörnyezet vizuális adottságaira (pl. a rossz megvilágítás, tükröződés stb.)</li> <li>– az adatfeldolgozás nagyságrendjére (pl. a percenkénti 20 – 40 döntésigény jelentős meghaladása stb.)</li> <li>– a rossz munkaszervezésre (pl. időkényszer, monotonia, kevés munkaközi szünet).</li> </ul> <p>A 203/2009. (IX. 18.) Korm. rendelet szerint az egészségi alkalmassági vizsgálatok során a látási követelmények (éleslátás, térlátás, színlátás) meglétét ellenőrzik, a mozgásszervi rendszeri betegséget szűrik, a pszichés panaszokat vagy klinikai kórképeket pszichológiai vizsgálatokkal feltárják. A foglalkozás-egészségügyi szolgálat szakvizsgálatokra beutalja a munkavállalókat kivizsgálás és gyógykezelés céljából.</p>
20	<p>Az általános, illetve helyi világítás (munkalámpa) biztosítson kielégítő megvilágítást és megfelelő kontrasztot a képernyő és a háttérkönyezet között, tekintetbe véve a munka jellegét és a használó látási követelményeit.</p> <p>Sötétedést követően az általános megvilágítási érték alacsonyabb a vonatforgalom jobb megfigyelhetősége érdekében.</p>
21	<p>A képernyőre és más munkaeszközökre vetődő, zavaró tükröződést és fényvisszaverődést oly módon kell megelőzni, hogy a képernyős munkahely telepítésekor a munkaterem és a munkahely megtervezését összehangolják a mesterséges fényforrások elhelyezésével és műszaki jellemzőivel.</p>
22	<p>Fokozott figyelmet igénylő munkavégzés esetén nem elegendő alsó beavatkozási határértékként – a 66/2005. (XII.22.) EüM szerinti – 80 dB(A) érték figyelembe vétele. A 3/2002. (II. 8.) SzCsM-EüM együttes rendelet 24. § alapján, e rendelet 5. melléklete (1.c. pont) szerint fokozott figyelmet igénylő munkavégzés során a munkavállalót érő zaj egyenértékű A-hangnyomásszintje legfeljebb 60 dB(A) lehet, egyéni hallásvédő eszköz alkalmazása nélkül.</p>

	A „normál” 4-16-4 szigetelő üveg hanggátlása $R_w = 32$ dB, speciális szerkezeti kialakítással, akár 50 dB feletti hanggátlást is el lehet érni.
23	Zárt munkahelyeken a végzett munka jellegétől és az évszakoktól függően, a munka nehézségi fokát jellemző munkaenergia-forgalmat figyelembe véve, álló munkánál 1 m magasságban, ülő munkánál 0,5 m magasságban a 3/2002. (II. 8.) SzCsM-EüM 2. számú melléklet szerinti megfelelő hőmérsékletet (klímátényezőt) kell biztosítani.
24	A vonatkozó szabály: 3/2002. (II. 8.) SzCsM-EüM rendelet 6. § (1) Zárt munkahelyeken biztosítani kell az elegendő mennyiségű és minőségű, egészséget nem károsító levegőt, figyelembe véve az alkalmazott munkamódszereket és a munkavállalók fizikai megterhelését. Ahol a munkahelyek légtérét gázok, gőzök, aerosolok, porok (rostok) szennyezhetik, ott a vonatkozó jogszabályokban foglalt követelményeket figyelembe kell venni. (2) Ahol a levegő szennyezettsége, illetve elhasználódása kizárólag emberi ott-tartózkodásból ered, személyenként legalább az 1. számú mellékletben előírt friss levegőtérfogat áramot kell a helyiségbe betáplálni, vagy annak bejutását biztosítani.
25	A közlekedést szabályozó dolgozók kötelesek a vonatközlekedést állandóan figyelni, a közlekedő vonatok iránt érdeklődni, a rendellenes menetekről egymást tájékoztatni és idejében tett megfelelő intézkedésekkel a zavartalan közlekedést biztosítani.
29	Létszámnöveléssel, szervezési intézkedéssel (átcsoportosítással) igyekeznek eleget tenni annak a követelménynek, hogy egymást követő két éjszaka kelljen szolgálatot ellátni a munkavállalónak.
30	A munkaidő-beosztás szabályait (munkarend) a munkáltató állapítja meg. A napi munka befejezése és a következő munkanapi munkakezdés között legalább tizenegy óra egybefüggő pihenőidőt (a továbbiakban: napi pihenőidő) kell biztosítani.
31	A szervezet pszichoszociális kockázatok (kiemelten: a kóros stressz) által okozott túlzott igénybevételének az elkerülése és a megelőzés érdekében a munkáltatónak a munkahelyi kockázateértékelést az Mvt. 54. § (1) d), a (2) g) és (3), az Mvt. 87. § 1/D. és 1/H. szerinti szempontok alapján a 33/1998. (VI. 24.) NM rendelet egyes szakaszaira [1. § h), 6. § (1) d) és f), 4. – 5 – 6. számú melléklet, 8. számú melléklet 1.1.-1.2.) figyelemmel kell megvalósítani.
34	Gyakori tapasztalat, hogy a vezető beosztott viszonylatban a munkahelyi kommunikáció igen egyoldalú, döntően felülről lefelé történik. A munkavállalók kiemelkedő hiányosságként élik meg a feladatokkal kapcsolatos információáramlás egyirányúságát, úgy érzik, javaslataik, észrevételeik, végső soron gyakorlati tapasztalataik nem találnak megfelelő fórumra, azokra a vezetés az esetek többségében nem kíváncsi.
35	A munkahelyi stressz okozta egészségi problémák a munkáltatóra – a gazdálkodó szervezetre nézve – is negatív hatásúak: <ul style="list-style-type: none"> <li>- a csökkenő motiváció, termelékenység és elkötelezettség</li> <li>- a növekvő hiányzások és fluktuáció, az alkalmazottak cserélődése</li> <li>- a fegyvellemmel kapcsolatos gyakoribb problémák és hibázások</li> <li>- a növekvő elégedetlenség, passzivitás, lehangoltság és agresszív megnyilvánulások</li> <li>- a gyakoribb munkabalesetek, egészségi panaszok és munkaképtelenség stb. miatt.</li> </ul>

	<p>A munkáltatók munkavédelmi kockázatértékelési kötelezettsége a munkahelyi stresszre is kiterjed. A munkahelyi stressz monitorozása (a szervezeti és az egyéni problémák kiszűrése) a munkahelyek ellenőrzése, konzultációk, interjúk, kérdőíves felmérések, a munkabalesetek és a foglalkozási megbetegedések, a munkából való távollét és a hiányzások elemzése, stb. révén történik. A stressz kezelése a túlzott megterhelés csökkentésére és az alkalmazkodás növelésére irányul.</p>
36	<p>A MÁV Zrt-nél: MÁV Biztonsági Igazgatóság Egészségi, Biztonsági és Környezetvédelmi Főosztály PROJEKT a közlekedő vonat balesetek és veszélyeztetések megelőzésére ÖSSZEFOGLALÓ JELENTÉS Budapest, 2012. május 31. <a href="http://www.vdszsz.hu/news/3742/Projekt_ZAROJELENTES_0615.pdf">http://www.vdszsz.hu/news/3742/Projekt_ZAROJELENTES_0615.pdf</a></p>