

MIĘDZYZAKŁADOWY ZWIĄZEK ZAWODOWY PRACOWNIKÓW SYSTEMU ZMIANOWEGO ANWILU S. A. I SPÓŁEK ZMIANOWIEC 6/2019



Wydawca:
MIĘDZYZAKŁADOWY ZWIĄZEK
ZAWODOWY PRACOWNIKÓW
SYSTEMU ZMIANOWEGO
ANWILU S. A. I SPÓŁEK

**NALEŻYMY DO
OGÓLNOKRAJOWEGO
ZWIĄZKÓW ZAWODOWYCH
PRACOWNIKÓW RUCHU
CIĄGŁEGO**

CZASOPISMO DLA CZŁONKÓW I
SYMPATYKÓW
MIĘDZYZAKŁADOWEGO ZWIĄZKU
ZAWODOWEGO ANWILU S.A. I
SPÓŁEK

ul. Toruńska 222, 87-805
Włocławek
TEL: 54-237-32-18,
www: WWW.EZMIANY.PL,
@: info@ezmiany.pl

Listopad 2019

W numerze m. in:

1. Okołodobowe zmiany kosztu fizjologicznego pracy.
2. ORLEN Serwis praca w warunkach szczególnych
3. Procedury rekrutacji Orlen-Serwis
4. Spotkanie Związków Zawodowych z Zarządem Anwil S.A
5. Plastyczność rytmów sprawności psychicznej.

1. Okołodobowe zmiany

kosztu fizjologicznego pracy.

Koszt fizjologiczny pracy jest to ta część zasobów organizmu, która musi zostać zmobilizowana (w sensie czynnościowym) lub zużyta (w sensie strukturalnym lub energetycznym) w związku z wykonywaniem pracy. Koszt fizjologiczny pracy zależy zarówno od ciężkości pracy (wprost proporcjonalnie) jak i od możliwości indywidualnych (odwrotnie proporcjonalnie).

Możliwości wysiłkowe człowieka nie są jednak stale takie same. Obniżają się w przypadku niekorzystnych warunków otoczenia, w stanie choroby lub zmęczenia.

Człowiek o dużej wydolności może bez przeciążenia wykonywać ciężką pracę w porze dziennej pod warunkiem dobrego wypoczynku i adekwatnej ilości i jakości snu w porze nocnej. Sytuacja osoby pracującej w nocy jest gorsza.

Większy koszt fizjologiczny pracy wykonywanej w porze obniżonej sprawności czynnościowej daje w efekcie większe zmęczenie. Sen dzienny z kolei nie ma tak wysokiej wartości wypoczynkowej jak sen nocny.

Tak więc u pracowników zmianowych większy koszt fizjologiczny pracy i niewystracający wypoczynek prowadzić mogą do kumulacji zmęczenia, i występowania niekorzystnego zjawiska zmęczenia przewlekłego.

2. Dnia 27.11.2019

odbędzie się posiedzenie w sprawie dotyczącego wykonywania pracy w warunkach szczególnych lub o szczególnym charakterze.

3. Odbyło się spotkanie w

temacie procedury rekrutacji na stanowiska inne niż strategiczne i / lub kluczowe Orlen – Serwis. Związki zawodowe przedstawiły swoje uwagi do propozycji przez Zarząd Orlen-Serwis

4. Dnia 25.11.2019r. odbyło

się spotkanie z zarządem, w którym uczestniczyły Związki Zawodowe działające w Anwilu. Na spotkaniu były poruszone m.in. tematy wzrostu wynagrodzeń na rok 2020, zmiany w tabelach zaszeregowania Z.U.Z.P., dofinansowania ZFSS, obsługa pakietu medycznego dla Pracowników ANWIL S.A. przez firmę PROF.-MED. Więcej informacji na naszej stronie ezmiany.pl

MIĘDZYZAKŁADOWY ZWIĄZEK ZAWODOWY PRACOWNIKÓW SYSTEMU ZMIANOWEGO ANWILU S. A. I SPÓŁEK ZMIANOWIEC 6/2019

Dodatkowe korzyści dla
członków:



**10% Rabatu Dla Członków Związku
na Imprezy Okolicznościowe
Wstęp, Asortyment i Atrakcje
dostępne na miejscu.**

*Kartę rabatową można odebrać w
siedzibie związku*

Doradca Finansowy dla Członków Związku



Pomoc w zakresie:

- kredyt gotówkowy
- kredyt hipoteczny
- kredyt konsolidacyjny
- doradztwo finansowe itp.

*Współpraca ze wszystkimi bankami, najlepsza oferta
dla członków związku !!!!!*

Tel. 883-758-484 , 606-754-088

*Przy kontakcie prosimy podać Informację, iż należymy do
Naszego Związku Zawodowego*



VOTUM SA

Konsultacje w sprawie
odszkodowań
Michał Maj , Tel : 503197053
mail: michal.maj@votum-sa.pl

§

**ZWIĄZEK OBSŁUGIWANY JEST W
ZAKRESIE PRAWA PRACY PRZEZ
JEDNĄ Z NAJLEPSZYCH KANCELARI
W POLSCE
KANCELARIA RADCÓW PRAWNYCH
"JURAŁOWICZ, HERMANN I
WSPÓLNICY"
SPÓŁKA KOMANDYTOWA Z
SIEDZIBĄ W POZNANIU**

5. Plastyczność rytmów

sprawności psychicznej.
Praca w systemie zmianowym
(zwłaszcza o średniej długości
turnusu) prowadzi do
częściowej adaptacji
niektórych rytmów i/lub do
wewnętrznej desynchronizacji
tychże. U pracowników
zmianowych nie obserwuje się
nigdy pełnego przystosowania
rytmiki okołodobowej do
zmienionych warunków
czasowych, całkowita inwersja
rytmu jest praktycznie
niemożliwa, zaś adaptacja
polega na spłaszczeniu
krzywej, czyli zmniejszeniu
amplitudy rytmu.

Adaptacja do zmiennej pory
aktywności i wypoczynku
dotyczy praktycznie wszystkich
aspektów działania ludzkiego.

Ale w zależności od typu
zadania przystosowują się one
do pory nocnej z różną
szybkością. Rytmu zadań
prostych np. sprawności
manualnej, o przewadze
komponentu endogennego
(wewnętrznego) nad
egzogennym (zewnętrznym)
charakteryzują się znaczną
stałością, tj. trudno
przystosowują się do nowych
warunków czasowych.
Natomiast rytmy czynności
bardziej złożonych np.
rozumowania logicznego,
wykazują znacznie większe
możliwości przystosowania do
pracy w porze nocnej.

UWAGA !!!

Zachęcamy do uczestnictwa w
**WYBORACH
UZUPEŁNIAJĄCYCH DO RADY
PRACOWNICZEJ**, które odbędą
się w dniach 3-4 Grudnia 2019
roku.

Jednocześnie zachęcamy do
głosowania na naszego kolegę
ze związku Tomasza Kaczmarka



Chcielibyśmy serdecznie
zaprosić naszych
Związkowców do odbioru
upominku Świątecznego.
Od dnia 5 Grudnia będą one
wydawane w siedzibie
naszego związku
zawodowego.