

**Imię i Nazwisko** .....  
(proszę wypełnić drukowanymi literami)

**Adres** .....

**Telefon** .....

**1. Najwyższa dopuszczalna masa przy podnoszeniu i przemieszczaniu ładunku przy pracy stałej i dorywczej mężczyzn to:**

- A) 30 kg praca stała, 60 kg praca dorywcza
- B) 30 kg praca stała, 50 kg praca dorywcza
- C) 20 kg praca stała, 50 kg praca dorywcza

**2. Podczas podnoszenia ciężarów należy stosować zasadę:**

- A) „zgięte nogi”, proste plecy, płynnie do góry i do przodu
- B) „wyprostowane nogi”, zgięte plecy, płynnie do góry i do przodu
- C) „wyprostowane nogi”, zgięte plecy, płynnie do przodu i do góry

**3. Przy przenoszeniu ciężkich przedmiotów:**

- A) poproś o pomoc drugą osobę
- B) użyj mechanicznych urządzeń wspomagających
- C) obie odpowiedzi są prawidłowe

**4. Ciężkie rzeczy należy:**

- A) przenosić na opuszczonych i wyprostowanych rękach
- B) przenosić zarzucając na plecy
- C) przesuwac po nawierzchni

**5. Podczas prac polegających na dźwiganiu i przemieszczaniu ładunku należy:**

- A) zorganizować pracę tak by ograniczyć konieczność ręcznego dźwigania
- B) wziąć pod uwagę ilość przedmiotów do przeniesienia, odległość na jaką nosimy oraz rozmiar przedmiotów
- C) obie odpowiedzi są prawidłowe

**6. W przypadku krwotoku z nosa należy:**

- A) w pozycji siedzącej głowę pochylić do przodu i położyć zimny okład na kark
- B) w pozycji siedzącej głowę odchylić do tyłu i położyć na czoło zimny okład
- C) zatamować krwawienie chusteczką

**7. Aby nie narazić kręgosłupa na urazy należy:**

- A) podczas przenoszenia unikać pochyleń na boki i skrętów tułowia
- B) stosować wózki lub inne urządzenia, które pozwolą wyeliminować ręczne podnoszenie i przenoszenie ciężkich rzeczy
- C) obie odpowiedzi są prawidłowe

Klauzula informacyjna dotycząca przetwarzania danych osobowych  
(działania prewencyjne)

1. Administrator danych:	Kasa Rolniczego Ubezpieczenia Społecznego al. Niepodległości 190 00-608 Warszawa, którą reprezentuje Prezes Kasy Rolniczego Ubezpieczenia Społecznego
2. Dane kontaktowe inspektora ochrony danych:	poczta elektroniczna na adres e-mail: <a href="mailto:iod@krus.gov.pl">iod@krus.gov.pl</a> , poczta tradycyjna na adres: Kasa Rolniczego Ubezpieczenia Społecznego, al. Niepodległości 190, 00-608 Warszawa z dopiskiem „Inspektor Ochrony Danych”
3. Cele przetwarzania danych:	Pani/Pana, Pani/Pana dziecka lub Pani/Pana podopiecznego* dane osobowe przetwarzane będą w celu realizacji przepisów ustawy z dnia 20 grudnia 1990 r. o ubezpieczeniu społecznym, w zakresie działalności prewencyjnej na rzecz upowszechniania zasad ochrony zdrowia i życia w gospodarstwie rolnym, tj. konkurs „Mądrze postępujesz, wypadku nie spowodujesz”
4. Podstawa przetwarzania danych:	art. 6 ust. 1 lit. a i art. 9 ust. 2 lit. a RODO, tj. na podstawie zgody na przetwarzanie swoich danych osoby, której dane dotyczą w jednym lub większej liczbie określonych celów, a także w związku z ciążącym na administratorze obowiązkiem wynikającym z przepisów prawa, w szczególności ustawy z dnia 20 grudnia 1990 r. o ubezpieczeniu społecznym rolników, to jest art. 6 ust. 1 lit. c RODO oraz art. 9 ust. 2 lit. b i lit. h, prawa podatkowego oraz obowiązku archiwizacji.
5. Odbiorcy danych:	dane osobowe mogą być przekazywane do podmiotów przetwarzających dane w imieniu i na zlecenie Kasy oraz do osób i podmiotów uprawnionych do tego na podstawie przepisów prawa powszechnie obowiązującego.
6. Czy dane będą przekazywane do państwa trzeciego lub organizacji międzynarodowej?	W związku z udzieleniem przez Uczestnika zgody na zamieszczanie wizerunku na profilu Kasy w mediach społecznościowych, dane osobowe uczestników działań prewencyjnych (np. konkursów) nie będą przekazywane do państw trzecich, za wyjątkiem danych zamieszczanych na profilu Kasy na portalach społecznościowych, takich jak Facebook.com, w związku z ponadnarodowym charakterem przepływu danych w ramach serwisu Facebook z zastosowaniem stosowanych przez Facebook klauzul umownych zatwierdzonych przez Komisję Europejską i decyzji Komisji Europejskiej stwierdzających odpowiedni stopień ochrony danych w odniesieniu do określonych krajów zgodnie z zasadami określonymi przez Facebook pod adresem <a href="https://www.facebook.com/about/privacy">https://www.facebook.com/about/privacy</a>
7. Okres, przez który będą przetwarzane dane osobowe:	dane osobowe przechowywane będą przez okres wynikający z aktualnie obowiązujących przepisów kancelaryjnych w Kasie oraz przepisów prawa powszechnie obowiązującego.
8. Prawa osoby, której dane są przetwarzane:	Prawo dostępu do treści swoich danych, prawo do ich sprostowania, usunięcia (w zakresie, w jakim te dane nie są przetwarzane w związku z ciążącym na administratorze obowiązkiem wynikającym z przepisów prawa), ograniczenia przetwarzania, prawo do przenoszenia danych, prawo do cofnięcia zgody w dowolnym momencie bez wpływu na zgodność z prawem przetwarzania, którego dokonano na podstawie zgody przed jej cofnięciem. Uczestnikowi nie przysługuje prawo do wniesienia sprzeciwu, ponieważ przetwarzanie danych odbywa się na podstawie zgody. Prawo do wniesienia skargi do organu nadzorczego zajmującego się ochroną danych osobowych, tj. Prezesa Urzędu Ochrony Danych Osobowych, ul. Stawki 2, 00-193 Warszawa, gdy uzna Pani/Pan, iż przetwarzanie danych osobowych Pani/Pana, Pani/Pana dziecka lub Pani/Pana podopiecznego* narusza przepisy ogólnego rozporządzenia o ochronie danych osobowych.
9. Z czego wynika konieczność podania danych osobowych oraz czy osoba, której dane dotyczą, jest zobowiązana do ich podania?	Podanie danych osobowych Uczestnika, a kiedy ma to zastosowanie jego rodziców lub opiekunów prawnych, jest dobrowolne, jest jednak niezbędne do realizacji celu, w którym zostały zebrane; konsekwencją niepodania wymaganych danych będzie brak możliwości uczestnictwa w realizacji celu. Uczestnik ma prawo cofnąć zgodę w dowolnym momencie bez wpływu na zgodność z prawem przetwarzania, którego dokonano na podstawie zgody przed jej cofnięciem, jednakże cofnięcie zgody jest równoznaczne z rezygnacją z udziału w wydarzeniu, o którym mowa w rubryce nr 3.
10. Czy dane osobowe będą wykorzystywane do zautomatyzowanego podawania decyzji, w tym profilowania?	Nie

.....

data, miejsce i czytelny podpis osoby