



Κανόνες Ασφάλειας και Υγείας στην Εργασία



Μαθησιακά αποτελέσματα

Ο εκπαιδευόμενος θα είναι σε θέση να:

- Ορίζει τις απαιτήσεις για θέματα ασφάλειας και υγείας στο χώρο εργασίας
- Κατονομάζει τα μέσα ατομικής προστασίας
- Αναγνωρίζει τα θέματα ασφάλειας και υγείας στο χώρο εργασίας
- Χρησιμοποιεί τα μέσα ατομικής προστασίας με κατάλληλο τρόπο
- Ελέγχει τις εργασιακές διαδικασίες σύμφωνα με τις απαιτήσεις και να αποφεύγει εργατικά ατυχήματα

Περιεχόμενα

- Ασφάλεια στο χώρο εργασίας
- Δουλεύοντας με ασφάλεια
 - Μέσα ατομικής προστασία (ΜΑΠ)
 - Σήμανση ασφάλειας και υγείας στο χώρο εργασίας
 - Ανύψωση
- Ευρωπαϊκή νομοθεσία & Διεθνής Συμβάσεις



Ασφάλεια στο χώρο εργασίας

Ασφάλεια στο χώρο εργασίας



Ποιοι είναι οι κυριότεροι κίνδυνοι σε συγκεκριμένες θέσεις εργασίας;

Απάντηση:

Ως κίνδυνος ορίζεται οτιδήποτε μπορεί να αποτελέσει αιτία τραυματισμού ή ασθένειας.

Οι κίνδυνοι στο χώρο εργασίας μπορεί να περιλαμβάνουν:

Φυσικοί - Παραδείγματα:

- * Θόρυβος και δόνηση
- * Θερμοκρασία και υγρασία
- * Ελλιπής εξοπλισμός
- * Ελλιπής φωτισμός
- * Ακαταστασία

Χημικοί - Παραδείγματα:

- *Επικίνδυνα υλικά και χημικά
- *Ελλιπής εξοπλισμός που μπορεί να προκαλέσει προβλήματα με σκόνη, αναθυμιάσεις, αέρια και υγρά.

Περιβαλλοντικοί - Παραδείγματα:

- * Κατάσταση και σχεδιασμός εξοπλισμού
- * Επαγγελματική κατάχρηση, τραυματισμοί από μη ορθή ανύψωση αντικειμένων.

Συμπεριφορά - Παραδείγματα:

- * Ανία
- * Περισπασμός
- * Διαπροσωπική επαφή
- * Επιθετικότητα
- * Προβλήματα επικοινωνίας

Ασφάλεια στο χώρο εργασίας

Παροχή και συντήρηση μηχανημάτων και συστημάτων για ασφαλή εργασία των εργαζομένων



Πώς μπορεί να επιτευχθεί;

Απάντηση:

Εάν εργάζεστε με μια ομάδα μη έμπειρων υπαλλήλων, συζητήστε για συγκεκριμένες στρατηγικές ή δώστε κάποια παραδείγματα καλών πρακτικών.

Ασφάλεια στο χώρο εργασίας

Οργάνωση της ασφαλούς χρήσης επικίνδυνων υλικών και χημικών



Πώς μπορεί να επιτευχθεί στη θέση εργασίας;

Απάντηση:

Εάν εργάζεστε με μια ομάδα μη έμπειρων υπαλλήλων, συζητήστε για συγκεκριμένες στρατηγικές ή δώστε κάποια παραδείγματα καλών πρακτικών.

Ασφάλεια στο χώρο εργασίας

Έλεγχος των κινδύνων



Πώς μπορεί να επιτευχθεί στη θέση εργασίας;

Απάντηση:

Εάν εργάζεστε με μια ομάδα μη έμπειρων υπαλλήλων, συζητήστε για συγκεκριμένες στρατηγικές ή δώστε κάποια παραδείγματα καλών πρακτικών.

Ασφάλεια στο χώρο εργασίας

Παροχή εκπαίδευσης, κατάρτισης και εποπτείας
σε εργαζομένους



Πώς μπορεί να επιτευχθεί στη θέση εργασίας;

Απάντηση:

Εάν εργάζεστε με μια ομάδα μη έμπειρων υπαλλήλων, συζητήστε για συγκεκριμένες στρατηγικές ή δώστε κάποια παραδείγματα καλών πρακτικών.

Εναλλακτικά δώστε τους την παρακάτω συμβουλή:

***“Αν δεν είστε σίγουροι πώς να κάνετε
κάτι, μην το κάνετε. ΡΩΤΗΣΤΕ!”***

Ασφάλεια στο χώρο εργασίας

Έλεγχος του χώρου εργασίας και της υγείας των εργαζομένων



Πώς μπορεί να επιτευχθεί στη θέση εργασίας;

Απάντηση:

Εάν εργάζεστε με μια ομάδα μη έμπειρων υπαλλήλων, συζητήστε για συγκεκριμένες στρατηγικές ή δώστε κάποια παραδείγματα καλών πρακτικών.

Τοποθετήστε κατάλληλες πινακίδες



ΑΠΑΓΟΡΕΥΕΤΑΙ
Η ΕΙΣΟΔΟΣ
Entrance Forbidden



Δουλεύοντας με ασφάλεια



Τι σημαίνει “δουλεύω με ασφάλεια”;



Δουλεύοντας με ασφάλεια

Πώς διασφαλίζεται η “ασφάλεια στην εργασία”;

- Εντοπίζετε και χρησιμοποιείτε σωστά ρουχισμό ή εξοπλισμό ασφαλείας
- Πραγματοποιείτε έλεγχο ασφαλείας του εξοπλισμού πριν τη χρήση
- Οργανώνετε τη θέση εργασίας
- Ακολουθείτε τις οδηγίες ασφαλείας
- Εκτελείτε χειρωνακτικές εργασίες σύμφωνα με τις οδηγίες ασφαλείας
- Λαμβάνετε τις απαραίτητες ενέργειες:
 - Όταν παρατηρείτε κάτι μη ασφαλές στην εργασία
 - Όταν σβήσει η ειδοποίηση πυρκαγιάς
 - Όταν μετακινείτε αντικείμενα

Μέσα Ατομικής Προστασίας (ΜΑΠ)

Τι είναι ΜΑΠ?

Εξοπλισμός που θα προστατεύσει το χρήστη από κάποιο κίνδυνο υγείας ή ασφάλειας στην εργασία. Μπορεί να είναι κράνος, γάντια, προστασία ματιών, ρουχισμός που ανακλά το φως, προστατευτικά υποδήματα, κά.

Δουλεύοντας με ασφάλεια



Τι είναι κίνδυνος?

Κίνδυνος είναι οτιδήποτε που μπορεί να τραυματίσει ή προκαλέσει σε κάποιον ασθένεια.



Τύποι ΜΑΠ

Για τα μάτια

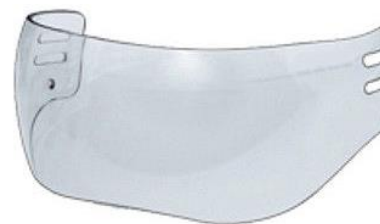
Γυαλιά ασφαλείας



Μάσκα ασφαλείας



Μετωπίδα



Προστατευτικά προσώπου



Κίνδυνοι

Διαρροές από χημικά και θραύσματα μετάλλων, σκόνη, βλήματα, αέρια, ακτινοβολία

Τύπου ΜΑΠ

Για κεφάλι και λαιμό

Κράνη



Καπέλα προστασίας
από χτυπήματα



Κράνος πυρόσβεσης



Κίνδυνοι

Επίπτωση από πτώση ή ιπτάμενα αντικείμενα, κίνδυνος χτυπήματος στο κεφάλι, εμπλοκή μαλλιών σε μηχανήματα, στάγδην χημικά, κλίμα ή θερμοκρασία

Τύποι ΜΑΠ

Για τα αυτιά

Ωτασπίδες



Προστατευτικά ακοής



Ωτοπώματα με στεφάνι



Κίνδυνοι

Θόρυβος – συνδυασμός της συχνότητας ήχων και της διάρκειας έκθεσης, ήχοι υψηλής συχνότητας αποτελούν κίνδυνο ακόμη κι έχουν μικρή διάρκεια

Τύποι ΜΑΠ

Για χέρια

Γάντια



Μανίκια



Ενισχυμένα γάντια



Γάντια
ηλεκτροσυγκολλητών



Κίνδυνοι

Τριβή, ακραίες θερμοκρασίες, κοπή και διάτρηση, κρούση, χημικές ουσίες, ηλεκτροπληξία, ακτινοβολία, δόνηση, βιολογικοί παράγοντες και παρατεταμένη εμβάπτιση στο νερό

Τύποι ΜΑΠ

For feet and legs

Μπότες ασφαλείας



Παπούτσια ασφαλείας



Γαλότσες



Κίνδυνοι

Υγρασία, ζεστές και κρύες συνθήκες, ηλεκτροστατική συσσώρευση, ολισθηρότητα, τραυματισμοί, πτώση αντικειμένων, βαριά φορτία κά

Τύποι ΜΑΠ

Για τις αναπνευστικές οδούς

Μάσκα



Μάσκα με φίλτρα



Αναπνευστικές
συσκευές



Κίνδυνοι

Χώροι με έλλειψη οξυγόνου, σκόνη, αέρια και ατμοί

Τύποι ΜΑΠ

Για το σώμα

Θερμοανθεκτική
φόρμα



Φόρμα προστασίας



Ποδιά



Φόρμα χημικών



Κίνδυνοι

Θερμότητα, χημική ή μεταλλική εκτόξευση, ψεκασμός υπό πίεση, σκόνη, κρούση ή διείσδυση, υπερβολική φθορά ή κίνδυνος εμπλοκής των κοινών ενδυμάτων

Σήμανση ασφάλειας και υγείας στο χώρο εργασίας



Υπάρχουν πέντε κατηγορίες σήμανσης:

1. Σήματα απαγόρευσης
2. Σήματα υποχρέωσης
3. Σήματα προειδοποίησης
4. Σήματα ασφάλειας/διάσωσης/βοήθειας
5. Σήματα που αφορούν σε πυροσβεστικό υλικό ή εξοπλισμό

Σήμανση ασφάλειας και υγείας στο χώρο εργασίας

1. Σήματα απαγόρευσης

Παραδείγματα



Απαγορεύεται
το κάπνισμα



Απαγορεύεται
η διέλευση πεζών



Απαγορεύεται
η κατάσβεση
με νερό



Απαγορεύεται
η κατάσβεση
με νερό



Μη πόσιμο νερό



Απαγορεύεται η είσοδος
στους μη έχοντες
ειδική άδεια



Απαγορεύεται η διέλευση
στα οχήματα διακίνησης
φορτίων



Μην αγγίζετε

Σήμανση ασφάλειας και υγείας στο χώρο εργασίας

2. Σήματα υποχρέωσης

Παραδείγματα



Υποχρεωτική
προστασία
των ματιών



Υποχρεωτική
προστασία
του κεφαλιού



Υποχρεωτική
προστασία
των αυτιών



Υποχρεωτική
προστασία
των αναπνευστικών
οδών



Υποχρεωτική
προστασία
των ποδιών



Υποχρεωτική
προστασία
των χεριών



Υποχρεωτική
προστασία
του σώματος



Υποχρεωτική
προστασία
του προσώπου

Σήμανση ασφάλειας και υγείας στο χώρο εργασίας

3. Σήματα προειδοποίησης

Παραδείγματα



Εύφλεκτες ύλες ή/ και
υψηλή θερμοκρασία



Τοξικές ύλες



Διαβρωτικές ύλες



Ραδιενεργά υλικά



Οχήματα
διακίνησης φορτίων

Σήμανση ασφάλειας και υγείας στο χώρο εργασίας

4. Σήματα ασφάλειας/διάσωσης/βοήθειας

Παραδείγματα



Πλύση ματιών



Τηλέφωνο για διάσωση
και πρώτες βοήθειες



Πρώτες βοήθειες

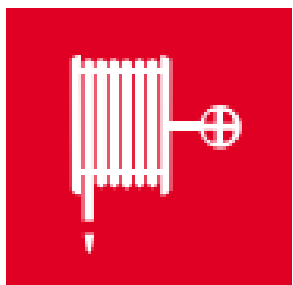


Κατεύθυνση που πρέπει να ακολουθηθεί

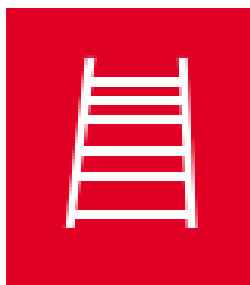
Σήμανση ασφάλειας και υγείας στο χώρο εργασίας

5. Σήματα που αφορούν σε πυροσβεστικό υλικό ή εξοπλισμό

Παραδείγματα



Πυροσβεστική
μάνικα



Σκάλα



Πυροσβεστήρας



Τηλέφωνο για την
καταπολέμηση
πυρκαγιών

Σήμανση ασφάλειας και υγείας στο χώρο εργασίας

Άσκηση: αντιστοιχείστε τις πινακίδες με τον τύπο σήμανσης



Σήμα απαγόρευσης



Σήμα υποχρέωσης



Σήμα προειδοποίησης



Σήμα ασφάλειας



Σήμα για πυροσβεστικό υλικό ή εξοπλισμό

Ανύψωση

- ✓ Αρχές ορθής ανύψωσης αντικειμένων
 - Σωστή στάση σώματος κατά τη διάρκεια της ανύψωσης ή του βαθέως καθίσματος
- ✓ Εξοπλισμός ανύψωσης



Ανύψωση - Αρχές ορθής ανύψωσης αντικειμένων



Πώς μπορείτε να ανυψώσετε κάτι σωστά;

1. Σχεδιάστε την ανύψωση

- Μη γνωστά φορτία πρέπει να αντιμετωπίζονται με προσοχή.
- Απομακρύνετε τυχόν εμπόδια ή κινδύνους πτώσης από τη διαδρομή
- Σχεδιάστε θέσεις ανάπαυσης αν το φορτίο πρόκειται να μετακινηθεί σε μεγάλη απόσταση
- Σκεφτείτε τη χρήση ΜΑΠ

2. Τοποθετήστε τα πόδια κατάλληλα

- Βρείτε μια σταθερή θέση για την ανύψωση
- Φορέστε κατάλληλα ρούχα και παπούτσια
- Τοποθετήστε το ένα πόδι σε απόσταση από το άλλο ώστε να βελτιώσετε τη στάση ισορροπίας και ελέγχου

Ανύψωση - Αρχές ορθής ανύψωσης αντικειμένων



Πώς μπορείτε να ανυψώσετε κάτι σωστά;

3. Κρατήστε τα γόνατα σταθερά

- Κρατήστε την πλάτη σας σε ευθεία
- Κρατήστε τους ώμους σας στο ίδιο επίπεδο

4. Κρατήστε το φορτίο με τις παλάμες παρά με τα δάχτυλα

- Κρατήστε τα χέρια σας κοντά στο σώμα σας για να υποστηρίξετε την ανύψωση του φορτίου

Εξοπλισμός ανύψωσης και μεταφοράς



Καρότσι
μεταφοράς



Παλετοφόρο
χειροκίνητο



Περονοφόρο
όχημα (κλαρκ)

Ανύψωση

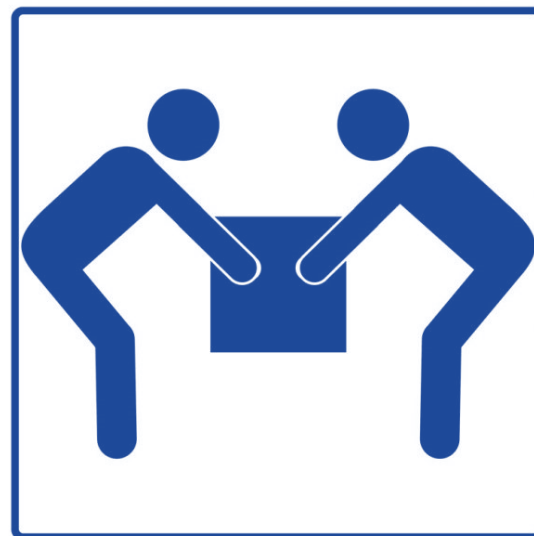


Άσκηση

Τι απαιτείται για ανύψωση ενός φορτίου με τη συμμετοχή περισσότερων του ενός ατόμου;

Απάντηση:

- Σύρετε το φορτίο στο κέντρο του πάγκου
- Στερεώστε τον πάγκο με το ένα πόδι εμπρός
- Σύρετε το φορτίο, από τη μια άκρη μέχρι την άλλη, μέχρι να βρεθεί στην άκρη του πάγκου
- Σύρετε το φορτίο προς τα εμπρός μέχρι το εμπρόσθιο άκρο του φορτίου να προεξέχει ελαφρά από τον πάγκο
- Πιάστε το φορτίο από τις γωνίες του



Πρακτικές και μέθοδοι ασφάλειας στην εργασία

Όπως όλοι οι εργαζόμενοι, οι υπάλληλοι που εκπαιδεύονται πρέπει να χρησιμοποιούν ασφαλείς εργασιακές πρακτικές και μεθόδους.

Ως προσωπικό υποστήριξης, ο ρόλος σας είναι να **βοηθάτε** τους υποστηριζόμενους υπαλλήλους να χρησιμοποιούν ασφαλείς πρακτικές και μεθόδους εργασίας.



Πώς θα επιτευχθεί αυτό;

Απάντηση:

Μιλήστε για επιτυχημένες στρατηγικές ή πείτε κάποια παραδείγματα καλών πρακτικών που εφαρμόζετε.



Ευρωπαϊκή Νομοθεσία & Διεθνείς Συμβάσεις

Οδηγία 89/391/ΕΟΚ

Σκοπός:

Εφαρμογή μέτρων για την προαγωγή της ασφάλειας και της υγείας των εργαζομένων κατά την εργασία.

Γενικές αρχές σχετικά με την:

- Αποφυγή των κινδύνων
- Εκτίμηση των κινδύνων που δεν μπορούν να αποφευχθούν
- Καταπολέμηση των κινδύνων στην πηγή τους
- Προσαρμογή της εργασίας στον άνθρωπο, ειδικότερα όσον αφορά τη διαμόρφωση των θέσεων εργασίας καθώς και την επιλογή των εξοπλισμών εργασίας και των μεθόδων εργασίας και παραγωγής, προκειμένου ιδίως να μετριασθεί η μονότονη και ρυθμικά επαναλαμβανόμενη εργασία και να μειωθούν οι επιπτώσεις της στην υγεία
- Παρακολούθηση της εξέλιξης της τεχνικής
- Αντικατάσταση του επικίνδυνου από το μη επικίνδυνο ή το λιγότερο επικίνδυνο
- Προγραμματισμός της πρόληψης με στόχο ένα συνεκτικό σύνολο που να ενσωματώνει στην πρόληψη την τεχνική, την οργάνωση της εργασίας, τις συνθήκες εργασίας, τις σχέσεις μεταξύ των κοινωνικών εταίρων και την επίδραση των παραγόντων του περιβάλλοντος στην εργασία
- Προτεραιότητα στη λήψη μέτρων ομαδικής προστασίας σε σχέση με τα μέτρα ατομικής προστασίας
- Παροχή των κατάλληλων οδηγιών στους εργαζομένους.

Οδηγία 89/391/ΕΟΚ

Υποχρεώσεις εργοδοτών (Άρθρο 13)

Οι εργαζόμενοι οφείλουν ειδικότερα, σύμφωνα με την εκπαίδευσή τους και τις κατάλληλες οδηγίες του εργοδότη τους:

- Να **χρησιμοποιούν σωστά** τις μηχανές, τις συσκευές, τα εργαλεία, τις επικίνδυνες ουσίες, τα μεταφορικά και άλλα μέσα*
- Να **χρησιμοποιούν σωστά** τον ατομικό προστατευτικό εξοπλισμό που τίθεται στη διάθεσή τους και, μετά τη χρήση, να τον τακτοποιούν στη θέση του

Οδηγία 89/391/ΕΟΚ

Υποχρεώσεις εργοδοτών (Άρθρο 13 - συνέχεια)

Οι εργαζόμενοι οφείλουν ειδικότερα, σύμφωνα με την εκπαίδευσή τους και τις κατάλληλες οδηγίες του εργοδότη τους:

- Να μη θέτουν εκτός λειτουργίας, αλλάζουν ή μετατοπίζουν αυθαίρετα τους μηχανισμούς ασφάλειας των μηχανών, εργαλείων, συσκευών, εγκαταστάσεων και κτιρίων και να χρησιμοποιούν σωστά αυτούς τους μηχανισμούς ασφαλείας
- Να αναφέρουν αμέσως στον εργοδότη ή/και στους εργαζομένους που εκτελούν ειδικά καθήκοντα στον τομέα της προστασίας της ασφάλειας και της υγείας των εργαζομένων, όλες τις καταστάσεις που μπορεί να θεωρηθεί εύλογα ότι παρουσιάζουν άμεσο και σοβαρό κίνδυνο για την ασφάλεια και την υγεία, καθώς και κάθε έλλειψη που διαπιστώνεται στα συστήματα προστασίας.

Οδηγία 89/391/ΕΟΚ

Υποχρεώσεις εργοδοτών (Άρθρο 13 - συνέχεια)

Οι εργαζόμενοι οφείλουν ειδικότερα, σύμφωνα με την εκπαίδευσή τους και τις κατάλληλες οδηγίες του εργοδότη τους:

- Να συντρέχουν, σύμφωνα με τις εθνικές πρακτικές, τον εργοδότη ή/και τους εργαζομένους που εκτελούν ειδικά καθήκοντα στον τομέα της προστασίας της ασφάλειας και της υγείας των εργαζομένων, όσον καιρό χρειαστεί, ώστε να καταστεί δυνατή η εκπλήρωση όλων των καθηκόντων ή απαιτήσεων που επιβάλλονται από την αρμόδια αρχή για την προστασία της ασφάλειας και της υγείας των εργαζομένων κατά την εργασία

Οδηγία 89/391/ΕΟΚ

Επίβλεψη της υγείας (Άρθρο 14)

1. Προς εξασφάλιση της κατάλληλης επίβλεψης της υγείας των εργαζομένων σε συνάρτηση με τους κινδύνους όσον αφορά την ασφάλεια και την υγεία τους κατά την εργασία, καθορίζονται μέτρα σύμφωνα με τις εθνικές νομοθεσίες ή/και πρακτικές.
2. Τα **μέτρα** που αναφέρονται παραπάνω είναι τέτοια ώστε να υπάρχει τακτική επίβλεψη της υγείας κάθε εργαζομένου, εφόσον αυτός το επιθυμεί.

Η επίβλεψη της υγείας είναι δυνατόν να αποτελεί μέρος ενός εθνικού συστήματος υγείας.

Συμβάσεις ILO

ILO: Διεθνής Οργάνωση Εργασίας



International
Labour
Organization

1. **C155** - Occupational Safety and Health Convention – Σύμβαση Ασφάλειας και Υγείας στην Εργασία, 1981 (τέθηκε σε εφαρμογή: 11 Αυγούστου 1983)
http://www.ilo.org/dyn/normlex/en/f?p=NORMLEXPUB:12100:::NO:12100:P12100_ILO_CODE:C155:NO
2. **P155** - Protocol of 2002 to the Occupational Safety and Health Convention – Πρωτόκολλο του 2002 για τη Σύμβαση Ασφάλειας και Υγείας στην Εργασία, 1981
http://www.ilo.org/dyn/normlex/en/f?p=NORMLEXPUB:12100:::NO:12100:P12100_ILO_CODE:P155:NO
3. **C187** - Promotional framework for occupational safety and health convention – Πλαίσιο προώθησης της σύμβασης ασφάλειας και υγείας στην εργασία ((τέθηκε σε εφαρμογή: 20 Φεβρουαρίου 2009)
http://www.ilo.org/dyn/normlex/en/f?p=NORMLEXPUB:12100:::NO:12100:P12100_ILO_CODE:C187:NO