

ODWAŻNI DO PRACY!

KATALOG czynności zawodowych



KAPITAŁ LUDZKI
NARODOWA STRATEGIA SPÓJNOŚCI



UNIA EUROPEJSKA
EUROPEJSKI
FUNDUSZ SPOŁECZNY



Projekt współfinansowany ze środków Unii Europejskiej w ramach Europejskiego Funduszu Społecznego

ODWAŻNI DO PRACY!

KATALOG czynności zawodowych

WARSZAWA 2015

Publikacja wydana w ramach projektu „Wsparcie osób z upośledzeniem umysłowym w stopniu umiarkowanym i znacznym (w tym z zespołem Downa i/lub niepełnosprawnościami sprzężonymi) oraz głębokim stopniem upośledzenia umysłowego III”, współfinansowanego przez Unię Europejską w ramach Europejskiego Funduszu Społecznego.

Projekt realizowany przez Państwowy Fundusz Rehabilitacji Osób Niepełnosprawnych w partnerstwie z Polskim Stowarzyszeniem na Rzecz Osób z Upośledzeniem Umysłowym.



KAPITAŁ LUDZKI
NARODOWA STRATEGIA SPÓJNOŚCI



UNIA EUROPEJSKA
EUROPEJSKI
FUNDUSZ SPOŁECZNY



Wydawca:

Polskie Stowarzyszenie na Rzecz Osób z Upośledzeniem Umysłowym

ul. Głogowa 2B, 02-639 Warszawa

www.psouu.org.pl

Publikacja bezpłatna

Nakład: 1000 egz.

ISBN: **978-83-60105-98-6**

Warszawa 2015

W publikacji wykorzystano ilustracje i zdjęcia
ze strony www.fotolia.com



WSTĘP

Każdy kto pracuje wie, że być dobrym pracownikiem i być zadowolonym z pracy nie jest łatwo. Dużo zależy od tego, czy wybraliśmy dobrą dla siebie pracę. Co to znaczy?

Oto warunki ważne przy wyborze dobrej pracy dla Ciebie:

1. Trzeba znaleźć pracę, która Cię będzie interesowała.

Chodzi o to, żebyś później w pracy się nie nudził i był z niej zadowolony: jeżeli interesują Cię maszyny, to praca przy montowaniu różnych urządzeń może być dla Ciebie ciekawa.

2. Trzeba znaleźć rodzaj pracy i stanowisko pracy, które będą dobrze dopasowane do Twoich możliwości.

Od dobrego dopasowania pracy zależy czy później sobie poradzisz, czy nie będziesz miał trudności. Na przykład jeśli chcesz pracować przy montowaniu różnych urządzeń, to pamiętaj, że do tego potrzebne są sprawne ręce i dobry wzrok.

Aby dobrze wybrać pracę dla siebie trzeba mieć dużo informacji o różnych rodzajach pracy i różnych stanowiskach pracy.

Na przykład musisz się zastanowić, czy chcesz pracować:

- w produkcji,
- przy montowaniu drobnych części,
- w handlu,
- czy w usługach.

Przykłady różnych rodzajów pracy znajdziesz w katalogu stanowisk pracy, który opracowaliśmy dla Ciebie. Katalog pomoże Ci dokonać dobrego wyboru.

Życzymy Ci sukcesu!
Krystyna Mrugańska
Prezes Honorowy PSOUU

SPIIS TREŚCI

■	Opisy stanowisk pracy w podziale na branże:	
	1. Administracja.....	7
	2. Budownictwo	75
	3. Elektryka i motoryzacja.....	103
	4. Gastronomia i przetwórstwo żywności.....	167
	5. Hotelarstwo i konserwacja budynków.....	287
	6. Produkcja i rzemiosło.....	357
	7. Rolnictwo i ogrodnictwo.....	539
	8. Opieka.....	617
	9. Transport i gospodarka magazynowa.....	657
	10. Usługi	743
■	Słowniczek.....	887



DZIAŁ I

ADMINISTRACJA

■ Asystentka w biurze	9
■ Gонец	21
■ Pomoc archiwisty	29
■ Pomoc bibliotekarza	39
■ Pomoc biurowa	49
■ Pomoc dziennikarza	59
■ Pracownik poczty	67



ASYSTENTKA W BIURZE

ASYSTENTKA W BIURZE

OPIS STANOWISKA PRACY

Asystentka w biurze pracuje w pomieszczeniach biurowych w różnych firmach.

Wykonuje prace biurowe oraz przygotowuje spotkania pracowników.

Do jej obowiązków należy przygotowanie sali, wyłożenie cateringu, parzenie kawy i przygotowanie materiałów do pracy. Przepisuje też ankiety i odbiera telefony.

Asystentka w biurze rozdziela też korespondencję i zapisuje do kogo trafia.

Obsługuje sprzęty biurowe takie jak: komputer, drukarka, skaner, ksero, niszczarka i bindownica.

Asystentka pracuje wewnątrz budynku, w pozycji siedzącej przy biurku lub stojącej.

Osoba na tym stanowisku musi umieć czytać, pisać i być dokładna.

Asystentka w biurze musi dobrze planować swoje obowiązki, mieć sprawny wzrok i zdrowy kręgosłup. Powinna być uprzejma, życzliwa i powinna potrafić współpracować z ludźmi.

CZYNNOŚCI ZAWODOWE



Przygotowywanie dokumentów



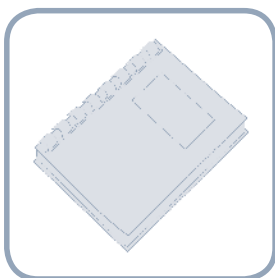
Pisanie tekstów na komputerze



Drukowanie dokumentów



Kserowanie dokumentów



Bindowanie

ASYSTENTKA W BIURZE

CZYNNOŚCI ZAWODOWE



Skanowanie



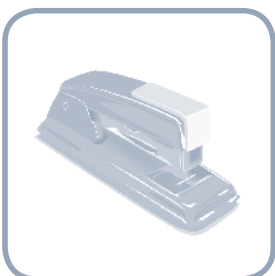
Obsługiwanie faksu



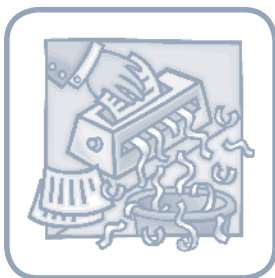
Oprawianie dokumentów



Przecinanie papieru na równe części



Zszywanie dokumentów



Obsługa niszczarki do dokumentów



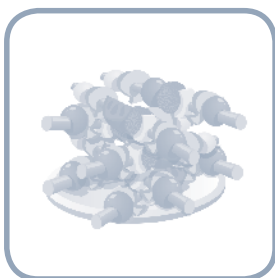
Prowadzenie rozmów telefonicznych



Rozdzielanie i zapisywanie korespondencji



Przygotowywanie sali na spotkania



Wykładanie cateringu

ASYSTENTKA W BIURZE

CZYNNOŚCI ZAWODOWE



Parzenie kawy



Przepisywanie ankiet

PREDYSPOZYCJE ZAWODOWE



Umiejętność czytania



Umiejętność pisania



Dobry wzrok lub prawidłowo
skorygowany okularami



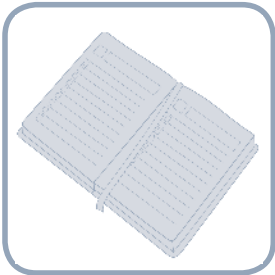
Zdrowy kręgosłup



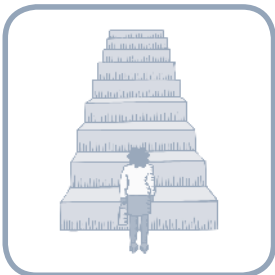
Życzliwość i umiejętność
nawiązywania relacji z ludźmi

ASYSTENTKA W BIURZE

PREDYSPOZYCJE ZAWODOWE



Umiejętność planowania pracy



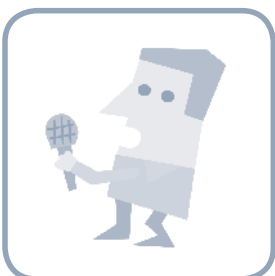
Samodzielność



Umiejętność współpracy



Dokładność i precyzja



Wskazane wyraźne mówienie

PRZECIWWSKAZANIA



Wady kręgosłupa



Brak umiejętności czytania i pisania



Brak dokładności i precyzji



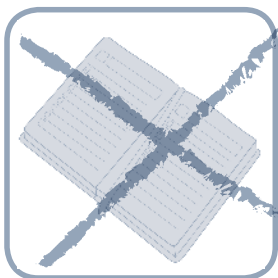
Lęk, obawa przed kontaktami
z innymi osobami (wycofanie)



Brak samodzielności

ASYSTENTKA W BIURZE

PRZECIWWSKAZANIA



Brak umiejętności planowania pracy



Brak umiejętności korzystania z komputera

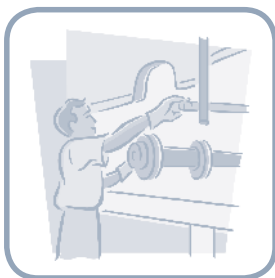


Brak umiejętności korzystania
z urządzeń biurowych



Znaczące wady wzroku,
brak odpowiednich okularów

MOŻLIWOŚCI ZATRUDNIENIA



Małe firmy



Duże firmy



Szkoły



Instytucje i urzędy



GONIEC

OPIS STANOWISKA PRACY

Goniec zajmuje się dostarczaniem przesyłek (pism, listów, paczek) w obrębie danej instytucji.

Często pracuje on w urzędzie i zajmuje się dostarczaniem przesyłek pomiędzy różnymi budynkami urzędu.

Może też dostarczać przesyłki do innych miejsc (na przykład do mieszkańców danego miasta).

Jest to praca w ruchu. Wiąże się z częstym przemieszczaniem się pomiędzy różnymi budynkami.

Osoba pracująca na tym stanowisku powinna być sprawna fizycznie.

Jest to praca w różnych warunkach atmosferycznych, w zależności od pory roku.

W pracy goniec może poruszać się przy pomocy pojazdów (na przykład rower, skuter).

Osoba pracująca, jako goniec powinna potrafić czytać i pisać.

Powinna mieć dobrą orientację w terenie i znać położenie ulic i ważnych instytucji w mieście.

Goniec powinien być osobą odpowiedzialną za powierzone zadanie i dokładną.

Jest to praca samodzielna. Wiąże się jednak z częstym kontaktem z innymi osobami.

Pracownik powinien być osobą uprzejmą i kulturalną.

Pracownik może wykonywać zadania na polecenie przełożonego.

CZYNNOŚCI ZAWODOWE



Odbiór przesyłek
(na przykład z biura podawczego)



Sortowanie przesyłek



Pakowanie przesyłek
do rozniesienia



Doręczanie przesyłek
i odbieranie pokwitowania



Zwrot niedoręczonych przesyłek
i potwierdzeń odbioru
(na przykład do biura podawczego)

GONIEC

PREDYSPOZYCJE ZAWODOWE



Sprawność fizyczna i ruchowa



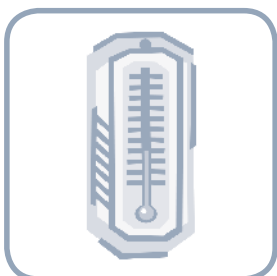
Umiejętność czytania



Umiejętność pisanania



Orientacja w terenie, znajomość
położenia ulic i ważnych budynków
w mieście



Odporność na zmiany temperatury



Życzliwe, otwarte i uprzejme usposobienie



Dokładność



Dobry wzrok lub prawidłowo
skorygowany okularami

GONIEC

PRZECIWWSKAZANIA



Brak umiejętności czytania i pisania



Brak orientacji w terenie



Lęk, obawa przed kontaktami
z innymi osobami (wycofanie)



Znaczące wady wzroku,
brak odpowiednich okularów



Brak sprawności fizycznej i ruchowej

MOŻLIWOŚCI ZATRUDNIENIA



Urzędy, sądy, sekretariaty,
instytucje publiczne



Prywatne firmy



POMOC ARCHIWISTY

POMOC ARCHIWISTY

OPIS STANOWISKA PRACY

Pomoc archiwisty pracuje w dużych zakładach pracy, na przykład w muzeach, sądach, urzędach.

Jest to praca w pomieszczeniach archiwalnych (biuro i magazyn).

Do zadań pracownika należy znakowanie dokumentów, wprowadzanie danych do komputera.

Zajmuje się też przenoszeniem i układaniem teczek z dokumentami w archiwum.

Dbą też o czystość pomieszczeń.

Osoba pracująca na tym stanowisku powinna umieć czytać, pisać i liczyć.

Musi wykazywać się cierpliwością i dokładnością oraz sprawnością fizyczną.

Praca ta zaliczana jest do prac lekkich.

Czynności wykonywane są w pozycji siedzącej lub stojącej w zależności od wykonywanych zadań.

Praca na tym stanowisku wiąże się też z przenoszeniem i podnoszeniem dokumentów.

W kontakcie z dokumentami pracownik powinien zakładać rękawiczki.

Praca na tym stanowisku wymaga współpracy z innymi.

Pomoc archiwisty wszystkie prace wykonuje na polecenie przełożonego.

CZYNNOŚCI ZAWODOWE



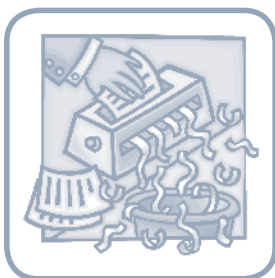
Znakowanie dokumentów



Opisywanie teczek



Przepisywanie danych
do komputera



Niszczanie dokumentów



Układanie dokumentów
w teczkach

POMOC ARCHIWISTY

CZYNNOŚCI ZAWODOWE



Przenoszenie teczek do magazynu



Układanie teczek w magazynie archiwalnym



Zliczanie dokumentów



Czynności porządkowe na terenie archiwum

PREDYSPOZYCJE ZAWODOWE



Dobry wzrok lub prawidłowo skorygowany okularami



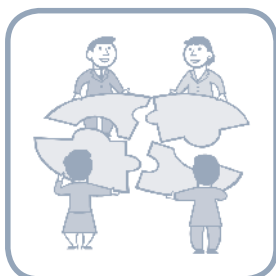
Umiejętność czytania



Umiejętność pisanania



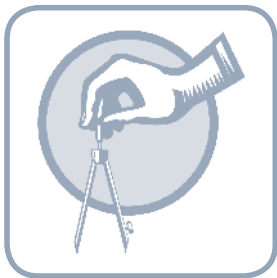
Umiejętność liczenia



Umiejętność współpracy z innymi

POMOC ARCHIWISTY

PREDYSPOZYCJE ZAWODOWE



Dokładność

PRZECIWWSKAZANIA



Znaczące wady wzroku,
brak odpowiednich okularów



Alergie i choroby skóry



Trudność w skupieniu uwagi,
nadmierna ruchliwość



Brak umiejętności czytania i pisanie

POMOC ARCHIWISTY

MOŻLIWOŚCI ZATRUDNIENIA



Muzea



Urzędy, sądy, sekretariaty,
instytucje publiczne



Prywatne firmy





POMOC BIBLIOTEKARZA

POMOC BIBLIOTEKARZA

OPIS STANOWISKA PRACY

Pomoc bibliotekarza pracuje w bibliotece, czytelni.

Osoba zatrudniona na tym stanowisku wykonuje proste prace pomocnicze, na przykład układanie książek na półkach w odpowiednich działach, naprawianie zniszczonych książek.

Pracę pomocnika bibliotekarza zalicza się do prac lekkich.

Osoba zatrudniona na tym stanowisku powinna umieć nawiązywać kontakty z innymi osobami, powinna być dokładna.

Pomoc bibliotekarza wszystkie prace wykonuje na polecenie przełożonego.

Swoją pracę wykonuje przede wszystkim w pomieszczeniach zamkniętych, na przykład w salach bibliotecznych, czytelniach.

CZYNNOŚCI ZAWODOWE



Układanie książek na półkach
w odpowiednich działach



Układanie kart katalogowych
według odpowiednich numerów



Przywożenie zamówionych książek
z magazynu



Odkładanie książek oddanych
przez klientów na półki



Układanie czasopism

POMOC BIBLIOTEKARZA

CZYNNOŚCI ZAWODOWE



Naprawianie zniszczonych książek
(zmiana okładek, podklejanie
wyrwanych stron)



Odkurzanie książek

PREDYSPOZYCJE ZAWODOWE



Sprawność manualna
(sprawne ręce i dłonie)



Dobry wzrok lub prawidłowo
skorygowany okularami



Umiejętność czytania



Umiejętność pisania



Umiejętność liczenia

POMOC BIBLIOTEKARZA

PREDYSPOZYCJE ZAWODOWE



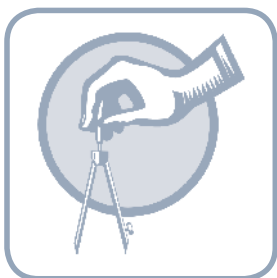
Umiejętność segregowania i układania



Umiejętność nawiązywania kontaktów z innymi ludźmi



Dbłość o własny wygląd



Dokładność

PRZECIWWSKAZANIA



Znaczące wady wzroku,
brak odpowiednich okularów



Brak sprawności manualnej



Alergie



Wady kręgosłupa

POMOC BIBLIOTEKARZA

MOŻLIWOŚCI ZATRUDNIENIA



Biblioteki szkolne, publiczne i czytelnie





POMOC BIUROWA

POMOC BIUROWA

OPIS STANOWISKA PRACY

Pomoc biurowa pracuje w pomieszczeniach zamkniętych (w pokojach biurowych, sekretariacie).

Pracę pomocy biurowej zalicza się do prac lekkich.

Osoba zatrudniona na tym stanowisku wykonuje proste, pomocnicze prace biurowe, na przykład segregowanie dokumentów, obsługa urządzeń biurowych (takich jak: niszczarka do dokumentów, kserokopiarka, faks), roznoszenie korespondencji.

Pomoc biurowa każdą pracę wykonuje na polecenie przełożonego.

Osoba pracująca w biurze musi dbać o swój wygląd: o czystość, uczesanie, ubranie.

Ważną rolę odgrywa umiejętność nawiązywania kontaktów z innymi ludźmi i miłe zachowanie.

Pomoc biurowa musi być osobą opanowaną, obowiązkową, systematyczną, kulturalną.

CZYNNOŚCI ZAWODOWE



Adresowanie kopert



Stemplowanie kopert



Segregowanie korespondencji



Naklejanie znaczków



Roznoszenie dokumentów

POMOC BIUROWA

CZYNNOŚCI ZAWODOWE



Segregowanie dokumentów



Opisywanie teczek, segregatorów



Kserowanie dokumentów



Przepisywanie tekstów i wprowadzanie danych do komputera

PREDYSPOZYCJE ZAWODOWE



Sprawność manualna
(sprawne ręce i dłonie)



Dobry wzrok lub prawidłowo
skorygowany okularami



Umiejętność czytania



Umiejętność pisania



Umiejętność liczenia

POMOC BIUROWA

PREDYSPOZYCJE ZAWODOWE



Umiejętność segregowania i układania



Umiejętność nawiązywania kontaktów z innymi ludźmi



Dbłość o własny wygląd



Orientacja w terenie, znajomość położenia ulic i ważnych budynków w mieście



Dokładność

PRZECIWWSKAZANIA



Znaczące wady wzroku,
brak odpowiednich okularów



Trudność w skupieniu uwagi,
nadmierna ruchliwość



Brak sprawności manualnej



Lęk, obawa przed kontaktami
z innymi osobami (wycofanie)

POMOC BIUROWA

MOŻLIWOŚCI ZATRUDNIENIA



Zakłady pracy, duże firmy, biura



Sekretariaty w szkołach, urzędach,
instytucjach





POMOC DZIENNIKARZA

POMOC DZIENNIKARZA

OPIS STANOWISKA PRACY

Pomoc dziennikarza pracuje w redakcji gazety, radia lub telewizji.

Do obowiązków pracownika należy sortowanie, opisywanie materiałów (gazet, płyt, programów) i układanie ich w archiwum.

Pracownik zajmuje się też wpisywaniem danych do komputera i przepisywaniem tekstów.

W swojej pracy pomaga przygotować studio nagraniowe oraz wykonuje prace porządkowe.

Pomoc dziennikarza musi umieć czytać i pisać oraz obsługiwać proste programy komputerowe.

Praca na stanowisku pomocy dziennikarza należy do prac lekkich.

Wykonuję się ją w budynku redakcji.

Pomoc dziennikarza pracuje z innymi ludźmi, dlatego musi być osobą miłą i uprzejmą oraz musi dbać o swój wygląd.

Wszystkie czynności pracownik wykonuje na polecenie przełożonego.

CZYNNOŚCI ZAWODOWE



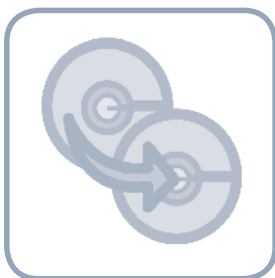
Przepisywanie tekstu na komputerze



Wprowadzanie danych do komputera



Sortowanie i układanie gazet



Sortowanie i układanie płyt



Opisywanie materiałów do archiwum

POMOC DZIENNIKARZA

CZYNNOŚCI ZAWODOWE



Układanie materiałów w archiwum



Przygotowanie studia nagraniowego



Prace porządkowe

PREDYSPOZYCJE ZAWODOWE



Umiejętność czytania



Umiejętność pisanania



Umiejętność obsługi komputera



Dobry wzrok lub prawidłowo
skorygowany okularami



Życzliwe, otwarte i uprzejme usposobienie

POMOC DZIENNIKARZA

PRZECIWWSKAZANIA



Znaczące wady wzroku,
brak odpowiednich okularów

MOŻLIWOŚCI ZATRUDNIENIA



Redakcja prasowa



Redakcja radiowa



Redakcja telewizyjna



PRACOWNIK POCZTY

PRACOWNIK POCZTY

OPIS STANOWISKA PRACY

Osoba pracująca na tym stanowisku tworzy spis listów poleconych. Listę tworzy się na komputerze.

Pracownik używa skanera podobnego do tego w kasie sklepowej.

Skanuje też kody kreskowe znajdujące się na listach.

Osoba pracująca na tym stanowisku musi umieć czytać i pisać. Musi też umieć obsługiwać komputer.

Po skończeniu skanowania oddaje się listy listonoszowi. To on dostarcza listy do adresatów.

Ważna jest dokładność. Nie można pominąć żadnego listu, bo może nie trafić do celu.

Należy pracować bardzo szybko.

Pracownik poczty powinien być odporny na stres.

Pracę wykonuje się w pomieszczeniu na siedząco.

Pracownik nie ma kontaktu z klientami, bo pracuje na zapleczu.

CZYNNOŚCI ZAWODOWE



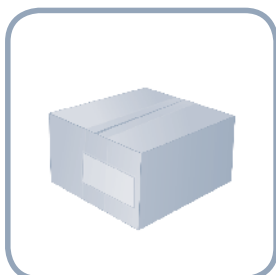
Skanowanie listów poleconych



Tworzenie spisu listów dla listonosza



Wydawanie przesyłek listonoszowi



Oznaczanie paczek pocztowych

PRACOWNIK POCZTY

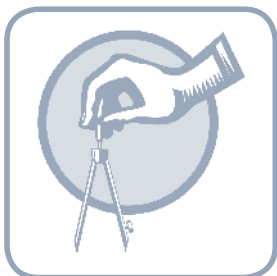
PREDYSPOZYCJE ZAWODOWE



Sprawność manualna
(sprawne ręce i dłonie)



Umiejętność czytania i pisania



Dokładność i precyzja



Dobry wzrok lub prawidłowo
skorygowany okularami



Odporność na stres



Umiejętność obsługi komputera

PRACOWNIK POCZTY

PRZECIWWSKAZANIA



Brak sprawności rąk i dłoni



Znacząca wada wzroku
(brak odpowiednich okularów)



Brak umiejętności czytania i pisania



Brak odporności na stres



Wady kręgosłupa

MOŻLIWOŚCI ZATRUDNIENIA



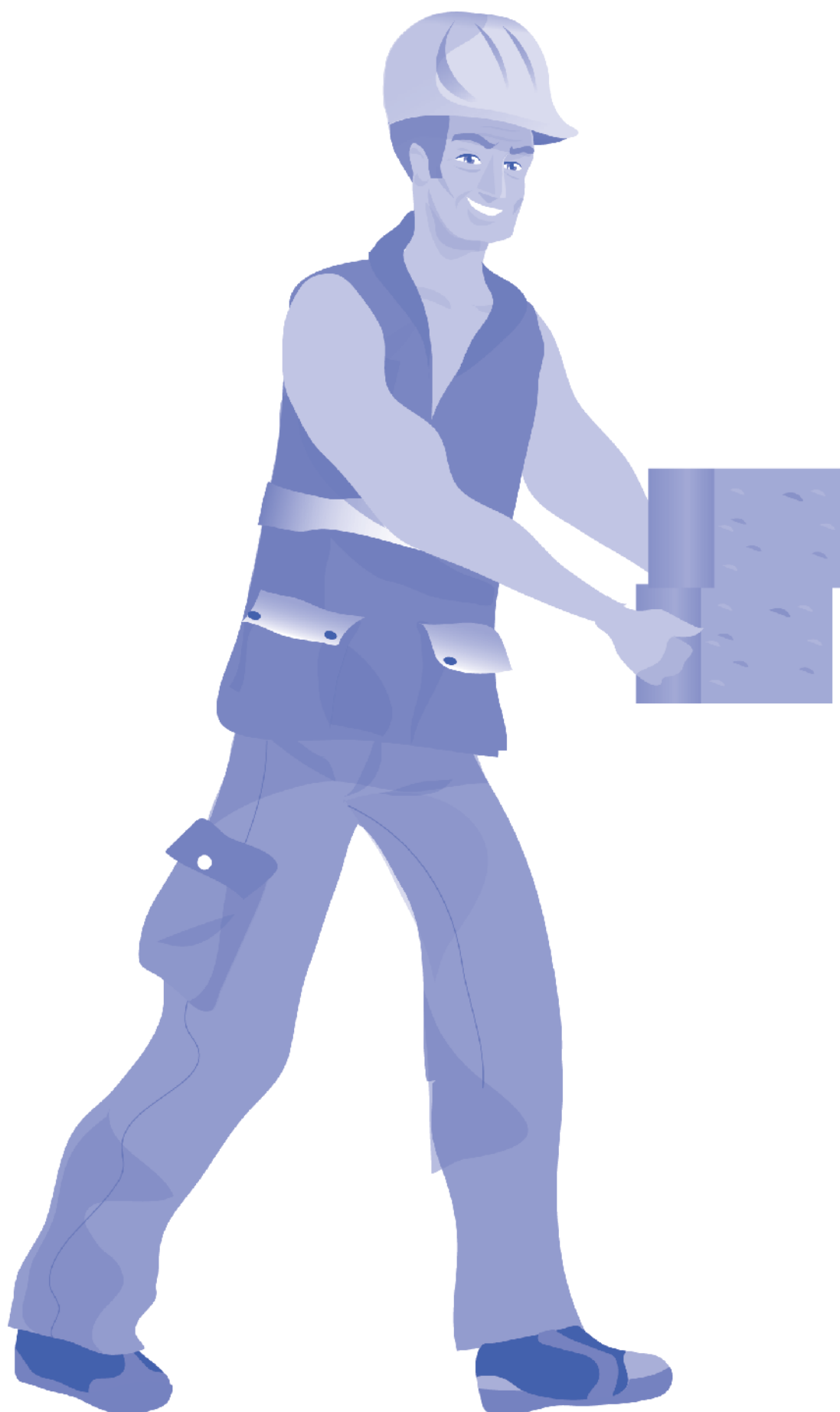
Placówki pocztowe



DZIAŁ II

BUDOWNICTWO

■ Pomoc brukarza.....	77
■ Pomoc budowlana.....	85
■ Pomoc pracownika remontowego.....	93





POMOC BRUKARZA

POMOC BRUKARZA

OPIS STANOWISKA PRACY

Pomocnik brukarza wykonuje proste czynności przy budowie lub remoncie dróg, chodników oraz placów.

Jego praca polega między innymi na rozbiórce starej nawierzchni, dostarczaniu potrzebnych materiałów na miejsce budowy oraz zasypywaniu nowej nawierzchni piaskiem.

Wykonuje też czynności porządkowe po zakończonej pracy.

Pomoc brukarza używa w swojej pracy różnych narzędzi, na przykład młotek, łopata, miotła drogowa, przecinak, wyważak brukarski, kilof.

Praca pomocnika brukarza jest pracą zespołową – za efekt końcowy jest odpowiedzialna cała brygada.

Praca jest wykonywana na otwartej przestrzeni.

Pomocnik brukarza narażony jest na zmienne warunki pogodowe, dlatego nosi odpowiednią do pory roku odzież (na przykład zimą kurtkę i rękawice).

Zakłada też odzież ochronną (kamizelka odblaskowa, obuwie ochronne, kask).

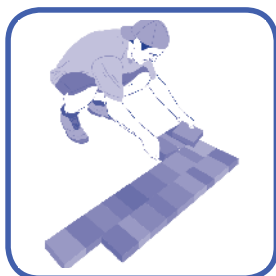
Jest to praca w ruchu i wiąże się z częstą zmianą pozycji.

Pracownik powinien posiadać dużą siłę i sprawność fizyczną oraz być odpornym na zmienne warunki atmosferyczne.

CZYNNOŚCI ZAWODOWE



Rozwinięcie taśmy ostrzegawczej
i ustawienie barierek



Rozbieranie uszkodzonych nawierzchni



Dostarczenie materiałów taczka
lub wózkiem na miejsce wykonywania prac



Wykopywanie podłoża pod bruk
– wykonanie wykopu lub nasypu



Równanie i ubijanie podkładu pod bruk

POMOC BRUKARZA

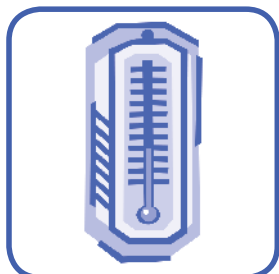
PREDYSPOZYCJE ZAWODOWE



Sprawność fizyczna, ruchowa i manualna



Koncentracja uwagi



Odporność na zmiany temperatury



Zdrowy kręgosłup



Umiejętność segregowania i układania

PRZECIWWSKAZANIA



Brak sprawności fizycznej i ruchowej



Brak sprawności manualnej



Wady kręgosłupa



Brak odporności na zmiany temperatury

POMOC BRUKARZA

MOŻLIWOŚCI ZATRUDNIENIA



Firmy brukarskie, budowlane







POMOC BUDOWLANA

POMOC BUDOWLANA

OPIS STANOWISKA PRACY

Zadaniem pracownika porządkowego jest wykonywanie prostych prac pomocniczych na budowie.

Pomocnik budowlany pracuje zarówno w pomieszczeniach, jak i na zewnątrz budynków.

Praca taka wymaga dużej odporności na zmienne warunki atmosferyczne (temperaturę).

W pracy obowiązuje go odzież ochronna (kask, rękawice, odpowiednie obuwie).

Praca na budowie jest niebezpieczna, dlatego bardzo ważne jest przestrzeganie zasad BHP (Bezpieczeństwo i Higiena Pracy).

Pomocnik budowlany używa w swojej pracy różnych narzędzi, na przykład: łopata, wiadro, młotek, taczki.

Praca wymaga ciągłego ruchu, przenoszenia, przewożenia, podnoszenia różnych przedmiotów.

CZYNNOŚCI ZAWODOWE



Wbijanie gwoździ



Rozrabianie zaprawy, farby



Przenoszenie różnych przedmiotów



Malowanie



Przewożenie na taczkach
różnych przedmiotów

POMOC BUDOWLANA

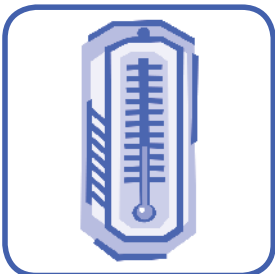
PREDYSPOZYCJE ZAWODOWE



Sprawność fizyczna, ruchowa i manualna



Orientacja przestrzenna



Odporność na zmiany temperatury



Zdrowy kręgosłup



Odpowiedzialność, przestrzeganie zasad Bezpieczeństwa i Higieny Pracy, na przykład zakładanie ubrania ochronnego, kasku, rękawic, odpowiedniego obuwia

PRZECIWWSKAZANIA



Brak sprawności fizycznej i ruchowej



Brak sprawności manualnej



Podatność na przeziębienia



Wady kręgosłupa

POMOC BUDOWLANA

MOŻLIWOŚCI ZATRUDNIENIA



Firmy budowlane







POMOC PRACOWNIKA REMONTOWEGO

POMOC PRACOWNIKA REMONTOWEGO

OPIS STANOWISKA PRACY

Pomoc pracownika remontowego wykonuje proste prace remontowe.

Pomocnik remontowy pracuje przede wszystkim wewnątrz pomieszczenia.

Obowiązki pomocnika zlecane są przez przełożonego. Należą do nich między innymi: malowanie, zamiatanie podłóg, pomoc w przenoszeniu materiałów remontowych czy też czyszczenie narzędzi do pracy.

W swojej pracy posługuje się różnymi narzędziami, takimi jak: pędzel, drapak, miotła, śrubokręt, młotek lub drabina.

W pracy na tym stanowisku obowiązuje odzież ochronna (okulary ochronne, odpowiednie obuwie, maska przeciwpyłowa).

Pomocnik pracownika remontowego musi przestrzegać zasad BHP (Bezpieczeństwo i Higiena Pracy).

Praca na tym stanowisku wymaga współpracy z innymi pracownikami.

Jest to praca w ruchu i wymaga siły i sprawności fizycznej.

CZYNNOŚCI ZAWODOWE



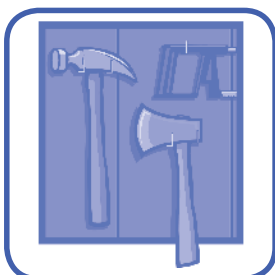
Malowanie



Przenoszenie różnych przedmiotów



Zamiatanie podłogi



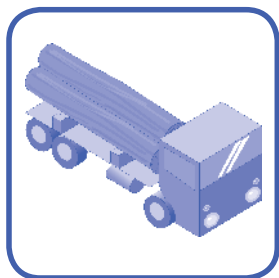
Czyszczenie i przygotowywanie narzędzi do pracy



Mieszanie materiałów remontowych

POMOC PRACOWNIKA REMONTOWEGO

CZYNNOŚCI ZAWODOWE



Załadunek i rozładunek materiałów

PREDYSPOZYCJE ZAWODOWE



Zdrowy kręgosłup



Sprawność i siła fizyczna



Zdrowe nogi



Dobry wzrok
lub prawidłowo skorygowany okularami



Ostrożność

POMOC PRACOWNIKA REMONTOWEGO

PREDYSPOZYCJE ZAWODOWE



Umiejętność współpracy

PRZECIWWSKAZANIA



Brak sprawności i siły fizycznej



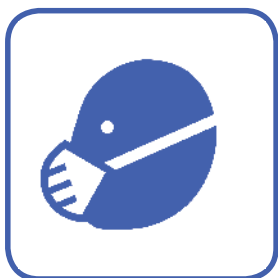
Wady kręgosłupa



Wady wzroku



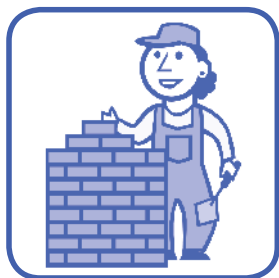
Bóle nóg



Wrażliwość na pył

POMOC PRACOWNIKA REMONTOWEGO

MOŻLIWOŚCI ZATRUDNIENIA



Firmy remontowe



Firmy wykańczające wnętrza

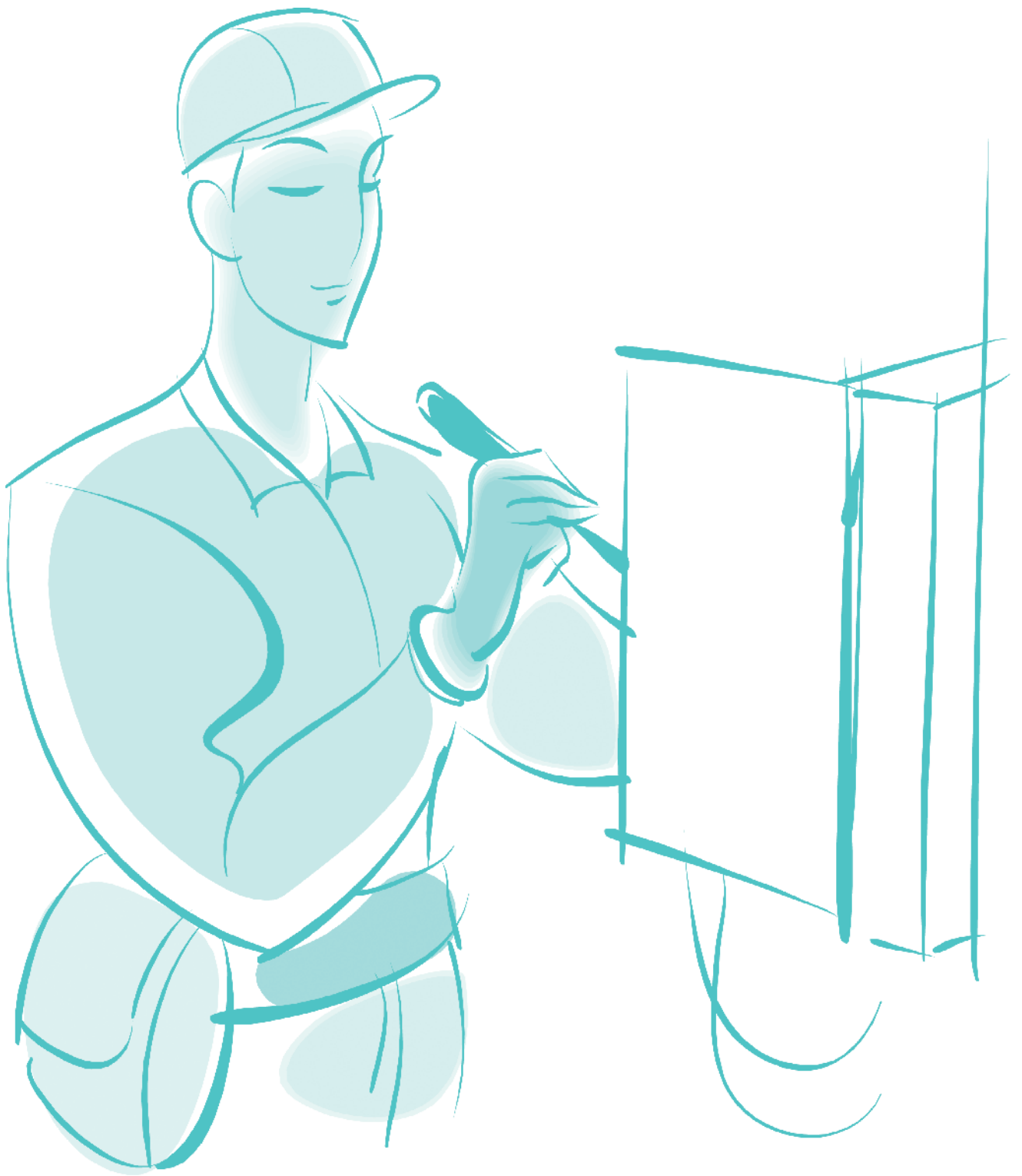




DZIAŁ III

ELEKTRYKA I MOTORYZACJA

■ Pomoc instalatora	105
■ Pomoc mechanika	113
■ Pomoc wulkanizatora	123
■ Pracownik myjni samochodowej	131
■ Pracownik salonu samochodowego	139
■ Pracownik serwisu rowerowego	147
■ Pracownik stacji benzynowej	157





POMOC INSTALATORA

POMOC INSTALATORA

OPIS STANOWISKA PRACY

Pomocnik instalatora wykonuje proste prace instalacyjne.

Pracownik na tym stanowisku przygotowuje otwory w ścianach lub kopie rowy pod różne przewody, wierci otwory pod włączniki i pomaga w montażu instalacji.

Pomocnik instalatora pracuje zwykle w małych zespołach.

Pomocnik instalatora używa prostych narzędzi (takich jak śrubokręt, młotek) i urządzeń (takich jak wiertarka, wkrętarka).

Pracownik zakładu wykonuje czynności tak samo często wewnątrz budynku jak i na dworze. Jest to praca w ruchu.

Pracownik powinien wykazywać się dużą sprawnością manualną oraz dokładnością i siłą.

CZYNNOŚCI ZAWODOWE



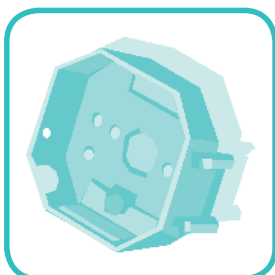
Kopanie rowów



Wykuwanie otworów pod instalację



Wiercenie otworów pod instalację



Montaż puszek elektrycznych



Montaż włączników i kontaktów

POMOC INSTALATORA

CZYNNOŚCI ZAWODOWE



Montaż domofonów i telefonów



Przeciąganie przewodów



Montaż korytek ochronnych



Zamurowywanie otworów z instalacją

PREDYSPOZYCJE ZAWODOWE



Sprawność manualna
(sprawne ręce i dłonie)



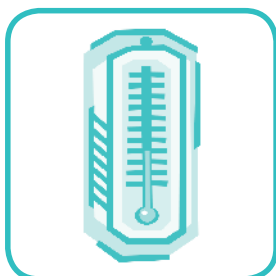
Dokładność



Sprawność fizyczna i ruchowa



Zdrowy kręgosłup



Odporność na zmiany temperatury

POMOC INSTALATORA

PRZECIWWSKAZANIA



Brak sprawności fizycznej i ruchowej



Brak sprawności manualnej



Wady kręgosłupa

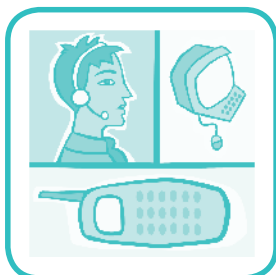


Brak odporności na zmiany temperatury

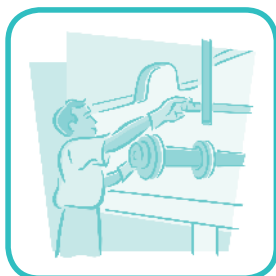


Brak siły fizycznej

MOŻLIWOŚCI ZATRUDNIENIA



Firmy telekomunikacyjne



Małe, kilkuosobowe firmy





POMOC MECHANIKA

POMOC MECHANIKA

OPIS STANOWISKA PRACY

Zadaniem pomocnika mechanika jest pomoc w montowaniu części i naprawie różnych maszyn i urządzeń.

Dbą on również o czystość urządzeń, maszyn lub pojazdów.

Pomocnik mechanika może być zatrudniony w warsztatach samochodowych, fabrykach lub serwisach naprawy.

Pomocnik mechanika powinien być osobą sprawną fizycznie i manualnie, spostrzegawczą i dokładną.

Wskazane jest, aby miał zainteresowania i uzdolnienia techniczne.

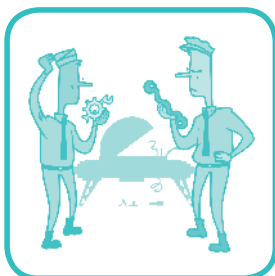
Jako pomocnik mechanika nie powinna pracować osoba, która jest uczulona na smary, lakiery i inne środki chemiczne.

Na tym stanowisku nie może pracować osoba, która cierpi na choroby skóry i dłoni oraz ma poważne wady kręgosłupa.

CZYNNOŚCI ZAWODOWE



Pomoc w szukaniu usterek



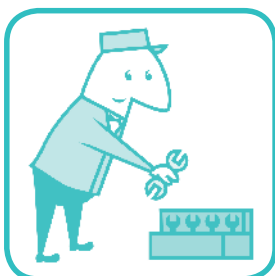
Pomoc mechanikowi w naprawie maszyn,
urządzeń i pojazdów



Pomoc mechanikowi w dorabianiu
i dopasowywaniu części



Pomoc w montowaniu części



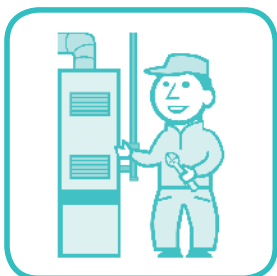
Podawanie mechanikowi narzędzi

POMOC MECHANIKA

CZYNNOŚCI ZAWODOWE



Dbanie o czystość urządzeń,
maszyn i pojazdów



Pomoc w konserwowaniu urządzeń

PREDYSPOZYCJE ZAWODOWE



Sprawność manualna
(sprawne ręce i dłonie)



Dobry wzrok
lub prawidłowo skorygowany okularami



Dobry słuch



Umiejętność koncentracji uwagi



Zainteresowania i uzdolnienia techniczne

POMOC MECHANIKA

PREDYSPOZYCJE ZAWODOWE



Wskazana umiejętność czytania i pisania

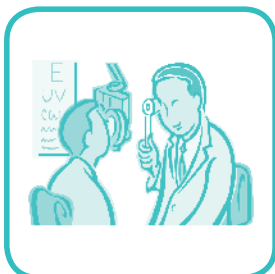
PRZECIWWSKAZANIA



Alergie



Choroby skóry i rąk



Znaczące wady wzroku,
brak odpowiednich okularów



Brak sprawności manualnej

POMOC MECHANIKA

MOŻLIWOŚCI ZATRUDNIENIA



Warsztaty samochodowe



Fabryki, hale produkcyjne



Serwisy naprawy
różnych urządzeń i maszyn







POMOC WULKANIZATORA

POMOC WULKANIZATORA

OPIS STANOWISKA PRACY

Pomoc wulkanizatora wykonuje proste prace wulkanizacyjne związane z montowaniem i naprawianiem kół i opon.

Pracownik na tym stanowisku demontuje i montuje opony i koła, pompuje opony, wyważa koła oraz klei dziurawe opony.

Pomoc wulkanizatora pracuje zwykle w małych zespołach.

Używa prostych narzędzi takich jak klucze do kół, lewarek i nieskomplikowanych urządzeń takich jak kompresor, wkrętarka.

Pracownik zakładu w zależności od czynności wykonuje pracę wewnątrz budynku lub na dworze. Jest to praca w ruchu.

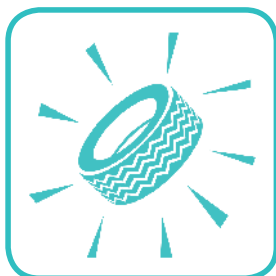
Pracownik powinien wykazywać się dużą sprawnością manualną oraz dokładnością i siłą.

Pomoc wulkanizatora wykonuje czynności na polecenie przełożonego.

CZYNNOŚCI ZAWODOWE



Demontaż kół



Zdejmowanie opony z felgi



Czyszczenie felgi



Pompowanie kół



Wywarzanie kół

POMOC WULKANIZATORA

CZYNNOŚCI ZAWODOWE



Montowanie kół



Sprawdzanie ciśnienia w kołach



Klejenie opon

PREDYSPOZYCJE ZAWODOWE



Sprawność fizyczna i ruchowa



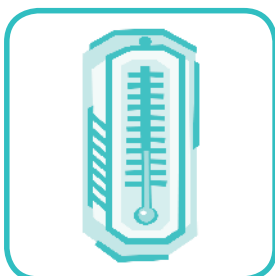
Sprawność manualna
(sprawne ręce i dłonie)



Dokładność



Zdrowy kręgosłup



Odporność na zmiany temperatury

POMOC WULKANIZATORA

PRZECIWWSKAZANIA



Brak sprawności fizycznej i ruchowej



Brak sprawności manualnej



Wady kręgosłupa



Brak siły fizycznej



Brak odporności na zmiany temperatury

MOŻLIWOŚCI ZATRUDNIENIA



Warsztaty samochodowe



Myjnie samochodowe, ręczne



Firmy transportowe





PRACOWNIK MYJNI SAMOCHODOWEJ

PRACOWNIK MYJNI SAMOCHODOWEJ

OPIS STANOWISKA PRACY

Do obowiązków pracownika myjni samochodowej należy mycie karoserii, pranie tapicerki, mycie wnętrza samochodu oraz woskowanie karoserii.

Pracownik pracuje w myjni samochodowej ręcznej. Może też pracować w dużej firmie transportowej.

Praca na stanowisku pracownika myjni samochodowej jest pracą w ciągłym ruchu.

Pracuje się głównie w pomieszczeniu, czasem też na zewnątrz.

Pracownik myjni samochodowej ma kontakt z różnymi środkami chemicznymi (płynami, pastami i woskami), które mogą wywoływać alergie.

Osoba pracująca w myjni samochodowej powinna być dokładna, posiadać sprawne ręce, zdrowy kręgosłup oraz być odporna na zmiany temperatur.

Pracownik myjni samochodowej używa różnych urządzeń (odkurzacza) i środków czyszczących (płynów, past).

Pracownik wykonuje wszystkie prace na polecenie przełożonego.

CZYNNOŚCI ZAWODOWE



Mycie karoserii



Mycie kół



Mycie szyb



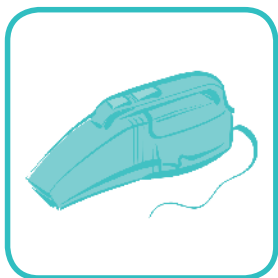
Mycie silnika



Mycie wnętrza

PRACOWNIK MYJNI SAMOCHODOWEJ

CZYNNOŚCI ZAWODOWE



Odkurzenie



Pranie tapicerki



Polerowanie i woskowanie

PREDYSPOZYCJE ZAWODOWE



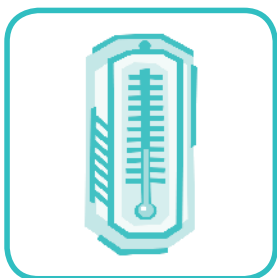
Sprawność fizyczna i ruchowa



Dokładność



Zdrowy kręgosłup



Odporność na zmiany temperatury

PRACOWNIK MYJNI SAMOCHODOWEJ

PRZECIWWSKAZANIA



Niedokładność



Nadwrażliwość na detergenty



Wady kręgosłupa



Brak sprawności fizycznej i ruchowej

MOŻLIWOŚCI ZATRUDNIENIA



Warsztaty samochodowe
i wulkanizacyjne



Myjnie samochodowe, ręczne



Firmy transportowe





PRACOWNIK SALONU SAMOCHODOWEGO

PRACOWNIK SALONU SAMOCHODOWEGO

OPIS STANOWISKA PRACY

Pracownik salonu samochodowego pracuje w komisie samochodowym lub w salonie zajmującym się sprzedażą nowych samochodów.

Pracownik dba o czystość samochodów oraz utrzymanie porządku w miejscu pracy

Pracuje w ciągłym ruchu.

Praca może być wykonywana w budynku oraz na zewnątrz.

Pracownik ma kontakt z różnymi środkami chemicznymi, które mogą wywoływać alergie.

Czasami używa w swojej pracy odkurzacza.

Osoba pracująca w salonie samochodowym powinna być dokładna, posiadać sprawne ręce i dłonie, zdrowy kręgosłup oraz dobry wzrok.

Pracownik wykonuje wszystkie prace na polecenie przełożonego.

CZYNNOŚCI ZAWODOWE



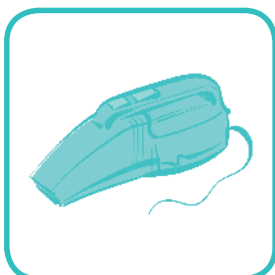
Mycie samochodu



Woskowanie karoserii



Czyszczenie tapicerki



Odkurzanie wnętrza samochodu



Mycie szyb

PRACOWNIK SALONU SAMOCHODOWEGO

CZYNNOŚCI ZAWODOWE



Mycie okien salonu samochodowego



Zamiatanie w salonie samochodowym
i na zewnątrz

PREDYSPOZYCJE ZAWODOWE



Dokładność



Sprawność manualna
(sprawne ręce i dłonie)



Sprawność fizyczna i ruchowa



Dobry wzrok
lub prawidłowo skorygowany okularami



Zdrowy kręgosłup

PRACOWNIK SALONU SAMOCHODOWEGO

PRZECIWWSKAZANIA



Znaczące wady wzroku,
brak odpowiednich okularów



Brak sprawności manualnej



Wady kręgosłupa
(przy pracach wykonywanych w pozycji
stojącej, przyprzenoszeniu, podnoszeniu)

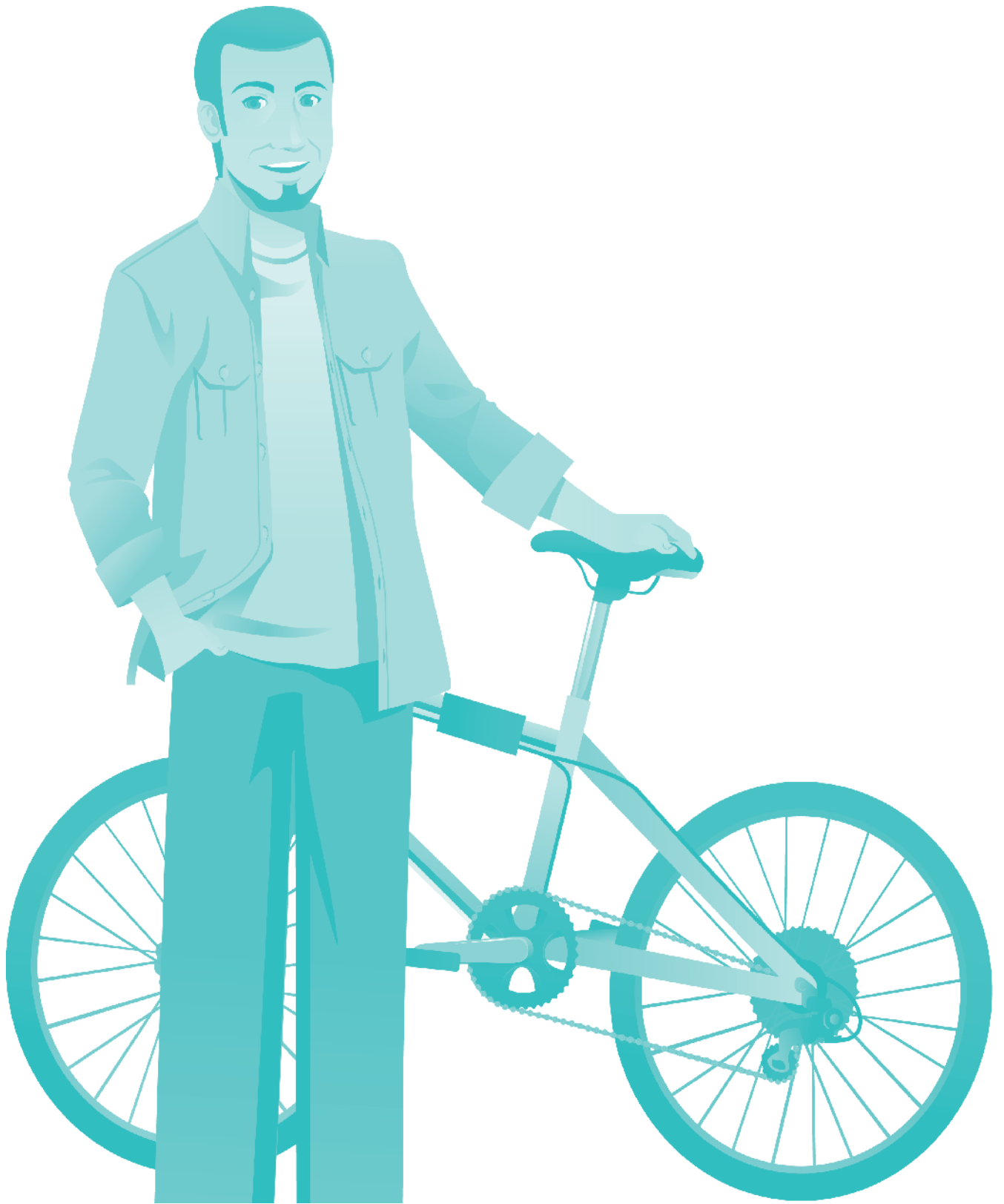
MOŻLIWOŚCI ZATRUDNIENIA



Salony samochodowe



Komisy samochodowe





PRACOWNIK SERWISU ROWEROWEGO

PRACOWNIK SERWISU ROWEROWEGO

OPIS STANOWISKA PRACY

Osoba pracująca na tym stanowisku naprawia i dba o rowery.

Dodatkowo czyści je lub zabezpiecza przed zniszczeniem.

Potrzebna jest wiedza na temat rowerów. Dobrze jeśli praca jest też pasją.

Pracownik serwisu rowerowego używa narzędzi takich jak: klucz francuski, śrubokręt lub pompka.

W pracy używa się specjalistycznych środków chemicznych i smaru. Pracownik nie może być na nie uczulony.

Do zadań pracownika należy też wymiana części roweru, dokręcanie ich oraz czyszczenie.

Często pracuje się z drugą osobą, która zleca wykonanie zadań.

Praca wykonywana jest w pomieszczeniu.

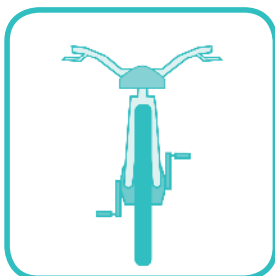
Osoba zatrudniona na tym stanowisku powinna być odpowiedzialna. Błąd może zakończyć się wypadkiem.

Pracownik powinien być też precyzyjny i dokładny.

CZYNNOŚCI ZAWODOWE



Wymiana części



Ustawianie części (regulacja)



Czyszczenie roweru i jego części



Pompowanie kół



Montowanie dodatkowych elementów
(na przykład fotelik, koszyk)

PRACOWNIK SERWISU ROWEROWEGO

CZYNNOŚCI ZAWODOWE



Zabezpieczanie przed brudem



Wymiana oleju w hamulcach



Sprawdzanie stanu technicznego roweru

PREDYSPOZYCJE ZAWODOWE



Sprawność manualna
(sprawne ręce i dłonie)



Dokładność i precyzja



Dobry wzrok lub prawidłowo
skorygowany okularami



Umiejętność posługiwania
się narzędziami



Odpowiedzialność

PRACOWNIK SERWISU ROWEROWEGO

PREDYSPOZYCJE ZAWODOWE



Brak wrażliwości na brud
i środki chemiczne

PRZECIWWSKAZANIA



Brak sprawności rąk i dłoni



Znacząca wada wzroku,
brak odpowiednich okularów



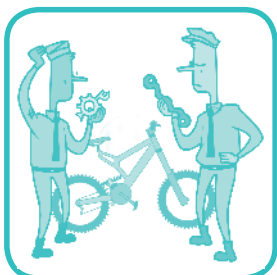
Wrażliwość na brud i środki chemiczne



Wady kręgosłupa

PRACOWNIK SERWISU ROWEROWEGO

MOŻLIWOŚCI ZATRUDNIENIA



Serwisy rowerowe



Sklepy rowerowe



Duże sklepy sportowe







PRACOWNIK STACJI BENZYNOWEJ

PRACOWNIK STACJI BENZYNOWEJ

OPIS STANOWISKA PRACY

Pracownik stacji benzynowej pracuje na terenie stacji paliw.

Zajmuje się dbaniem o czystość sklepu, pomieszczeń i terenu zewnętrznego.

Do jego zadań należy zamykanie podłogi i placu, mycie sklepowych półek i układanie towaru.

Zbiera też puste opakowania i sprzęta toalety.

Ważne obowiązki pracownika na tym stanowisku to pomoc klientom przy tankowaniu paliwa i mycie szyb samochodowych.

Praca wykonywana jest w budynkach stacji paliw i na terenie zewnętrznym.

Osoba pracująca na tym stanowisku powinna być ostrożna.

Pracownik powinien być także sprawny fizycznie i posiadać umiejętność skupienia uwagi.

Pracownik stacji benzynowej narażony jest na zmienne warunki pogodowe, dlatego nosi odpowiednią do pory roku odzież.

Pracownik musi współpracować z innymi osobami.

CZYNNOŚCI ZAWODOWE



Mycie podłogi



Zamiatanie



Zbieranie pustych opakowań



Mycie sklepowych półek



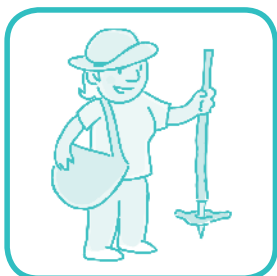
Układanie towaru

PRACOWNIK STACJI BENZYNOWEJ

CZYNNOŚCI ZAWODOWE



Sprzątanie toalet



Porządkowanie terenu zewnętrznego



Pomoc klientom przy tankowaniu paliwa



Mycie szyb samochodowych

PREDYSPOZYCJE ZAWODOWE



Sprawność fizyczna i ruchowa



Siła



Zdrowy kręgosłup



Zdrowe nogi



Dokładność

PRACOWNIK STACJI BENZYNOWEJ

PREDYSPOZYCJE ZAWODOWE



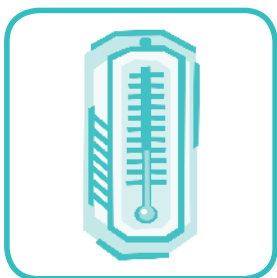
Umiejętność współpracy



Ostrożność



Umiejętność skupienia uwagi



Odporność na zmiany temperatury

PRZECIWWSKAZANIA



Wady kręgosłupa



Brak sprawności fizycznej i ruchowej



Brak siły



Trudności w skupieniu uwagi



Brak orientacji przestrzennej

PRACOWNIK STACJI BENZYNOWEJ

PRZECIWWSKAZANIA



Brak odporności na zmiany temperatury



Niekulturalne zachowanie

MOŻLIWOŚCI ZATRUDNIENIA



Małe stacje paliw



Duże stacje paliw



DZIAŁ IV

GASTRONOMIA I PRZETWÓRSTWO ŻYWNOCİ

■ Dekorator wyrobów cukierniczych	169
■ Patroszacz ryb	179
■ Pomoc baristy	189
■ Pomoc bufetowej	199
■ Pomoc cukiernika	209
■ Pomoc kelnera	219
■ Pomoc kuchenna	227
■ Pomoc piekarza	237
■ Pomoc serowara	245
■ Pomoc wędliniarza	255
■ Pracownik restauracji	265
■ Zmywacz naczyń	277





DEKORATOR WYROBÓW CUKIERNICZYCH

DEKORATOR WYROBÓW CUKIERNICZYCH

OPIS STANOWISKA PRACY

Dekorator wyrobów cukierniczych pracuje w kawiarniach, piekarniach, cukierniach lub fabrykach słodczy.

Zajmuje się zdobieniem i przystrajaniem wyrobów cukierniczych ciastek, ciast, tortów, deserów i cukierków.

Główne zadania dekoratora to planowanie i tworzenie dekoracji.

Dekoracje wykonuje z czekolady, galaretki, owoców, cukru smakowego i lukru.

Pracuje się w pomieszczeniach, nie wymaga kontaktu z klientem.

Praca wymaga współpracy z innymi pracownikami zakładu zajmującego się wyrobami cukierniczymi.

Pracownik powinien posiadać zdolności manualne, być precyzyjny i posiadać zmysł estetyczny.

Wymagana jest aktualna książeczka sanepidowska.

CZYNNOŚCI ZAWODOWE



Zdobienie i przystrajanie
wyrobów cukierniczych



Planowanie i tworzenie dekoracji



Dobieranie i przygotowywanie dekoracji



Mieszanie galaretki



Obieranie owoców

DEKORATOR WYROBÓW CUKIERNICZYCH

CZYNNOŚCI ZAWODOWE



Pestkowanie owoców



Nadziewanie



Przekładanie ciast



Porządkowanie miejsca pracy

PREDYSPOZYCJE ZAWODOWE



Sprawność fizyczna i ruchowa



Dobry wzrok
lub prawidłowo skorygowany okularami



Zdrowy kręgosłup



Zdrowe nogi



Umiejętność współpracy

DEKORATOR WYROBÓW CUKIERNICZYCH

PREDYSPOZYCJE ZAWODOWE



Znajomość miar i wag



Sprawność manualna
(sprawne ręce i dłonie)



Umiejętność koncentracji uwagi

PRZECIWWSKAZANIA



Wady kręgosłupa



Brak sprawności fizycznej i ruchowej



Wady wzroku



Brak sprawności manualnej



Alergie, podatność na przeziębienia

DEKORATOR WYROBÓW CUKIERNICZYCH

PRZECIWWSKAZANIA



Brak orientacji przestrzennej



Choroby skóry rąk



Trudność w skupieniu uwagi



Brak dokładności i precyzji

MOŻLIWOŚCI ZATRUDNIENIA



Kawiarnie



Cukiernie



Piekarnie



Manufaktury cukierków





PATROSZACZ RYB

PATROSZACZ RYB

OPIS STANOWISKA PRACY

Patroszacz ryb zajmuje się wstępnym przygotowaniem mięsa ryb do dalszej obróbki.

Jego praca polega na usuwaniu wnętrzności ryb i krojeniu mięsa.

Wykonuje też czynności porządkowe po zakończonej pracy.

Patroszacz ryb używa w swojej pracy ostrych narzędzi (noży), dzięki którym kroi mięso na kawałki.

Patroszacz ryb pracuje zazwyczaj w niewielkich zespołach.

Pracownik ten wykonuje czynności wewnątrz budynku.

Jest to praca w ruchu.

Wymaga odporności na niskie temperatury i wilgoć.

Patroszacz ryb powinien wykazywać się dużą sprawnością manualną, odpornością na zimno oraz dokładnością i ostrożnością.

CZYNNOŚCI ZAWODOWE



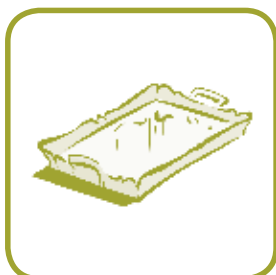
Usuwanie wnętrzności z brzucha ryb



Odcinanie głowy ryb



Filetowanie



Mycie pojemników



Mycie podłogi

PATROSZACZ RYB

PREDYSPOZYCJE ZAWODOWE



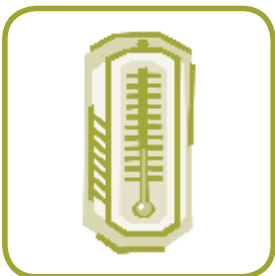
Sprawność manualna
(sprawne ręce i dłonie)



Sprawność fizyczna i ruchowa



Dobry wzrok
lub prawidłowo skorygowany okularami



Odporność na niską temperaturę



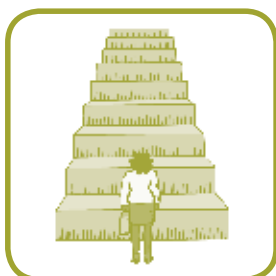
Dokładność



Ostrożność



Dobre tempo pracy



Samodzielność



Odporność na wilgoć

PATROSZACZ RYB

PRZECIWWSKAZANIA



Brak sprawności manualnej



Brak sprawności fizycznej i ruchowej



Niedokładność



Nadwrażliwość na nieprzyjemne zapachy



Wolne tempo pracy



Brak samodzielności



Wady kręgosłupa

PATROSZACZ RYB

MOŻLIWOŚCI ZATRUDNIENIA



Małe, kilkuosobowe firmy



Przedsiębiorstwa przetwórstwa rybnego







POMOC BARISTY

POMOC BARISTY

OPIS STANOWISKA PRACY

Pomoc baristy pomaga w przygotowaniu i podaniu kawy klientom.

Do jej obowiązków należy przygotowanie filiżanek i kubków, sztućców i spienianie mleka.

Zbiera i zmywa filiżanki oraz czyści ekspres do kawy.

Pracownik obsługuje urządzenia (młynek do kawy, spieniacz do mleka, automat do bitej śmietany, zmywarka, wyparzarka).

Pomoc baristy pracuje w pomieszczeniu – w kawiarni, restauracji, pijalni kawy.

Jest to praca w ruchu.

Czynności wykonuje się samodzielnie lub na polecenie przełożonego.

Pomoc baristy pracuje w zespole, dlatego powinna umieć współpracować z innymi osobami.

Pracownik ma kontakt z klientami.

Powinien być kulturalny, opanowany, dbać o wygląd oraz posiadać życzliwe i uprzejme usposobienie.

Pomoc baristy nosi specjalne ubranie lub fartuch.

Pracownik musi posiadać aktualną książeczkę sanepidowską.

CZYNNOŚCI ZAWODOWE



Przygotowanie filiżanek, kubków
i sztućców



Dokładanie mieszadełek,
cukru i dodatków do kaw



Mielenie kawy



Spienianie mleka



Obsługa automatu do bitej śmietany

POMOC BARISTY

CZYNNOŚCI ZAWODOWE



Zbieranie naczyń



Ręczne zmywanie naczyń



Obsługa zmywarki i wyparzarki do naczyń



Dolewanie wody do ekspresu do kawy



Dosypywanie kawy do ekspresu



Czyszczenie ekspresu do kawy



Ścieranie stolików



Zamiatanie podłogi



Mycie podłogi

POMOC BARISTY

PREDYSPOZYCJE ZAWODOWE



Życzliwe, otwarte
i uprzejme usposobienie



Dokładność



Zdrowe nogi



Dbłość o własny wygląd



Umiejętność współpracy

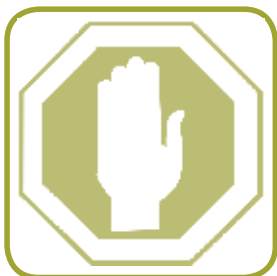
PRZECIWWSKAZANIA



Lęk, obawa przed kontaktami
z innymi osobami (wycofanie)



Nerwowe lub agresywne zachowanie



Choroby skóry i rąk



Choroby nóg

POMOC BARISTY

MOŻLIWOŚCI ZATRUDNIENIA



Kawiarnie, restauracje







POMOC BUFETOWEJ

POMOC BUFETOWEJ

OPIS STANOWISKA PRACY

Pomoc bufetowej pracuje w barach szybkiej obsługi, bufetach, stołówkach szkolnych i pracowniczych.

Pomoc bufetowej przygotowuje kawę i herbatę, a także nakłada jedzenie na talerze i wydaje je gościom.

Do jej obowiązków należy również polerowanie sztućców oraz naczyń.

Pomoc bufetowej dba o czystość na terenie bufetu, na przykład myje gabloty, w których znajduje się towar oraz dba o estetykę stołów.

Pomoc bufetowej powinna być uśmiechnięta, lubić rozmawiać z innymi ludźmi oraz dbać o swój wygląd i higienę osobistą.

Na tym stanowisku pracy obowiązuje odzież ochronna, czyli odpowiedni fartuch oraz obuwie zmienne.

Pomoc bufetowej pracuje w miejscu gdzie przygotowuje się i sprzedaje posiłki, dlatego musi być ostrożna i odpowiedzialna.

Aby pracować jako pomoc bufetowej trzeba mieć aktualną książeczkę sanepidowską.

CZYNNOŚCI ZAWODOWE



Nalewanie napojów do szklanek



Parzenie kawy/herbaty



Polerowanie sztućców



Zawijanie sztućców w serwetki



Polerowanie naczyń, szkła

POMOC BUFETOWEJ

CZYNNOŚCI ZAWODOWE



Nakładanie produktów na talerz



Dekorowanie stołów (rozkładanie obrusów, układanie serwetek)



Mycie gablot



Układanie towaru w gablotach



Wydawanie posiłków i napojów gościom

PREDYSPOZYCJE ZAWODOWE



Sprawność manualna
(sprawne ręce i dłonie)



Dobry wzrok
lub prawidłowo skorygowany okularami



Ostrożność



Dbłość o własny wygląd



Dokładność

POMOC BUFETOWEJ

PRZECIWWSKAZANIA



Znaczące wady wzroku,
brak odpowiednich okularów



Wady kręgosłupa



Poważne wady słuchu i wymowy



Brak sprawności manualnej



Choroby skóry i rąk



Niekulturalne zachowanie
wobec innych osób

POMOC BUFETOWEJ

MOŻLIWOŚCI ZATRUDNIENIA



Cukiernie, ciastkarnie, restauracje,
bary, bufety



Stołówki szkolne, pracownicze, kuchnie
w szpitalach



Kuchnie w ośrodkach wypoczynkowych







POMOC CUKIERNIKA

POMOC CUKIERNIKA

OPIS STANOWISKA PRACY

Pomoc cukiernika pracuje w cukierniach i ciastkarniach.

Wykonuje różne czynności związane z wyrobem ciast.

Do obowiązków pomocy cukiernika należy między innymi: przygotowywanie produktów do wyrobu ciast, mieszanie składników, wyrabianie i wałkowanie ciasta oraz pakowanie gotowych wypieków.

Pracownik powinien także dbać o utrzymanie czystości naczyń, narzędzi i pomieszczeń.

Pomoc cukiernika używa różnych narzędzi (noże, wałek, sitko) oraz urządzeń mechanicznych (mikser, młynek do orzechów, zmywarka).

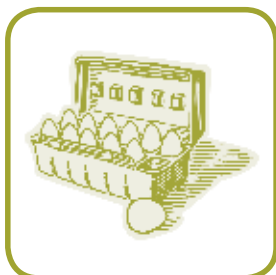
Pracownik wykonuje wszystkie prace na polecenie przełożonego.

Pomoc cukiernika musi dbać o higienę, szczególnie o czystość rąk.

W pracy na tym stanowisku obowiązuje strój ochronny (fartuch, nakrycie głowy i obuwie zmienne).

Aby pracować jako pomoc cukiernika trzeba mieć aktualną książeczkę sanepidowską.

CZYNNOŚCI ZAWODOWE



Wbijanie jajek do miski



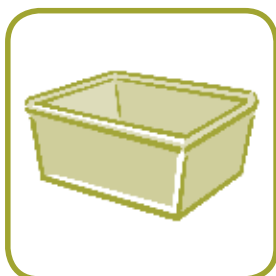
Przygotowanie, ważenie
potrzebnych produktów



Obieranie i krojenie owoców do ciasta



Mielenie orzechów i migdałów



Wykładanie form papierem do pieczenia

POMOC CUKIERNIKA

CZYNNOŚCI ZAWODOWE



Wyrabianie i wałkowanie ciasta rękami



Wykrawanie ciasteczek i pierników



Mieszanie mas do ciast i kremów



Obsługa urządzeń, na przykład miksera



Przekładanie ciasta do formy



Rozrabianie galaretki



Ozdabianie ciast



Krojenie ciast



Pakowanie ciast



Zmywanie naczyń

POMOC CUKIERNIKA

PREDYSPOZYCJE ZAWODOWE



Sprawność manualna
(sprawne ręce i dłonie)



Znajomość miar i wag



Umiejętność liczenia



Wskazana umiejętność czytania,
odwzorowywania napisów



Dokładność

PRZECIWWSKAZANIA



Znaczące wady wzroku,
brak odpowiednich okularów



Choroby skóry i rąk



Brak znajomości miar i wag



Alergie



Brak sprawności manualnej

POMOC CUKIERNIKA

MOŻLIWOŚCI ZATRUDNIENIA



Cukiernie, ciastkarnie,
restauracje, bary, bufety







POMOC KELNERA

POMOC KELNERA

OPIS STANOWISKA PRACY

Pomocnik kelnera odpowiedzialny jest za nakrycie stołu, ułożenie naczyń i sztućców.

Pomocnik kelnera zajmuje się także polerowaniem naczyń i sztućców.

Kolejnym jego zadaniem jest sprzątanie ze stołów brudnych naczyń.

Do jego obowiązków należy również utrzymanie czystości na sali restauracyjnej.

Miejszem pracy kelnera są różne lokale gastronomiczne (restauracje, bary, kawiarnie).

Osoba pracująca na tym stanowisku powinna dbać o własny wygląd i nosić odpowiednie ubranie.

Powinna też kulturalnie się zachowywać.

CZYNNOŚCI ZAWODOWE



Nakrywanie do stołu, układanie naczyń, sztućców, kart dań, serwetek



Polerowanie sztućców i zawijanie ich w serwetki



Parzenie kawy, herbaty



Nalewanie różnych napojów do szklanek



Ustawianie stolików, krzeseł oraz układanie kwiatów w wazonach, rozstawianie bukietów na stolikach

POMOC KELNERA

PREDYSPOZYCJE ZAWODOWE



Sprawność manualna
(sprawne ręce i dłonie)



Dobry wzrok
lub prawidłowo skorygowany okularami



Wskazana umiejętność czytania,
odwzorowywania napisów



Umiejętność liczenia



Dbłość o własny wygląd

PRZECIWWSKAZANIA



Znaczące wady wzroku



Brak sprawności manualnej



Wady kręgosłupa

POMOC KELNERA

MOŻLIWOŚCI ZATRUDNIENIA



Cukiernie, ciastkarnie,
restauracje, bary, bufety







POMOC KUCHENNA

POMOC KUCHENNA

OPIS STANOWISKA PRACY

Pomoc kuchenna wykonuje różne czynności związane z przygotowaniem produktów spożywczych, z których później kucharz sporządza posiłki.

Do obowiązków pomocy kuchennej należy także utrzymanie czystości naczyń, narzędzi i pomieszczeń kuchennych.

Pracownik powinien dbać przede wszystkim o własne stanowisko pracy.

Pomoc kuchenna musi dbać również o higienę, szczególnie o czystość rąk.

W pracy obowiązuje odzież ochronna, to znaczy nakrycie włosów, fartuch, rękawice, odpowiednie obuwie.

Pomoc kuchenna używa różnych narzędzi (noże, obieraczki) oraz urządzeń mechanicznych (mikser, zmywarka, maszynka do mielenia).

Praca pomocy kuchennej polega na przenoszeniu, podnoszeniu, podawaniu, myciu, obieraniu, rozdrabnianiu różnych produktów.

CZYNNOŚCI ZAWODOWE



Przygotowanie, ważenie
potrzebnych produktów



Obieranie warzyw



Rozdrabnianie produktów
(krojenie, szatkowanie, mielenie)



Przygotowywanie sałatek



Przygotowywanie kanapek

POMOC KUCHENNA

CZYNNOŚCI ZAWODOWE



Przygotowywanie sosów



Przygotowywanie ciasta



Oliwienie patelni i wysmażanie różnych produktów



Przygotowywanie soków,
nalewanie



Obsługa urządzeń kuchennych



Przyrządzanie potraw,
doprawianie



Nakładanie posiłków
(porcjowanie)



Zmywanie i segregowanie naczyń



Polerowanie sztućców



Zawijanie sztućców w serwetki

POMOC KUCHENNA

PREDYSPOZYCJE ZAWODOWE



Sprawność manualna
(sprawne ręce i dłonie)



Dobry wzrok
lub prawidłowo skorygowany okularami



Wskazana umiejętność czytania,
odwzorowywania napisów



Umiejętność liczenia



Znajomość miar i wag

PRZECIWWSKAZANIA



Znaczące wady wzroku,
brak odpowiednich okularów



Brak sprawności manualnej



Alergie



Wady kręgosłupa



Brak sprawności fizycznej i ruchowej

POMOC KUCHENNA

PRZECIWWSKAZANIA



Nadwrażliwość
na nieprzyjemne zapachy

MOŻLIWOŚCI ZATRUDNIENIA



Cukiernie, ciastkarnie,
restauracje, bary, bufety



Stołówki szkolne, pracownicze,
kuchnie w szpitalach



Kuchnie w ośrodkach wypoczynkowych



Zakłady Aktywności Zawodowej (ZAZ)
zatrudniające osoby niepełnosprawne



POMOC PIEKARZA

POMOC PIEKARZA

OPIS STANOWISKA PRACY

Praca pomocnika w piekarni polega na wykonywaniu różnych czynności pomocniczych przy wyrobie i pakowaniu pieczywa.

Do zadań pomocnika w piekarni należy również dbanie o czystość narzędzi i urządzeń wykorzystywanych w pracy.

Dbą również o utrzymanie czystości w pomieszczeniach piekarni.

Jest to praca zespołowa.

Osoba na tym stanowisku wykonuje czynności na polecenie swojego przełożonego.

Praca w piekarni może wiązać się z trudnymi warunkami pracy.

Temperatura panująca w pomieszczeniach piekarni jest wysoka.

CZYNNOŚCI ZAWODOWE



Krojenie pieczywa i pakowanie krojonego pieczywa do worków



Ważenie i wsypywanie bułki tartej do torebek



Formowanie ciasta na pieczywo



Smarowanie blach piekarniczych, układanie ciasta do wypieku



Układanie gotowego pieczywa na półkach, w koszykach oraz mycie, czyszczenie plastikowych koszy na pieczywo

POMOC PIEKARZA

PREDYSPOZYCJE ZAWODOWE



Sprawność manualna
(sprawne ręce i dłonie)



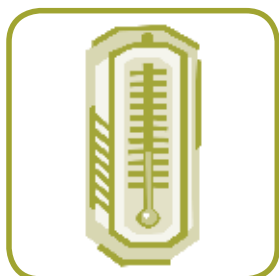
Dobry wzrok
lub prawidłowo skorygowany okularami



Wskazana umiejętność czytania,
odwzorowywania napisów



Znajomość miar i wag



Odporność na wysoką temperaturę

PRZECIWWSKAZANIA



Znaczące wady wzroku,
brak odpowiednich okularów



Alergie



Wady kręgosłupa



Brak sprawności manualnej

POMOC PIEKARZA

MOŻLIWOŚCI ZATRUDNIENIA



Rodzinne piekarnie, piekarnie
w hipermarketach







POMOC SEROWARA

POMOC SEROWARA

OPIS STANOWISKA PRACY

Osoba pracująca na tym stanowisku pomaga w wytwarzaniu różnego rodzaju serów.

Do jej zadań należy wkładanie sera do specjalnej formy, krojenie go na mniejsze kawałki oraz pakowanie.

Pomoc serowara dba także o czystość pomieszczeń oraz stosowanych narzędzi.

W pracy pomocnika serowara wykorzystuje się narzędzia takie jak: nóż, przecinak, prasa do wyciskania serów.

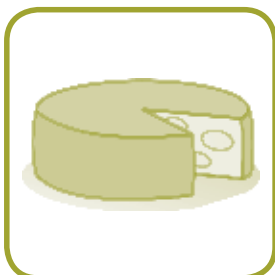
Praca ta wymaga sprawności manualnej, dokładności oraz precyzji.

Pracownik wykonuje zadania głównie w pozycji stojącej, dlatego ważne jest, aby miał zdrowy kręgosłup i nogi.

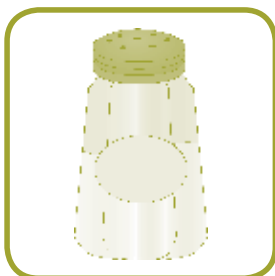
Pomocnik serowara może być zatrudniony w dużych zakładach przetwórstwa mlecznego oraz w małych manufakturach mleczarskich.

Osoba wykonuje pracę na polecenie przełożonego.

CZYNNOŚCI ZAWODOWE



Formowanie serów



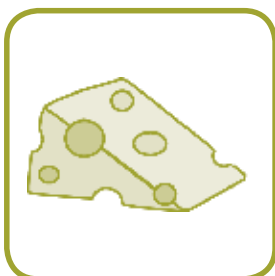
Doprawianie sera solą



Krojenie sera na mniejsze kawałki



Mielenie sera



Suszenie serów

POMOC SEROWARA

CZYNNOŚCI ZAWODOWE



Mieszanie sera z różnymi dodatkami



Pakowanie sera



Czyszczenie pomieszczeń



Czyszczenie narzędzi

PREDYSPOZYCJE ZAWODOWE



Sprawność manualna
(sprawne ręce i dłonie)



Dokładność



Zdrowy kręgosłup



Zdrowe nogi



Wskazana znajomość miar i wag

POMOC SEROWARA

PREDYSPOZYCJE ZAWODOWE



Umiejętność posługiwania
się narzędziami

PRZECIWWSKAZANIA



Znaczące wady wzroku,
brak odpowiednich okularów



Brak sprawności manualnej



Wady kręgosłupa



Choroby skóry i rąk

POMOC SEROWARA

MOŻLIWOŚCI ZATRUDNIENIA



Zakłady przetwórstwa mlecznego



Małe manufaktury mleczarskie





POMOC WĘDLINIARZA

POMOC WĘDLINIARZA

OPIS STANOWISKA PRACY

Pomoc wędliniarza przygotowuje mięso do spożycia w postaci wyrobów wędliniarskich. Pomaga też przechowywać gotowe wyroby.

Pomoc wędliniarza pracuje głównie w halach produkcyjnych i magazynach lub supermarketach.

Praca wykonywana jest zazwyczaj w pozycji stojącej i w ruchu.

Wymaga dobrej sprawności fizycznej.

Praca ma charakter zespołowy.

Pomocnik wędliniarza wykonuje prace na zlecenie współpracowników lub przełożonego.

Osoba pracująca jako pomoc wędliniarza powinna być dokładna, sprawna fizycznie, posiadać sprawne ręce i zdrowy kręgosłup.

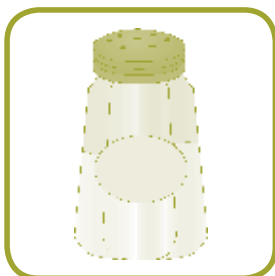
Pracownika obowiązuje strój służbowy. Są to koszulka, spodnie, obuwie i czapka.

Aby pracować na stanowisku wędliniarza należy posiadać aktualną książeczkę sanepidowską.

CZYNNOŚCI ZAWODOWE



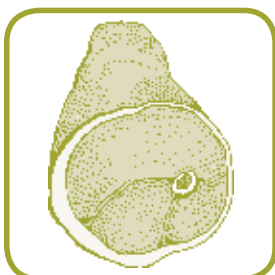
Ważenie mięsa



Przyprawianie mięsa



Krojenie mięsa



Wędzenie mięsa



Prace porządkowe na magazynie

POMOC WĘDLINIARZA

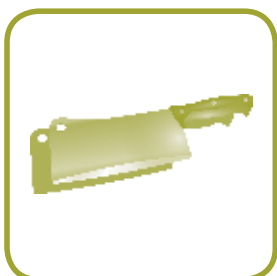
CZYNNOŚCI ZAWODOWE



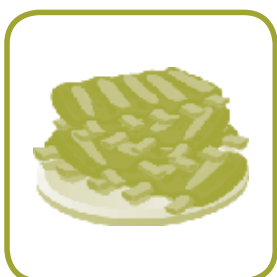
Wieszanie wyrobów wędliniarskich na hakach



Przewożenie mięsa za pomocą wózków



Ostrzenie noży i narzędzi



Przygotowywanie potraw mięsnych

PREDYSPOZYCJE ZAWODOWE



Sprawność manualna
(sprawne ręce i dłonie)



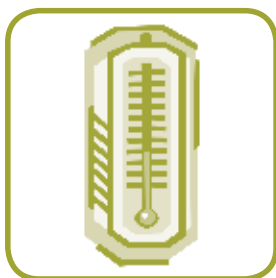
Sprawność fizyczna i ruchowa



Zdrowy kręgosłup



Zdrowe nogi



Odporność na zmiany temperatury

POMOC WĘDLINIARZA

PREDYSPOZYCJE ZAWODOWE



Wskazana znajomość miar i wag



Odpowiedzialność, przestrzeganie zasad BHP

PRZECIWWSKAZANIA



Brak sprawności fizycznej i ruchowej



Brak sprawności manualnej



Wady kręgosłupa



Choroby skóry i rąk



Alergie

POMOC WĘDLINIARZA

PRZECIWWSKAZANIA



Nadwrażliwość na nieprzyjemne zapachy



Brak odporności na zmiany temperatury

MOŻLIWOŚCI ZATRUDNIENIA



Zakłady mięsne



Supermarkety





PRACOWNIK RESTAURACJI

PRACOWNIK RESTAURACJI

OPIS STANOWISKA PRACY

Pracownik restauracji dba o czystość w pomieszczeniach restauracji (sala dla gości, zaplecze) i wokół niej.

Najczęściej pracuje w znanych sieciach restauracji, na przykład McDonald's.

Do obowiązków pracownika restauracji należy między innymi zmiatanie i mycie podłogi, zbieranie i mycie tacek, wycieranie stolików oraz opróżnianie koszy na śmieci.

Pracownik restauracji do sprzątania używa na przykład płynów, szmatek, miotły, mopa.

Jest to praca w ciągłym ruchu. Wymaga dobrej sprawności fizycznej i ruchowej.

Praca na tym stanowisku wymaga dużej samodzielności i spostrzegawczości.

Pracownik zazwyczaj pracuje samodzielnie.

Wykonuje też dodatkowe czynności na zlecenie przełożonego.

Pracownika restauracji obowiązuje strój służbowy, to znaczy koszulka, spodnie, obuwie i czapka.

Pracownik powinien dbać o swój wygląd i higienę.

Aby pracować na tym stanowisku trzeba mieć aktualną książeczkę sanepidowską.

CZYNNOŚCI ZAWODOWE



Wycieranie stolików



Opróżnianie koszy na śmieci



Zbieranie i mycie tacek



Zamiatanie podłogi



Mycie podłogi

PRACOWNIK RESTAURACJI

CZYNNOŚCI ZAWODOWE



Przecieranie szyb w drzwiach



Polerowanie luster



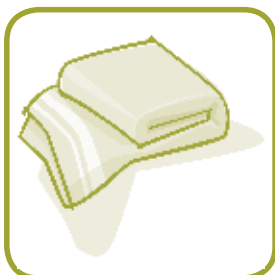
Wycieranie umywalki



Dokładanie papieru w toalecie



Uzupełnianie mydła w pojemniku



Składanie wypranych ścierek



Donoszenie na kuchnię produktów
z magazynu



Zmywanie naczyń



Rozkładanie i wynoszenie
do kontenera pustych kartonów

PRACOWNIK RESTAURACJI

PREDYSPOZYCJE ZAWODOWE



Dokładność



Sprawność fizyczna i ruchowa



Zdrowe nogi



Samodzielność



Dobre tempo pracy



Umiejętność nawiązywania kontaktu
z innymi ludźmi

PRACOWNIK RESTAURACJI

PRZECIWWSKAZANIA



Niedokładność



Brak samodzielności



Wady kręgosłupa



Brak sprawności fizycznej i ruchowej



Alergie



Choroby skóry i rąk



Lęk obawa przed kontaktami
z innymi osobami (wycofanie)



Wolne tempo pracy

PRACOWNIK RESTAURACJI

MOŻLIWOŚCI ZATRUDNIENIA



Cukiernie, ciastkarnie, restauracje,
bary, bufety





ZMYWACZ NACZYŃ

ZMYWACZ NACZYŃ

OPIS STANOWISKA PRACY

Zmywacz naczyń pracuje w restauracjach, hotelach i motelach.

Odpowiada za obsługę zmywarki oraz układa czyste naczynia.
Myje też naczynia ręcznie.

Osoba pracująca na stanowisku zmywacza naczyń używa różnego rodzaju ścierek oraz płynów. Nie może być na nie uczulona.

Jest to praca w ciągłym ruchu.

Wymaga dużej sprawności fizycznej.

Zmywacz naczyń zazwyczaj pracuje samodzielnie.

Wykonuje też dodatkowe czynności na polecenie przełożonego.

Osoba pracująca jako zmywacz naczyń powinna być dokładna, cierpliwa, posiadać sprawne ręce i zdrowy kręgosłup.

Aby pracować na stanowisku zmywacza naczyń należy posiadać aktualną książeczkę sanepidowską.

CZYNNOŚCI ZAWODOWE



Zmywanie naczyń



Obsługa zmywarki i wyparzarki



Układanie naczyń



Dbanie o czystość na terenie kuchni



Przenoszenie naczyń

ZMYWACZ NACZYŃ

CZYNNOŚCI ZAWODOWE



Zawijanie sztućców w serwetki



Polerowanie sztućców i szkła

PREDYSPOZYCJE ZAWODOWE



Sprawność manualna
(sprawne ręce i dłonie)



Dobry wzrok
lub prawidłowo skorygowany okularami



Dokładność



Sprawność fizyczna i ruchowa



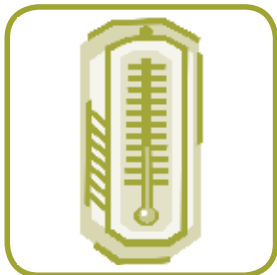
Zdrowy kręgosłup

ZMYWACZ NACZYŃ

PREDYSPOZYCJE ZAWODOWE



Zdrowe nogi



Odporność na zmiany temperatury

PRZECIWWSKAZANIA



Brak sprawności fizycznej i ruchowej



Brak sprawności manualnej



Znaczące wady wzroku,
brak odpowiednich okularów



Wady kręgosłupa



Choroby skóry i rąk

ZMYWACZ NACZYŃ

PRZECIWWSKAZANIA



Alergie



Nadwrażliwość na detergenty

MOŻLIWOŚCI ZATRUDNIENIA



Cukiernie, restauracje, bary,
bufety, hotele



Stołówki szkolne, pracownicze,
kuchnie w szpitalach



Kuchnie w ośrodkach sportowych
i wypoczynkowych



DZIAŁ V

HOTELARSTWO I KONSERWACJA BUDYNKÓW

■ Boy hotelowy	289
■ Parkingowy	299
■ Pomoc dozorczy	309
■ Pomoc palacza	319
■ Pomoc pokojowej	331
■ Pomoc portiera	339
■ Pomoc szatniarza	349



BOY HOTELOWY

BOY HOTELOWY

OPIS STANOWISKA PRACY

Boy hotelowy pracuje w dużych hotelach lub apartamentowcach.

Obsługuje on gości hotelu pomagając im między innymi w wypakowaniu bagaży z samochodu i dostarczeniu ich do właściwego pokoju.

Osoba wykonująca pracę jako boy hotelowy powinna być silna i sprawna fizycznie.

Osoba ta ma częsty kontakt z gośćmi, dlatego powinna łatwo nawiązywać kontakty z ludźmi, być kulturalna i życzliwa.

Boy hotelowy wykonuje swoją pracę w pomieszczeniach.

Praca wiąże się z przenoszeniem i dźwiganiem przedmiotów, na przykład bagaży.

Pracownik powinien mieć dobrą orientację przestrzenną, aby mógł swobodnie poruszać się na terenie hotelu.

Pracownik wykonuje wszystkie prace na polecenie przełożonego lub innego pracownika hotelu.

Boy hotelowy powinien być osobą zadbaną.

Najczęściej nosi on strój służbowy.

CZYNNOŚCI ZAWODOWE



Witanie gości



Otwieranie gościom drzwi do hotelu



Wnoszenie bagażu do hotelu



Odprawianie gości z recepcji do pokoju



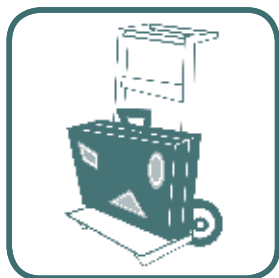
Dostarczanie bagażu do pokoju

BOY HOTELOWY

CZYNNOŚCI ZAWODOWE



Odbieranie bagażu od wyjeżdżających gości



Obsługa wózka bagażowego



Obsługa windy hotelowej



Dostarczanie przesyłek do pokoi gości



Odbieranie i wydawanie bagażu
w przechowalni

PREDYSPOZYCJE ZAWODOWE



Sprawność fizyczna i ruchowa



Umiejętność nawiązywania kontaktów
z ludźmi



Życzliwe, otwarte i uprzejme usposobienie



Dbłość o własny wygląd



Orientacja przestrzenna

BOY HOTELOWY

PREDYSPOZYCJE ZAWODOWE



Umiejętność rozpoznawania cyfr

PRZECIWWSKAZANIA



Brak sprawności fizycznej i ruchowej



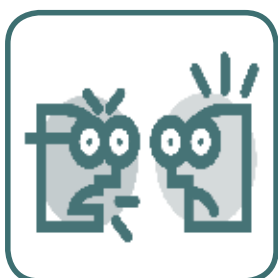
Brak umiejętności rozpoznawania cyfr



Lęk, obawa przed kontaktami
z innymi osobami (wycofanie)



Brak orientacji przestrzennej



Niekulturalne zachowanie
wobec innych osób

BOY HOTELOWY

MOŻLIWOŚCI ZATRUDNIENIA



Hotele



Apartamentowce





PARKINGOWY

PARKINGOWY

OPIS STANOWISKA PRACY

Parkingowy zajmuje się pobieraniem opłat, wskazywaniem wolnych miejsc parkingowych oraz dba o porządek i bezpieczeństwo na parkingu. Jest także odpowiedzialny za czystość parkingu.

Praca ta wykonywana jest głównie na zewnątrz oraz w pomieszczeniu (budka parkingowa). Dlatego trzeba też być odpornym na nieprzyjemną pogodę (na przykład duży upał, śnieg, deszcze).

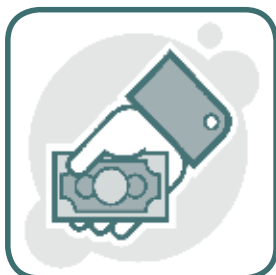
Parkingowy może pracować na parkingach strzeżonych i niestrzeżonych.

Pracuje zwykle samodzielnie. Ma jednak duży kontakt z użytkownikami parkingu. Dlatego powinien być kulturalny i nie bać się kontaktów z innymi osobami.

Praca wymaga odpowiedzialności i dobrej pamięci.

Pracując na parkingu strzeżonym odpowiada się za bezpieczeństwo pojazdów, chroni je przed kradzieżą oraz uszkodzeniami.

CZYNNOŚCI ZAWODOWE



Pobieranie opłat za parking



Dbanie o bezpieczeństwo pojazdów



Wskazywanie wolnych
miejsc parkingowych



Pilnowanie właściwego
parkowania pojazdów



Podnoszenie i opuszczanie
szlabanu/otwieranie i zamykanie bramy

PARKINGOWY

CZYNNOŚCI ZAWODOWE



Dokonywanie obchodu



Prace porządkowe



Odśnieżanie parkingu

PREDYSPOZYCJE ZAWODOWE



Umiejętność liczenia



Życzliwe, otwarte i uprzejme usposobienie



Odpowiedzialność



Orientacja przestrzenna



Sprawność fizyczna i ruchowa

PARKINGOWY

PREDYSPOZYCJE ZAWODOWE



Dobra pamięć

PRZECIWWSKAZANIA



Brak odporności na zmienne warunki atmosferyczne



Znaczące wady wzroku,
brak odpowiednich okularów



Lęk, obawa przed kontaktami
z innymi osobami (wycofanie)



Wrażliwość na zapach spalin

PARKINGOWY

MOŻLIWOŚCI ZATRUDNIENIA



Prywatne parkingi strzeżone i niestrzeżone,
parkingi miejskie, parkingi przy instytucjach
i uczelniach





POMOC DOZORCY

POMOC DOZORCY

OPIS STANOWISKA PRACY

Pomoc dozorca dba o porządek i czystość na zewnątrz i wewnątrz budynku.

Do jego obowiązków należy: zamykanie klatki schodowej, mycie schodów i okien. Czyści też napisy ze ścian.

Pomoc dozorca usuwa śmieci, odpady i inne zanieczyszczenia.

Zimą odśnieża chodniki i posypuje je piaskiem.

Latem pielęgnuje trawniki, krzewy oraz grabi liście.

Pracownik zawiadamia właściciela budynku, gdy nie działa winda. Zgłasza też inne usterki.

W swojej pracy używa takich narzędzi jak miotła, łopata, grabie i śrubokręt.

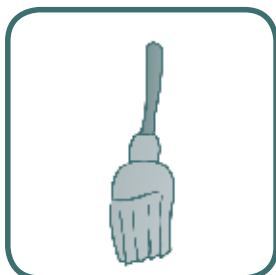
Pomoc dozorca pracuje w ciągłym ruchu.

Pracownik musi być sprawny fizycznie.

Swoją pracę rozpoczyna we wczesnych godzinach rannych.

Narażony jest na zmienne warunki atmosferyczne zwłaszcza przy pracach na zewnątrz.

CZYNNOŚCI ZAWODOWE



Zamiatanie klatki schodowej



Mycie korytarzy



Mycie schodów i poręczy



Mycie okien



Ścieranie napisów ze ścian

POMOC DOZORCY

CZYNNOŚCI ZAWODOWE



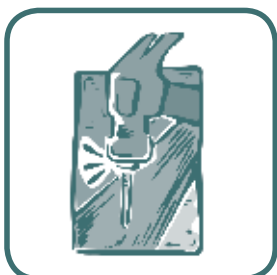
Odśnieżanie



Grabienie liści



Pielęgnacja trawników



Drobne naprawy



Zgłaszanie awarii

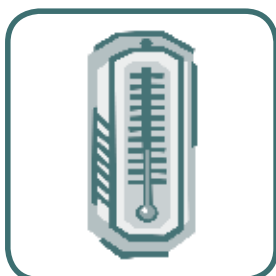
PREDYSPOZYCJE ZAWODOWE



Sprawność fizyczna i ruchowa



Zdrowy kręgosłup



Odporność na zmiany temperatury



Życzliwe, otwarte
i uprzejme usposobienie



Zdrowe nogi

POMOC DOZORCY

PREDYSPOZYCJE ZAWODOWE



Orientacja w terenie



Orientacja przestrzenna



Dokładność

PRZECIWWSKAZANIA



Alergie, podatność na przeziębienia



Wady kręgosłupa



Nadwrażliwość na nieprzyjemne zapachy



Brak odporności na zmiany temperatury



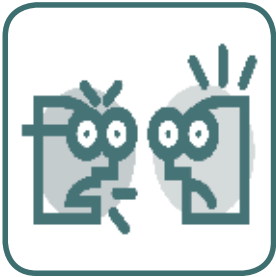
Brak sprawności fizycznej i ruchowej

POMOC DOZORCY

PRZECIWWSKAZANIA



Nadwrażliwość na detergenty,
alergia na środki chemiczne



Niekulturalne zachowanie

MOŻLIWOŚCI ZATRUDNIENIA



Budynki mieszkalne
(bloki, apartamentowce)



Budynki handlowe



POMOC PALACZA

POMOC PALACZA

OPIS STANOWISKA PRACY

Pomocnik palacza zajmuje się obsługą i dozorem kotłowni.

Pracuje zazwyczaj w niewielkim pomieszczeniu znajdującym się w piwnicy.

Pomocnik palacza pracuje często w dość wysokiej temperaturze.

Jest odpowiedzialny za czyszczenie pieca, jego drobne naprawy i dorzucanie węgla.

Pomaga palaczowi w odpowiedniej obsłudze pieców.

Pomocnik palacza w swej pracy używa łopaty i miotły.

Czasami musi odczytać pomiar z pieca.

Praca pomocnika palacza jest zaliczana do ciężkich prac.

Jej wykonywanie wiąże się ze schylaniem i dźwiganiem ciężkich przedmiotów lub worków z węglem.

Trzeba mieć sprawne nogi, kręgosłup i ręce.

Pracownik palacza musi być wytrzymały i odporny na hałas.

Pracuje w niewielkim zespole, wykonuje polecenia palacza.

Praca ta ma charakter zmianowy.

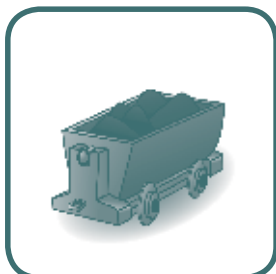
CZYNNOŚCI ZAWODOWE



Dozór pieca



Odczytywanie pomiarów temperatury
i ciśnienia na piecu



Dorzucanie węgla



Czyszczenie pieców



Drobne naprawy sprzętu

POMOC PALACZA

CZYNNOŚCI ZAWODOWE



Czynności porządkowe, zmiatanie

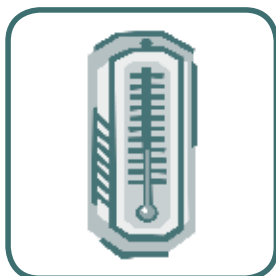


Wykonywanie poleceń palacza

PREDYSPOZYCJE ZAWODOWE



Duża sprawność fizyczna i ruchowa



Odporność na wysoką temperaturę



Dobry stan zdrowia



Odporność na hałas



Wysoka koncentracja na zadaniu

POMOC PALACZA

PREDYSPOZYCJE ZAWODOWE



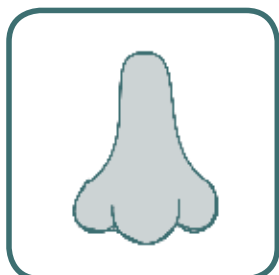
Opanowanie



Ostrożność



Umiejętność odczytywania cyfr i liter



Dobry węch



Dobry wzrok
lub prawidłowo skorygowany okularami



Dobry słuch



Dbłość o porządek



Umiejętność współpracy

POMOC PALACZA

PRZECIWWSKAZANIA



Mała sprawność fizyczna i ruchowa



Brak odporności na wysoką temperaturę



Męczliwość



Brak odporności na hałas



Alergie



Choroby skóry



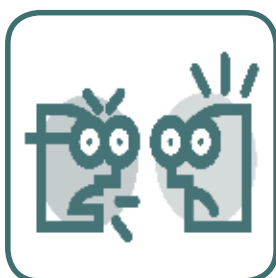
Choroby krążenia



Wady wzroku



Wady słuchu



Agresywne zachowanie

POMOC PALACZA

PRZECIWWSKAZANIA



Nieumiejętność współpracy

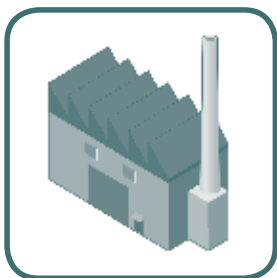


Nieostrożność

MOŻLIWOŚCI ZATRUDNIENIA



Firmy w branży energetycznej



Duże przedsiębiorstwa



Firmy produkcyjne



Duże budynki – szkół, biur, firm



POMOC POKOJOWEJ

POMOC POKOJOWEJ

OPIS STANOWISKA PRACY

Zadaniem pomocy pokojowej jest utrzymanie porządku i czystości w wyznaczonych pomieszczeniach – pokojach, łazienkach, na korytarzu.

Najczęściej pracuje samodzielnie.

Ma jasno określone zadania do wykonania.

Na stanowisku pomoc pokojowej obowiązuje odzież ochronna (fartuch, odpowiednie obuwie).

Praca wymaga ciągłego ruchu, przenoszenia i podnoszenia różnych przedmiotów.

CZYNNOŚCI ZAWODOWE



Ścielenie łóżek i wymiana pościeli



Wycieranie kurzu



Odkurzanie dywanów



Zamiatanie podłogi



Czyszczenie luster

POMOC POKOJOWEJ

CZYNNOŚCI ZAWODOWE



Utrzymywanie czystości w toaletach
(czyszczenie sanitariów, zmywanie podłogi)



Uzupełnianie przyborów toaletowych
(papieru toaletowego, mydła, ręczników papierowych)

PREDYSPOZYCJE ZAWODOWE



Sprawność fizyczna i ruchowa



Sprawność manualna
(sprawne ręce i dłonie)



Dokładność

POMOC POKOJOWEJ

PRZECIWWSKAZANIA



Brak sprawności fizycznej i ruchowej



Wady kręgosłupa



Nadwrażliwość na detergenty

MOŻLIWOŚCI ZATRUDNIENIA



Hotele



Pensjonaty, sanatoria, schroniska



POMOC PORTIERA

POMOC PORTIERA

OPIS STANOWISKA PRACY

Pomocnik portiera jest to pracownik odpowiedzialny między innymi za informowanie osób wchodzących do budynku danej instytucji o jej topografii, czyli udziela informacji gdzie znajduje się na przykład odpowiedni pokój.

Portierzy mają swoje stanowiska przy lub przed wejściami do budynków które obsługują.

Do obowiązków pomocnika portiera należy również wydawanie kluczy do odpowiednich pokoi pracownikom bądź mieszkańcom budynku.

Osoba pracująca w portierni musi dbać o swój wygląd: o czystość, uczesanie, ubranie.

Ważną rolę odgrywa umiejętność nawiązywania kontaktów z innymi ludźmi i miłe zachowanie.

Pomoc biurowa musi być osobą opanowaną, obowiązkową, systematyczną, kulturalną.

CZYNNOŚCI ZAWODOWE



Wpisywanie osób wchodzących
do budynku



Wydawanie kluczy osobom
do tego uprawnionym



Witanie osób wchodzących
do budynku



Udzielanie informacji osobom
wchodzącym do budynku

POMOC PORTIERA

PREDYSPOZYCJE ZAWODOWE



Sprawność manualna
(sprawne ręce i dłonie)



Dobry wzrok
lub prawidłowo skorygowany okularami



Wskazana umiejętność czytania,
odwzorowywania napisów



Umiejętność nawiązywania kontaktów
z innymi ludźmi



Dbłość o własny wygląd



Dokładność

POMOC PORTIERA

PRZECIWWSKAZANIA



Znaczące wady wzroku,
brak odpowiednich okularów



Brak sprawności manualnej



Wady kręgosłupa



Lęk, obawa przed kontaktami
z innymi ludźmi (wycofanie)



Trudność w skupieniu uwagi



Brak orientacji w terenie

POMOC PORTIERA

MOŻLIWOŚCI ZATRUDNIENIA



Portiennie w szkole, urzędzie, instytucjach,
biurze i osiedlach





POMOC SZATNIARZA

POMOC SZATNIARZA

OPIS STANOWISKA PRACY

Szatnia jest to miejsce, w którym można zostawić odzież wierzchnią.

Szatnie można spotkać w szkołach, teatrach, kinach, salach gimnastycznych, basenach, restauracjach.

Do obowiązków szatniarza należy pobranie od klienta kurtki lub innego nakrycia wierzchniego i wydaniu klientowi numerka wieszaka, na którym będzie wisiała kurtka.

Następnie, gdy klient chce odebrać kurtkę, bierze od klienta numerki i odnajduje wieszak o tym samym numerku, na którym wisi kurtka.

CZYNNOŚCI ZAWODOWE



Pobieranie od klienta kurtki



Wieszanie kurtek w odpowiednie miejsce



Wręczenie klientowi odpowiedniego numerka

POMOC SZATNIARZA

PREDYSPOZYCJE ZAWODOWE



Sprawność manualna
(sprawne ręce i dłonie)



Dobry wzrok
lub prawidłowo skorygowany okularami



Wskazana umiejętność czytania,
odwzorowywania napisów



Umiejętność nawiązywania kontaktów
z innymi ludźmi

PRZECIWWSKAZANIA



Znaczące wady wzroku,
brak odpowiednich okularów



Wady kręgosłupa



Brak sprawności rąk i dłoni



Lęk, obawa przed kontaktami
z innymi ludźmi (wycofanie)

POMOC SZATNIARZA

MOŻLIWOŚCI ZATRUDNIENIA



Szatnie w szkole, urzędzie, instytucjach,
restauracjach, obiektach sportowych
i kulturalnych

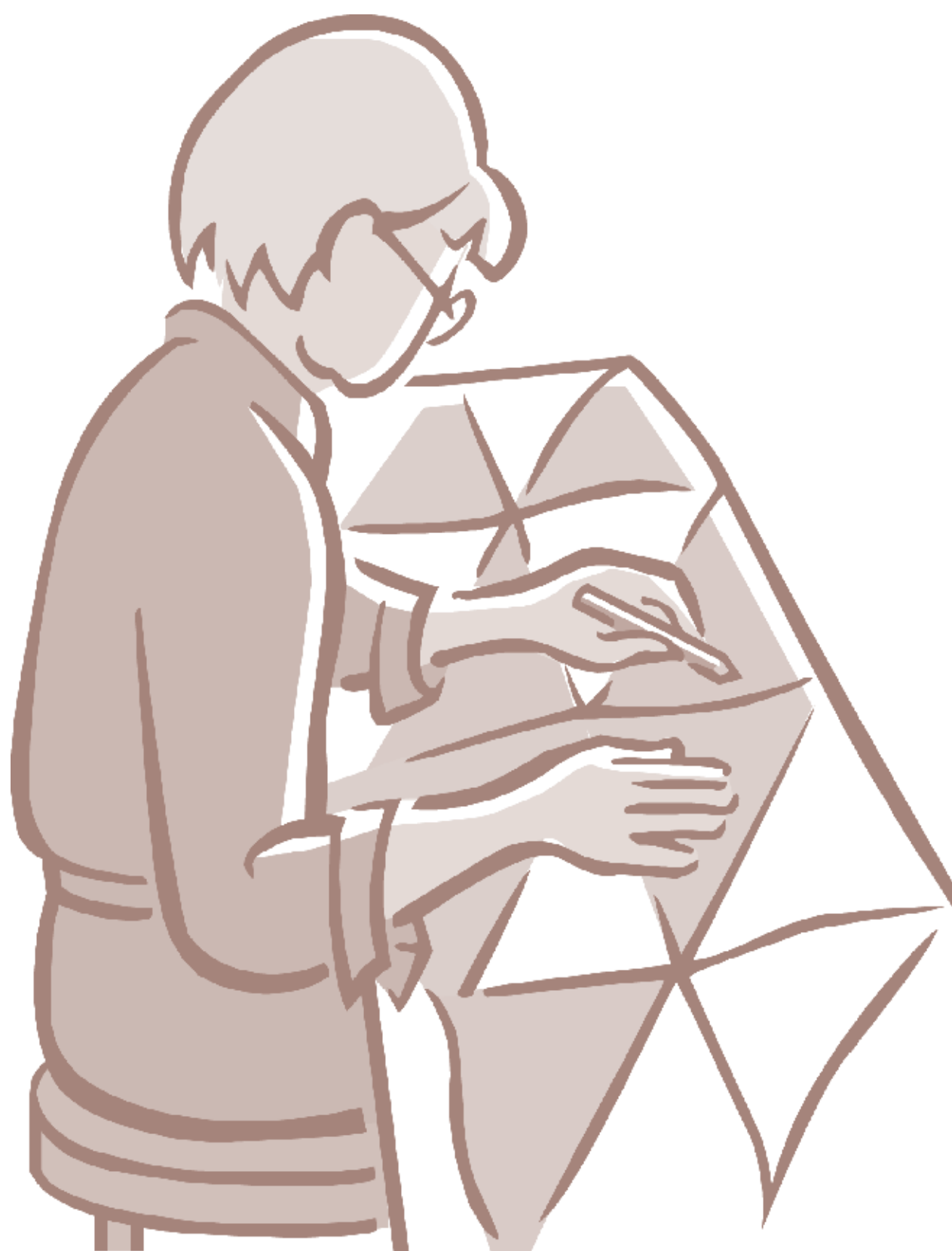




DZIAŁ VI

PRODUKCJA I RZEMIOSŁO

■ Bieliźniarz / kołdrzarz	359
■ Dekorator bombek choinkowych	369
■ Garncarz	379
■ Hafciarka	389
■ Introligator	399
■ Konfeksjoner	407
■ Pomoc cieśli	415
■ Pomoc dziewiarza	427
■ Pomoc kaletnika	435
■ Pomoc koszykarza-plecionkarza	445
■ Pomoc krawca	455
■ Pomoc rekwizytora	465
■ Pomoc stolarza	477
■ Pomoc szklarza	487
■ Pomoc sztukatora	497
■ Pomoc tapicera	505
■ Pracownik produkcji	515
■ Pracownik produkcji opakowań kartonowych	523
■ Pracownik produkcji zabawek drewnianych	531



BIELIŻNIARZ / KOŁDRZARZ

BIELIŹNIARZ / KOŁDRZARZ

OPIS STANOWISKA PRACY

Bieliźniarz/kołdrzarz szyje pościel, kołdry i poduszki oraz zajmuje się ich naprawą.

Pracuje w zakładach kołdrzarskich lub firmach zajmujących się naprawą używanych pierzyn, kołder i poduszek.

W swojej pracy wykorzystuje maszynę do szycia.

Może również szyć ręcznie, wtedy używa takich narzędzi jak: igła, nożyczki, biała kreda, naparstek czy centymetr.

Do jego obowiązków oprócz szycia, należy także wymiana starego puchu lub pierza.

Pracownik czyści także używane kołdry, prasuje pościel oraz pakuje ją do wysyłki.

Bieliźniarz/kołdrzarz powinien mieć sprawne ręce oraz dobry wzrok.

W zawodzie tym istotna jest umiejętność liczenia oraz znajomość miar.

Ważna jest również sprawność fizyczna, która przydaje się na przykład przy wymianie puchu w kołdrze.

Osoba na tym stanowisku powinna wiedzieć z jakich materiałów szyje się kołdry i pościel oraz umieć dobrać do nich pierze, puch, guziki i zamki.

Osoba pracująca na tym stanowisku nie powinna mieć alergii na pierze.

CZYNNOŚCI ZAWODOWE



Naprawa starych kołder
(wyciąganie starego pierza)



Napełnianie puchem lub pierzem
kołdry lub poduszki



Przygotowywanie wypełnienia do kołder
i poduszek (na przykład cięcie gąbki)



Wybór odpowiednich materiałów
do uszycia kołdry lub pościeli



Mierzenie materiału

BIELIŹNIARZ / KOŁDRZARZ

CZYNNOŚCI ZAWODOWE



Cięcie materiału



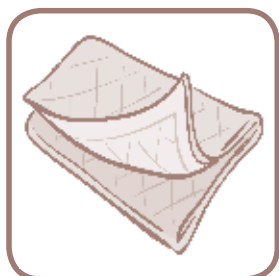
Szycie ręczne i maszynowe



Pikowanie kołdry



Prasowanie gotowych wyrobów



Pakowanie i składanie pościeli,
kołder i poduszek

PREDYSPOZYCJE ZAWODOWE



Dobry wzrok
lub prawidłowo skorygowany okularami



Sprawność manualna
(sprawne ręce i dłonie)



Sprawność i siła fizyczna



Koncentracja uwagi



Umiejętność liczenia

BIELIŹNIARZ / KOŁDRZARZ

PREDYSPOZYCJE ZAWODOWE



Cierpliwość



Dokładność

PRZECIWWSKAZANIA



Znaczące wady wzroku,
brak odpowiednich okularów



Brak sprawności manualnej



Alergie



Brak sprawności fizycznej i ruchowej



Trudności w skupieniu uwagi

BIELIŻNIARZ / KOŁDRZARZ

PRZECIWWSKAZANIA



Niedokładność

MOŻLIWOŚCI ZATRUDNIENIA



Firmy kołdrzarskie



DEKORATOR BOMBEK CHOINKOWYCH

DEKORATOR BOMBЕК CHOINKOWYCH

OPIS STANOWISKA PRACY

Dekorator bombek choinkowych pracuje w dużych fabrykach i zakładach produkujących bombki.

Zadaniem dekoratora jest ozdobienie bombki, która może mieć różnorodny kształt i wzór.

Dekorator zdobi bombki według polecenia przełożonego i zamówienia. Często jednak w swojej pracy może ozdobić bombki w wybrany przez siebie sposób.

Do zadań dekoratora należy również bezpieczne spakowanie udekorowanej bombki do pudełka.

Praca ta wymaga cierpliwości, dokładności i precyzji.

Dekorator bombek musi posiadać zdolności manualne i artystyczne. Ważna jest pomysłowość.

W pracy istotna jest znajomość artykułów plastycznych oraz technik, które można wykorzystać do zdobienia bombek

Praca wykonywana jest w pozycji siedzącej.

Praca dekoratora bombek jest pracą indywidualną.

Jest to praca w pomieszczeniach (siedziba fabryki, zakładu, magazyn).

CZYNNOŚCI ZAWODOWE



Wybór i przygotowanie dekoracji



Malowanie bombek



Ozdabianie bombek
wybraną metodą



Przymocowywanie elementów
na bombce



Wkładanie haczyków

DEKORATOR BOMBЕК CHOINKOWYCH

CZYNNOŚCI ZAWODOWE



Pakowanie bombek do pudełek

PREDYSPOZYCJE ZAWODOWE



Sprawność manualna
(sprawne ręce i dłonie)



Dobry wzrok
lub prawidłowo skorygowany okularami



Pomysłowość



Dokładność



Cierpliwość

DEKORATOR BOMBOK CHOINKOWYCH

PREDYSPOZYCJE ZAWODOWE



Umiejętność koncentracji uwagi



Zdrowy kręgosłup



Uzdolnienia artystyczne



Umiejętność segregowania, układania

PRZECIWWSKAZANIA



Alergie



Wady kręgosłupa



Znaczące wady wzroku,
brak odpowiednich okularów



Trudność w skupieniu uwagi,
nadmierna ruchliwość



Brak sprawności manualnej

DEKORATOR BOMBOK CHOINKOWYCH

PRZECIWWSKAZANIA



Brak uzdolnień artystycznych

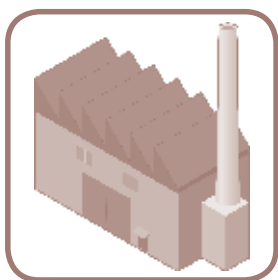


Brak dokładności

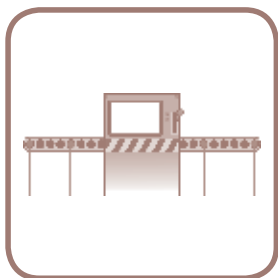


Brak pomysłowości

MOŻLIWOŚCI ZATRUDNIENIA



Fabryki



Zakłady produkcyjne



GARNCARZ

GARNCARZ

OPIS STANOWISKA PRACY

Garncarz zajmuje się wyrabianiem przedmiotów z gliny. Są to naczynia, zabawki lub ozdoby.

Pracę na tym stanowisku wykonuje się w pracowni, przeważnie samodzielnie.

Jest to praca związana ze sztuką. Wymaga zdolności artystycznych.

Najważniejszym narzędziem pracy garncarza są jego dłonie i koło garncarskie.

Praca polega na przygotowaniu gliny i formowaniu z niej przedmiotów ręcznie lub na kole garncarskim.

Garncarz wypala gotowe przedmioty w piecu garncarskim. Następnie ozdabia je kolorami i wzorami.

Osoba pracująca jako garncarz powinna posiadać zdolności manualne, dobry wzrok oraz być dokładna i cierpliwa.

Praca ta wymaga umiejętności skupienia się na zadaniu i dokładności.

CZYNNOŚCI ZAWODOWE



Przygotowywanie gliny
do tworzenia przedmiotów



Wyrabianie przedmiotów



Obsługa koła garncarskiego



Zdobienie przedmiotów



Suszenie uformowanych przedmiotów

GARNCARZ

CZYNNOŚCI ZAWODOWE



Wypalanie przedmiotów
w piecu garncarskim



Czyszczenie narzędzi i urządzeń



Konserwowanie obsługiwanych narzędzi
i urządzeń

PREDYSPOZYCJE ZAWODOWE



Sprawność manualna
(sprawne ręce i dłonie)



Dokładność i precyzja



Umiejętność koncentracji uwagi



Dobry wzrok
lub prawidłowo skorygowany okularami



Uzdolnienia artystyczne

GARNCARZ

PREDYSPOZYCJE ZAWODOWE



Cierpliwość



Zdrowy kręgosłup



Ostrożność

PRZECIWWSKAZANIA



Brak sprawności rąk i dłoni



Znacząca wada wzroku,
brak odpowiednich okularów



Brak umiejętności skoncentrowania
uwagi przez dłuższy czas



Niedokładność

GARNCARZ

MOŻLIWOŚCI ZATRUDNIENIA



Zakłady artystyczne





HAFCIARKA

HAFCIARKA

OPIS STANOWISKA PRACY

Hafciarka zajmuje się wykonywaniem haftu ręcznego lub maszynowego. Używa do tego prostych maszyn hafciarskich.

Jej praca polega na wykonywaniu haftu na różnych tkaninach na zamówienie klienta.

Hafciarka wszystkie czynności wykonuje rękami, powinna mieć sprawne ręce i palce.

Praca ta jest zaliczana do prac lekkich.

Prawie wszystkie czynności wykonuje się w pozycji siedzącej.

Trzeba mieć sprawny kręgosłup.

Miejszem pracy hafciarki jest zamknięte pomieszczenie – pracownia hafciarska.

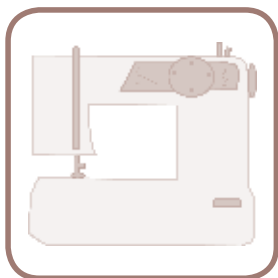
Podstawowymi narzędziami hafciarki są krosno hafciarskie, igły i nożyczki.

Praca wymaga dużej samodzielności.

CZYNNOŚCI ZAWODOWE



Wykonywanie haftu ręcznego



Obsługa prostych maszyn hafciarskich



Konserwacja tkanin



Projektowanie kształtu haftu
– rysowanie wzoru



Prasowanie tkanin

HAFCIARKA

PREDYSPOZYCJE ZAWODOWE



Dokładność



Sprawność manualna
(sprawne ręce i dłonie)



Dobry wzrok
lub prawidłowo skorygowany okularami



Umiejętności plastyczne



Kreatywność



Samodzielność



Ostrożność



Odporność na hałas



Cierpliwość



Odporność na monotonny tryb pracy

HAFCIARKA

PRZECIWWSKAZANIA



Wady wzroku



Niesprawne ręce



Wady kręgosłupa



Choroby krążenia



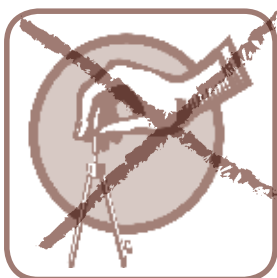
Brak cierpliwości



Alergie



Trudności w skupieniu uwagi



Niedokładność

HAFCIARKA

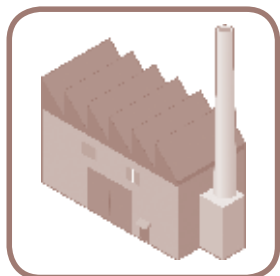
MOŻLIWOŚCI ZATRUDNIENIA



Przedsiębiorstwa tekstylne



Punkty hafciarskie
w centrach handlowych



Firmy produkcyjne





INTROLIGATOR

INTROLIGATOR

OPIS STANOWISKA PRACY

Introligator pracuje w warsztacie introligatorskim lub w drukarni.

Zajmuje się on oprawą książek lub czasopism.

Produkuje też ozdobne papierowe pudła, etui lub albumy.

Praca introligatora polega na przycięciu wydrukowanego tekstu, sklejeniu lub zszyciu i złączeniu go z okładką. Introligator zajmuje się też bindowaniem, laminowaniem i oprawą prac naukowych.

Pracę wykonuje w pozycji stojącej podczas obsługi maszyn lub siedzącej, kiedy wykonuje prace manualne.

W swojej pracy introligator wykorzystuje różne przedmioty i urządzenia na przykład: nożyczki, kleje, bindownice, zszywarki, laminarki.

Introligator powinien być osobą dokładną i cierpliwą oraz skoncentrowaną na swojej pracy.

Pracownik musi mieć sprawne ręce i dobry wzrok.

Ze względu na charakter pracy introligatora wskazana jest umiejętność współpracy z innymi.

Pracownik wykonuje czynności na polecenie przełożonego.

CZYNNOŚCI ZAWODOWE



Sklejanie wydrukowanych kartek



Zszywanie kartek



Łączenie wydrukowanych
kartek z okładką



Lakierowanie okładki



Składanie i sklejanie ozdobnych pudeł

INTROLIGATOR

CZYNNOŚCI ZAWODOWE



Czyszczenie grzbietów książek



Przycinanie i wyrównywanie kartek



Czynności porządkowe
w warsztacie



Przenoszenie gotowych
produktów do magazynu



Bindowanie i laminowanie książek

PREDYSPOZYCJE ZAWODOWE



Sprawność manualna
(sprawne ręce i dłonie)



Dobry wzrok
lub prawidłowo skorygowany okularami



Umiejętność współpracy z innymi



Zdolność koncentracji



Dokładność

INTROLIGATOR

PRZECIWWSKAZANIA



Znacząca wada wzroku,
brak odpowiednich okularów



Alergie



Brak sprawności manualnej



Choroby skóry i rąk



Trudność w skupieniu uwagi,
nadmierna ruchliwość

MOŻLIWOŚCI ZATRUDNIENIA



Warsztaty introligatorskie



Drukarnie



Punkty ksero



Wydawnictwa



Zakłady poligraficzne



KONFEKCJONER

KONFEKCJONER

OPIS STANOWISKA PRACY

Konfekcjonowanie polega na segregowaniu, składaniu i pakowaniu określonych produktów w zależności od branży (np. wysyłkowej, kosmetycznej i farmaceutycznej).

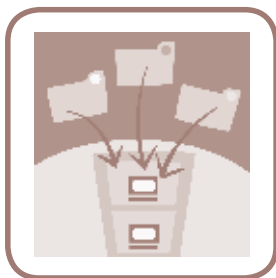
Czynności jakie mogą być wykonywane przez konfekcjонера to: wkładanie ulotek do gazety, składanie gazet i pakowanie do torebek foliowych, naklejanie etykiet, kopertowanie, banderolowanie, pakowanie gotowych produktów, składanie i wklejanie gadżetów reklamowych.

Praca wykonywana jest najczęściej w pozycji siedzącej lub stojącej.

Czynności są proste i powtarzalne. Tempa pracy jest stałe.

Narzędzia, z których korzysta konfekcjoner to: kleje, taśmy samoprzylepne itp.

CZYNNOŚCI ZAWODOWE



Segregowanie produktów



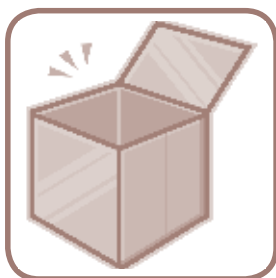
Naklejanie etykiet
na opakowania



Wkładanie ulotek do gazet



Kopertowanie



Pakowanie gotowych
produktów

KONFEKCJONER

PREDYSPOZYCJE ZAWODOWE



Sprawność manualna
(sprawne ręce i dłonie)



Umiejętność segregowania i układania



Dokładność



Dobry wzrok
lub prawidłowo skorygowany okularami



Umiejętność liczenia

PRZECIWWSKAZANIA



Znaczące wady wzroku,
brak odpowiednich okularów



Brak sprawności manualnej



Wady kręgosłupa

KONFEKCJONER

MOŻLIWOŚCI ZATRUDNIENIA



Duże zakłady produkcyjne





POMOC CIEŚLI

POMOC CIEŚLI

OPIS STANOWISKA PRACY

Pomoc cieśli pomaga przy wykonywaniu drewnianych konstrukcji budynków oraz ich przewożeniu na plac budowy.

Pracownik ten powinien posiadać zdolności manualne i siłę fizyczną oraz być dokładnym i cierpliwym.

Praca ta jest zaliczana do prac ciężkich.

Jest to praca w ruchu, często na zewnątrz, wymaga odporności na zmienne warunki atmosferyczne.

Pomoc cieśli używa różnych narzędzi, np. piły, młotka, śrubokrętu.

Pomoc cieśli pracuje zazwyczaj w zespole kilku pracowników.

CZYNNOŚCI ZAWODOWE



Pomoc w budowaniu drewnianych konstrukcji (np. ścianek działowych, schodów)



Cięcie piłą drewna



Skręcanie drewnianych elementów



Noszenie desek, drewnianych belek i płyt



Zabezpieczanie drewna przed gniciem i działaniem ognia oraz owadów

POMOC CIEŚLI

CZYNNOŚCI ZAWODOWE



Pomoc w transporcie drewnianych elementów na plac budowy



Czynności porządkowe na placu budowy

PREDYSPOZYCJE ZAWODOWE



Siła fizyczna



Sprawność manualna
(sprawne ręce i dłonie)



Dobry wzrok
lub prawidłowo skorygowany okularami



Zdrowe nogi



Zdrowy kręgosłup

POMOC CIEŚLI

PREDYSPOZYCJE ZAWODOWE



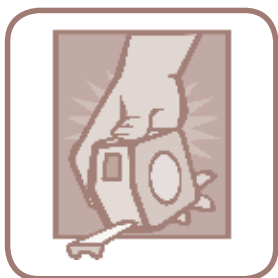
Umiejętność obsługi prostych narzędzi



Ostrożność



Dokładność



Umiejętność mierzenia



Umiejętność współpracy



Cierpliwość

POMOC CIEŚLI

PRZECIWWSKAZANIA



Brak siły fizycznej



Brak sprawności manualnej



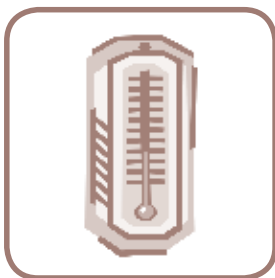
Chory kręgosłup



Chore nogi



Wady wzroku,
brak odpowiednich okularów



Brak odporności
na zmienne warunki atmosferyczne



Podatność na przeziębienia



Niedokładność

POMOC CIEŚLI

MOŻLIWOŚCI ZATRUDNIENIA



Duże przedsiębiorstwa



Warsztaty ciesielskie



Firmy budowlane





POMOC DZIEWIARZA

POMOC DZIEWIARZA

OPIS STANOWISKA PRACY

Pomoc dziewiarza wykonuje pomocnicze czynności związane z dzianiem materiałów.

Osoba pracująca na tym stanowisku zajmuje się zszywaniem elementów materiału, wszywaniem taśm, naszywaniem kieszeni i wyszywaniem ozdób.

Do jej obowiązków należy też wykończenie materiałów: prasowanie, parowanie i obcinanie końcówek nitek.

Pomoc dziewiarza używa prostych narzędzi i przyborów takich jak nożyczki, igły i nici.

Obsługuje żelazko, parownicę oraz proste maszyny do szycia.

Pomoc dziewiarza wykonuje czynności wewnątrz budynku. Wykonuje je na siedząco lub na stojąco.

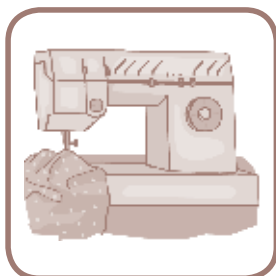
Pracę wykonuje samodzielnie, współpracując z pozostałymi pracownikami, którzy wykonują inne elementy.

Pomocnik dziewiarza powinien mieć sprawne dłonie i być dokładnym.

CZYNNOŚCI ZAWODOWE



Przygotowywanie włóczek



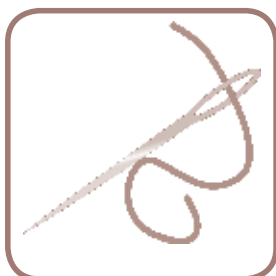
Zszywanie elementów materiału



Wszywanie taśm



Naszywanie aplikacji i kieszeni



Wyszywanie ozdób

POMOC DZIEWIARZA

CZYNNOŚCI ZAWODOWE



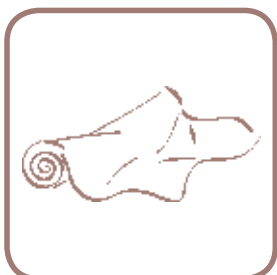
Prasowanie



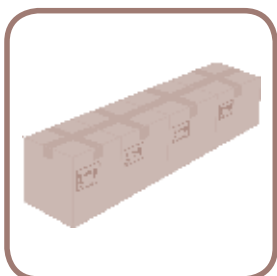
Parowanie



Obcinanie końcówek nitek



Układanie, segregowanie materiałów



Pakowanie gotowych materiałów



Prace porządkowe

POMOC DZIEWIARZA

PREDYSPOZYCJE ZAWODOWE



Sprawność manualna
(sprawne ręce i dłonie)



Dobry wzrok
lub prawidłowo skorygowany okularami



Dokładność



Cierpliwość

PRZECIWWSKAZANIA



Znaczące wady wzroku,
brak odpowiednich okularów



Brak sprawności manualnej



POMOC KALETNIKA

POMOC KALETNIKA

OPIS STANOWISKA PRACY

Pomoc kaletnika pracuje w zakładach zajmujących się szyciem, konserwacją i naprawą wyrobów ze skóry.

Pomaga w wykonywaniu na przykład toreb, portfeli, pasków lub smyczy.

Pracuje w pomieszczeniu zamkniętym.

Osoba na tym stanowisku zajmuje się przygotowaniem materiału do obróbki, łączeniem wyciętych części skór i innych materiałów oraz montowaniem zapiek i nitów.

Do zadań pomocy kaletnika należy także czyszczenie skóry z plam i zabrudzeń oraz zabezpieczanie jej przed uszkodzeniem.

Pracownik posługuje się prostymi narzędziami i przyborami, na przykład znacznikami, cyrklem, nożami do ścieniania, szydłem, igłami.

Pomocnik kaletnika powinien posiadać zdolności manualne oraz silne ręce i dłonie.

Powinien też być cierpliwy i dokładny.

Pracownik wykonuje wszystkie prace na polecenie przełożonego.

CZYNNOŚCI ZAWODOWE



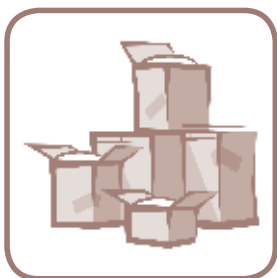
Segregowanie i układanie skór



Układanie i obrysowywanie szablonów na materiale



Impregnowanie nici
(moczenie nici w wosku)



Usztywnianie materiału,
na przykład tekturą



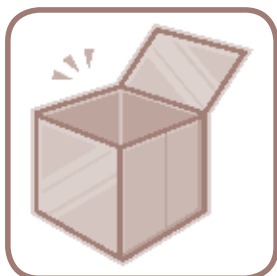
Montowanie nitów i zapieć

POMOC KALETNIKA

CZYNNOŚCI ZAWODOWE



Czyszczenie skóry z zabrudzeń



Pakowanie gotowych wyrobów



Prace porządkowe

PREDYSPOZYCJE ZAWODOWE



Sprawność manualna
(sprawne ręce i dłonie)



Dobry wzrok
lub prawidłowo skorygowany okularami



Sprawność i siła fizyczna



Dokładność



Cierpliwość

POMOC KALETNIKA

PREDYSPOZYCJE ZAWODOWE



Umiejętność koncentracji uwagi



Zdrowy kręgosłup



Umiejętność segregowania

PRZECIWWSKAZANIA



Brak sprawności manualnej



Znaczące wady wzroku,
brak odpowiednich okularów



Brak siły i sprawności fizycznej



Trudności w skupieniu uwagi



Wady kręgosłupa

POMOC KALETNIKA

PRZECIWWSKAZANIA



Alergie na środki chemiczne



Nadwrażliwość
na nieprzyjemne zapachy

MOŻLIWOŚCI ZATRUDNIENIA



Zakłady kaletnicze



POMOC KOSZYKARZA -PLECIONKARZA

POMOC KOSZYKARZA -PLECIONKARZA

OPIS STANOWISKA PRACY

Pomoc koszykarza-plecionkarza pomaga wykonywać różnego rodzaju wyroby z wikliny, drewna, bambusa i tworzywa sztucznego. Mogą to być kosze, meble, opakowania, kwietniki, zabawki, ozdoby choinkowe i inne dekoracje.

Pracownik wypłata je za pomocą specjalnych technik.

Osoba pracująca na tym stanowisku zajmuje się także zabezpieczaniem, magazynowaniem oraz pakowaniem materiałów i gotowych wyrobów.

Do pracy używa prostych narzędzi (nóż, sekator, szydło, młotek, obcęgi, ubijak) i przyrządów.

Pracownik wykonuje czynności wewnątrz budynku, zazwyczaj na siedząco.

W pracy trzeba być cierpliwym i dokładnym. Trzeba mieć też sprawne ręce i zdolności manualne.

CZYNNOŚCI ZAWODOWE



Wstępna obróbka materiałów
(korowanie, moczenie, suszenie)



Wykonywanie obręczy



Wyplatanie



Modelowanie wyrobów wikliniarskich



Wykonywanie taśm wiklinowych

POMOC KOSZYKARZA -PLECIONKARZA

CZYNNOŚCI ZAWODOWE



Oczyszczanie wyrobu



Ozdabianie / uszlachetnianie wyrobu
(barwienie, lakierowanie, siarkowanie)



Suszenie i składowanie produktu



Wkładanie produktów do opakowań



Czynności porządkowe

PREDYSPOZYCJE ZAWODOWE



Sprawność manualna
(sprawne ręce i dłonie)



Dokładność i precyzja



Umiejętność koncentracji uwagi



Cierpliwość



Dobry wzrok
lub prawidłowo skorygowany okularami

POMOC KOSZYKARZA -PLECIONKARZA

PREDYSPOZYCJE ZAWODOWE



Umiejętność segregowania
i układania



Wskazana umiejętność liczenia

PRZECIWWSKAZANIA



Brak sprawności rąk i dłoni



Znacząca wada wzroku,
brak odpowiednich okularów



Choroby skóry i rąk



Brak umiejętności skoncentrowania
uwagi przez dłuższy czas



Alergie na środki chemiczne

POMOC KOSZYKARZA -PLECIONKARZA

MOŻLIWOŚCI ZATRUDNIENIA



Pracownie
koszykarsko-plecionkarskie



Firmy usługowo-produkcyjne





POMOC KRAWCA

POMOC KRAWCA

OPIS STANOWISKA PRACY

Pomoc krawca pracuje w zakładach zajmujących się szyciem odzieży lub innych wyrobów włókienniczych.

Wykonuje proste czynności przy kroju i szyciu odzieży.

Pomaga też segregować i układać dodatki krawieckie (nici, guziki, zamki, tasiemki), a także pakować uszytą odzież.

Pomocnik krawca większość czynności wykonuje rękami.

Powinien mieć zręczne ręce i palce.

Pracownik powinien mieć dobry wzrok, dużą precyzję i umiejętność skupienia uwagi.

Praca ta zaliczana jest do prac lekkich.

Wszystkie czynności wykonuje się w pozycji siedzącej lub stojącej.

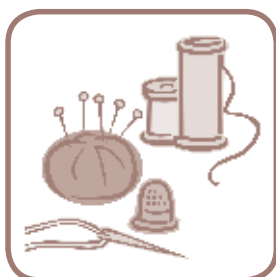
Pomoc krawca używa prostych narzędzi (igły, nożyczki, żelazko) i przyborów (szpilki, naparstek, kreda krawiecka).

Praca pomocnika krawca jest pracą indywidualną.

Czynności wykonywane są na polecenie przełożonego.

Pracę wykonuje się w pomieszczeniu zamkniętym, tak zwanej pracowni krawieckiej.

CZYNNOŚCI ZAWODOWE



Segregowanie i układanie dodatków krawieckich (nici, szpilki, tasiemki)



Układanie i obrysowywanie szablonów na materiale



Podklejanie elementów usztywniających w odzieży



Prasowanie szwów



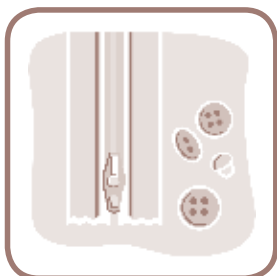
Szycie na maszynie drobnych elementów

POMOC KRAWCA

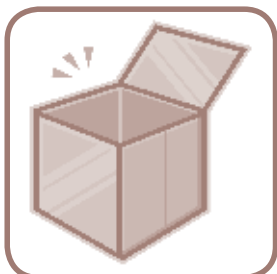
CZYNNOŚCI ZAWODOWE



Ręczne zszywanie materiałów



Przyszywanie guzików



Pakowanie uszytej odzieży



Prace porządkowe

PREDYSPOZYCJE ZAWODOWE



Sprawność manualna
(sprawne ręce i dłonie)



Dobry wzrok
lub prawidłowo skorygowany okularami



Dokładność



Cierpliwość



Koncentracja uwagi

POMOC KRAWCA

PREDYSPOZYCJE ZAWODOWE



Sprawność i siła fizyczna



Zdrowy kręgosłup



Umiejętność segregowania i układania



Wskazana umiejętność liczenia

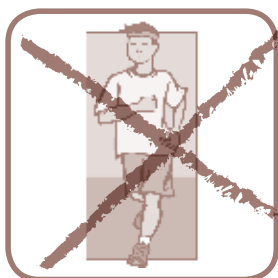
PRZECIWWSKAZANIA



Brak sprawności manualnej



Znaczące wady wzroku,
brak odpowiednich okularów



Brak sprawności fizycznej i ruchowej



Trudność w skupieniu uwagi



Wady kręgosłupa

POMOC KRAWCA

PRZECIWWSKAZANIA



Alergie



Brak orientacji przestrzennej

MOŻLIWOŚCI ZATRUDNIENIA



Małe prywatne zakłady usługowe



Duże firmy odzieżowe



POMOC REKWIZYTORA

POMOC REKWIZYTORA

OPIS STANOWISKA PRACY

Pomoc rekwizytora pracuje w teatrze, na planie filmowym lub telewizyjnym.

Zadaniem pomocy rekwizytora jest dostarczenie na miejsce spektaklu gotowych rekwizytów, ich montowanie na scenie i późniejsze magazynowanie.

Pracownik zajmuje się również przygotowaniem rekwizytów do transportu.

Do obowiązków pomocy rekwizytora należy czyszczenie i drobna naprawa rekwizytów.

W swojej pracy pomoc rekwizytora używa takich przedmiotów i urządzeń jak: nożyczki, wózek magazynowy, młotek, igła, nici, klej.

Pomocnika rekwizytora powinna cechować sprawność fizyczna, dokładność i cierpliwość.

Osoba pracująca na tym stanowisku musi mieć sprawne ręce i dobry wzrok.

W tej pracy wymagana jest kultura osobista oraz umiejętność współpracy z innymi.

Pracownik wykonuje czynności na polecenie przełożonego.

CZYNNOŚCI ZAWODOWE



Dostarczanie rekwizytów



Montowanie dekoracji



Przenoszenie rekwizytów
do magazynu



Liczenie rekwizytów



Sprawdzenie stanu
technicznego rekwizytów

POMOC REKWIZYTORA

CZYNNOŚCI ZAWODOWE



Wykonywanie drobnych
prac naprawczych



Czyszczenie rekwizytów



Zszywanie rozdartych elementów



Malowanie dekoracji



Zbijanie dekoracji



Obijanie tapicerki



Przygotowanie rekwizytów
do transportu

POMOC REKWIZYTORA

PREDYSPOZYCJE ZAWODOWE



Sprawność manualna
(sprawne ręce i dłonie)



Spostrzegawczość



Dobry wzrok
lub prawidłowo skorygowany okularami



Umiejętność współpracy z innymi



Cierpliwość



Sprawność fizyczna i ruchowa



Dokładność



Orientacja przestrzenna



Umiejętność liczenia

POMOC REKWIZYTORA

PRZECIWWSKAZANIA



Znaczące wady wzroku,
brak odpowiednich okularów



Wady kręgosłupa



Brak sprawności manualnej



Brak sprawności fizycznej i ruchowej



Brak orientacji przestrzennej



Brak dokładności

POMOC REKWIZYTORA

MOŻLIWOŚCI ZATRUDNIENIA



Teatr, miejski ośrodek kultury



Miejskie ośrodki kultury



Muzea

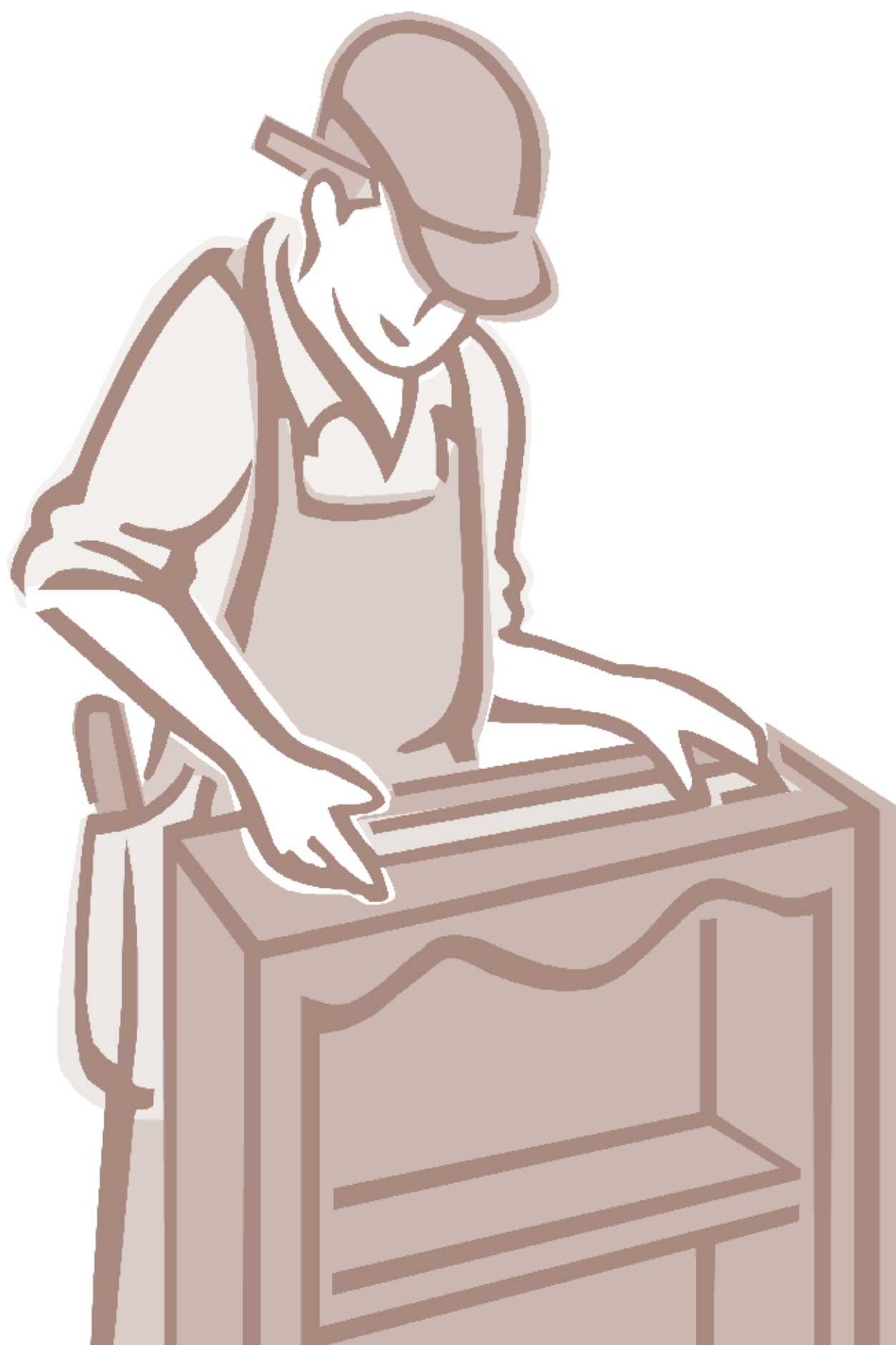


Kina



Studia telewizyjne, plany filmowe





POMOC STOLARZA

POMOC STOLARZA

OPIS STANOWISKA PRACY

Pomoc stolarza pracuje w zakładzie stolarskim lub sklepie meblowym.

Pomoc stolarza docina drewno, skleja drewno, montuje różne elementy drewniane, pomaga przy montażu mebli, przenosi deski i gotowe meble.

Osoba pracująca jako pomoc stolarza powinna posiadać zdolności manualne, dobry wzrok oraz być dokładna i cierpliwa.

Praca ta jest zaliczana do prac ciężkich.

Jest to praca w ruchu i wymaga siły i sprawności fizycznej.

Wymaga umiejętności skupienia się na zadaniu.

Pomoc stolarza używa różnych narzędzi, na przykład śrubokręta, wkrętarki, piły, młotka, wiertarki.

Pracownik wykonuje wszystkie prace na polecenie przełożonego.

CZYNNOŚCI ZAWODOWE



Zbijanie i skręcanie mebli



Docinanie drewna



Wycinanie elementów drewnianych



Łączenie elementów drewnianych
(zbijanie, klejenie, skręcanie)



Szlifowanie drewna

POMOC STOLARZA

CZYNNOŚCI ZAWODOWE



Zabezpieczanie drewna



Malowanie i lakierowanie drewna



Noszenie drewna i gotowych mebli

PREDYSPOZYCJE ZAWODOWE



Sprawność manualna
(sprawne ręce i dłonie)



Sprawność fizyczna i ruchowa



Umiejętność obsługi prostych urządzeń



Dobry wzrok
lub prawidłowo skorygowany okularami



Dokładność

POMOC STOLARZA

PREDYSPOZYCJE ZAWODOWE



Zdrowy kręgosłup



Umiejętność mierzenia

PRZECIWWSKAZANIA



Brak dokładności



Brak sprawności manualnej



Znaczące wady wzroku,
brak odpowiednich okularów



Chory kręgosłup



Alergie

POMOC STOLARZA

PRZECIWWSKAZANIA



Trudność w skupieniu uwagi,
nadmierna ruchliwość

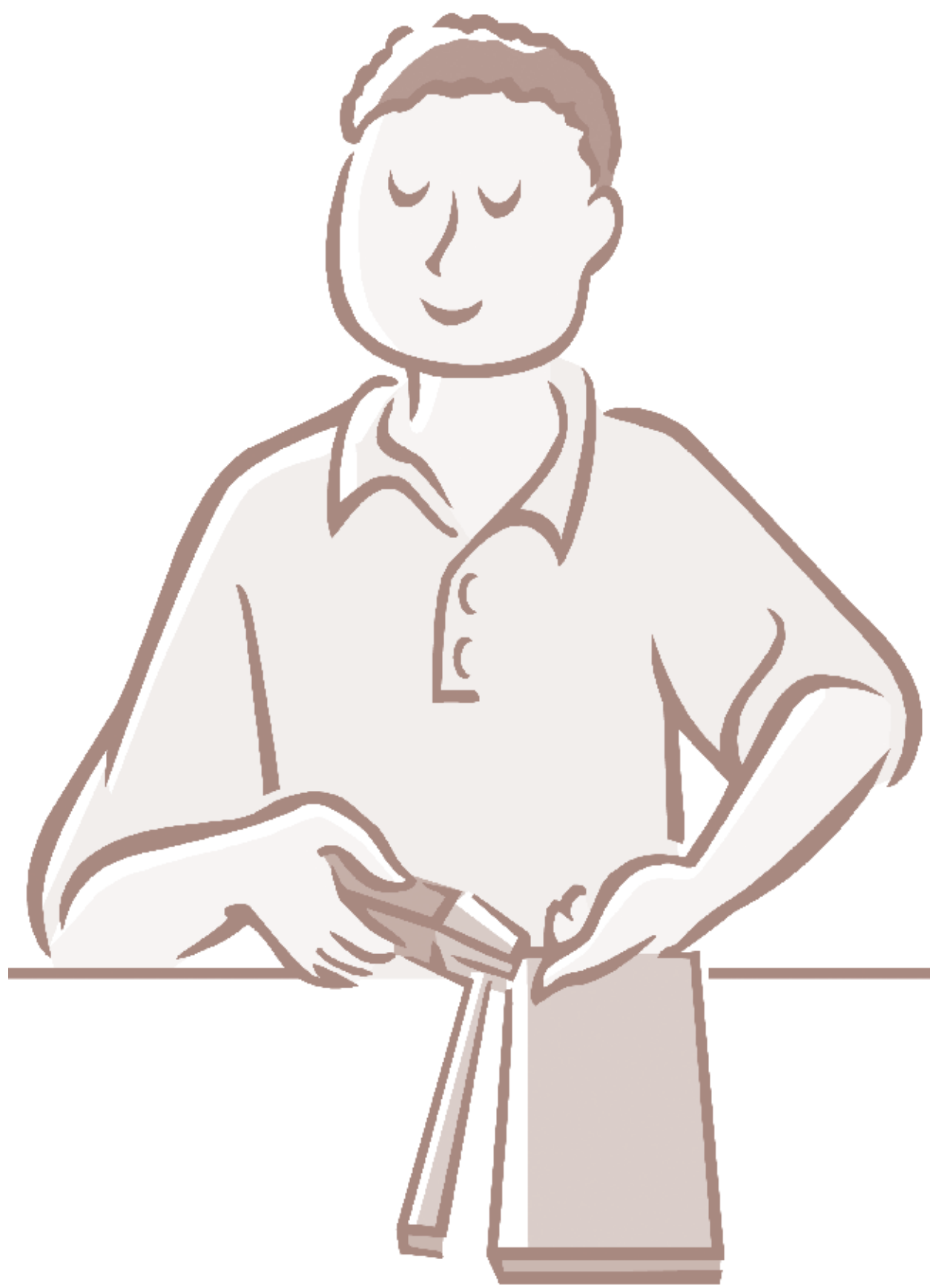
MOŻLIWOŚCI ZATRUDNIENIA



Warsztaty stolarskie, meblowe



Sklepy meblowe



POMOC SZKLARZA

POMOC SZKLARZA

OPIS STANOWISKA PRACY

Pomoc szklarza wykonuje proste czynności związane z obróbką szkła. Do jego czynności należą na przykład: cięcie i szlifowanie szkła, wiercenie w szkłe, kitowanie okien.

Dzięki jego pracy powstają lustra, witryny, akwaria.

Praca w warsztacie szklarskim wymaga precyzji, dokładności i ostrożności.

Pomoc szklarza powinna posiadać zdolności manualne.

Pracownik w swojej pracy posługuje się różnymi narzędziami, na przykład nożami, szlifierką, miarką lub wiertarką.

Jest to praca w ruchu. Mogą występować szkodliwe warunki, na przykład hałas.

Pomoc szklarza wykonuje czynności na polecenie przełożonego.

CZYNNOŚCI ZAWODOWE



Cięcie szkła



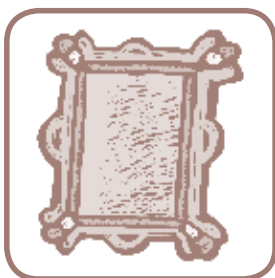
Szlifowanie szkła



Wiercenie w szkłe



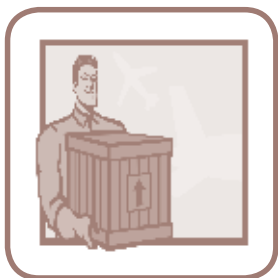
Kitowanie okien



Zbijanie ram

POMOC SZKLARZA

CZYNNOŚCI ZAWODOWE



Przenoszenie towarów



Układanie w magazynie

PREDYSPOZYCJE ZAWODOWE



Dokładność



Sprawność manualna
(sprawne ręce i dłonie)



Umiejętność liczenia



Ostrożność



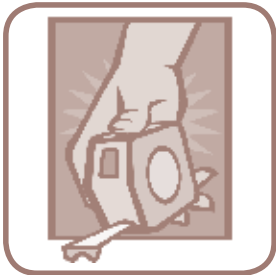
Sprawność fizyczna i ruchowa

POMOC SZKLARZA

PREDYSPOZYCJE ZAWODOWE



Zdrowy kręgosłup



Umiejętność mierzenia

PRZECIWWSKAZANIA



Brak sprawności manualnej



Brak sprawności fizycznej i ruchowej



Brak dokładności



Wady kręgosłupa

POMOC SZKLARZA

MOŻLIWOŚCI ZATRUDNIENIA



Zakłady szklarskie



Magazyny w zakładach produkcyjnych





POMOC SZTUKATORA

POMOC SZTUKATORA

OPIS STANOWISKA PRACY

Pomocnik sztukatora to osoba zajmująca się wytwarzaniem oraz obrabianiem rzeźb i ozdobnych elementów gipsowych (tak zwana sztukateria).

Pomocnik sztukatora pracuje w pracowni lub w terenie (na przykład kościoły, cmentarze, miejsca zabytkowe).

Jest to praca związana ze sztuką. Wymaga zdolności artystycznych.

Pracownik posługuje się narzędziami związanymi z rzeźbieniem i malowaniem na przykład pędzlem i dłutem.

Pracownik usuwa nierówności, wygładza i czyści rzeźby, zanim trafią w ręce sztukatora.

Pomaga też w przygotowaniu formy i masy, z której następnie wykonuje się odlew rzeźb i elementów gipsowych.

Pomocnik sztukatora naprawia też proste uszkodzenia rzeźb, figurek i elementów gipsowych. Uzupełnia braki w materiale, poprawia szczegóły i maluje je.

W pracy często panują niekorzystne warunki – pył, nieprzyjemne zapachy, niska lub wysoka temperatura (w pracach na zewnątrz).

CZYNNOŚCI ZAWODOWE



Pomoc w przygotowaniu formy i masy na odlew gipsowy



Usuwanie nierówności i wygładzanie stworzonych odlewów za pomocą dłuta



Czyszczenie odlanych form za pomocą papieru ściernego



Malowanie elementów gipsowych i rzeźb



Proste naprawy rzeźb gipsowych

POMOC SZTUKATORA

CZYNNOŚCI ZAWODOWE



Smarowanie formy substancją ułatwiającą usunięcie odlewu gipsowego



Przygotowywanie i mieszanie materiałów potrzebnych do dalszej pracy



Pomoc w przenoszeniu ciężkich elementów



Prace porządkowe

PREDYSPOZYCJE ZAWODOWE



Sprawność fizyczna i ruchowa



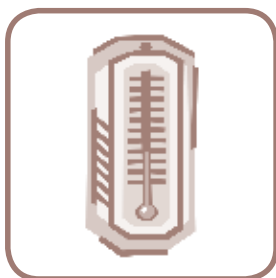
Sprawność manualna
(sprawne ręce i dłonie)



Dokładność



Dobry wzrok
lub prawidłowo skorygowany okularami



Odporność na zmiany temperatury

POMOC SZTUKATORA

PRZECIWWSKAZANIA



Brak sprawności fizycznej i ruchowej



Brak sprawności manualnej



Znaczące wady wzroku,
brak odpowiednich okularów



Brak umiejętności skoncentrowania
uwagi przez dłuższy czas



Wrażliwość na zapachy

MOŻLIWOŚCI ZATRUDNIENIA



Pracownie sztukatorskie



Zakłady sztuki sakralnej



Zakłady malarsko-sztukatorskie



POMOC TAPICERA

POMOC TAPICERA

OPIS STANOWISKA PRACY

Pomoc tapicera pracuje w zakładzie tapicerskim lub firmie produkującej i naprawiającej meble. Jest to praca w pomieszczeniu.

Pomoc tapicera wyściela i obija materiałem meble, siedzenia lub wnętrza pojazdów.

Do jego obowiązków należy na przykład zdejmowanie starego materiału z mebli, przybijanie ozdób, oblekanie guzików materiałem.

Osoba pracująca jako pomoc tapicera powinna posiadać zdolności manualne, dobry wzrok oraz być dokładna i cierpliwa.

Praca ta jest zaliczana do prac lekkich.

Wymaga dobrego wzroku oraz umiejętności skupienia się na zadaniu.

Pomoc tapicera używa różnych narzędzi, na przykład śrubokręta, wkrętarki, nożyczek, igieł, młotka, zszywaczy pneumatycznych.

Pracownik wykonuje wszystkie prace na polecenie przełożonego.

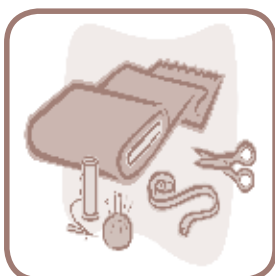
CZYNNOŚCI ZAWODOWE



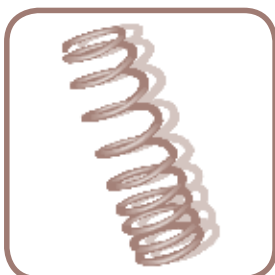
Rozkręcanie mebli



Usuwanie starych materiałów



Wycinanie kawałków materiału



Założenie i wiązanie nowych sprężyn



Przybijanie materiału do mebli

POMOC TAPICERA

CZYNNOŚCI ZAWODOWE



Oblekanie guzików



Ręczne doszywanie elementów
wykończeniowych



Zbijanie i skręcanie mebli

PREDYSPOZYCJE ZAWODOWE



Sprawność manualna
(sprawne ręce i dłonie)



Umiejętność obsługi prostych urządzeń



Dobry wzrok
lub prawidłowo skorygowany okularami



Dokładność



Cierpliwość

POMOC TAPICERA

PREDYSPOZYCJE ZAWODOWE



Ostrożność

PRZECIWWSKAZANIA



Brak dokładności



Brak sprawności manualnej



Znaczące wady wzroku,
brak odpowiednich okularów



Brak cierpliwości

POMOC TAPICERA

MOŻLIWOŚCI ZATRUDNIENIA



Zakłady tapicerskie



Warsztaty meblowe



Sklepy z antykami





PRACOWNIK PRODUKCJI



PRACOWNIK PRODUKCJI

OPIS STANOWISKA PRACY

Pracownik produkcji pracuje w zakładzie, który wytwarza różne produkty.

Czynności jakie wykonywane są na tym stanowisku zależą od branży, w jakiej działa zakład pracy.

Praca w dziale produkcji jest pracą zespołową.

To znaczy, że każda osoba wykonuje wydzielone czynności, które łącznie składają się na ostateczny wynik produkcji.

Czynności, jakie mogą być wykonywane przez pracownika produkcji to na przykład: montowanie produktu z różnych elementów, wykonywanych przez innych członków zespołu, pakowanie gotowych produktów, naklejanie etykiet.

Praca wykonywana jest najczęściej w pozycji siedzącej lub stojącej.

W zależności od branży w jakiej działa zakład mogą występować różne warunki pracy.

Praca może odbywać się w dużych halach produkcyjnych, przy taśmach, w magazynach.

Pracownik produkcji może w swojej pracy posługiwać się różnymi narzędziami, na przykład: nożycami, śrubokrętem, metkownicą.

CZYNNOŚCI ZAWODOWE



Segregowanie produktów



Wkładanie produktów do opakowań



Składanie produktu z kilku części
w jedną całość



Naklejanie etykiet na opakowania



Układanie zapakowanych
produktów w magazynie

PRACOWNIK PRODUKCJI

PREDYSPOZYCJE ZAWODOWE



Sprawność manualna
(sprawne ręce i dłonie)



Spostrzegawczość



Dobry wzrok
lub prawidłowo skorygowany okularami



Umiejętność współpracy z innymi



Cierpliwość



Sprawność fizyczna i ruchowa



Dokładność



Orientacja przestrzenna



Umiejętność liczenia

PRACOWNIK PRODUKCJI

PRZECIWWSKAZANIA



Znaczące wady wzroku,
brak odpowiednich okularów



Wady kręgosłupa



Brak odporności na zmiany temperatur



Brak sprawności manualnej

MOŻLIWOŚCI ZATRUDNIENIA



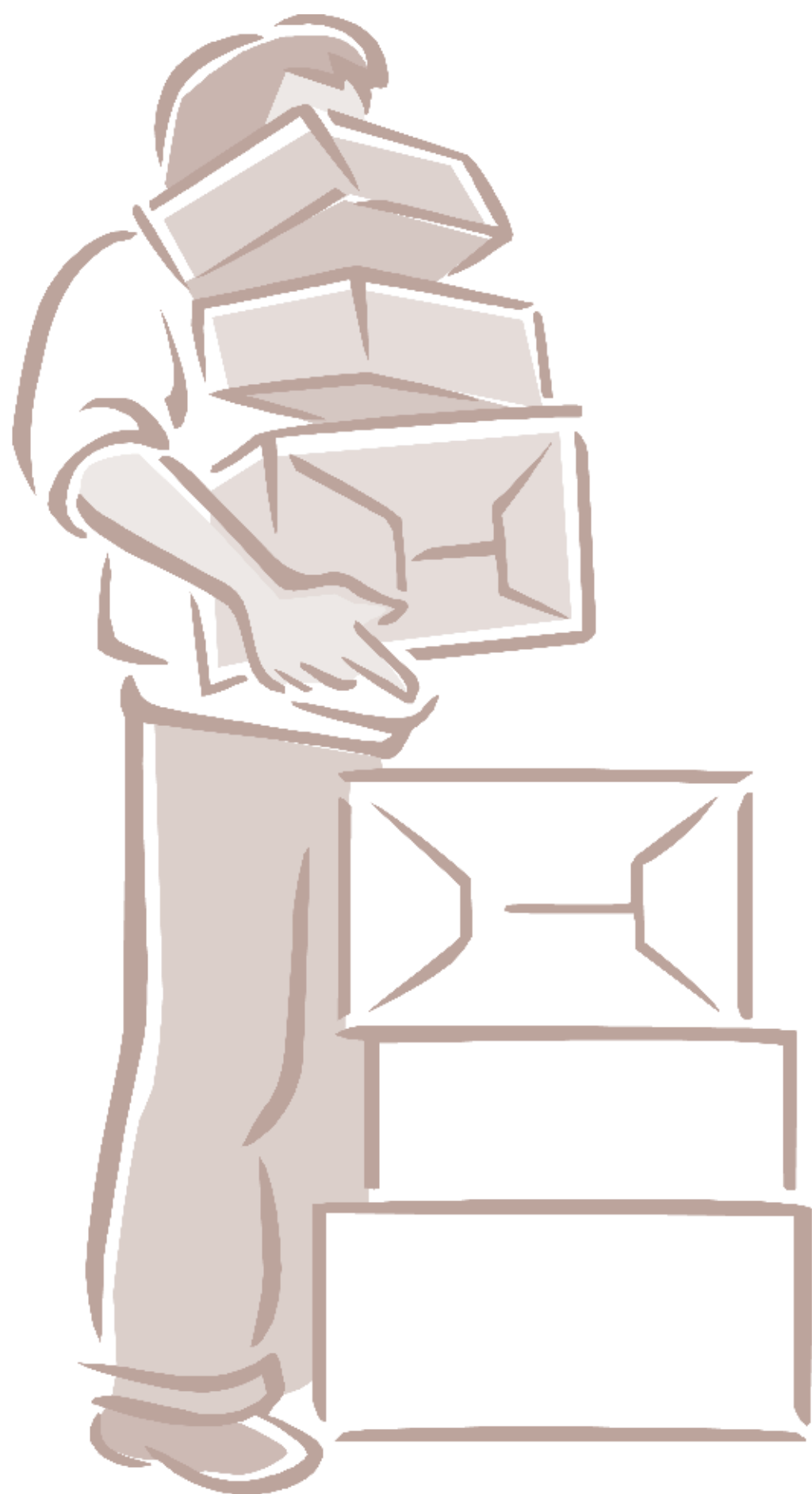
Magazyny w zakładach produkcyjnych



Zakłady produkcyjne



Hale montażowe w dużych zakładach



PRACOWNIK PRODUKCJI OPAKOWAŃ KARTONOWYCH

PRACOWNIK PRODUKCJI OPAKOWAŃ KARTONOWYCH

OPIS STANOWISKA PRACY

Pomocnik produkcji może pracować na przykład w zakładzie, który wytwarza opakowania kartonowe.

Praca odbywa się w dużych halach produkcyjnych i w magazynach.

Pracownik na tym stanowisku obrywa i skleja kartony, układa gotowe kartony na paletach, paskuje je oraz sprząta hale i magazyny.

Używa prostych narzędzi takich jak nożyk, bindownica, paskownica, wózek do przewożenia palet, pistolet do kleju, pędzle.

W swojej pracy wykorzystuje takie materiały jak folie i kleje.

Jest to praca w ruchu, dlatego pracownik powinien wykazywać się dużą sprawnością fizyczną oraz siłą.

Na hali produkcyjnej znajdują się maszyny, które mogą powodować hałas.

Pomocnik produkcji nie obsługuje maszyn, musi jednak zachować ostrożność w ich obecności.

Pomocnik produkcji w zależności od czynności wykonuje pracę wewnątrz budynku lub na dworze.

Pracownik na tym stanowisku wykonuje zadania na polecenie przełożonego.

CZYNNOŚCI ZAWODOWE



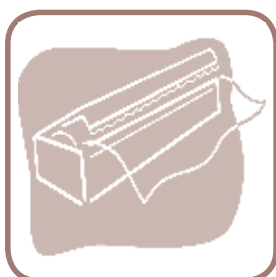
Obrywanie formatów kartonów



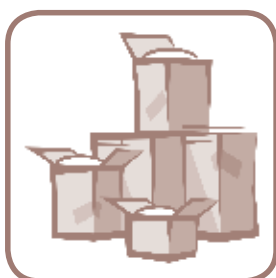
Sklejanie kartonów



Paskowanie kartonów



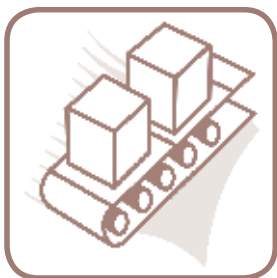
Foliowanie kartonów



Składanie gotowych opakowań

PRACOWNIK PRODUKCJI OPAKOWAŃ KARTONOWYCH

CZYNNOŚCI ZAWODOWE



Odbieranie kartonów z maszyn



Układanie kartonów na palecie



Układanie palet



Zamiatanie hali i placu

PREDYSPOZYCJE ZAWODOWE



Dokładność i precyzja



Sprawność i siła fizyczna



Zdrowy kręgosłup



Umiejętność liczenia



Wskazana umiejętność czytania,
odwzorowywania napisów

PRACOWNIK PRODUKCJI OPAKOWAŃ KARTONOWYCH

PRZECIWWSKAZANIA



Wady kręgosłupa



Brak siły



Brak sprawności fizycznej i ruchowej



Uczulenia na środki chemiczne i pyły

MOŻLIWOŚCI ZATRUDNIENIA



Magazyny w zakładach produkcyjnych



Zakłady produkcyjne



PRACOWNIK PRODUKCJI ZABAWEK DREWNIANYCH

PRACOWNIK PRODUKCJI ZABAWEK DREWNIANYCH

OPIS STANOWISKA PRACY

Pracownik produkcji zabawek drewnianych może pracować w fabrykach, małych zakładach rzemieślniczych lub stolarniach.

Pracownik na tym stanowisku dopasowuje i montuje różne elementy drewniane, na przykład klei, skręca oraz maluje drewniane zabawki. Pomaga także w pakowaniu gotowych zabawek.

W pracy używa prostych narzędzi (śrubokręt, młotek, imadło) i nieskomplikowanych urządzeń (wiertarka, wycinarka).

Pracownik zakładu wykonuje czynności wewnątrz budynku. Wykonuje je na siedząco lub na stojąco.

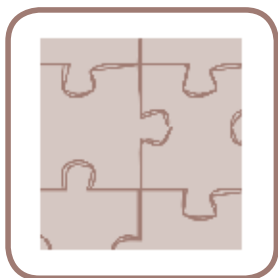
Osoba pracująca na tym stanowisku powinna posiadać zdolności manualne, dobry wzrok oraz być dokładna i cierpliwa.

Pracownik wykonuje zadania na polecenie przełożonego.

CZYNNOŚCI ZAWODOWE



Wycinanie elementów



Dopasowywanie gotowych elementów



Impregnowanie drewna



Skręcanie



Klejenie

PRACOWNIK PRODUKCJI ZABAWEK DREWNIANYCH

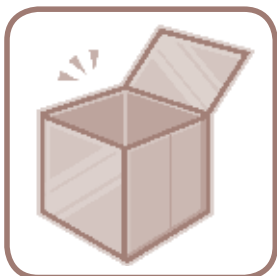
CZYNNOŚCI ZAWODOWE



Malowanie



Zbijanie elementów za pomocą gwoździ



Pakowanie gotowych zabawek

PREDYSPOZYCJE ZAWODOWE



Sprawność manualna
(sprawne ręce i dłonie)



Dokładność i precyzja



Zainteresowania i uzdolnienia
techniczne



Dobry wzrok
lub prawidłowo skorygowany okularami



Sprawność fizyczna i ruchowa

PRACOWNIK PRODUKCJI ZABAWEK DREWNIANYCH

PRZECIWWSKAZANIA



Brak sprawności rąk i dłoni



Znacząca wada wzroku,
brak odpowiednich okularów



Alergie na środki chemiczne



Brak sprawności fizycznej i ruchowej

MOŻLIWOŚCI ZATRUDNIENIA



Duże fabryki zabawek



Małe firmy rzemieślnicze



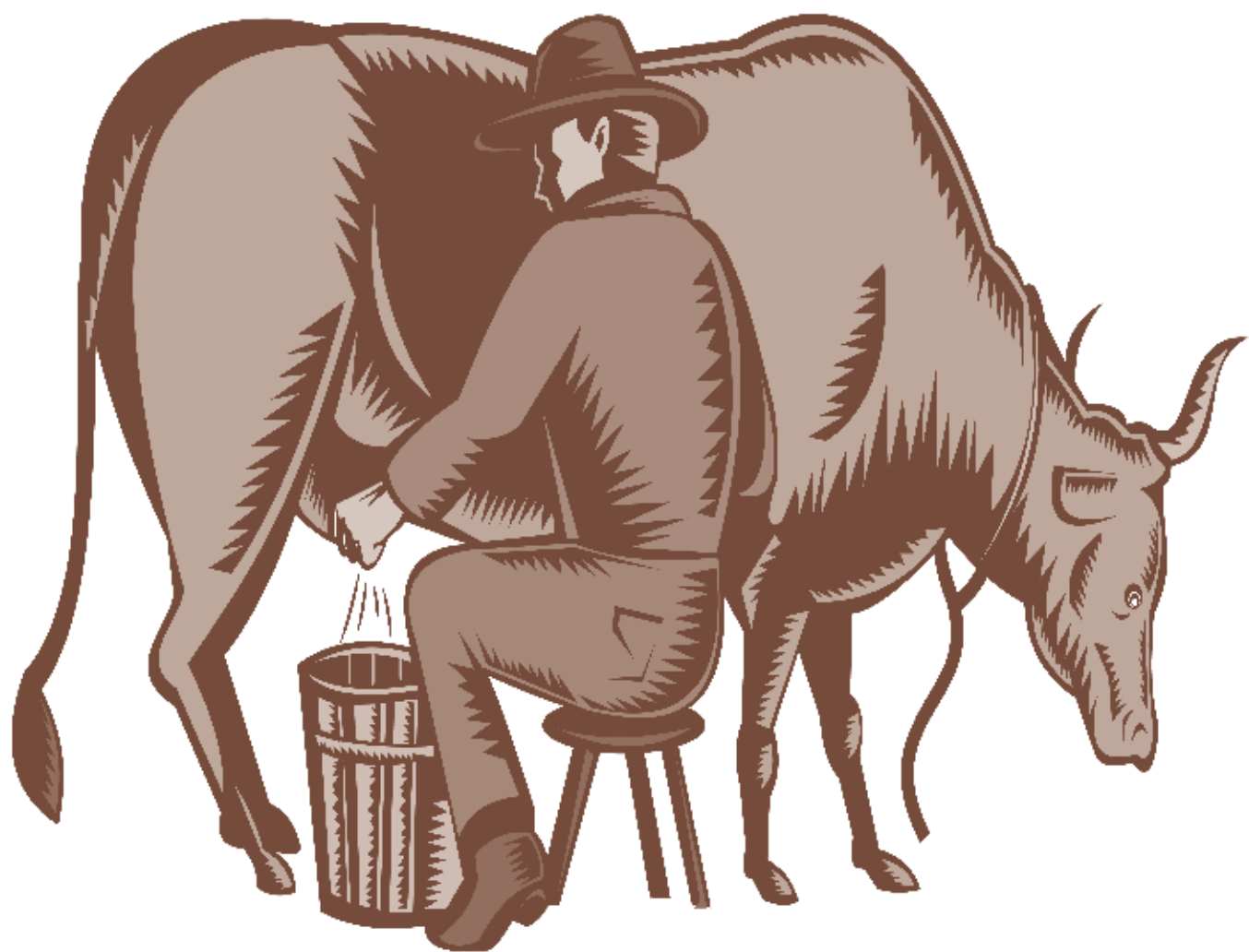
Stolarnie



DZIAŁ VII

ROLNICTWO I OGRODNICTWO

■ Pomoc dojarza.....	541
■ Pomoc florysty	551
■ Pomoc ogrodnika	561
■ Pomoc w gospodarstwie rolnym.....	569
■ Pomocniczy robotnik konserwacji terenów zielonych	579
■ Pomocniczy robotnik leśny.....	589
■ Pomocniczy robotnik w hodowli zwierząt.....	601
■ Stajenny.....	609



POMOC DOJARZA

POMOC DOJARZA

OPIS STANOWISKA PRACY

Pomoc dojarza wykonuje prace pomocnicze na terenie gospodarstwa mlecznego, w którym hoduje się krowy.

Doi krowy i kozy w mniejszych gospodarstwach. Robi to ręcznie bez obsługiwanie maszyn.

Do obowiązków pracownika należy też przygotowanie paszy, karmienie zwierząt i dbanie o czystość urządzeń do dojenia.

Pracę wykonuje się samodzielnie lub w zespole.

Pomoc dojarza używa prostych narzędzi takich jak taczki, łopaty, grabie, miotły i wiadra.

Pracownik powinien wykazywać się dużą sprawnością manualną oraz siłą fizyczną.

Praca wymaga skupienia się na wykonywanym zadaniu oraz dużej dokładności i szybkości.

CZYNNOŚCI ZAWODOWE



Przygotowanie paszy dla zwierząt



Karmienie zwierząt



Dojenie zwierząt



Sprzątanie odchodów zwierzęcych



Wyścielanie boksów ściółką

POMOC DOJARZA

CZYNNOŚCI ZAWODOWE



Zamiatanie



Mycie sprzętu do dojenia

PREDYSPOZYCJE ZAWODOWE



Sprawność manualna
(sprawne ręce i dłonie)



Dokładność i precyzja



Umiejętność koncentracji uwagi



Dobry wzrok
lub prawidłowo skorygowany okularami



Sprawność fizyczna i ruchowa

POMOC DOJARZA

PRZECIWWSKAZANIA



Brak sprawności rąk i dłoni



Znacząca wada wzroku,
brak odpowiednich okularów



Wady kręgosłupa
(przy pracach wykonywanych w pozycji
stojącej, przy przenoszeniu, podnoszeniu)



Zaburzenia sprawności kończyn dolnych
(przy pracach w pozycji stojącej)



Brak umiejętności skoncentrowania
uwagi przez dłuższy czas



Brak sprawności fizycznej i ruchowej
(w zależności od wymagań branży)

POMOC DOJARZA

MOŻLIWOŚCI ZATRUDNIENIA

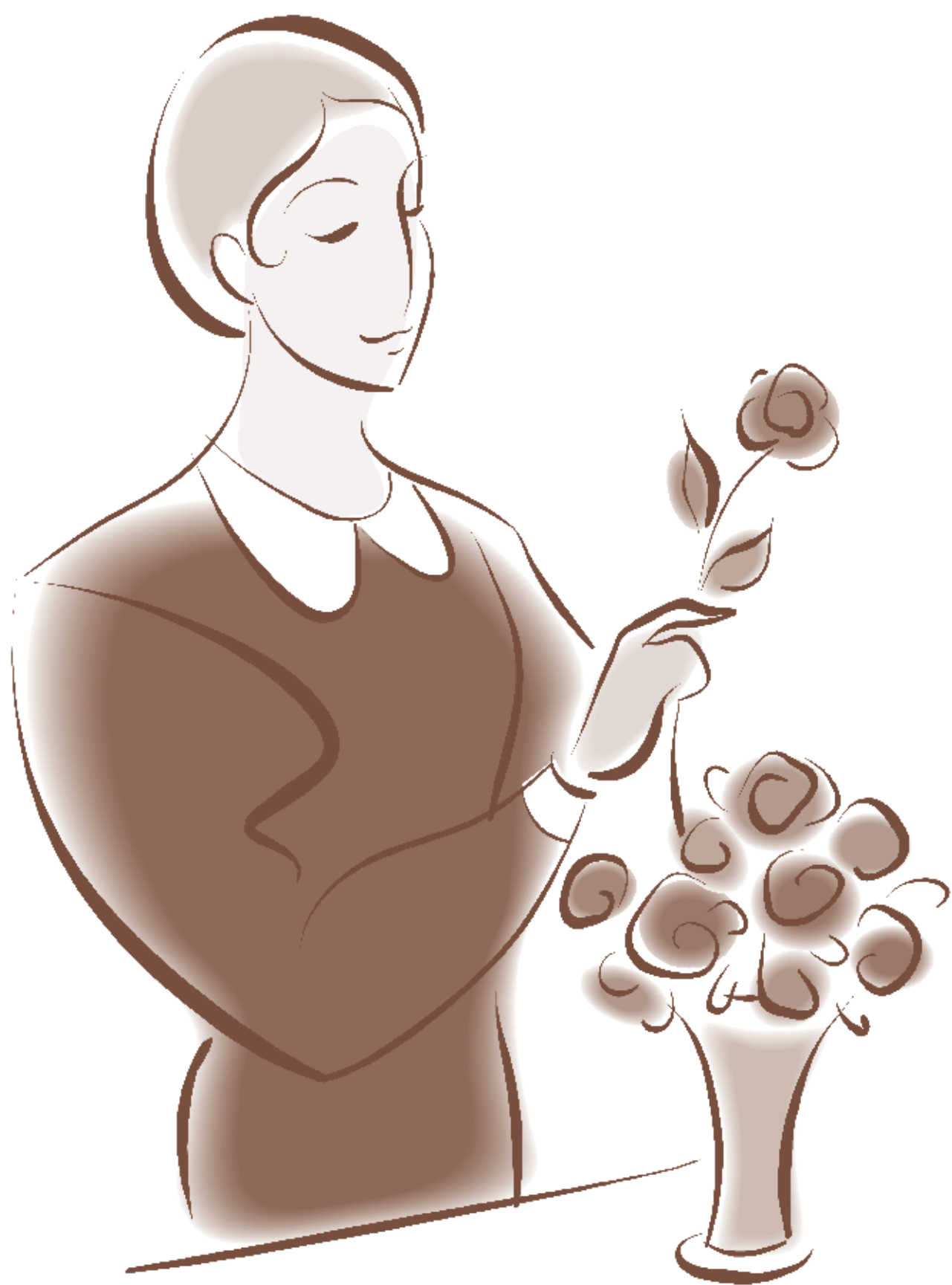


Duże gospodarstwa



Małe gospodarstwa





POMOC FLORYSTY

POMOC FLORYSTY

OPIS STANOWISKA PRACY

Pomoc florysty pomaga tworzyć bukiety i dekoracje z roślin żywych i suszonych.

Osoba ta dobiera kwiaty i ozdoby do wykonania wiązanek okolicznościowych na przykład: na chrzciny, komunię czy ślub.

Pomoc florysty zajmuje się również pielęgnacją roślin: podlewa je, przycina, spryskuje liście i dba aby się nie zniszczyły.

Osoba na tym stanowisku powinna posiadać zdolności manualne oraz artystyczne.

W pracy tej ważna jest również znajomość kwiatów i ozdób potrzebnych do wykonania bukietów.

W swojej pracy pomoc florysty używa takich narzędzi jak: nóż, sekator, nożyce oraz przecinak.

Do tworzenia wiązanek oraz dekoracji wykorzystuje różnego rodzaju materiały na przykład: druty i gąbki florystyczne, wstążki, szarfy, ozdobne papiery, pojemniki, wazon-y szklane i ceramiczne.

W pracy tej trzeba być cierpliwym, dokładnym, mieć dobrą koncentrację uwagi oraz lubić rośliny.

Pomoc florysty często pracuje w terenie, gdzie pomaga przy dekoracji kościołów, restauracji czy sal konferencyjnych na różne uroczystości.

Na tym stanowisku ważna jest kultura osobista, umiejętność współpracy oraz sprawność fizyczna.

CZYNNOŚCI ZAWODOWE



Wybór odpowiednich kwiatów
do tworzenia bukietów



Wybór materiałów do dekoracji



Wykonanie dekoracji



Wykonanie bukietów i wiązanek



Podlewanie roślin

POMOC FLORYSTY

CZYNNOŚCI ZAWODOWE



Spryskiwanie kwiatów



Przycinanie łodygi



Nawożenie roślin



Pakowanie bukietów



Pomoc w dekorowaniu, na przykład kościoła czy restauracji

PREDYSPOZYCJE ZAWODOWE



Zamiłowanie do roślin



Sprawność manualna
(sprawne ręce i dłonie)



Dobry wzrok
lub prawidłowo skorygowany okularami



Życzliwe, otwarte i uprzejme usposobienie



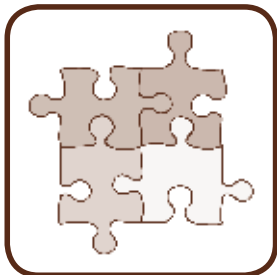
Umiejętność współpracy

POMOC FLORYSTY

PREDYSPOZYCJE ZAWODOWE



Pomysłowość



Cierpliwość



Uzdolnienia artystyczne



Sprawność fizyczna i ruchowa

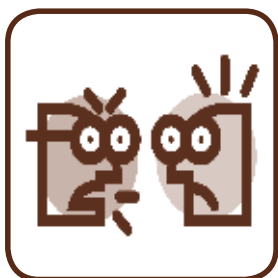
PRZECIWWSKAZANIA



Brak sprawności manualnej



Znaczące wady wzroku,
brak odpowiednich okularów



Niekulturalne zachowanie



Brak pomysłowości



Brak uzdolnień artystycznych

POMOC FLORYSTY

PRZECIWWSKAZANIA



Brak sprawności fizycznej i ruchowej

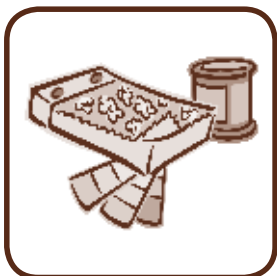
MOŻLIWOŚCI ZATRUDNIENIA



Kwiaciarnie



Studia florystyczne



Firmy zajmujące się dekoracją wnętrz



POMOC OGRODNIKA

POMOC OGRODNIKA

OPIS STANOWISKA PRACY

Pomocnik ogrodnika zajmuje się pielęgnowaniem trawy, kwiatów, krzewów w ogrodach, parkach, na placach i ulicach.

Te miejsca mogą być własnością prywatną lub publiczną.

Do jego obowiązków należy przede wszystkim przycinanie trawy, krzewów, wyrywanie chwastów, sadzenie roślin, podlewanie, dbanie o czystość na całym terenie.

W swojej pracy posługuje się różnymi narzędziami, takimi jak: grabie, szpadel, łopata, motyka, sekator, nożyce, miotła, kosiarka.

Pomocnik ogrodnika używa ostrych narzędzi, co może powodować urazy w wyniku ukłucia lub skaleczenia.

Praca pomocnika ogrodnika może wymagać przenoszenia ciężkich ładunków, na przykład toreb z nawozami.

Praca bywa wykonywana w pochylonej pozycji ciała. Może to powodować bóle pleców, ramion i rąk.

W pracy obowiązuje odzież ochronna (fartuch, spodnie, odpowiednie obuwie).

CZYNNOŚCI ZAWODOWE



Koszenie trawników



Grabienie, zbieranie trawy



Przygotowanie rabatek
(kopanie, grabienie)



Sadzenie roślin,
krzewów ozdobnych



Podlewanie

POMOC OGRODNIKA

CZYNNOŚCI ZAWODOWE



Przycinanie krzewów, żywopłotów



Usuwanie uszkodzonych liści
i gałęzi roślin



Zbieranie śmieci z trawników i alejek

PREDYSPOZYCJE ZAWODOWE



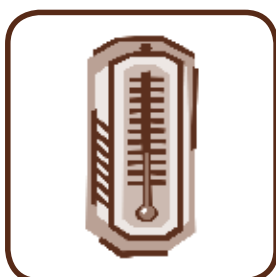
Sprawność i siła fizyczna



Sprawność manualna
(sprawne ręce i dłonie)



Orientacja przestrzenna



Odporność na zmiany temperatury

POMOC OGRODNIKA

PRZECIWWSKAZANIA



Znaczące wady wzroku,
brak odpowiednich okularów



Alergie



Wady kręgosłupa

MOŻLIWOŚCI ZATRUDNIENIA



Szklarnie



Ogrody prywatne



Szkółki roślin ozdobnych



POMOC W GOSPODARSTWIE ROLNYM

POMOC W GOSPODARSTWIE ROLNYM

OPIS STANOWISKA PRACY

Pomocnik w gospodarstwie rolnym wykonuje proste czynności przy uprawie zboża, warzyw, owoców oraz hodowli zwierząt.

Do jego obowiązków należy między innymi: sianie i sadzenie roślin, plewienie, zbieranie warzyw i owoców.

Pomaga także przy opiece nad zwierzętami (karmienie, dbanie o czystość w pomieszczeniach dla zwierząt).

Pracownik w gospodarstwie rolnym wykonuje swoje obowiązki najczęściej na dworze, ale czasem też wewnątrz budynków lub w szklarniach oraz tunelach foliowych.

Jest to praca w różnych warunkach atmosferycznych, w zależności od pory roku.

Praca ta zaliczana jest do prac ciężkich.

Osoba pracująca w gospodarstwie rolnym powinna być dokładna, cierpliwa i silna, posiadać sprawne ręce, zdrowy kręgosłup oraz być odporna na zmiany temperatur.

Pracownik ma kontakt z różnymi środkami chemicznymi, które mogą wywoływać alergie.

Pracownik wykonuje wszystkie prace na polecenie przełożonego.

CZYNNOŚCI ZAWODOWE



Sadzenie roślin



Plewienie



Zbieranie warzyw i owoców



Magazynowanie zbiorów



Zbieranie słomy i siana

POMOC W GOSPODARSTWIE ROLNYM

CZYNNOŚCI ZAWODOWE



Podlewanie roślin



Pomoc przy stawianiu tuneli foliowych



Karmienie zwierząt



Pomoc przy konserwacji maszyn



Prace porządkowe

PREDYSPOZYCJE ZAWODOWE



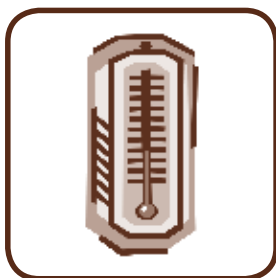
Dokładność



Sprawność i siła fizyczna



Sprawność manualna
(sprawne ręce i dłonie)



Odporność na zmiany temperatury



Zdrowy kręgosłup

POMOC W GOSPODARSTWIE ROLNYM

PREDYSPOZYCJE ZAWODOWE



Cierpliwość



Brak lęku przed zwierzętami



Ostrożność i przestrzeganie zasad bezpieczeństwa

PRZECIWWSKAZANIA



Niedokładność



Nadwrażliwość na środki chemiczne



Alergie



Wady kręgosłupa



Brak sprawności fizycznej i ruchowej

POMOC W GOSPODARSTWIE ROLNYM

PRZECIWWSKAZANIA



Brak odporności na zmiany temperatury



Strach przed zwierzętami

MOŻLIWOŚCI ZATRUDNIENIA



Gospodarstwa rolne



POMOCNICZY ROBOTNIK KONSERWACJI TERENÓW ZIELONYCH

POMOCNICZY ROBOTNIK KONSERWACJI TERENÓW ZIELONYCH

OPIS STANOWISKA PRACY

Pomocniczy robotnik konserwacji terenów zielonych wykonuje prace porządkowe i pielęgnacyjne w ogrodach, na skwerach i w parkach.

Do jego obowiązków należy sadzenie oraz przycinanie roślin. Nawadnia też i kosi trawniki oraz porządkuje tereny zielone.

W swej pracy posługuje się różnymi narzędziami. Są to grabie, szpadel, łopata, motyka, sekator, nożyce, miotła i kosiarka.

Pomocniczy robotnik konserwacji terenów zielonych używa ostrych narzędzi. Musi być ostrożny, bo łatwo może się skaleczyć.

Pracę wykonuje się w pochylonej pozycji ciała. Może to powodować bóle pleców, ramion i rąk.

Osoba pracująca jako pomocniczy robotnik konserwacji terenów zielonych powinna być dokładna, cierpliwa, posiadać sprawne ręce, zdrowy kręgosłup oraz być odporna na zmiany temperatur.

W pracy obowiązuje odzież robocza (fartuch, spodnie, odpowiednie obuwie).

CZYNNOŚCI ZAWODOWE



Grabienie trawników



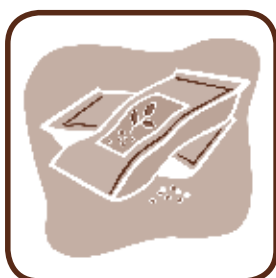
Sadzanie drzew i krzewów



Przycinanie krzewów i żywopłotów



Opryskiwanie roślin



Nawożenie trawników

POMOCNICZY ROBOTNIK KONSERWACJI TERENÓW ZIELONYCH

CZYNNOŚCI ZAWODOWE



Koszenie trawników



Usuwanie odchodów zwierzęcych



Podlewanie roślin



Przycinanie gałęzi drzew



Sadzenie roślin

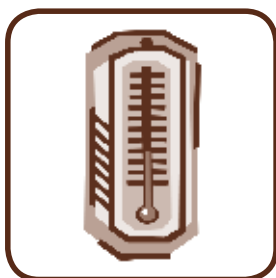
PREDYSPOZYCJE ZAWODOWE



Sprawność manualna
(sprawne ręce i dłonie)



Zdrowy kręgosłup



Odporność na zmiany temperatury



Zdrowe nogi

POMOCNICZY ROBOTNIK KONSERWACJI TERENÓW ZIELONYCH

PRZECIWWSKAZANIA



Brak sprawności manualnej



Alergie, podatność na przeziębienia



Wady kręgosłupa



Brak odporności na zmiany temperatury



Brak sprawności fizycznej i ruchowej



Brak orientacji przestrzennej



Nerwowe lub agresywne zachowanie



Choroby skóry i rąk



Strach przed zwierzętami

POMOCNICZY ROBOTNIK KONSERWACJI TERENÓW ZIELONYCH

MOŻLIWOŚCI ZATRUDNIENIA



Przedsiębiorstwa konserwacji
terenów zielonych



Miejskie ogrody botaniczne



Ogrody prywatne



Pola golfowe





POMOCNICZY ROBOTNIK LEŚNY

POMOCNICZY ROBOTNIK LEŚNY

OPIS STANOWISKA PRACY

Pomocniczy robotnik leśny wykonuje podstawowe prace z zakresu ochrony i użytkowania lasu.

Do jego obowiązków należy przede wszystkim ochrona roślin i zwierząt leśnych, renowacja łąk, hodowla nowych drzew oraz zwalczanie szkodników leśnych.

Pracę wykonuje się na otwartej przestrzeni.
W lesie lub szkółce leśnej.

Należy być odpornym na zmiany temperatur i nieprzyjemną pogodę.

Pomocniczy robotnik leśny musi być sprawny fizycznie.
Trzeba też być dokładnym i cierpliwym.

Ważne jest zainteresowanie przyrodą.

Pracownik nie może obawiać się owadów
oraz innych zwierząt leśnych.

Musi też mieć dobrą orientację w terenie.

Prace wykonuje się na zlecenie przełożonego.

CZYNNOŚCI ZAWODOWE



Grabienie



Kopanie dołów do sadzenia drzew



Sadzenie roślin



Przycinanie gałęzi



Montowanie namiotów foliowych

POMOCNICZY ROBOTNIK LEŚNY

CZYNNOŚCI ZAWODOWE



Zbieranie szyszek i owoców



Sortowanie sadzonek



Załadunek roślin do transportu



Zawieszanie tablic ostrzegawczych



Grodzenie mrowisk



Zakładanie na drzewka
osłon plastikowych



Opryskiwanie



Zgłaszanie pożarów



Sprzątanie śmieci

POMOCNICZY ROBOTNIK LEŚNY

PREDYSPOZYCJE ZAWODOWE



Sprawność manualna
(sprawne ręce i dłonie)



Orientacja w terenie



Orientacja przestrzenna



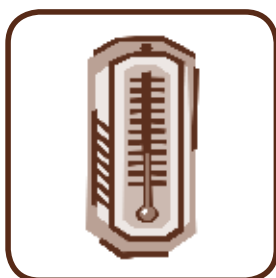
Dokładność



Sprawność fizyczna i ruchowa



Zdrowy kręgosłup



Odporność na zmiany temperatury



Odpowiedzialność,
przestrzeganie zasad BHP



Brak lęku przed zwierzętami

POMOCNICZY ROBOTNIK LEŚNY

PRZECIWWSKAZANIA



Niesprawne nogi



Znaczące wady wzroku,
brak odpowiednich okularów



Brak sprawności manualnej



Alergie, podatność na przeziębienia



Wady kręgosłupa



Brak sprawności fizycznej i ruchowej



Strach przed zwierzętami

POMOCNICZY ROBOTNIK LEŚNY

MOŻLIWOŚCI ZATRUDNIENIA



Nadleśnictwo





POMOCNICZY ROBOTNIK W HODOWLI ZWIERZĄT

POMOCNICZY ROBOTNIK W HODOWLI ZWIERZĄT

OPIS STANOWISKA PRACY

Pomocniczy pracownik w hodowli zwierząt dba o zwierzęta gospodarskie.

Osoba pracująca na tym stanowisku karmi i myje zwierzęta hodowlane.

Dbą też żeby były zdrowe.

Zwierzę hodowlane to na przykład koń, krowa lub świnia.

Praca wymaga siły i precyzji w wykonywaniu czynności.

Pracownik pomocniczy w hodowli zwierząt pracuje na zewnątrz i w pomieszczeniach gospodarskich (chlew, obora, kurnik).

Pracę można wykonywać samodzielnie lub w zespole.

Podczas tej pracy należy nosić odzież ochronną.

Podczas wykonywania czynności łatwo można się pobrudzić.

CZYNNOŚCI ZAWODOWE



Karmienie zwierząt



Mycie zwierząt



Obsługa narzędzi gospodarskich



Sprawdzanie stanu zdrowia zwierząt



Prace porządkowe

POMOCNICZY ROBOTNIK W HODOWLI ZWIERZĄT

CZYNNOŚCI ZAWODOWE



Ważenie zwierząt



Przeprowadzanie zwierząt
w inne miejsca

PREDYSPOZYCJE ZAWODOWE



Siła, sprawność fizyczna i ruchowa



Sprawność manualna
(sprawne ręce i dłonie)



Znajomość zwierząt



Znajomość zasad bezpiecznej
pracy ze zwierzętami



Orientacja przestrzenna

POMOCNICZY ROBOTNIK W HODOWLI ZWIERZĄT

PRZECIWWSKAZANIA



Brak siły fizycznej



Brak znajomości zachowania zwierząt



Alergie



Brak sprawności rąk i dłoni



Lęk przed zwierzętami

MOŻLIWOŚCI ZATRUDNIENIA



Gospodarstwa rolne



STAJENNY

STAJENNY

OPIS STANOWISKA PRACY

Stajenny wykonuje czynności związane z opieką nad końmi w stadninach.

Odpowiedzialny jest za karmienie i pojenie koni, czyszczenie sierści i podawanie leków. Czyści też stajnię.

Pracownik wykonuje też czynności gospodarcze na terenie stadniny.

Utrzymuje porządek wokół stajni i wybiegów, rozładowuje siano i kosi trawę.

Osoba na tym stanowisku wykonuje czynności na polecenie przełożonego.

Osoba pracująca na stanowisku stajennego używa różnego rodzaju narzędzi. Są to łopata, widły, grabie, taczka i wiadro.

Używa też przedmiotów potrzebnych do opieki na końmi. Są to pojemniki na paszę, poidła, szczotki i grzebienie do czesania.

Stajenny w swojej pracy używa roboczej odzieży ochronnej.

Osoba pracująca jako stajenny powinna być silna fizycznie i odpowiedzialna, powinna także lubić pracę ze zwierzętami.

CZYNNOŚCI ZAWODOWE



Karmienie koni



Pojenie koni



Mycie koni



Czesanie koni



Sprzątanie stajni

STAJENNY

CZYNNOŚCI ZAWODOWE



Wyprowadzanie koni na pastwisko



Podawanie leków



Rozładunek owsa, siana i słomy

PREDYSPOZYCJE ZAWODOWE



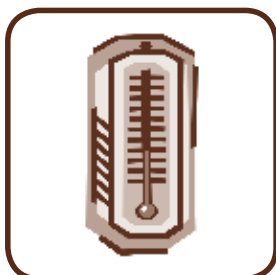
Sprawność fizyczna i ruchowa



Zdrowy kręgosłup



Zdrowe nogi



Odporność na zmiany temperatury
i wilgoć



Zamiłowanie do pracy ze zwierzętami

STAJENNY

PRZECIWWSKAZANIA



Brak sprawności fizycznej i ruchowej



Wady kręgosłupa

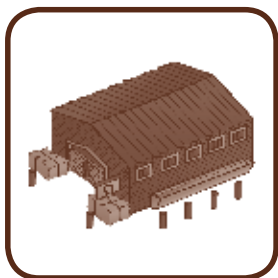


Choroby skóry i rąk



Alergie

MOŻLIWOŚCI ZATRUDNIENIA



Stadniny i hodowle koni



DZIAŁ VIII

OPIEKA

■ Opiekun zwierząt.....	619
■ Pomoc opiekuna osoby starszej.....	627
■ Pomoc przedszkolanki.....	637
■ Pracownik schroniska dla zwierząt	647



OPIEKUN ZWIERZĄT

OPIEKUN ZWIERZĄT

OPIS STANOWISKA PRACY

Opiekun zwierząt zajmuje się dbaniem o zwierzęta.

Do obowiązków opiekuna należy karmienie zwierząt, sprzątanie pomieszczeń, w których przebywają oraz ich pielęgnacja.

Opiekunowie zwierząt pracują w schroniskach, sklepach zoologicznych oraz w ogrodach zoologicznych.

Aby pracować jako opiekun zwierząt należy lubić zwierzęta oraz nie bać się kontaktu z nimi.

Praca opiekuna zwierząt wymaga dobrej sprawności fizycznej, ponieważ praca ta wymaga wyprowadzenia zwierząt, na przykład psów na spacer, oraz sprzątania klatek.

CZYNNOŚCI ZAWODOWE



Sprzątanie pomieszczeń,
w których przebywają zwierzęta



Wyprowadzanie psów na spacer



Karmienie zwierząt



Pielęgnacja zwierząt:
czesanie i mycie

OPIEKUN ZWIERZĄT

PREDYSPOZYCJE ZAWODOWE



Sprawność fizyczna i ruchowa



Brak lęku przed zwierzętami

PRZECIWWSKAZANIA



Alergia na sierść zwierząt



Wady kręgosłupa



Strach przed zwierzętami

OPIEKUN ZWIERZĄT

MOŻLIWOŚCI ZATRUDNIENIA



Ogrody zoologiczne



Sklepy zoologiczne



Schroniska dla zwierząt





POMOC OPIEKUNA OSOBY STARSZEJ

POMOC OPIEKUNA OSOBY STARSZEJ

OPIS STANOWISKA PRACY

Zadaniem opiekuna osoby starszej/niepełnosprawnej jest pomoc w wykonywaniu czynności, z którymi druga osoba sobie nie radzi.

Mogą to być czynności dnia codziennego: toaleta, ubieranie się, przygotowywanie posiłków, zakupy, a także spędzanie wolnego czasu – towarzyszenie podczas wyjść do kina, na koncerty, czy po prostu wspólna rozmowa.

Opiekun może pracować w domu spokojnej starości, domu opieki, czy też w prywatnym mieszkaniu podopiecznego.

Opiekun powinien być osobą otwartą, życzliwą, łatwo nawiązywać kontakt z innymi, a także wykazywać się cierpliwością i odpowiedzialnością.

CZYNNOŚCI ZAWODOWE



Pomoc w codziennej toalecie



Pomoc w ubieraniu się



Ścielenie łóżka



Pomoc w przygotowywaniu
posiłków



Karmienie

POMOC OPIEKUNA OSOBY STARSZEJ

CZYNNOŚCI ZAWODOWE



Towarzyszenie podczas wyjść
do kina, teatru, na koncerty



Towarzyszenie podczas
wizyt u lekarza



Pomoc w załatwianiu
spraw urzędowych

PREDYSPOZYCJE ZAWODOWE



Cierpliwość



Umiejętność nawiązywania kontaktu
z innymi ludźmi



Życzliwe, otwarte i uprzejme usposobienie



Odpowiedzialność



Spostrzegawczość

POMOC OPIEKUNA OSOBY STARSZEJ

PREDYSPOZYCJE ZAWODOWE



Sprawność fizyczna i ruchowa



Wskazana umiejętność czytania i pisanie

PRZECIWWSKAZANIA



Lęk, obawa przed kontaktami z ludźmi
(wycofanie)



Brak sprawności fizycznej i ruchowej



Nerwowe lub agresywne zachowanie



Poważne wady słuchu i wymowy



Znaczące wady wzroku,
brak odpowiednich okularów

POMOC OPIEKUNA OSOBY STARSZEJ

MOŻLIWOŚCI ZATRUDNIENIA



Domy spokojnej starości,
domy pomocy społecznej



Prywatne mieszkanie podopiecznego



Agencje opiekunek





POMOC PRZEDSZKOLANKI

POMOC PRZEDSZKOLANKI

OPIS STANOWISKA PRACY

Pomoc przedszkolanki pracuje w przedszkolu lub klubie malucha.

Pomaga ona nauczycielowi w przygotowaniu i prowadzeniu zajęć oraz dba o czystość w pomieszczeniach.

Pomoc przedszkolanki zajmuje się wydawaniem posiłków dzieciom, pomaga w karmieniu oraz ubieraniu ich i codziennej toalecie.

Osoba ta powinna lubić dzieci oraz być osobą cierpliwą i kulturalną.

W pracy tej wskazana jest umiejętność współpracy z innymi.

Osoba na tym stanowisku przebywa w ciągłym ruchu, dlatego wymagana jest sprawność fizyczna.

Pomoc przedszkolanki musi być osobą ostrożną i uważną, ponieważ dba o bezpieczeństwo dzieci.

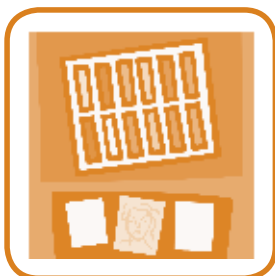
Osoba ta pracuje głównie w pomieszczeniach, ale towarzyszy również dzieciom w trakcie spacerów i zabaw na świeżym powietrzu.

Pracownik na tym stanowisku wykonuje czynności głównie na zlecenie przełożonego.

CZYNNOŚCI ZAWODOWE



Pomoc nauczycielowi
w przygotowaniu zajęć



Przygotowywanie materiałów
do zajęć, na przykład kredek
lub zabawek



Podawanie nauczycielowi materiałów
potrzebnych do zajęć, na przykład
kreków lub zabawek



Dbanie o porządek w salach



Dbanie o porządek w szatni

POMOC PRZEDSZKOLANKI

CZYNNOŚCI ZAWODOWE



Rozdawanie posiłków



Pomoc dzieciom w jedzeniu



Sprzątanie po posiłkach

PREDYSPOZYCJE ZAWODOWE



Sprawność manualna
(sprawne ręce i dłonie)



Dobry wzrok
lub prawidłowo skorygowany okularami



Umiejętność współpracy z innymi



Sprawność i siła fizyczna



Cierpliwość

POMOC PRZEDSZKOLANKI

PREDYSPOZYCJE ZAWODOWE



Życzliwe, otwarte i uprzejme usposobienie



Zdrowy kręgosłup



Odpowiedzialność



Umiejętność nawiązywania kontaktów
z ludźmi



Spostrzegawczość

PRZECIWWSKAZANIA



Znaczące wady wzroku,
brak odpowiednich okularów



Lęk, obawa przed kontaktami
z innymi osobami (wycofanie)



Brak sprawności manualnej



Wady kręgosłupa



Poważne wady słuchu i wymowy

POMOC PRZEDSZKOLANKI

PRZECIWWSKAZANIA



Niekulturalne zachowanie
wobec innych osób



Nerwowe lub agresywne zachowanie

MOŻLIWOŚCI ZATRUDNIENIA



Przedszkola, kluby malucha



PRACOWNIK SCHRONISKA DLA ZWIERZĄT

PRACOWNIK SCHRONISKA DLA ZWIERZĄT

OPIS STANOWISKA PRACY

Pracownik schroniska dla zwierząt opiekuje się zwierzętami, które przebywają w schronisku.

Opieka to głównie mycie i karmienie zwierząt.

Praca w schronisku odbywa się na zewnątrz. Czasem pracuje się z dużymi zwierzętami w większych pomieszczeniach.

Pracownik schroniska powinien mieć siłę oraz być sprawny fizycznie.

Musi być też ostrożny, ponieważ niektóre zwierzęta mogą być niebezpieczne.

Osoba zatrudniona na tym stanowisku często używa narzędzi takich jak łopata czy wąż z wodą.

Pracownik schroniska powinien lubić zwierzęta oraz mieć chęć opieki nad nimi.

Podczas pracy w schronisku dla zwierząt nosi się odzież ochronną oraz szczególnie dba o higienę.

Jest się także narażonym na hałas.

CZYNNOŚCI ZAWODOWE



Karmienie zwierząt



Mycie zwierząt



Zgłaszanie problemów zdrowotnych



Spacery ze zwierzętami



Zamykanie klatek

PRACOWNIK SCHRONISKA DLA ZWIERZĄT

CZYNNOŚCI ZAWODOWE



Pomoc w zbiórkach pieniędzy, festynach



Prace porządkowe

PREDYSPOZYCJE ZAWODOWE



Sprawność i siła fizyczna



Umiejętność nawiązywania kontaktów
ze zwierzętami



Cierpliwość



Orientacja w terenie



Opiekuńczość względem zwierząt

PRACOWNIK SCHRONISKA DLA ZWIERZĄT

PREDYSPOZYCJE ZAWODOWE



Dbłość o porządek

PRZECIWWSKAZANIA



Brak sprawności fizycznej i ruchowej



Alergie



Nadwrażliwość na nieprzyjemne zapachy



Lęk lub agresja w stosunku do zwierząt



Brak cierpliwości

PRACOWNIK SCHRONISKA DLA ZWIERZĄT

PRZECIWWSKAZANIA



Brak znajomości zachowania zwierząt

MOŻLIWOŚCI ZATRUDNIENIA



Schroniska dla zwierząt



Hodowle zwierząt
(na przykład psów rasowych)



DZIAŁ IX

TRANSPORT I GOSPODARKA MAGAZYNOWA

■ Kolporter	659
■ Pakowacz.....	667
■ Pomoc dostawcy	675
■ Pomoc dostawcy mebli.....	685
■ Pomoc magazyniera.....	695
■ Pomoc monter.....	703
■ Pracownik hurtowni.....	713
■ Pracownik przeprowadzkowy.....	723
■ Sortowacz surowców wtórnych.....	733



KOLPORTER

KOLPORTER

OPIS STANOWISKA PRACY

Kolporter jest odpowiedzialny za rozdawanie gazet i ulotek na ulicach miasta.

Może także roznosić ulotki po osiedlach, klatkach schodowych.

Kolporter może zajmować się rozdawaniem ulotek stojąc pod różnego rodzaju urzędami lub sądami.

Praca kolportera wymaga długiego stania. Może to powodować bóle pleców i nóg.

Długie stanie na dworze wymaga dobrej odporności na przeziębienia.

W pracy najczęściej obowiązuje specjalny strój (na przykład kurtka, czapka, koszulka).

Czasami kolporter dostaje też specjalna torbę lub wózek, w którym rozwozi gazety i ulotki.

Osoba pracująca na tym stanowisku powinna kulturalnie się zachowywać.

CZYNNOŚCI ZAWODOWE



Rozdawanie bezpłatnych gazet
lub ulotek na ulicy



Roznoszenie ulotek na przykład
po osiedlach, klatkach schodowych



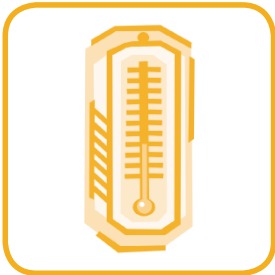
Rozdawanie ulotek pod różnego
rodzaju urzędami

KOLPORTER

PREDYSPOZYCJE ZAWODOWE



Sprawność manualna
(sprawne ręce i dłonie)



Odporność na zmiany temperatury



Zdrowe nogi



Zdrowy kręgosłup



Dbłość o własny wygląd

PRZECIWWSKAZANIA



Chory kręgosłup



Alergie i podatność na przeziębienia



Brak sprawności rąk i dłoni



Chore nogi



Lęk, obawa przed kontaktami
z innymi ludźmi (wycofanie)

KOLPORTER

MOŻLIWOŚCI ZATRUDNIENIA



Wydawnictwa



Banki



Restauracje



Szkoły językowe





PAKOWACZ

PAKOWACZ

OPIS STANOWISKA PRACY

Pakowacz to osoba, która pakuje lub opakuje wyroby. Wkłada je w folię, do pudełek, kartonów lub skrzynek.

Pracownik odpowiada za opakowanie towaru, czyli zabezpieczenie go przed uszkodzeniem i przygotowanie do transportu.

Osoba pracująca na stanowisku pakowacza odpowiada także za włożenie odpowiedniej ilości elementów do wysyłki.

Pracownik zakładu wykonuje czynności wewnątrz budynku. Wykonuje je na siedząco lub na stojąco.

Pracownik powinien wykazywać się dużą sprawnością manualną oraz precyzją.

W branży spożywczej wymagana jest książeczka sanepidowska.

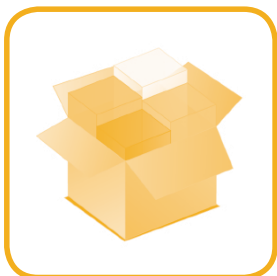
CZYNNOŚCI ZAWODOWE



Wkładanie produktów do opakowań



Zabezpieczanie towaru
przed uszkodzeniem



Segregowanie produktów



Naklejanie etykiet na opakowania



Układanie towaru w magazynie

PAKOWACZ

PREDYSPOZYCJE ZAWODOWE



Sprawność manualna
(sprawne ręce i dłonie)



Dokładność i precyzja



Umiejętność koncentracji uwagi



Dobry wzrok
lub prawidłowo skorygowany okularami



Sprawność fizyczna i ruchowa



Wskazana umiejętność liczenia

PAKOWACZ

PRZECIWWSKAZANIA



Brak sprawności rąk i dłoni



Znacząca wada wzroku
(brak odpowiednich okularów)



Wady kręgosłupa (przy pracach
wykonywanych w pozycji stojącej,
przy przenoszeniu, podnoszeniu)



Brak umiejętności skoncentrowania
uwagi przez dłuższy czas



Brak sprawności fizycznej i ruchowej
(w zależności od wymagań branży)

MOŻLIWOŚCI ZATRUDNIENIA



Składy, zakłady (farmaceutyczne, spożywcze, mechaniczne, elektroniczne, odzieżowe itp.)



Magazyny przemysłowe



Hurtownie przemysłowo-spożywcze



POMOC DOSTAWCY

POMOC DOSTAWCY

OPIS STANOWISKA PRACY

Pomoc dostawcy pracuje w hurtowniach i firmach dostarczających towar.

Zajmuje się załadowaniem towaru do samochodu oraz wypakowaniem go u klienta. Odbiera także puste pojemniki.

Do pracownika na tym stanowisku należy także dbanie o czystość samochodu dostawczego.

Jest to praca w pomieszczeniach (siedziba firmy, magazyn) oraz w terenie (dojazd samochodem do klienta, wypakowanie towaru).

Praca ta jest zaliczana do prac ciężkich, wiąże się z podnoszeniem i przenoszeniem towarów.

Pracownik na tym stanowisku powinien przestrzegać bezpieczeństwa w pracy (odpowiednio przenosić towar, by nie uszkodzić kręgosłupa, używać rękawic ochronnych).

Osoba pracująca na tym stanowisku powinna być silna i sprawna fizycznie.

Pomocnik dostawcy narażony jest na zmienne warunki pogodowe, dlatego nosi odpowiednią do pory roku odzież (na przykład zimą kurtkę i rękawice).

Pracownik na tym stanowisku potrafi współpracować z innymi.

Pracuje zawsze w towarzystwie kierowcy.

CZYNNOŚCI ZAWODOWE



Załadowanie towaru do samochodu



Rozładowanie towaru u klienta



Zebranie pustych pojemników



Sprzątanie auta dostawczego w środku



Czyszczenie auta dostawczego
na zewnątrz

POMOC DOSTAWCY

CZYNNOŚCI ZAWODOWE



Układanie towaru



Przenoszenie towaru ręcznie



Przewożenie towaru
za pomocą wózka

PREDYSPOZYCJE ZAWODOWE



Sprawność i siła fizyczna



Zdrowy kręgosłup



Zdrowe nogi



Dokładność



Umiejętność współpracy

POMOC DOSTAWCY

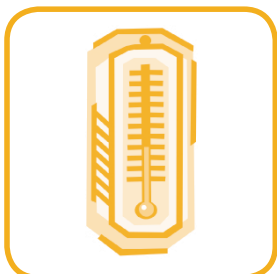
PREDYSPOZYCJE ZAWODOWE



Ostrożność



Brak choroby lokomocyjnej



Odporność na zmiany temperatury

PRZECIWWSKAZANIA



Wady kręgosłupa



Brak sprawności fizycznej i ruchowej



Brak siły



Podatność na przeziębienia

POMOC DOSTAWCY

MOŻLIWOŚCI ZATRUDNIENIA



Hipermarkety

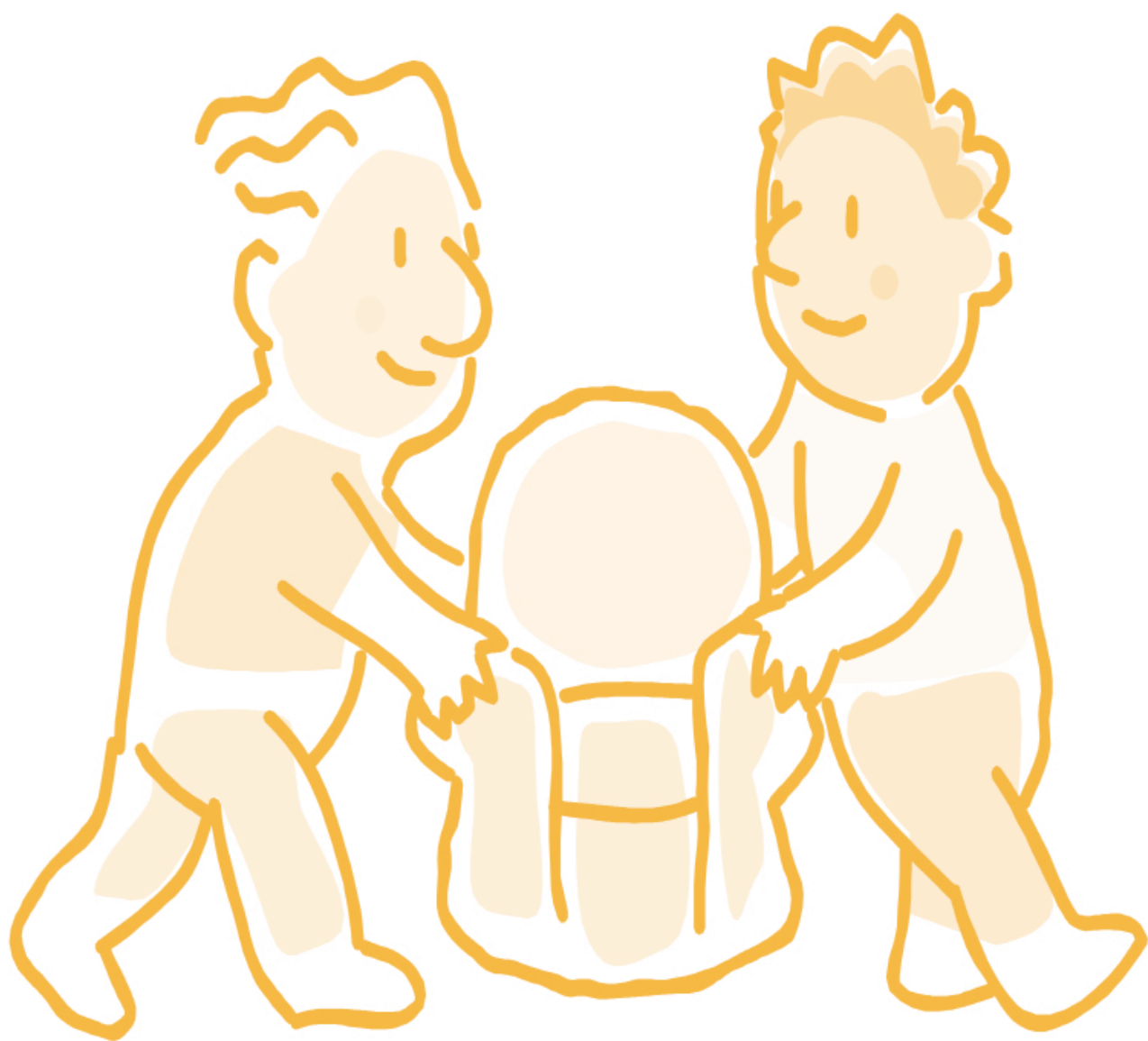


Hurtownie



Firmy transportowe





POMOC DOSTAWCY MEBLI

POMOC DOSTAWCY MEBLI

OPIS STANOWISKA PRACY

Pomoc dostawcy mebli to pracownik wykonujący prace przy dostarczaniu mebli do klientów.

Montuje też meble w domu klienta, albo w sklepie.

Na tym stanowisku pracuje się z jednym współpracownikiem albo w małym zespole.

Praca każdego jest tak samo ważna.

Często używa się prostych narzędzi (śrubokręt lub młotek) i nieskomplikowanych urządzeń (wiertarka lub wkrętarka).

Pomoc dostawcy mebli pracuje najczęściej w ruchu, często zmieniając pozycję.

Dużo czasu spędza też w samochodzie.

Pracownik musi wykazywać się dużą siłą fizyczną oraz sprawnością manualną.

Powinien również umieć odczytywać instrukcje rysunkowe.

CZYNNOŚCI ZAWODOWE



Odbieranie mebli z magazynu



Załadowywanie i rozładowywanie mebli



Noszenie mebli



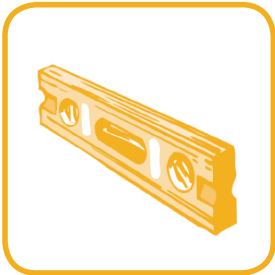
Skręcanie mebli



Klejenie mebli

POMOC DOSTAWCY MEBLI

CZYNNOŚCI ZAWODOWE



Poziomowanie mebli



Przybijanie gwoździ



Wiercenie

PREDYSPOZYCJE ZAWODOWE



Sprawność manualna
(sprawne ręce i dłonie)



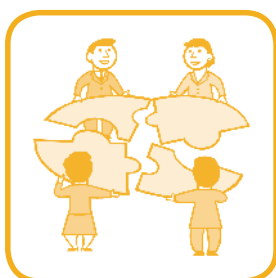
Siła i sprawność fizyczna



Zdrowy kręgosłup



Zdrowe nogi



Umiejętność współpracy

POMOC DOSTAWCY MEBLI

PREDYSPOZYCJE ZAWODOWE



Wskazana umiejętność
czytania instrukcji

PRZECIWWSKAZANIA



Brak sprawności rąk i dłoni



Brak siły i sprawności fizycznej



Wady kręgosłupa



Zaburzenia sprawności nóg

POMOC DOSTAWCY MEBLI

MOŻLIWOŚCI ZATRUDNIENIA



Sklepy meblowe



Firmy transportowe





POMOC MAGAZYNIERA

POMOC MAGAZYNIERA

OPIS STANOWISKA PRACY

Praca pomocnika magazyniera polega na pomocy w przyjmowaniu, przechowywaniu i wydawaniu materiałów, produktów.

Pomocnik magazyniera utrzymuje również czystość w pomieszczeniach magazynowych.

Pracownik wszystkie czynności wykonuje na polecenie swojego przełożonego.

Prace wykonuje w pomieszczeniach magazynowych i na zewnątrz budynku.

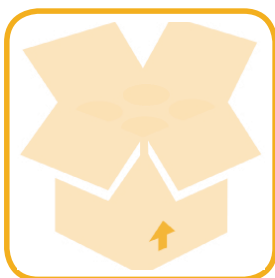
Praca w magazynie może wiązać się z trudnymi warunkami pracy.

Osoba może być narażona na hałas, złe oświetlenie.

Warunki panujące w pomieszczeniach magazynowych zależą od rodzaju przechowywanego materiału, na przykład mogą być to pomieszczenia otwarte lub zamknięte, ogrzewane lub chłodzone.

Praca wiąże się z dużym obciążeniem fizycznym.

CZYNNOŚCI ZAWODOWE



Pakowanie towaru do pudełek,
oklejanie pudełek



Naklejanie etykiet na opakowania



Układanie towaru w magazynie



Układanie towaru na paletach



Przewożenie towaru przy pomocy wózka

POMOC MAGAZYNIERA

PREDYSPOZYCJE ZAWODOWE



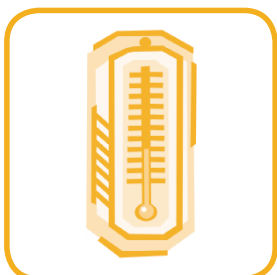
Sprawność i siła fizyczna



Sprawność manualna
(sprawne ręce i dłonie)



Orientacja przestrzenna



Odporność na zmiany temperatury



Dobry wzrok
lub prawidłowo skorygowany okularami



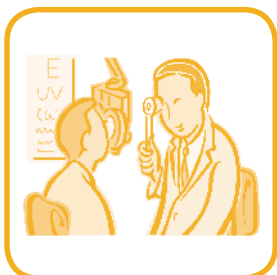
Wskazana umiejętność czytania,
odwzorowywania napisów



Umiejętność liczenia

POMOC MAGAZYNIERA

PRZECIWWSKAZANIA



Znaczące wady wzroku,
brak odpowiednich okularów



Wady kręgosłupa



Brak odporności na zmiany temperatur



Brak sprawności fizycznej i ruchowej

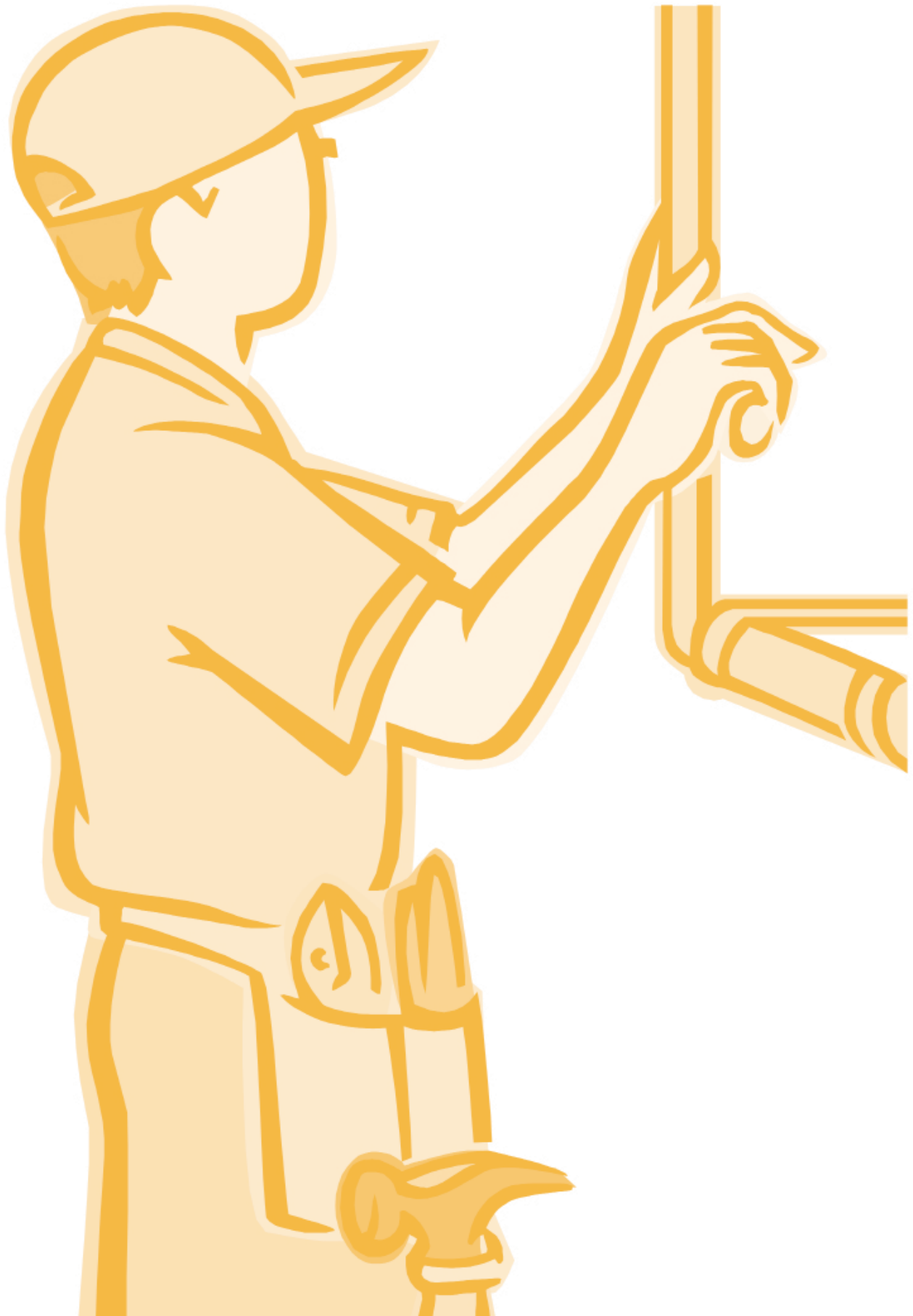
MOŻLIWOŚCI ZATRUDNIENIA



Zakłady produkcyjne



Magazyny w zakładach produkcyjnych,
hipermarketach



POMOC MONTERA

POMOC MONTERA

OPIS STANOWISKA PRACY

Pomoc monter a to pracownik wykonuj ący proste prace monta żowe.

Osoba pracuj ąca na tym stanowisku tworzy ręcznie elementy urz ądzeń produkowanych w danym zakładzie pracy.

Elementy wykonuje się samodzielnie, jednak pracuje się w zespole.

Praca ka żdego jest tak samo wa żna.

Mo żna u żywać prostych narz ędzi (takich jak śrubokr ęt, młotek, imadło) i nieskomplikowanych urz ądzeń (takich jak wiertarka, wkr ętarka).

Pracownik zakładu wykonuje czynności wewnątrz budynku.

Wykonuje je na siedząco lub na stojąco.

Pracownik powinien wykazywać się dużą sprawnością manualną oraz precyzją.

Jest to praca odpowiedzialna.

Urządzenie może nie działać, jeśli praca nie zostanie wykonana dobrze.

CZYNNOŚCI ZAWODOWE



Składanie produktów z kilku części w jedną (skręcanie, nakładanie, wkładanie, zlepianie, okuwanie)



Malowanie elementów



Rozładunek i załadunek towaru



Wkładanie produktów do opakowań



Naklejanie etykiet na opakowania

POMOC MONTERA

PREDYSPOZYCJE ZAWODOWE



Sprawność manualna
(sprawne ręce i dłonie)



Dokładność



Umiejętność koncentracji uwagi



Dobry wzrok
lub prawidłowo skorygowany okularami



Sprawność fizyczna i ruchowa



Umiejętność liczenia

POMOC MONTERA

PRZECIWWSKAZANIA



Brak sprawności manualnej



Znacząca wada wzroku,
brak odpowiednich okularów



Wady kręgosłupa



Zaburzenia sprawności kończyn dolnych
(przy pracach w pozycji stojącej)



Brak umiejętności skoncentrowania uwagi
przez dłuższy czas



Brak sprawności fizycznej i ruchowej

POMOC MONTERA

MOŻLIWOŚCI ZATRUDNIENIA

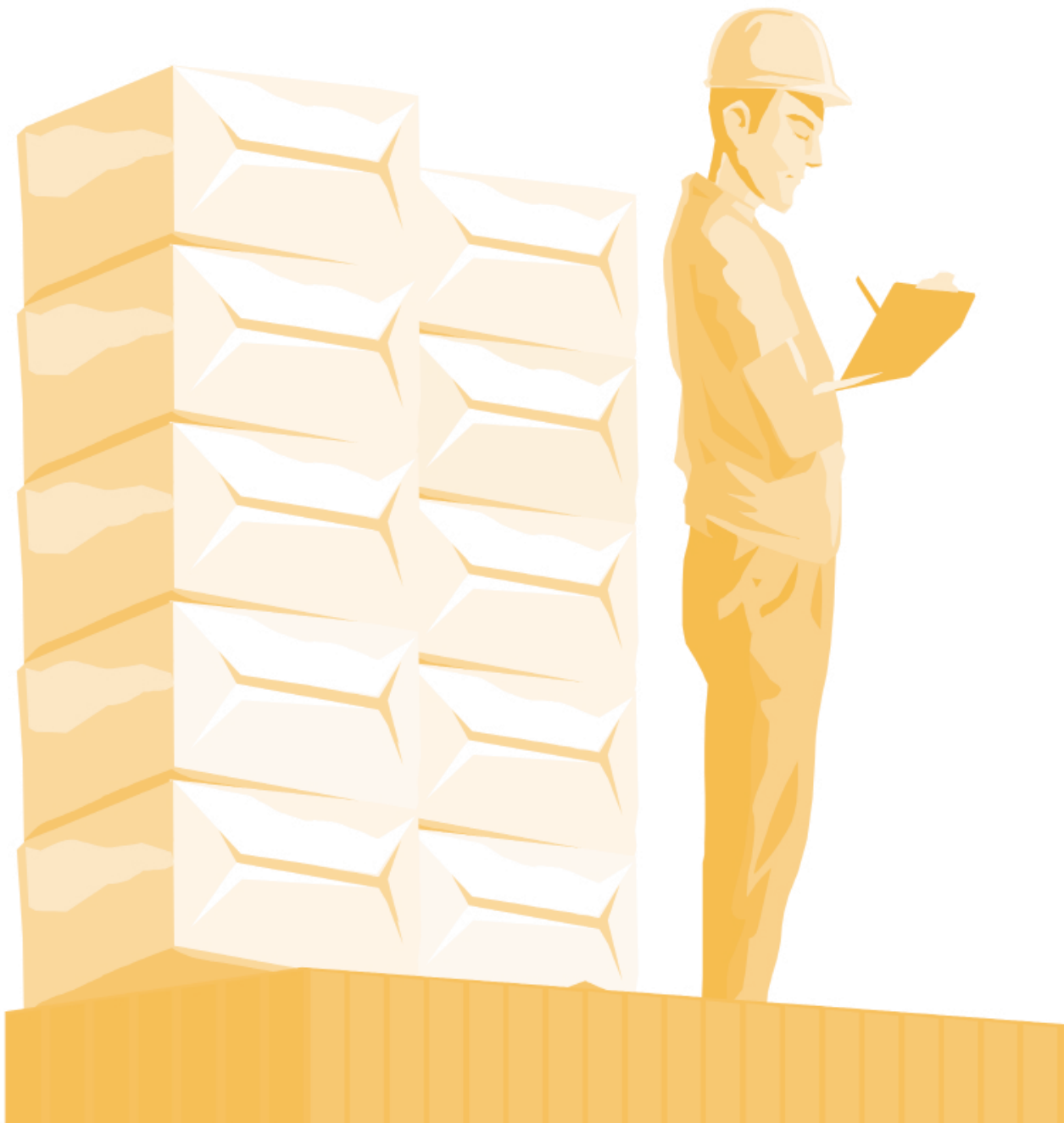


Hale montażowe w dużych zakładach



Małe, kilkuosobowe firmy





PRACOWNIK HURTOWNI

PRACOWNIK HURTOWNI

OPIS STANOWISKA PRACY

Do zadań pracownika należy przyjmowanie i wydawanie towaru.

Dbą o właściwe przechowywanie produktów.

Pracownik hurtowni sprawdza ilość towaru. Dbą też by towar był w dobrym stanie.

Osoba pracująca w hurtowni wykonuje prace porządkowe w pomieszczeniach.

Warunki pracy zależą od rodzaju przechowywanego towaru.

Pomieszczenia mogą być otwarte lub zamknięte. Mogą to być też chłodnie.

Praca wiąże się dużym obciążeniem fizycznym. Jest też odpowiedzialna.

Pracownik ma kontakt z ludźmi, którzy dostarczają lub odbierają towar.

CZYNNOŚCI ZAWODOWE



Odbieranie towaru



Liczenie towaru



Segregowanie towaru



Rozładunek i załadunek towaru



Wkładanie produktów do opakowań

PRACOWNIK HURTOWNI

CZYNNOŚCI ZAWODOWE



Naklejanie etykiet na opakowania



Układanie towaru w odpowiednim miejscu



Przewożenie towaru na wózku



Prace porządkowe

PREDYSPOZYCJE ZAWODOWE



Sprawność manualna
(sprawne ręce i dłonie)



Dokładność i precyzja



Orientacja przestrzenna



Umiejętność nawiązywania
kontaktów z ludźmi



Sprawność fizyczna i ruchowa

PRACOWNIK HURTOWNI

PREDYSPOZYCJE ZAWODOWE



Umiejętność koncentracji uwagi



Dobry wzrok
lub prawidłowo skorygowany okularami



Wskazana umiejętność liczenia



Wskazana umiejętność czytania,
odwzorowania napisów

PRZECIWWSKAZANIA



Brak sprawności rąk i dłoni



Znacząca wada wzroku,
brak odpowiednich okularów



Wady kręgosłupa (przy pracach
wykonywanych w pozycji stojącej,
przy przenoszeniu, podnoszeniu)



Brak umiejętności skoncentrowania
uwagi przez dłuższy czas



Brak orientacji przestrzennej

PRACOWNIK HURTOWNI

PRZECIWWSKAZANIA

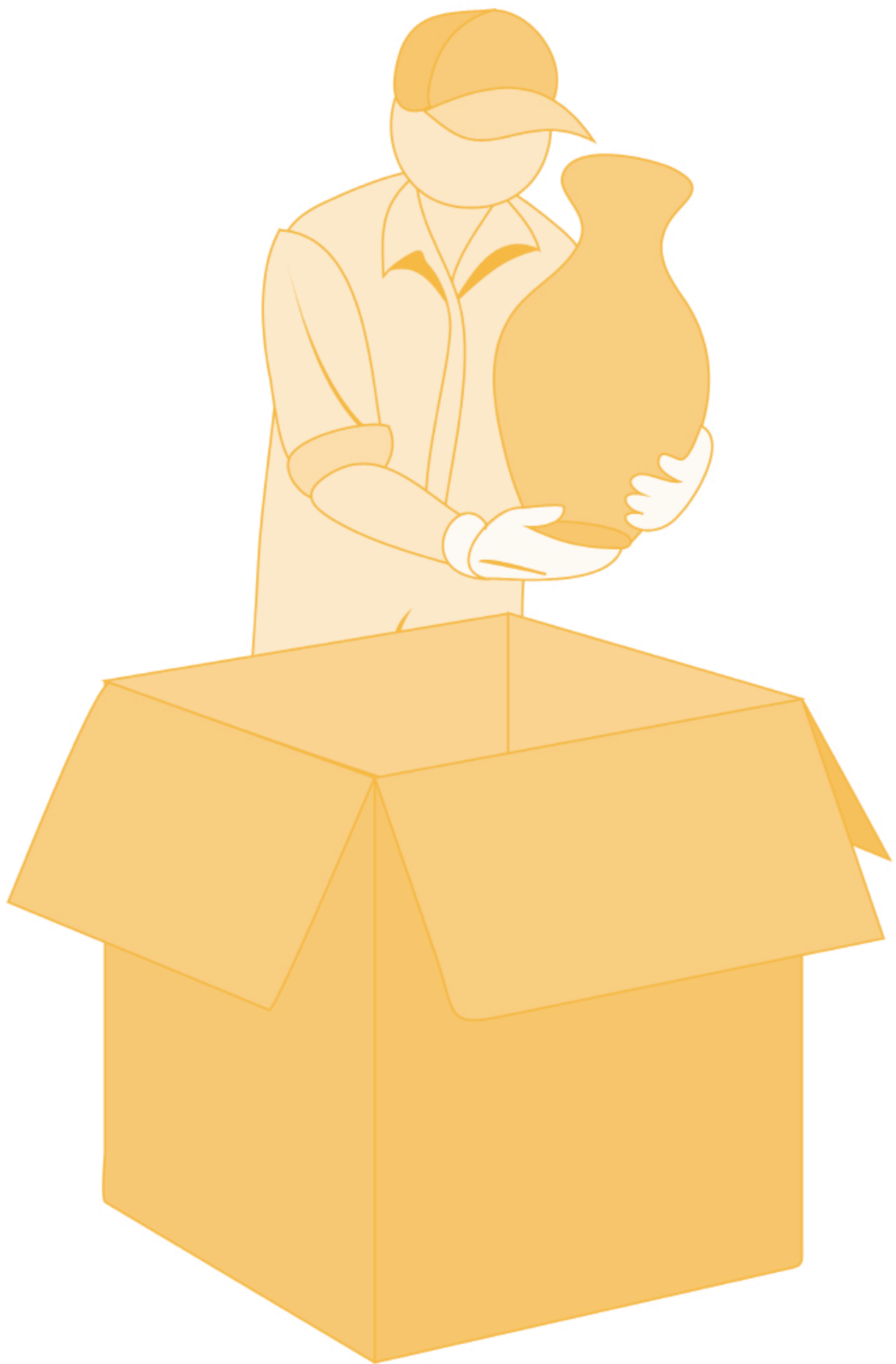


Brak sprawności fizycznej i ruchowej
(w zależności od wymagań branży)

MOŻLIWOŚCI ZATRUDNIENIA



Hurtownie



PRACOWNIK PRZEPROWADZKOWY

PRACOWNIK PRZEPROWADZKOWY

OPIS STANOWISKA PRACY

Pracownik przeprowadzkowy pomaga przy pakowaniu, załadunku i przetransportowaniu rzeczy klienta podczas przeprowadzki.

Najczęściej pracuje w grupie kilku osób.

Jest to praca w ruchu. Wiąże się z częstą zmianą miejsca wykonywania pracy (na przykład w obrębie danego miasta).

Pracę wykonuje się głównie w pomieszczeniu – mieszkaniu lub lokalu klienta (zabezpieczanie i pakowanie rzeczy, przygotowanie do transportu).

Spakowane rzeczy trzeba załadować do samochodu i przewieźć w nowe miejsce.

Kolejnym zadaniem jest rozładowanie i rozpakowanie rzeczy.

Jest to praca ciężka, związana z dużym wysiłkiem fizycznym (podnoszenie i przenoszenie przedmiotów).

Pracownik przeprowadzkowy powinien być osobą silną fizycznie, ostrożną i uczciwą.

Powinien umieć współpracować z innymi osobami.

CZYNNOŚCI ZAWODOWE



Przygotowanie kartonów do pakowania



Zabezpieczanie rzeczy



Pakowanie rzeczy



Oklejanie kartonów



Znoszenie i wnoszenie rzeczy

PRACOWNIK PRZEPROWADZKOWY

CZYNNOŚCI ZAWODOWE



Pakowanie i wypakowywanie
rzeczy z samochodu



Prace porządkowe

PREDYSPOZYCJE ZAWODOWE



Sprawność fizyczna i ruchowa



Siła fizyczna



Zdrowy kręgosłup



Umiejętność segregowania, układania



Dokładność

PRACOWNIK PRZEPROWADZKOWY

PREDYSPOZYCJE ZAWODOWE



Umiejętność współpracy

PRZECIWWSKAZANIA



Wady kręgosłupa



Brak sprawności fizycznej i ruchowej

PRACOWNIK PRZEPROWADZKOWY

MOŻLIWOŚCI ZATRUDNIENIA



Prywatne firmy przeprowadzkowe



SORTOWACZ SUROWCÓW WTÓRNYCH

SORTOWACZ SUROWCÓW WTÓRNYCH

OPIS STANOWISKA PRACY

Sortowacz surowców wykonuje swoją pracę na przykład na składowiskach śmieci oraz w fabrykach przetwarzających i sortujących odpady.

Pracownik na tym stanowisku zajmuje się zbieraniem odpadów oraz sortowaniem ich na plastik, papier i szkło.

Sortowacz umieszcza odpady w odpowiednich pojemnikach i przenosi je na magazyn.

Do jego obowiązków należy także dbanie o czystość wokół składowiska i czyszczenie kontenerów przeznaczonych na odpady.

Sortowacz przenosi ciężkie rzeczy dlatego powinien być sprawny i silny fizycznie.

Praca ta wymaga dużej uwagi i ostrożności oraz zakładania odzieży ochronnej (rękawice, ubranie robocze).

Praca odbywa się często na zewnątrz dlatego ważna jest odporność na warunki atmosferyczne.

Sortowacz surowców wtórnych powinien potrafić współpracować z innymi ponieważ zazwyczaj wykonuje pracę w zespole współpracowników.

CZYNNOŚCI ZAWODOWE



Zbieranie dużych odpadów
(meble, pralki, telewizory)



Odbiór śmieci od klientów



Segregowania odpadów na szkło,
papier i plastik



Umieszczanie posegregowanych
odpadów w pojemnikach



Zanoszenie odpadów na magazyn

SORTOWACZ SUROWCÓW WTÓRNYCH

CZYNNOŚCI ZAWODOWE



Czyszczenie kontenerów



Prace porządkowe

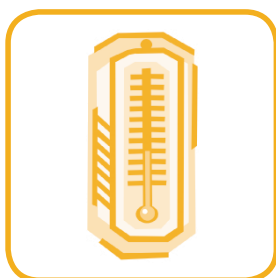


Wrzucanie odpadów
do maszyny sortującej

PREDYSPOZYCJE ZAWODOWE



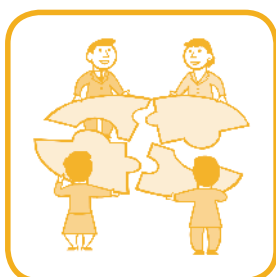
Sprawność i siła fizyczna



Odporność na zmiany temperatury



Dobry wzrok
lub prawidłowo skorygowany okularami



Umiejętność współpracy z innymi



Dokładność

SORTOWACZ SUROWCÓW WTÓRNYCH

PREDYSPOZYCJE ZAWODOWE



Ostrożność

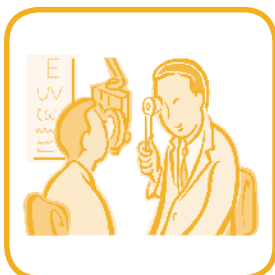


Orientacja przestrzenna

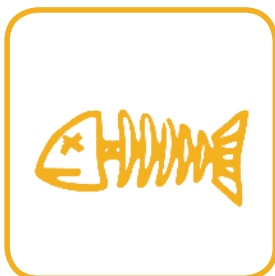


Zdrowy kręgosłup

PRZECIWWSKAZANIA



Znacząca wada wzroku
(w tym daltonizm)



Nadwrażliwość
na nieprzyjemne zapachy



Alergie



Choroby kręgosłupa



Brak sprawności fizycznej i ruchowej

SORTOWACZ SUROWCÓW WTÓRNYCH

PRZECIWWSKAZANIA



Brak siły fizycznej

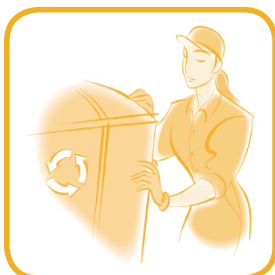


Brak orientacji przestrzennej



Brak odporności na zmiany temperatury

MOŻLIWOŚCI ZATRUDNIENIA



Zakłady sortowania odpadów



Składowiska odpadów



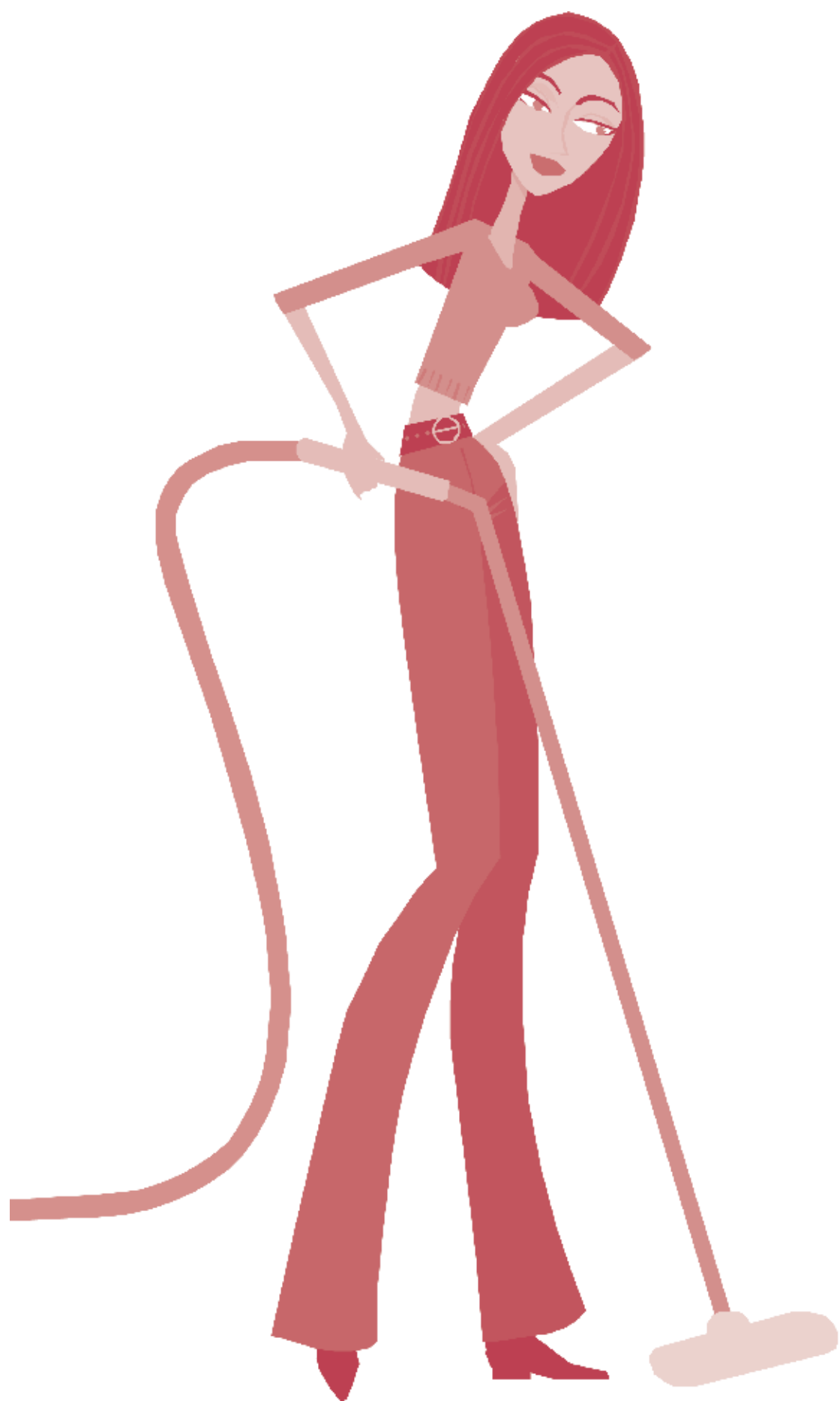
Firmy sprzątające odpady



DZIAŁ X

USŁUGI

■ Czyściciel dywanów	745
■ Pomoc domowa	753
■ Pomoc fryzjera.....	765
■ Pomoc hipoterapeuty	775
■ Pomoc sprzedawcy	787
■ Pomoc terapeuty zajęciowego.....	797
■ Pomoc w obsłudze imprez.....	807
■ Pracownik kina	817
■ Pracownik obsługi basenu.....	827
■ Pracownik obsługi sanitarnej.....	837
■ Pracownik porządkowy.....	847
■ Pracownik pralni	857
■ Pracownik punktu ksero.....	867
■ Pracownik zakładu pogrzebowego.....	877



CZYŚCICIEL DYWANÓW

CZYŚCICIEL DYWANÓW

OPIS STANOWISKA PRACY

Osoba pracująca na tym stanowisku czyści dywany, wykładziny oraz meble pokryte materiałem. Może też myć wnętrze samochodu.

Pracownik używa gąbki oraz specjalnego płynu lub urządzeń czyszczących i wody.

Czynności wykonywane są wewnątrz pomieszczenia lub samochodu. Wykonuje je klęcząc lub na stojąco.

Pracownik powinien wykazywać się dużą sprawnością fizyczną oraz być odporny na działanie detergentów.

Ważna jest precyzja. Należy umyć dokładnie cały dywan lub materiał.

Czasem bardzo brudną powierzchnię trzeba umyć kilka razy.

CZYNNOŚCI ZAWODOWE



Mycie dywanów i wykładzin



Mycie tapicerki



Mycie wnętrza samochodu



Odkurzenie



Usuwanie trudnych plam i zabrudzeń

CZYŚCICIEL DYWANÓW

PREDYSPOZYCJE ZAWODOWE



Sprawność manualna
(sprawne ręce i dłonie)



Dokładność i precyzja



Dobry wzrok
lub prawidłowo skorygowany okularami



Sprawność fizyczna i ruchowa

PRZECIWWSKAZANIA



Brak sprawności rąk i dłoni



Znacząca wada wzroku
(brak odpowiednich okularów)



Wady kręgosłupa



Brak sprawności fizycznej i ruchowej



Alergie na detergenty

CZYŚCICIEL DYWANÓW

MOŻLIWOŚCI ZATRUDNIENIA



Duże firmy sprzątające



Małe, kilkuosobowe firmy



Myjnie ręczne



POMOC DOMOWA

POMOC DOMOWA

OPIS STANOWISKA PRACY

Osoba pracująca jako pomoc domowa pomaga rodzinie w wykonywaniu codziennych obowiązków domowych.

Pomoc domowa pomaga utrzymać porządek. Wykonuje też drobne prace przy dzieciach lub osobach starszych.

Osoba pracująca na tym stanowisku powinna cechować się wysoką kulturą osobistą oraz życzliwym i uprzejmym usposobieniem.

Ważna jest umiejętność nawiązywania kontaktów z innymi.

Pomoc domowa powinna być dokładna, odpowiedzialna oraz uczciwa.

Praca wymaga ciągłego ruchu, dlatego ważna jest sprawność fizyczna.

W swojej pracy wykorzystuje różne przedmioty i urządzenia takie jak odkurzacz, zmywarka, pralka lub żelazko.

Pomoc domowa pracuje w domu lub mieszkaniu swojego pracodawcy.

Osoba wykonuje prace samodzielnie lub na polecenie przełożonego.

CZYNNOŚCI ZAWODOWE



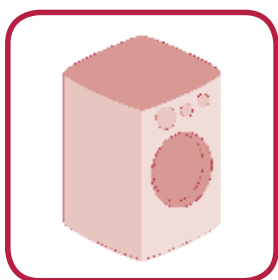
Odkurzanie



Mycie podłóg



Mycie okien



Pranie



Prasowanie

POMOC DOMOWA

CZYNNOŚCI ZAWODOWE



Robienie zakupów



Gotowanie



Zmywanie naczyń



Wyprowadzanie psa



Zmiana pościeli i śłanie łóżka



Opieka nad ogrodem



Opieka nad dziećmi



Opieka nad osobami starszymi

POMOC DOMOWA

PREDYSPOZYCJE ZAWODOWE



Sprawność manualna
(sprawne ręce i dłonie)



Umiejętność nawiązywania
kontaktów z ludźmi



Dokładność



Sprawność fizyczna i ruchowa



Życzliwe, otwarte
i uprzejme usposobienie



Odpowiedzialność



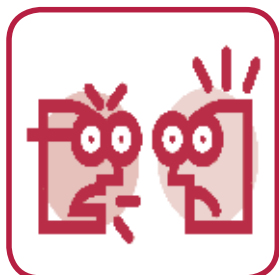
Cierpliwość



Brak lęku przed zwierzętami

POMOC DOMOWA

PRZECIWWSKAZANIA



Niekulturalne zachowanie



Brak sprawności manualnej



Lęk, obawa przed kontaktami
z innymi osobami (wycofanie)



Brak sprawności fizycznej i ruchowej



Nadwrażliwość na detergenty



Nerwowe lub agresywne zachowanie

POMOC DOMOWA

MOŻLIWOŚCI ZATRUDNIENIA



Domy i mieszkania prywatne



POMOC FRYZJERA

POMOC FRYZJERA

OPIS STANOWISKA PRACY

Pomocnik fryzjera odpowiedzialny jest za utrzymanie porządku w salonie fryzjerskim.

Jego obowiązkiem to także dbanie o czystość narzędzi (szczotek, grzebieni).

Pomocnik fryzjera wykonuje polecenia fryzjera.

Może pomagać także w przygotowaniu przedmiotów potrzebnych fryzjerowi do pracy, na przykład: dezynfekowanie grzebieni, nożyczek.

Osoba pracująca na tym stanowisku powinna dbać o własny wygląd i nosić odpowiednie ubranie. Powinna też kulturalnie się zachowywać.

CZYNNOŚCI ZAWODOWE



Zamiatanie i zmywanie podłogi



Czyszczenie luster



Wyrzucanie śmieci



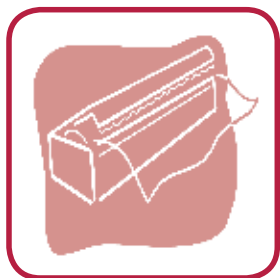
Wycieranie kurzu z mebli i sprzętów
znajdujących się w pomieszczeniu



Czyszczenie i dezynfekowanie
szczotek, grzebieni i nożyczek

POMOC FRYZJERA

CZYNNOŚCI ZAWODOWE



Przygotowanie materiałów potrzebnych fryzjerowi na przykład cięcie na kawałki folii potrzebnej do farbowania włosów



Mycie głowy klientom

PREDYSPOZYCJE ZAWODOWE



Sprawność i siła fizyczna



Zdrowe nogi



Zdrowy kręgosłup



Dokładność



Dbłość o własny wygląd

POMOC FRYZJERA

PREDYSPOZYCJE ZAWODOWE

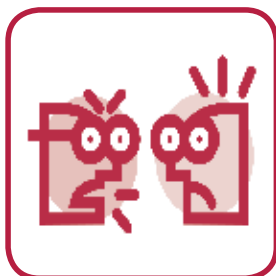


Miłe zachowanie

PRZECIWWSKAZANIA



Lęk, obawa przed kontaktami
z innymi ludźmi (wycofanie)



Niekulturalne zachowanie



Brak sprawności fizycznej i siły



Alergie



Nadwrażliwość na detergenty

POMOC FRYZJERA

MOŻLIWOŚCI ZATRUDNIENIA



Zakład fryzjerski



POMOC HIPOTERAPEUTY

POMOC HIPOTERAPEUTY

OPIS STANOWISKA PRACY

Pomoc hipoterapeuty wspiera instruktora hipoterapii.

Opiekuje się zwierzętami, wykonuje czynności porządkowe i prowadzi konia z uczestnikiem.

Miejscem pracy jest najczęściej ośrodek jeździecki, ośrodek hipoterapii lub gospodarstwo agroturystyczne.

Pomoc hipoterapeuty pracuje ze zwierzętami, a także z zespołem współpracowników.

Pracownik używa w swojej pracy przyrządów do czyszczenia koni takich jak szczotki, gąbki i szmatki.

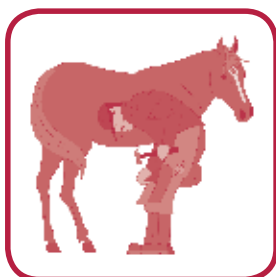
Powinien wykazywać się dużą sprawnością manualną, odpornością na zimno oraz dokładnością i ostrożnością.

Pomocnik hipoterapeuty powinien być opanowany i spokojny.

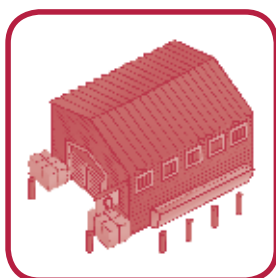
Nie może bać się zwierząt i powinien traktować je z szacunkiem.

Pracownik ma kontakt z osobami korzystającymi z hipoterapii, dlatego musi posiadać wysoką kulturę osobistą.

CZYNNOŚCI ZAWODOWE



Czyszczenie konia – sierści i kopyt



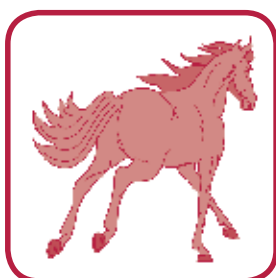
Sprzątanie stajni



Podawanie koniom paszy



Utrzymywanie czystości
sprzętów jeździeckich



Przyprowadzanie konia na zajęcia

POMOC HIPOTERAPEUTY

CZYNNOŚCI ZAWODOWE



Prowadzenie konia z uczestnikiem



Wykonywanie poleceń
instruktora hipoterapii

PREDYSPOZYCJE ZAWODOWE



Siła fizyczna



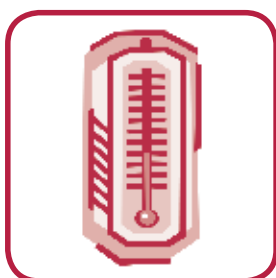
Sprawne ręce i dłonie



Odporność na nieprzyjemne zapachy



Umiejętność współpracy



Odporność na zmienne warunki atmosferyczne

POMOC HIPOTERAPEUTY

PREDYSPOZYCJE ZAWODOWE



Umiejętność koncentracji



Opanowanie



Cierpliwość



Szacunek dla zwierzęcia



Samodzielność



Życzliwe, uprzejme usposobienie

POMOC HIPOTERAPEUTY

PRZECIWWSKAZANIA



Alergie



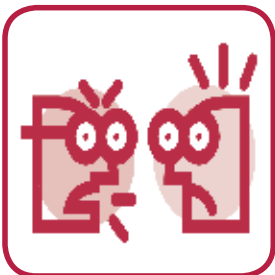
Brak sprawności manualnej



Brak siły fizycznej



Nadwrażliwość
na nieprzyjemne zapachy



Niekulturalne zachowanie



Brak cierpliwości



Trudność w skupieniu uwagi



Obawa przed kontaktami
z innymi osobami (wycofanie)



Strach przed zwierzętami



Agresywne zachowanie

POMOC HIPOTERAPEUTY

MOŻLIWOŚCI ZATRUDNIENIA



Ośrodki hipoterapeutyczne



Ośrodki jeździeckie



Placówki edukacyjne, terapeutyczne



Gospodarstwa agroturystyczne



POMOC SPRZEDAWCY

POMOC SPRZEDAWCY

OPIS STANOWISKA PRACY

Praca pomocnika sprzedawcy polega na utrzymaniu porządku na półkach i regałach sklepowych.

Pracownik musi dbać o to, aby nie brakowało tam żadnego towaru.

Do jego zadań należy dokładanie produktów na półki, rozkładanie produktów przywiezionych z magazynu.

Pomocnik sprzedawcy zajmuje się również odnoszeniem koszyków i wózków pozostawionych przy kasach do wyznaczonych miejsc.

Pomaga również klientom przy pakowaniu produktów przy kasie.

Swoją pracę wykonuje w pomieszczeniach sklepowych oraz magazynowych.

Praca wiąże się z obciążeniem fizycznym.

CZYNNOŚCI ZAWODOWE



Przynoszenie towaru z magazynu



Układanie towaru na półkach



Uzupełnianie brakującego towaru na półkach



Układanie koszyków na zakupy w odpowiednim miejscu



Odwożenie wózków sklepowych w oznaczone miejsce

POMOC SPRZEDAWCY

CZYNNOŚCI ZAWODOWE



Pomoc klientom w pakowaniu zakupów



Odnoszenie na półki produktów
pozostawionych przez klientów
przy kasach



Czynności porządkowe na terenie sklepu

PREDYSPOZYCJE ZAWODOWE



Sprawność i siła fizyczna



Sprawność manualna
(sprawne ręce i dłonie)



Dobry wzrok
lub prawidłowo skorygowany okularami



Wskazana umiejętność czytania,
odwzorowywania napisów



Umiejętność liczenia

POMOC SPRZEDAWCY

PREDYSPOZYCJE ZAWODOWE

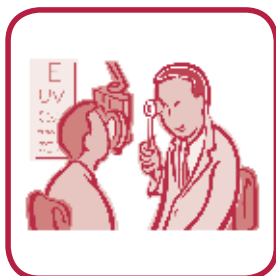


Orientacja przestrzenna

PRZECIWWSKAZANIA



Chory kręgosłup



Znaczące wady wzroku,
brak odpowiednich okularów



Brak sprawności rąk i dłoni



Brak sprawności fizycznej i siły



Brak orientacji przestrzennej

POMOC SPRZEDAWCY

MOŻLIWOŚCI ZATRUDNIENIA



Sklepy osiedlowe i hipermarkety



POMOC TERAPEUTY ZAJĘCIOWEGO

POMOC TERAPEUTY ZAJĘCIOWEGO

OPIS STANOWISKA PRACY

Pomocnik terapeuty zajęciowego to osoba wspierająca terapeutę w prowadzeniu zajęć z uczestnikami.

Pomaga on w przygotowywaniu materiałów na zajęcia. Jest też pomocą podczas wyjść i imprez.

Pracownik pomaga mniej sprawnym uczestnikom w codziennych czynnościach np. jedzeniu czy poruszaniu się.

Pomocnik terapeuty zajęciowego pracuje w ośrodkach dla osób z niepełnosprawnością lub domach dla osób starszych. Może pracować też w sanatoriach.

Pracownik ma kontakt z innymi ludźmi. Wymaga ona umiejętności nawiązywania kontaktów, cierpliwości i chęci niesienia pomocy.

Pomocnik terapeuty pracuje najczęściej w pomieszczeniach.

Czasami pomaga w wyjściach na spacer lub wycieczkach.

Praca pomocnika terapeuty zajęciowego nie wymaga używania narzędzi czy maszyn.

Dobrze jeśli pomocnik terapeuty ma zdolności plastyczne lub muzyczne.

CZYNNOŚCI ZAWODOWE



Pomoc w przygotowaniu
materiałów na zajęcia



Pomoc w nauce wykonywania czynności



Pomoc w ubieraniu i rozbieraniu



Pomoc w jedzeniu



Pomoc w poruszaniu się

POMOC TERAPEUTY ZAJĘCIOWEGO

CZYNNOŚCI ZAWODOWE



Organizowanie imprez
(na przykład zabaw karnawałowych)



Organizowanie wyjść
(na przykład do kina czy teatru)



Utrzymanie czystości w pracowni

PREDYSPOZYCJE ZAWODOWE



Umiejętność nawiązywania kontaktów z innymi



Cierpliwość



Życzliwe, pogodne usposobienie



Odpowiedzialność



Dbłość o własny wygląd

POMOC TERAPEUTY ZAJĘCIOWEGO

PREDYSPOZYCJE ZAWODOWE



Zdolności artystyczne

PRZECIWWSKAZANIA



Lęk przed kontaktami
z innymi osobami (wycofanie)



Brak cierpliwości



Niespokojne, nerwowe usposobienie



Niedbały wygląd

POMOC TERAPEUTY ZAJĘCIOWEGO

MOŻLIWOŚCI ZATRUDNIENIA



Ośrodki dla osób z niepełnosprawnością



Domy spokojnej starości



Sanatoria



POMOC W OBSŁUDZE IMPREZ

POMOC W OBSŁUDZE IMPREZ

OPIS STANOWISKA PRACY

Osoba pracująca na tym stanowisku odpowiedzialna jest za przygotowanie imprezy oraz obsługę gości biorących w nich udział.

Pracownik przygotowuje potrzebne urządzenia takie jak głośniki lub mikrofony. Dbą także o wystrój pomieszczeń.

Jest to praca w ciągłym ruchu. Wymaga dobrej sprawności fizycznej.

Osoba nie pracuje samodzielnie. Wymagana jest umiejętność pracy w grupie.

Praca wiąże się z przenoszeniem i dźwiganiem przedmiotów. Ważna jest siła i sprawność fizyczna.

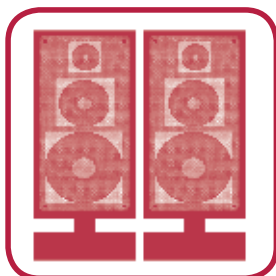
Pracownik ma częsty kontakt z gośćmi, dlatego powinien łatwo nawiązywać kontakt z ludźmi i być kulturalny.

Pracownik wykonuje wszystkie czynności na polecenie przełożonego lub innego pracownika odpowiedzialnego za organizację imprezy.

CZYNNOŚCI ZAWODOWE



Witanie gości



Przenoszenie sprzętu



Przenoszenie stołów i krzeseł



Dekorowanie sali



Udzielanie informacji gościom

POMOC W OBSŁUDZE IMPREZ

CZYNNOŚCI ZAWODOWE



Czynności porządkowe

PREDYSPOZYCJE ZAWODOWE



Sprawność manualna
(sprawne ręce i dłonie)



Dobry wzrok
lub prawidłowo skorygowany okularami



Umiejętność nawiązywania
kontaktów z ludźmi



Sprawność fizyczna i ruchowa



Dbłość o własny wygląd

POMOC W OBSŁUDZE IMPREZ

PREDYSPOZYCJE ZAWODOWE



Odpowiedzialność



Życzliwe, otwarte
i uprzejme usposobienie



Zdrowy kręgosłup



Zdrowe nogi

PRZECIWWSKAZANIA



Brak sprawności fizycznej i ruchowej



Brak sprawności manualnej



Wady kręgosłupa



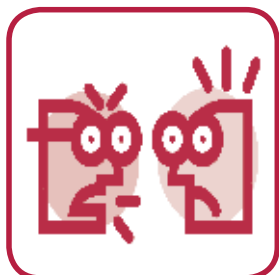
Lęk, obawa przed kontaktami
z innymi osobami (wycofanie)



Nerwowe lub agresywne zachowanie

POMOC W OBSŁUDZE IMPREZ

PRZECIWWSKAZANIA



Niekulturalne zachowanie

MOŻLIWOŚCI ZATRUDNIENIA



Restauracje, bary



Dyskoteki



Domy kultury, teatry, kina



PRACOWNIK KINA

PRACOWNIK KINA

OPIS STANOWISKA PRACY

Pracownik kina wykonuje różne czynności związane z obsługą widzów.

Do jego obowiązków należy między innymi: sprawdzanie biletów, pomoc w znalezieniu odpowiedniej sali, rozdanie gościom specjalnych okularów do oglądania filmów oraz odebranie ich po zakończeniu emisji filmu.

Pracownik kina dba także o czystość na sali kinowej oraz w innych pomieszczeniach kina.

Osoba ta ma kontakt z widzami, dlatego powinna łatwo nawiązywać kontakty z ludźmi, być kulturalna i życzliwa.

Powinna także potrafić czytać.

Pracownik kina powinien być osobą zadbaną.

Najczęściej nosi on strój służbowy.

Pracownik kina wykonuje swoją pracę w pomieszczeniach.

Jest to praca w ruchu, wiąże się z przemieszczaniem na terenie kina.

Praca ta jest zaliczana do prac lekkich.

Jest to praca samodzielna.

CZYNNOŚCI ZAWODOWE



Sprawdzanie biletów



Wydawanie okularów na filmy 3D



Sprzątanie śmieci i popcornu
na sali kinowej



Zamiatanie podłogi



Mopowanie

PRACOWNIK KINA

CZYNNOŚCI ZAWODOWE



Czyszczenie podłogi i krzeseł
na sali kinowej



Opróżnianie koszy na śmieci



Wycieranie umywalki



Dokładanie papieru i mydła w toalecie



Uzupełnianie mydła w pojemniku

PREDYSPOZYCJE ZAWODOWE



Dokładność



Samodzielność



Sprawność fizyczna i ruchowa



Życzliwe, otwarte
i uprzejme usposobienie



Wskazana umiejętność czytania

PRACOWNIK KINA

PREDYSPOZYCJE ZAWODOWE



Dobry wzrok
lub prawidłowo skorygowany okularami

PRZECIWWSKAZANIA



Brak dokładności



Brak samodzielności



Brak sprawności fizycznej i ruchowej



Znaczące wady wzroku,
brak odpowiednich okularów



Lęk, obawa przed kontaktami
z innymi osobami (wycofanie)

PRACOWNIK KINA

PRZECIWWSKAZANIA

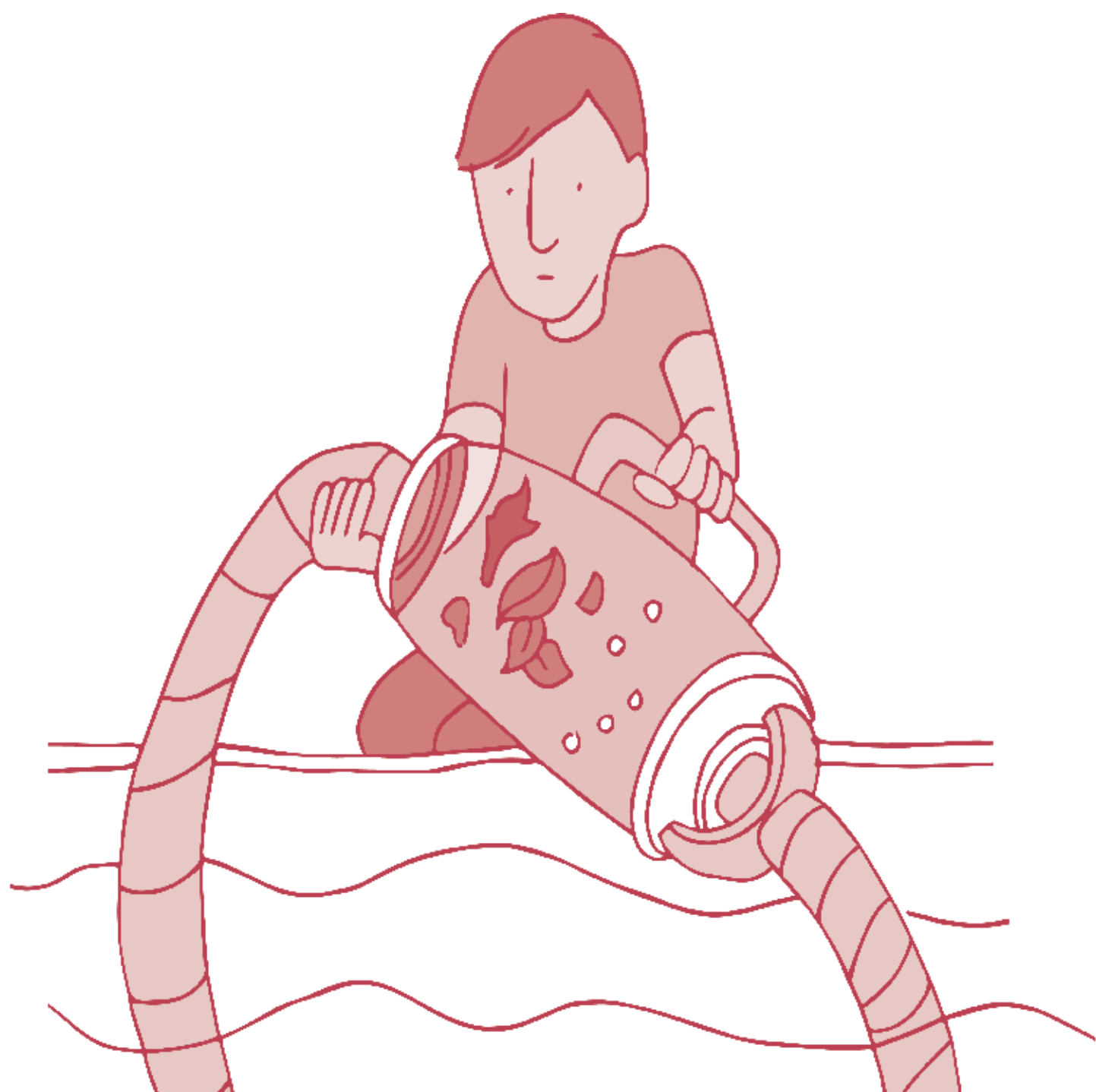


Nerwowe lub agresywne zachowanie

MOŻLIWOŚCI ZATRUDNIENIA



Kina



PRACOWNIK OBSŁUGI BASENU

PRACOWNIK OBSŁUGI BASENU

OPIS STANOWISKA PRACY

Osoba pracująca jako pracownik obsługi basenu jest odpowiedzialna za czystość wody oraz terenu wokół basenu.

Sprawdza temperaturę wody oraz poziom zawartego w niej chloru.

Pracownik obsługi basenu dba o sprzęt sportowy.

Dokonuje też drobnych napraw.

Powinien być sprawny manualnie oraz dokładny.

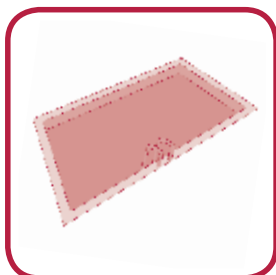
W swojej pracy korzysta z różnych urządzeń i narzędzi takich jak odkurzacz wodny lub śrubokręt.

Praca na tym stanowisku wymaga ciągłego ruchu i wysiłku fizycznego. Osoba musi być sprawna fizycznie oraz posiadać orientację przestrzenną.

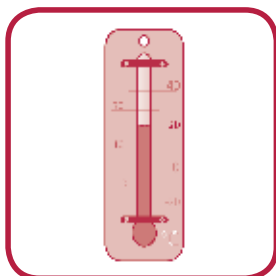
Pracownik obsługi basenu może pracować na terenie basenu krytego lub otwartych kąpielisk miejskich, dlatego powinien być odporny na wysoką temperaturę.

Osoba na tym stanowisku wykonuje pracę samodzielnie lub na polecenie przełożonego.

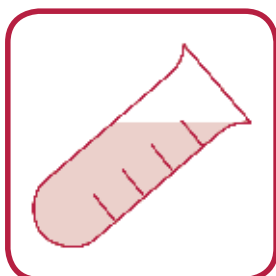
CZYNNOŚCI ZAWODOWE



Czyszczenie basenu



Sprawdzanie temperatury wody



Sprawdzanie poziomu chloru



Dodawanie do wody detergentów



Proste naprawy

PRACOWNIK OBSŁUGI BASENU

CZYNNOŚCI ZAWODOWE



Układanie sprzętu sportowego



Sprzątanie terenu wokół basenu

PREDYSPOZYCJE ZAWODOWE



Sprawność manualna
(sprawne ręce i dłonie)



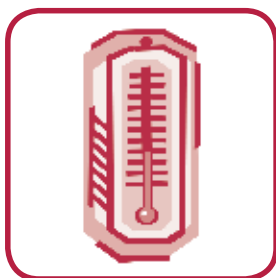
Orientacja przestrzenna



Dokładność



Sprawność fizyczna i ruchowa



Odporność na wysoką temperaturę

PRACOWNIK OBSŁUGI BASENU

PREDYSPOZYCJE ZAWODOWE



Umiejętność
posługiwania się narzędziami



Zdrowe nogi

PRZECIWWSKAZANIA



Brak sprawności manualnej



Brak odporności na zmiany temperatury



Brak sprawności fizycznej i ruchowej



Nadwrażliwość na detergenty

PRACOWNIK OBSŁUGI BASENU

MOŻLIWOŚCI ZATRUDNIENIA



Baseny kryte



Kąpieliska miejskie



Hotele



Sanatoria



Aquaparki



PRACOWNIK OBSŁUGI SANITARNEJ

PRACOWNIK OBSŁUGI SANITARNEJ

OPIS STANOWISKA PRACY

Pracownik obsługi sanitariatu wykonuje czynności porządkowe w toaletach publicznych.

Pracownik obsługi sanitariatu dba o czystość toalet, uzupełnia papier toaletowy i mydło. Pobiera też opłaty za korzystanie z toalety, pilnuje porządku i chroni lokal przed zniszczeniem.

Pracę wykonuje się samodzielnie lub z drugą osobą.

Pracownik obsługi sanitariatu wykonuje pracę w pozycji stojącej i siedzącej.

Jest to praca odpowiedzialna, wymagająca dużej dokładności w wykonywaniu czynności.

Pracownik obsługi sanitariatu powinien być kulturalny, ponieważ ma kontakt z klientami.

CZYNNOŚCI ZAWODOWE



Przygotowanie środków do sprzątania



Mycie toalet



Mycie umywalek



Czyszczenie luster



Uzupełnianie mydła i papieru toaletowego

PRACOWNIK OBSŁUGI SANITARNEJ

CZYNNOŚCI ZAWODOWE



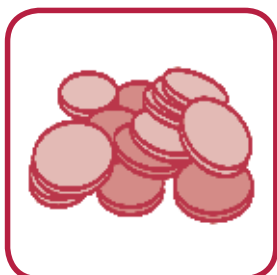
Zamiatanie podłogi



Mycie podłogi



Opróżnianie koszy na śmieci



Pobieranie opłat
za korzystanie z toalety

PREDYSPOZYCJE ZAWODOWE



Sprawność manualna
(sprawne ręce i dłonie)



Dobry wzrok
lub skorygowany okularami



Umiejętność nawiązywania
kontaktów z ludźmi



Znajomość nominałów
i liczenia pieniędzy



Siła fizyczna

PRACOWNIK OBSŁUGI SANITARNEJ

PREDYSPOZYCJE ZAWODOWE



Życzliwe, otwarte
i uprzejme usposobienie

PRZECIWWSKAZANIA



Wady kręgosłupa



Znaczące wady wzroku,
brak odpowiednich okularów



Brak sprawności fizycznej i ruchowej



Brak sprawności manualnej



Alergie na detergenty

PRACOWNIK OBSŁUGI SANITARNEJ

PRZECIWWSKAZANIA



Lęk przed kontaktami
z ludźmi (wycofanie)



Brak znajomości nominalów
i liczenia pieniędzy

MOŻLIWOŚCI ZATRUDNIENIA



Toalety na dworcach kolejowych
i autobusowych



Miejskie toalety publiczne



Toalety w galeriach handlowych



PRACOWNIK PORZĄDKOWY

PRACOWNIK PORZĄDKOWY

OPIS STANOWISKA PRACY

Zadaniem pracownika porządkowego jest utrzymanie porządku i czystości w wyznaczonych pomieszczeniach oraz na zewnątrz budynku.

Zakres obowiązków pracownika porządkowego jest inny dla każdego stanowiska. Zależy od miejsca zatrudnienia.

Pracownik porządkowy pracuje w biurach, sklepach, magazynach, szpitalach, hotelach, szkołach, dworcach oraz różnego rodzaju zakładach przemysłowych.

Pracownik porządkowy najczęściej pracuje samodzielnie. Ma jasno określone zadania do wykonania.

W pracy obowiązuje go odzież ochronna (fartuch, rękawice, odpowiednie obuwie).

Pracownik porządkowy używa w swojej pracy różnych narzędzi i materiałów na przykład: odkurzacz, szczotki do zamywania, ścierki, froterki, różne środki czystości.

Praca wymaga ciągłego ruchu, przenoszenia i podnoszenia różnych przedmiotów.

CZYNNOŚCI ZAWODOWE



Przygotowanie potrzebnych narzędzi i środków do pracy



Czyszczenie szyb okiennych



Wycieranie kurzu z mebli i sprzętów znajdujących się w pomieszczeniu



Odkurzanie dywanów



Zamiatanie i zmywanie podłogi

PRACOWNIK PORZĄDKOWY

CZYNNOŚCI ZAWODOWE



Czyszczenie luster



Utrzymywanie porządku w toaletach
(czyszczenie sanitariatów,
zmywanie podłogi)



Uzupełnianie przyborów toaletowych
(papieru toaletowego, mydła, ręczników
papierowych)



Zamiatanie chodników, parkingu



Grabienie liści, trawy



Zbieranie liści do worków



Odśnieżanie chodników



Koszenie trawy



Wyrzucanie śmieci do kontenerów

PRACOWNIK PORZĄDKOWY

PREDYSPOZYCJE ZAWODOWE



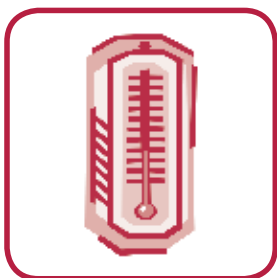
Sprawność fizyczna i siła



Sprawność manualna
(sprawne ręce i dłonie)



Orientacja przestrzenna



Odporność na zmienne temperatury



Dokładność

PRZECIWWSKAZANIA



Brak sprawności fizycznej i siły



Alergie i podatność na przeziębienia



Wady kręgosłupa



Nadwrażliwość na detergenty

PRACOWNIK PORZĄDKOWY

MOŻLIWOŚCI ZATRUDNIENIA



Szkoły, przedszkola



Hotele, pensjonaty, sanatoria



Biurowce



Zakłady produkcyjne



Tereny zielone (parki, zoo)



PRACOWNIK PRALNI

PRACOWNIK PRALNI

OPIS STANOWISKA PRACY

Pracownik pralni pracuje w zakładach zajmujących się profesjonalnym praniem odzieży, bielizny, pościeli, ręczników i innych tekstyliów.

Do obowiązków pracownika pralni należy między innymi wstępne przygotowywanie odzieży do prania (odszywanie guzików, zapieranie plam), prasowanie wypranej odzieży, składanie, pakowanie i zabezpieczanie jej folią.

Praca na stanowisku pracownika pralni należy do prac lekkich.

Jest to praca głównie stojąca.

Pracownik ma kontakt z różnymi środkami chemicznymi (płynami i proszkami do prania i wybawiania plam), które mogą wywoływać alergie.

Osoba pracująca w pralni powinna być dokładna, posiadać sprawne ręce i dłonie oraz dobry wzrok.

Pracownik pralni używa różnych narzędzi i urządzeń mechanicznych (żelazko, magiel, nożyczki, metkownica).

Pracownik wykonuje wszystkie prace na polecenie przełożonego.

CZYNNOŚCI ZAWODOWE



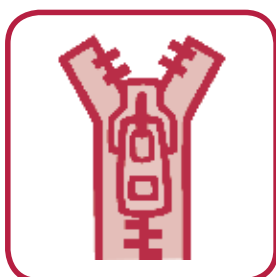
Metkowanie przyjmowanego towaru



Odszywanie guzików



Sprawdzanie zawartości kieszeni



Zapinanie suwaków



Ręczne zapieranie płam

PRACOWNIK PRALNI

CZYNNOŚCI ZAWODOWE



Segregowanie prania



Wkładanie i wyjmowanie prania z pralki



Rozwieszanie prania do wyschnięcia



Usuwanie zmechaceń na ubraniach



Obsługa magla



Prasowanie i parowanie ubrania



Składanie prania



Pakowanie i zabezpieczanie prania folią

PRACOWNIK PRALNI

PREDYSPOZYCJE ZAWODOWE



Dokładność



Sprawność manualna
(sprawne ręce i dłonie)



Umiejętność segregowania, układania



Dobry wzrok
lub prawidłowo skorygowany okularami

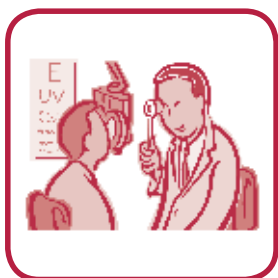
PRZECIWWSKAZANIA



Brak dokładności



Nadwrażliwość na detergenty



Znaczące wady wzroku,
brak odpowiednich okularów



Brak sprawności manualnej

PRACOWNIK PRALNI

MOŻLIWOŚCI ZATRUDNIENIA



Pralnie prywatne, pralnie
w szpitalach, hospicjach,
domach pomocy społecznej



PRACOWNIK PUNKTU KSERO

PRACOWNIK PUNKTU KSERO

OPIS STANOWISKA PRACY

Pracownik punktu ksero zajmuje się kserowaniem, drukowaniem oraz oprawianiem dokumentów i zdjęć.

Pracownik obsługuje takie urządzenia jak kserokopiarka, drukarka, komputer i skaner. Używa też urządzeń do oprawy wydrukowanych stron.

Dbą także o porządek miejsca pracy oraz czystość urządzeń.

Często wymienia też samodzielnie tusz w drukarce lub kserokopiarce.

Pracownik punktu ksero ma stały kontakt z klientami, dlatego wymaga się od niego kultury osobistej i życzliwości.

Powinien być także odporny na stres.

Praca wykonywana jest wewnątrz pomieszczenia.

Najczęściej jest ono niewielkich rozmiarów.

Pracownik punktu ksero zazwyczaj pracuje w małym zespole.

Wykonuje zadania na polecenie przełożonego.

CZYNNOŚCI ZAWODOWE



Kserowanie



Drukowanie



Bindowanie



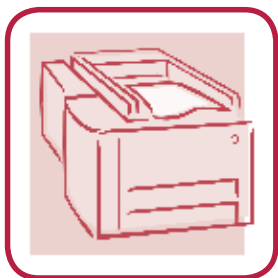
Laminowanie



Zszywanie kartek

PRACOWNIK PUNKTU KSERO

CZYNNOŚCI ZAWODOWE



Wymiana tonerów w drukarce



Czyszczenie maszyn



Prace porządkowe

PREDYSPOZYCJE ZAWODOWE



Wskazana umiejętność
rozpoznawania cyfr



Życzliwe, otwarte
i uprzejme usposobienie



Umiejętność obsługi urządzeń
(na przykład kserokopiarka,
komputer, skaner)



Dobra pamięć



Wskazana umiejętność czytania

PRACOWNIK PUNKTU KSERO

PREDYSPOZYCJE ZAWODOWE



Sprawność manualna
(sprawne ręce i dłonie)

PRZECIWWSKAZANIA



Znacząca wada wzroku,
brak odpowiednich okularów



Lęk, obawa przed kontaktami
z innymi osobami (wycofanie)



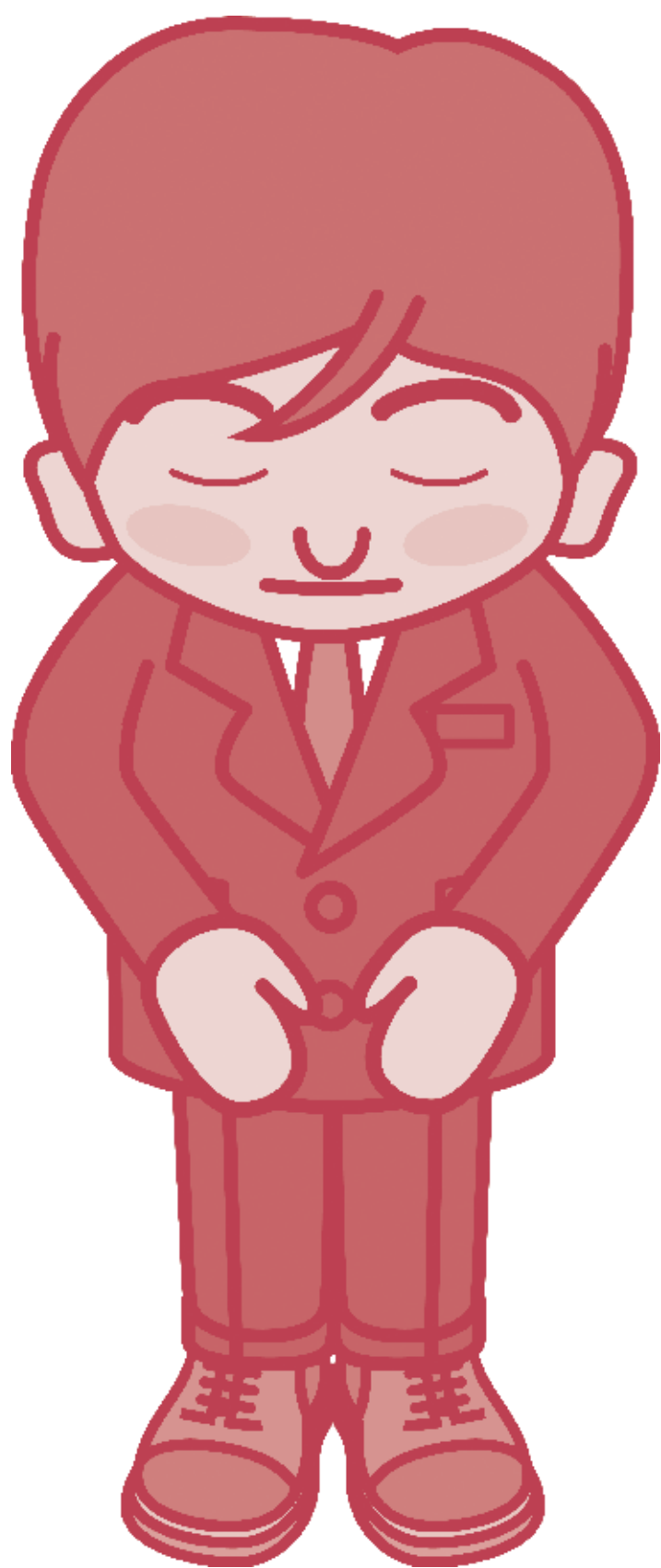
Słaba pamięć

PRACOWNIK PUNKTU KSERO

MOŻLIWOŚCI ZATRUDNIENIA



Prywatne punkty ksero



PRACOWNIK ZAKŁADU POGRZEBOWEGO

PRACOWNIK ZAKŁADU POGRZEBOWEGO

OPIS STANOWISKA PRACY

Pracownik zakładu pogrzebowego zatrudniony jest w domu pogrzebowym.

Odpowiedzialny jest za przygotowanie dekoracji. Układa kwiaty w kaplicy i wokół trumny lub urny.

Pracownik pomaga również w noszeniu trumny i przygotowaniu jej do pochówku.

Do zadań pracownika należy dbanie o czystość na terenie zakładu pogrzebowego, używane eksponaty i teren wokół zakładu.

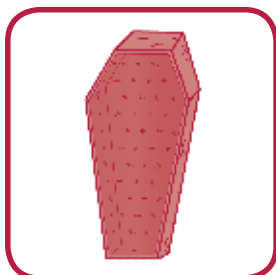
Pracownik zakładu pogrzebowego pracuje w zespole. Ważną rolę odgrywa umiejętność nawiązywania kontaktów z innymi ludźmi i miłe zachowanie.

Osoba zatrudniona na tym stanowisku ma kontakt z rodzinami zmarłych. Wymaga się od niej życzliwości i wysokiej kultury osobistej.

Pracownik ten powinien dbać o własny wygląd i nosić odpowiednie ubranie.

Praca ta wiąże się z obciążeniem psychicznym, dlatego od pracownika wymaga się dużej odporności na stres i odpowiedzialności.

CZYNNOŚCI ZAWODOWE



Przygotowanie trumny,
urny do pochówku



Prace porządkowe na terenie kaplicy



Przygotowanie dekoracji pogrzebowej



Układanie wiązanek
w kaplicy i wokół trumny



Pomoc w noszeniu trumny

PRACOWNIK ZAKŁADU POGRZEBOWEGO

CZYNNOŚCI ZAWODOWE



Prace porządkowe na terenie zakładu

PREDYSPOZYCJE ZAWODOWE



Życzliwe, otwarte
i uprzejme usposobienie



Odporność na stres



Umiejętność współpracy



Umiejętność nawiązywania
kontaktów z innymi ludźmi



Dbłość o własny wygląd

PRACOWNIK ZAKŁADU POGRZEBOWEGO

PREDYSPOZYCJE ZAWODOWE



Odpowiedzialność

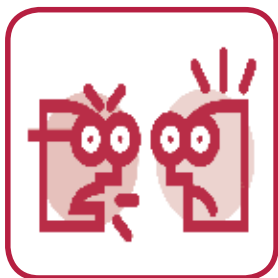


Zdrowy kręgosłup



Sprawność fizyczna i ruchowa

PRZECIWWSKAZANIA



Niekulturalne zachowanie



Brak odporności na stres



Nieumiejętność współpracy z innymi



Brak dbałości o własny wygląd



Brak sprawności fizycznej i ruchowej

PRACOWNIK ZAKŁADU POGRZEBOWEGO

PRZECIWWSKAZANIA



Brak odpowiedzialności

MOŻLIWOŚCI ZATRUDNIENIA



Zakłady pogrzebowe

SŁOWNICZEK

- Zawód
- Stanowisko pracy
- Umiejętności
- Mocne strony
- Predyspozycje zawodowe
- Przeciwwskazania
- Branża
- Przystosowanie stanowiska pracy
- Segregowanie
- Współpraca
- Odpowiedzialność

ZAWÓD

jest to zbiór różnych czynności wykonywanych przez osobę. Aby wykonywać te czynności trzeba mieć odpowiednie umiejętności, wykształcenie lub praktykę.

Przykładowe zawody to:



Kucharz



Kelner



Ogrodnik

Każdy z zawodów może mieć pomocnicze stanowiska pracy. Pomocnicze stanowisko oznacza, że osoba pracująca wykonuje wszystkie czynności na polecenie przełożonego. Samodzielnie nie musi podejmować żadnych ważnych decyzji. Przykładowe stanowiska pomocnicze to: pomoc kuchenna, pomoc kelnera, pomoc ogrodnika.

STANOWISKO PRACY

to miejsce, gdzie wykonuje się czynności pracy. Stanowisko pracy ma określoną nazwę i zakres obowiązków.

Zakres obowiązków to zbiór czynności, które należy każdego dnia pracy wykonywać.

UMIEJĘTNOŚCI

Co to znaczy, że mam jakąś umiejętność? To znaczy, że wiem jak coś zrobić i potrafię to zrobić dobrze. Aby nauczyć się wykonywać jakąś czynność dobrze, należy dużo ćwiczyć.

Przykładowe umiejętności to:



Potrafię malować obrazy



Potrafię obsługiwać komputer



Potrafię szyc

MOCNE STRONY

to inaczej zalety człowieka, coś co człowiek potrafi zrobić dobrze.
Przykładowe mocne strony:



Mam dobre pomysły



Jestem punktualny



Lubię pomagać innym



Mam dobry wzrok i jestem
spozrzegawczy

PREDYSPOZYCJE ZAWODOWE

to nasze umiejętności i mocne strony, dzięki którym czynności
w pracy będą proste do wykonania.

Jeśli dobrze określimy jakie mamy umiejętności i mocne strony,
to łatwiej nam będzie dopasować odpowiednie stanowisko pracy.

PRZECIWWSKAZANIA

są to różne powody, które mówią, że nie można pracować na danym stanowisku pracy.

Przeciwwskazania do wykonywania różnych czynności określa lekarz medycyny pracy.

Lekarz medycyny pracy bada każdą osobę, która chce podjąć pracę.

Po badaniu wydaje zaświadczenie, w którym jest napisane, czy osoba może wykonywać pracę na danym stanowisku.

Jeśli osoba ma chory kręgosłup to lekarz może napisać w zaświadczeniu, że nie powinna nosić ciężkich rzeczy.

BRANŻA

jest to dział produkcji, który wytwarza określony rodzaj towaru lub usługi. Zakłady pracy mogą działać w różnych branżach, na przykład:



Branża ogrodnicza

zajmuje się uprawą roślin
(kwiatów, krzewów ozdobnych)



Branża gastronomiczna

zajmuje się produkcją posiłków
i napojów



Branża odzieżowa

zajmuje się produkcją odzieży
damskiej, męskiej i dziecięcej

PRZYSTOSOWANIE STANOWISKA PRACY

jest to przygotowanie miejsca pracy oraz zakresu obowiązków w taki sposób, aby osoba, która zostanie na tym stanowisku zatrudniona, mogła swobodnie wykonywać swoją pracę.

Jeżeli osoba ma trudności na przykład z chodzeniem to należy w taki sposób przygotować dla niej stanowisko pracy, aby mogła wykonywać czynności w pozycji siedzącej.

Należy dobrać takie czynności do wykonania, aby nie musiała chodzić.

SEGREGOWANIE

jest to rozdzielanie różnych rzeczy według ustalonego wcześniej sposobu. Na przykład segregując owoce rozdzielamy je według rodzaju owoców, osobno jabłka, osobno gruszki i osobno śliwki.

WSPÓŁPRACA

to umiejętność pracy w grupie ludzi.

Praca osób w grupie nastawiona jest na wspólny cel.

ODPOWIEDZIALNOŚĆ

to gotowość do ponoszenia konsekwencji podjętych działań.

Człowiek odpowiedzialny jest świadomy swojego zachowania.

Jest gotowy do poniesienia jego skutków.



Projekt realizowany przez Państwowy Fundusz Rehabilitacji Osób Niepełnosprawnych
w partnerstwie z Polskim Stowarzyszeniem na Rzecz Osób z Upośledzeniem Umysłowym.

www.pfron.org.pl

www.psouu.org.pl