



PAŃSTWOWA STRAŻ POŻARNA

KOMENDA POWIATOWA. PSP W OSTROWIE WIELKOPOLSKIM

## REGULAMIN TESTÓW I ĆWICZEŃ DOSKONALĄCYCH W KOMORZE DYMOWEJ

**ZATWIERDZAM:**

KOMENDANT POWIATOWY  
PAŃSTWOWEJ STRAŻY POŻARNEJ

*bryg. mgr inż. Lukasz Frątczak*

OSTRÓW WIELKOPOLSKI, grudzień 2024

# SPIS TREŚCI

I. WSTĘP .....	3
II. ZASADY OGÓLNE .....	3
III. WYMAGANIA DOTYCZĄCE BHS/P .....	5
IV. TEST W KOMORZE DYMOWEJ.....	6
A. Organizacja testu w komorze dymowej .....	6
B. Przebieg testu w komorze dymowej i jego ocena .....	7
V. ĆWICZENIA DOSKONALĄCE W KOMORZE DYMOWEJ.....	10
ZAŁĄCZNIKI .....	11
Załącznik nr 1 .....	12
Załącznik nr 2 .....	13
Załącznik nr 3 .....	14
Załącznik nr 4 .....	15
Załącznik nr 5 .....	16
Załącznik nr 6 .....	17
Załącznik nr 7 .....	18

## I. WSTĘP

W komorze dymowej sprawdza się odporność strażaków na obciążenia psychofizyczne w warunkach zbliżonych do rzeczywistości. W czasie testów sprawdza się orientację, zdolność do przemieszczania w warunkach zadymienia i ograniczonej przestrzeni. Strażak w aparacie oddechowym pokonuje różne przeszkody w warunkach podwyższonej temperatury, hałasu oraz efektów świetlnych.

Dla zapewnienia bezpieczeństwa strażak powinien być obserwowany z pomieszczenia sterowni, wyposażonego w monitor połączony z kamerami. Dodatkowe zabezpieczenie strażaków w czasie testów powinna stanowić sygnalizacja stanu awaryjnego, system awaryjnego oddymiania oraz wyłączniki bezpieczeństwa.

Komora dymowa powinna być wykonana zgodnie z wymaganiami zawartymi w §15 Rozporządzenia Ministra Spraw Wewnętrznych i Administracji z dnia 13 września 2021 roku w sprawie szczegółowych warunków bezpieczeństwa i higieny służby strażaków Państwowej Straży Pożarnej (Dz.U. 2021 poz. 1681) oraz zgodnie z „Zasadami wyposażania i wykorzystania komór dymowych w Państwowej Straży Pożarnej” zatwierdzonymi przez Komendanta Głównego Państwowej Straży Pożarnej.

## II. ZASADY OGÓLNE

1. Komora dymowa jest przeznaczona do prowadzenia ćwiczeń doskonalących oraz testów w sprzęcie ochrony układu oddechowego.
2. Administratorem komory dymowej jest Komendant Powiatowy Państwowej Straży Pożarnej w Ostrowie Wielkopolskim, zwany dalej Administratorem Komory Dymowej
3. Administrator Komory Dymowej wyznacza Dowódcę Jednostki Ratowniczo-Gaśniczej w Ostrowie Wielkopolskim do sprawowania bezpośredniego nadzoru nad działalnością komory dymowej, zwanego dalej Kierownikiem Komory Dymowej.
4. Test/ćwiczenia w komorze dymowej będą się odbywać zgodnie z harmonogramem, tworzonym na podstawie wskazanych czasookresów i uzgodnień pomiędzy jednostkami kierującymi, a Administratorem Komory Dymowej.
5. Test/ćwiczenia doskonalące muszą być prowadzone i nadzorowane przez obsługę komory dymowej stanowiącą minimum dwie osoby. Obsługę komory wyznacza Kierownik Komory Dymowej.
6. Test/ćwiczenia doskonalące w komorze dymowej mogą przeprowadzać tylko osoby przeszkolone, posiadające doświadczenie w zakresie jej bezpiecznej obsługi.
7. Test/ćwiczenie doskonalące należy właściwie udokumentować (załącznik nr 3).
8. Obsługa komory zobowiązana jest do ścisłego przestrzegania oraz egzekwowania od uczestników, instrukcji obsługi urządzeń komory dymowej oraz zapisów regulaminu komory dymowej.
9. W pomieszczeniu sterowni mogą przebywać tylko osoby upoważnione.
10. W pomieszczeniu próby wysiłkowej oraz ścieżki treningowej mogą przebywać: obsługa komory, Kierownik Komory Dymowej, organizator ćwiczenia doskonalącego, kierownik grupy, osoba realizująca zabezpieczenie medyczne, uczestnicy testu/ćwiczenia doskonalącego oraz osoba upoważniona przez Administratora Komory Dymowej.

11. Testy i ćwiczenia doskonalące mają na celu wyrobienie, sprawdzenie oraz doskonalenie u ćwiczących umiejętności i nawyków w zakresie:
  - technik pracy w sprzęcie ochrony układu oddechowego oraz w ubraniach specjalnych,
  - pracy przy dużym obciążeniu psychofizycznym (zaciemnienie, zadymienie, ograniczona przestrzeń, podwyższona temperatura, hałas, itp.),
  - poruszania się w nieznanym i złożonym przestrzennym układzie komunikacji poziomej i pionowej.
12. Jednorazowo do udziału w teście/ ćwiczeniu można skierować maksymalnie 10 osób. Dopuszcza się możliwość zwiększenia liczebności grupy po uzyskaniu zgody Kierownika Komory Dymowej.
13. Minimalne wymagania sprzętowe dla ww. ilości osób:
  - aparat powietrzny z sygnalizatorem bezruchu - 4 komplety,
  - zapasowe butle do aparatów powietrznych- 6 szt.,
  - ubranie specjalne, obuwie specjalne, rękawice, kominiarka, hełm, maska do aparatu powietrznego - indywidualnie każdy uczestnik testu,
  - obuwie sportowe, odzież na przebranie.
14. Sprzęt ochrony układu oddechowego oraz środki ochrony indywidualnej dla ćwiczących zapewnia jednostka kierująca. Ww. sprzęt oraz ŚOI muszą być sprawne technicznie, posiadać świadectwo dopuszczenia oraz ważne przeglądy techniczne/badania jeśli są wymagane.
15. Każdy uczestnik testu/ćwiczeń doskonalących zapewnia we własnym zakresie komplet bielizny i ubrania do przebrania.
16. Każdy uczestnik testu/ćwiczenia doskonalącego zobowiązany jest do przestrzegania zasad dotyczących wyznaczonych stref brudnych/czystych na terenie Jednostki. Środki ochrony indywidualnej określone w pkt. I.13 uczestnik zakłada w pomieszczeniu wyznaczonym przez obsługę komory.
17. Do dyspozycji osób przechodzących test/ćwiczenie doskonalące pozostają pomieszczenia sanitarne wskazane przez obsługę komory.
18. Administrator Komory Dymowej nie zapewnia obsługi technicznej sprzętu OOU.
19. Jednostka delegująca wyznacza dla każdej grupy ćwiczącej kierownika grupy (funkcjonariusz PSP), który przekazuje obsłudze komory dymowej wymaganą dokumentację oraz odpowiada za dyscyplinę podległych ćwiczących.
20. Test/ćwiczenia doskonalące przeprowadza się w terminie uzgodnionym z Kierownikiem Komory Dymowej. Minimum 7 dni przed zaplanowanym terminem testu/ćwiczenia doskonalącego kierujący jednostką organizacyjną przesyła do Administratora Komory Dymowej kartę skierowania (również w formie edytowalnej) wg. ustalonego wzoru (załącznik nr 1-2 do niniejszego regulaminu). Oryginał karty skierowania kierownik grupy przekazuje obsłudze komory przed rozpoczęciem testu/ćwiczenia doskonalącego.
21. Sposób zachowania zasad bezpieczeństwa podczas użytkowania komory dymowej określa „Instrukcja bezpieczeństwa użytkowania komory dymowej” stanowiąca załącznik nr 7. Instrukcję należy powiesić w miejscu widocznym dla uczestników.

### III. WYMAGANIA DOTYCZĄCE BHS/P

1. Przed rozpoczęciem testu/ćwiczeń doskonalących:
  - obsługa komory sprawdza stan techniczny urządzeń komory oraz zabezpieczeń,
  - obsługa komory przeprowadza instruktaż wstępny obejmujący między innymi zapoznanie z organizacją, przebiegiem oraz zasadami BHS/P podczas testu w komorze dymowej,
  - obsługa komory ustala z uczestnikami testu zasady sygnalizowania zagrożenia (np. w postaci znaków gestowych) zaistniałego w trakcie testu (złe samopoczucie, kontuzję itp.),
  - kierownik grupy oraz uczestnicy testu przeprowadzają kontrolę sprawności sprzętu ochrony układu oddechowego, ilości powietrza w butli oraz wyposażenia w środki ochrony indywidualnej,
  - kierownik grupy informuje obsługę komory o gotowości uczestnika testu,
  - na prośbę uczestników testu, obsługa komory umożliwia przedstawicielowi grupy pokazowe przejście ścieżki treningowej w środkach ochrony indywidualnej, bez użycia środków ochrony układu oddechowego.
2. Uczestnik testu/ćwiczeń doskonalących w trakcie jego trwania znajduje się pod stałym nadzorem obsługi komory oraz urządzeń monitorujących przebieg testu/ćwiczeń doskonalących.
3. W przypadku stwierdzenia jakiegokolwiek stanu zagrożenia dla ćwiczącego lub nieprawidłowego korzystania z urządzeń komory dymowej obsługa komory natychmiast przerywa ćwiczenie, uruchamia system alarmowy i udziela pomocy.
4. Uczestnicy testu/ćwiczenia doskonalącego na ścieżce treningowej muszą posiadać włączony sygnalizator bezruchu.
5. Komora dymowa musi być wyposażona w zestaw ratownictwa medycznego R-1, automatyczny defibrylator zewnętrzny (AED), dodatkową min. 10 litrową butlę z tlenem medycznym oraz ciśnieniomierz naramienny.
6. Podczas testów/ćwiczeń doskonalących należy zapewnić obecność ratownika medycznego uprawnionego do wykonywania świadczeń zdrowotnych innych niż MCR w strukturach KSRG, wyposażonego w plecak ratownika medycznego. Zabezpieczenie medyczne jest zobowiązana zapewnić jednostka kierująca.
7. Bezpośrednio przed przystąpieniem do testu/ćwiczenia doskonalącego, ćwiczący zostaje poddany kontroli ciśnienia tętniczego oraz przeprowadza się z nim krótki wywiad chorobowy. Ratownik medyczny ma możliwość powtórzyć kontrolę ciśnienia przed rozpoczęciem ścieżki treningowej przez ćwiczącego.
8. Powyższe realizuje osoba stanowiąca zabezpieczenie medyczne, która wydaje ostateczną decyzję na udział w ćwiczeniach i odnotowuje wyniki kontroli w Karcie przebiegu testu – załącznik nr 3 do regulaminu.
9. Wartości graniczne ciśnienia tętniczego wg WHO dla przystępujących do testu/ćwiczenia nie mogą przekraczać jednej lub obu wartości ciśnienia:
  - Skurczowego 139 mmHg;
  - Rozkurczowego 89 mmHg.
10. W trakcie wykonywania testu/ćwiczenia doskonalącego zaleca się prowadzenie bieżącego pomiaru tętna.

11. Po zakończeniu testu/ćwiczenia doskonalącego uczestnicy pozostają pod nadzorem osoby sprawującej zabezpieczenie medyczne przez minimum 10 minut.
12. Do wytwarzania dymu należy stosować wyłącznie środki dymotwórcze bezpieczne dla organizmu.

#### **IV. TEST W KOMORZE DYMOWEJ**

##### **A. Organizacja testu w komorze dymowej**

1. Częstotliwość przeprowadzania testów:
  - dla strażaków PSP - określa Wielkopolski Komendant Wojewódzki PSP, z zastrzeżeniem, że testy nie mogą odbywać się rzadziej niż raz na trzy lata,
  - dla strażaków OSP - określa Wielkopolski Komendant Wojewódzki PSP, z zastrzeżeniem, że testy nie mogą odbywać się rzadziej niż raz na pięć lat.
2. Test dla osób z innych służb przeprowadza się w porozumieniu i za zgodą Wielkopolskiego Komendanta Wojewódzkiego PSP.
3. Do testu w komorze dymowej można kierować uczestników po ukończeniu 18 roku życia.
4. Do testu w komorze dymowej mogą być skierowani:
  - a) funkcjonariusze PSP, którzy posiadają:
    - aktualne szkolenie okresowe z zakresu bezpieczeństwa i higieny służby, a w przypadku nowo przyjętych do służby – szkolenie wstępne,
    - aktualne okresowe profilaktyczne badania lekarskie, a w przypadku nowo przyjętych do służby – orzeczenie o zdolności do służby lub bez ograniczeń,
  - b) strażacy OSP, którzy:
    - odbyli szkolenie z zakresu bezpieczeństwa i higieny pracy,
    - posiadają aktualne zaświadczenie lekarskie stwierdzające brak przeciwwskazań do udziału w działaniach ratowniczych lub posiadają zaświadczenie lekarskie orzekające zdolność do bezpośredniego udziału w działaniach ratowniczych, zgodnie z obowiązującymi przepisami prawnymi w tym zakresie,
    - posiadają aktualne ubezpieczenie od następstw nieszczęśliwych wypadków,
  - c) inne osoby niż wymienione w ppkt. a i b, które:
    - odbyły szkolenie z zakresu bezpieczeństwa i higieny pracy,
    - posiadają orzeczenie lekarskie pozwalające na pracę w sprzęcie ochrony układu oddechowego,
    - ubezpieczenie od następstw nieszczęśliwych wypadków.
5. Kierownik jednostki kierującej na test potwierdza spełnienie wymogów określonych w pkt. 4 na skierowaniu, którego wzór stanowi odpowiednio załącznik nr 1 lub 2.
6. W przypadku strażaków realizujących test w ramach Szkolenia Podstawowego Strażaka Ratownika Ochotniczych Straży Pożarnych oraz osób z innych służb, przed testem należy przeprowadzić zajęcia z obsługi sprzętu ochrony układu oddechowego. Za powyższe odpowiada kierownik jednostki kierującej.
7. Funkcjonariusz PSP bezpośrednio po służbie nie może brać udziału w teście w komorze dymowej.

8. Obsługa komory dymowej przed rozpoczęciem testu przeprowadza weryfikację dokumentacji osób skierowanych (karta skierowania, dokument tożsamości).
9. Przed przystąpieniem do testu, każdy uczestnik testu składa oświadczenie o stanie psychofizycznym, będące elementem karty przebiegu testu, którego wzór stanowi załącznik nr 3.
10. Każdy uczestnik przystępujący do testu w komorze dymowej oceniany jest indywidualnie.
11. W przypadku nie zaliczenia testu, termin poprawkowy testu wyznaczany jest na wniosek jednostki kierującej.
12. Kierownik Komory Dymowej w ciągu 7 dni od przeprowadzenia testu, wystawia zaświadczenie zbiorcze (załącznik nr 4, 5), które przekazuje jednostce kierującej na test.
13. Kierownik jednostki kierującej na podstawie zaświadczenia zbiorczego zobowiązany jest w ciągu 7 dni wystawić zaświadczenia indywidualne (załącznik nr 6) wyłącznie osobom które zaliczyły test w komorze dymowej oraz zaktualizować powyższe dane w SWD.

## **B. Przebieg testu w komorze dymowej i jego ocena**

1. Test składa się z próby wysiłkowej oraz ścieżki treningowej.
2. Przed przystąpieniem do testu uczestnicy zostają zapoznani z niniejszymi zasadami.
3. Obsługa komory jest zobowiązana do poinstruowania uczestników testu o konieczności jego natychmiastowego przerwania i zgłoszenia tego faktu obsłudze w przypadku wystąpienia niedyspozycji zdrowotnej w postaci:
  - bólu w klatce piersiowej,
  - uczucia duszności,
  - uczucia pieczenia za mostkiem,
  - bólu brzucha,
  - bólów promieniujących do szyi, barków, kończyny górnej, pleców,
  - mroczków przed oczami i/lub zaburzeń widzenia,
  - bólów głowy, zawrotów, nudności i wymiotów,
  - innej niedyspozycyjności.
4. Próba wysiłkowa realizowana jest w ubraniu specjalnym, hełmie, rękawicach specjalnych oraz w obuwiu sportowym (aparatus powietrzny znajduje się na plecach, natomiast maska pozostaje zdjęta i odłożona).
5. Po wykonaniu każdego z elementów próby wysiłkowej stosuje się dwuminutową przerwę.
6. Warunkiem zaliczenia próby wysiłkowej jest prawidłowe, zgodne z określonymi poniżej wymaganiami, wykonanie wszystkich jej elementów.
7. W przypadku niezaliczenia danego elementu próby wysiłkowej każdemu uczestnikowi testu przysługuje prawo do jednorazowego powtórzenia niezaliczonego elementu po zgłoszeniu gotowości przez uczestnika.

8. Dwukrotne nie zaliczenie danego elementu próby wysiłkowej powoduje nie dopuszczenie do uczestniczenia w ścieżce treningowej, a tym samym skutkuje nie zaliczeniem testu.
9. Próba wysiłkowa składa się z następujących elementów:

- a) ergonometr taśmowy - ćwiczenie polega na poruszaniu się z zadaną prędkością w czasie 6 minut.

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

- b) ergonometr rowerowy - ćwiczenie polega na jeździe na rowerze stacjonarnym przy zadanym obciążeniu w czasie 1 minuty.

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



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

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

- d) drabina bez końca - ćwiczenie polega na pokonaniu określonej wysokości z zadaną prędkością.

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

- Zaliczenie próby wysiłkowej jest warunkiem dopuszczenia do ćwiczenia na ścieżce treningowej.
- Ścieżka treningowa pokonywana jest w ubraniu specjalnym, hełmie, obuwiu specjalnym, rękawicach specjalnych, kominiarce i w sprzęcie ochrony układu oddechowego. Maską jest podłączona do aparatu powietrznego i założona na twarz. Strażak posiada włączony sygnalizator bezruchu.
- Warunkiem zaliczenia ścieżki treningowej jest jej pokonanie przez uczestnika testu przy użyciu jednego aparatu powietrznego. W przypadku nie zaliczenia za pierwszym podejściem ścieżki treningowej uczestnikowi testu nie przysługuje prawo do jej powtórzenia. Wykorzystanie całego zapasu butli przed opuszczeniem ścieżki treningowej stanowi podstawę do jej niezaliczenia, a co się z tym wiąże, do nie zaliczenia testu w komorze dymowej.
- Warunkiem zaliczenia testu jest pozytywne zaliczenie próby wysiłkowej i ścieżki treningowej.

## V. ĆWICZENIA DOSKONALĄCE W KOMORZE DYMOWEJ

1. Ćwiczenia doskonalące mogą być przeprowadzane z wykorzystaniem założeń przebiegu testu w komorze dymowej.
2. Do dokumentowania przebiegu ćwiczeń należy wykorzystać wzory dokumentów zamieszczone w załącznikach 1-3.
3. Założenia i przebieg ćwiczeń doskonalących ustala organizator ćwiczeń, po zasięgnięciu opinii Kierownika Komory Dymowej
4. Ćwiczenia doskonalące w komorze dymowej można prowadzić dla każdego uczestnika indywidualnie, w rocie lub w innej konfiguracji ustalonej przez organizatora ćwiczenia, przy zachowaniu zasad BHS/P.
5. Poziom trudności w trakcie ćwiczeń doskonalących należy dopasować do umiejętności osób ćwiczących.
6. Przed rozpoczęciem ćwiczeń doskonalących organizator ćwiczeń zapoznaje ćwiczących z organizacją i przebiegiem ćwiczeń, a także przeprowadza kontrolę sprawności sprzętu ochrony układu oddechowego, ilości powietrza w butli oraz wyposażenia w środki ochrony indywidualnej.
7. Ćwiczenia doskonalące należy zakończyć podsumowaniem i przeanalizowaniem najczęściej popełnianych błędów, wskazaniem ich źródła oraz demonstracją prawidłowego wykonania ćwiczenia.

# **ZAŁĄCZNIKI**

.....  
(Pieczęć jednostki kierującej).....  
(Miejscowość, data)Komenda .....  
Państwowej Straży Pożarnej  
w .....**KARTA SKIEROWANIA  
FUNKCJONARIUSZY PAŃSTWOWEJ STRAŻY POŻARNEJ NA TEST W KOMORZE DYMOWEJ**

L.p.	Stopień	Imię i nazwisko	Jednostka
1			
2			
3			
4			
5			
6			
7			
8			
9			
10			

Oświadczam, że osoby skierowane na test w komorze dymowej:

- posiadają aktualne szkolenie okresowe z zakresu bezpieczeństwa i higieny służby, a w przypadku nowo przyjętych do służby – szkolenie wstępne,
- posiadają aktualne okresowe profilaktyczne badania lekarskie, a w przypadku nowo przyjętych do służby – orzeczenie o zdolności do służby lub bez ograniczeń.

Skierowane osoby zostały wyposażone w sprawny sprzęt ochrony układu oddechowego oraz środki ochrony indywidualnej posiadające wymagane dopuszczenia do użytkowania.

Kierownik grupy: .....  
(stopień, imię i nazwisko)Zabezpieczenie medyczne: .....  
(stopień, imię i nazwisko).....  
(Podpis i pieczęć kierownika jednostki organizacyjnej PSP)

.....  
(Pieczęć jednostki kierującej)

.....  
(Miejscowość, data)

Komenda .....  
Państwowej Straży Pożarnej  
w .....

**KARTA SKIEROWANIA  
STRAŻAKÓW OSP NA TEST W KOMORZE DYMOWEJ**

L. p.	Stopień	Imię i nazwisko	Jednostka	KSRG (TAK/NIE)
1				
2				
3				
4				
5				
6				
7				
8				
9				
10				

Oświadczam, że osoby skierowane na test w komorze dymowej:

- odbyły szkolenie z zakresu bezpieczeństwa i higieny pracy,
- posiadają aktualne zaświadczenie lekarskie stwierdzające brak przeciwwskazań do udziału w działaniach ratowniczych lub posiadają zaświadczenie lekarskie orzekające zdolność do bezpośredniego udziału w działaniach ratowniczych,
- posiadają aktualne ubezpieczenie od następstw nieszczęśliwych wypadków.

Skierowane osoby zostały wyposażone w sprawny sprzęt ochrony układu oddechowego oraz środki ochrony indywidualnej posiadające wymagane dopuszczenia do użytkowania.

Kierownik grupy: .....  
(stopień, imię i nazwisko)

Zabezpieczenie medyczne: .....  
(stopień, imię i nazwisko)

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

## KARTA PRZEBIEGU TESTU NR ..... / 202... r.

Lp.	Stopień	Imię i nazwisko	Dopuszczenie przez ratownika medycznego** (TAK/NIE)	Własnoręczny podpis*	Przebieg ćwiczenia				Próba wysiłkowa (zal/nzal)	Ścieżka treningowa (zal/nzal)	Ocena końcowa testu w komorze dymowej (zal/nzal)
					ergometr taśmowy (zal/nzal)	miot podciągowy (zal/nzal)	drabina bez końca (zal/nzal)	ergometr rowerowy (zal/nzal)			
1.											
2.											
3.											
4.											
5.											
6.											
7.											
8.											
9.											
10.											

\* Oświadczam, że przed przystąpieniem do ćwiczeń w komorze dymowej w dniu ..... 202..... r.:

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

\*\* Parametry ciśnienia: wg WHO dla przystępujących do testu/ćwiczenia nie mogą przekraczać jednej lub obu wartości ciśnienia: • Skurczowego 139 mmHg; • Rozkurczowego 89 mmHg.

Uwagi dodatkowe:

.....

.....  
(Podpis obsługi sterowni)

.....  
(Podpis osoby nadzorującej test)

.....  
(Podpis ratownika medycznego)

.....  
Podpis i pieczęć Kierownika Komory Dymowej

.....  
(Pieczęć organizatora testu)

**Z A Ś W I A D C Z E N I E   Z B I O R C Z E**  
**DLA STRAŻAKÓW PAŃSTWOWEJ STRAŻY POŻARNEJ**

Niniejszym zaświadczam, że niżej wymienione osoby odbyły test w komorze dymowej w dniu .....202.... r. z wynikiem:

L.p.	Stopień	Imię i nazwisko	Jednostka	ZALICZYŁ (A) / NIE ZALICZYŁ (A)
1				
2				
3				
4				
5				
6				
7				
8				
9				
10				

Kierownik jednostki kierującej na podstawie Zaświadczenia zbiorczego zobowiązany jest w ciągu 7 dni wystawić zaświadczenia indywidualne wyłącznie osobom które zaliczyły test w komorze dymowej.

.....  
(Podpis i pieczęć Kierownika Komory Dymowej)

....., dnia ..... 202.... r.

.....  
(Pieczęć organizatora testu)

**Z A Ś W I A D C Z E N I E   Z B I O R C Z E**  
**DLA STRAŻAKÓW OCHOTNICZEJ STRAŻY POŻARNEJ**

Niniejszym zaświadczam, że niżej wymienione osoby odbyły test w komorze dymowej w dniu .....202.... r. z wynikiem:

L.p.	Imię i nazwisko	Jednostka	ZALICZYŁ (A) / NIE ZALICZYŁ (A)
<b>OSP w KSRG</b>			
1			
2			
3			
4			
5			
<b>OSP spoza KSRG</b>			
1			
2			
3			
4			
5			

Kierownik jednostki kierującej na podstawie Zaświadczenia zbiorczego zobowiązany jest w ciągu 7 dni wystawić zaświadczenia indywidualne wyłącznie osobom które zaliczyły test w komorze dymowej.

.....  
(Podpis i pieczęć Kierownika Komory Dymowej)

....., dnia ..... 202.... r.





## ZAŚWIADCZENIE

<< stopień, imię i nazwisko >>

<< jednostka organizacyjna PSP/OSP >>

zaliczył/a

w dniu << data >>

### test w komorze dymowej

przeprowadzony w << Komenda ..... PSP w ..... >>

<< Miejscowość>>, << data wystawienia zaświadczenia >>

Nr KDYM / 15 / << Nr powiatu >> / << Rok >> / << Nr uczestnika >>

.....  
(pieczęć i podpis kierownika jednostki kierującej)



## **INSTRUKCJA BEZPIECZEŃSTWA**

### **KOMORY DYMOWEJ w OSTROWIE WIELKOPOLSKIM**

#### **POSTANOWIENIA OGÓLNE**

1. Niniejsza „Instrukcja Bezpieczeństwa Komory Dymowej w Ostrowie Wielkopolskim ” zwana dalej „Instrukcją” obowiązuje w obiekcie Komory Dymowej w Ostrowie Wielkopolskim zwanej dalej „Komorą” i terenie, na którym obiekt jest zlokalizowany.
2. Administratorem komory dymowej jest Komendant Powiatowy Państwowej Straży Pożarnej w Ostrowie Wielkopolskim, zwany dalej Administratorem Komory Dymowej
3. Administrator Komory Dymowej wyznacza Dowódcę Jednostki Ratowniczo-Gaśniczej w Ostrowie Wielkopolskim do sprawowania bezpośredniego nadzoru nad działalnością komory dymowej, zwanego dalej Kierownikiem Komory Dymowej.
4. Test/ćwiczenia doskonalące muszą być prowadzone i nadzorowane przez obsługę komory dymowej stanowiącą minimum dwie osoby. Obsługę komory wyznacza Kierownik Komory Dymowej.
5. Obsługa komory zobowiązana jest do ścisłego przestrzegania oraz egzekwowania od uczestników, instrukcji obsługi urządzeń komory dymowej oraz zapisów regulaminu komory dymowej.
6. Kierownik Ćwiczenia odpowiada za sprawny i bezpieczny przebieg ćwiczenia.
7. Przed przystąpieniem do testów/ćwiczeń kierownik grupy ćwiczącej przekazuje obsłudze Komory wymaganą dokumentację oraz odpowiada za dyscyplinę ćwiczących.
8. Grupy zorganizowane i osoby indywidualne przebywające w obiekcie Komory są zobowiązane do zapoznania się z Instrukcją oraz jej przestrzegania.
9. Grupy zorganizowane i osoby indywidualne przebywające w obiekcie Komory są zobowiązane do wykonywania poleceń obsługi komory.

#### **UŻYTKOWANIE OBIEKTU**

1. Komora jest użytkowana zgodnie z Regulaminem i zaleceniami producenta.
2. Komora służy do przeprowadzenia testów i ćwiczeń związanych z wykorzystywaniem sprzętu ochrony dróg oddechowych.
3. Zajęcia w komorze odbywają się według ustalonego rozkładu zajęć.
4. Uczestników testów i ćwiczeń obowiązuje strój określony w Regulaminie.
5. Uczestnikami testów i ćwiczeń w Komorze mogą być wyłącznie osoby wymienione w Regulaminie.
6. Przed przystąpieniem do testów lub ćwiczeń obsługa komory sprawdza stan techniczny wszystkich urządzeń Komory.
7. W trakcie testów i ćwiczeń zabrania się składowania jakichkolwiek zbędnych przedmiotów w pomieszczeniu wydolnościowym i pomieszczeniu ścieżki treningowej.
8. Decyzję o rozpoczęciu testów lub ćwiczeń w Komorze podejmuje obsługa komory po stwierdzeniu sprawności wszystkich urządzeń.
9. Upoważniona do uruchamiania urządzeń wydolnościowych jest wyłącznie obsługa Komory.
10. Sposób prowadzenia testów/ćwiczeń w Komorze reguluje Regulamin.

11. Wszelkie urazy oraz przypadki niedyspozycji zdrowotnej należy niezwłocznie zgłosić ratownikowi stanowiącemu zabezpieczenie medyczne Komory.
12. Po zakończonym teście/ćwiczeniu obsługa Komory wyłącza wszystkie urządzenia.
13. Komora jest wyposażona w pomieszczenia higieniczno-sanitarne umożliwiające ćwiczącym umycie się i kąpiel w ciepłej, bieżącej wodzie.

### **SPOSÓB ZABEZPIECZENIA TESTÓW/ĆWICZEŃ**

1. Komora wyposażona jest w instalację sygnalizacyjną, oświetleniową, alarmową i wentylacyjną.
2. Komora wyposażona jest w kamery umożliwiające obserwację ćwiczącego oraz w czujniki jego lokalizacji, połączone z pulpitem kontrolnym.
3. Z chwilą włączenia sygnalizacji alarmowej włącza się automatycznie instalacja oświetleniowa i oddymiająca.
4. Komorę wyposażona jest w instalację nawiewno - wyciągową zapewniającą całkowitą wymianę powietrza w czasie nie dłuższym niż 90 sekund od chwili włączenia sygnalizacji alarmowej.
5. Komora dymowa musi być wyposażona w zestaw ratownictwa medycznego R-1, automatyczny defibrylator zewnętrzny (AED), dodatkową min. 10 litrową butlę z tlenem medycznym oraz ciśnieniomierz naramienny.
6. Podczas testów/ćwiczeń doskonalących należy zapewnić obecność ratownika medycznego uprawnionego do wykonywania świadczeń zdrowotnych innych niż MCR w strukturach KSRG, wyposażony w plecak ratownika medycznego.
7. Obsługa Komory ustala z ćwiczącymi zasady sygnalizowania zagrożenia zaistniałego w trakcie ćwiczeń (złe samopoczucie, kontuzja, awaria sprzętu, itp.).

### **ZAKAZY**

1. Zabrania się prowadzenia testów i ćwiczeń przy niesprawnych urządzeniach będących wyposażeniem komory.
2. Zabrania się korzystania z Komory bez zgody i nadzoru obsługi komory.
3. Korzystającym z Komory nie wolno powodować sytuacji zagrażających bezpieczeństwu osób tam przebywających.
4. Osobom, których stan wskazuje na spożycie alkoholu, narkotyków, środków odurzających oraz osobom z ranami otwartymi, a także z zewnętrznymi oznakami chorób skórnych oraz zakaźnych, jak również osobom stwarzającym niebezpieczeństwo lub stanowiącym zagrożenie dla otoczenia zabrania się korzystania z Komory.

### **ODPOWIEDZIALNOŚĆ**

Administrator Komory nie ponosi odpowiedzialności za przedmioty wartościowe i pieniądze pozostawione na terenie komory, jak również za uszkodzenia ciała i wypadki wynikające z naruszenia niniejszej instrukcji.

### **POSTANOWIENIA KOŃCOWE**

Administrator Komory oraz upoważnieni przez niego pracownicy w tym również inne osoby posiadające stosowne uprawnienia mogą kontrolować przebieg ćwiczeń i testów, a w razie stwierdzenia uchybień prowadzących do zagrożenia bezpieczeństwa osób korzystających z Komory zobowiązani są do przerwania zajęć.

**ZATWIERDZAM:**

KOMENDANT POWIATOWY  
PAŃSTWOWEJ STRAŻY POŻARNEJ

bryg. mgr inż.  Lukasz Frątczak