

# E-LEARNING

## Επίπεδο 5



Με τη συγχρηματοδότηση  
της Ευρωπαϊκής Ένωσης

Με τη χρηματοδότηση της Ευρωπαϊκής Ένωσης. Οι απόψεις και οι γνώμες που διατυπώνονται εκφράζουν αποκλειστικά τις απόψεις των συντακτών και δεν αντιπροσωπεύουν κατ'ανάγκη τις απόψεις της Ευρωπαϊκής Ένωσης ή του Ευρωπαϊκού Εκτελεστικού Οργανισμού Εκπαίδευσης και Πολιτισμού (EACEA). Η Ευρωπαϊκή Ένωση και ο EACEA δεν μπορούν να θεωρηθούν υπεύθυνοι για τις εκφραζόμενες απόψεις.

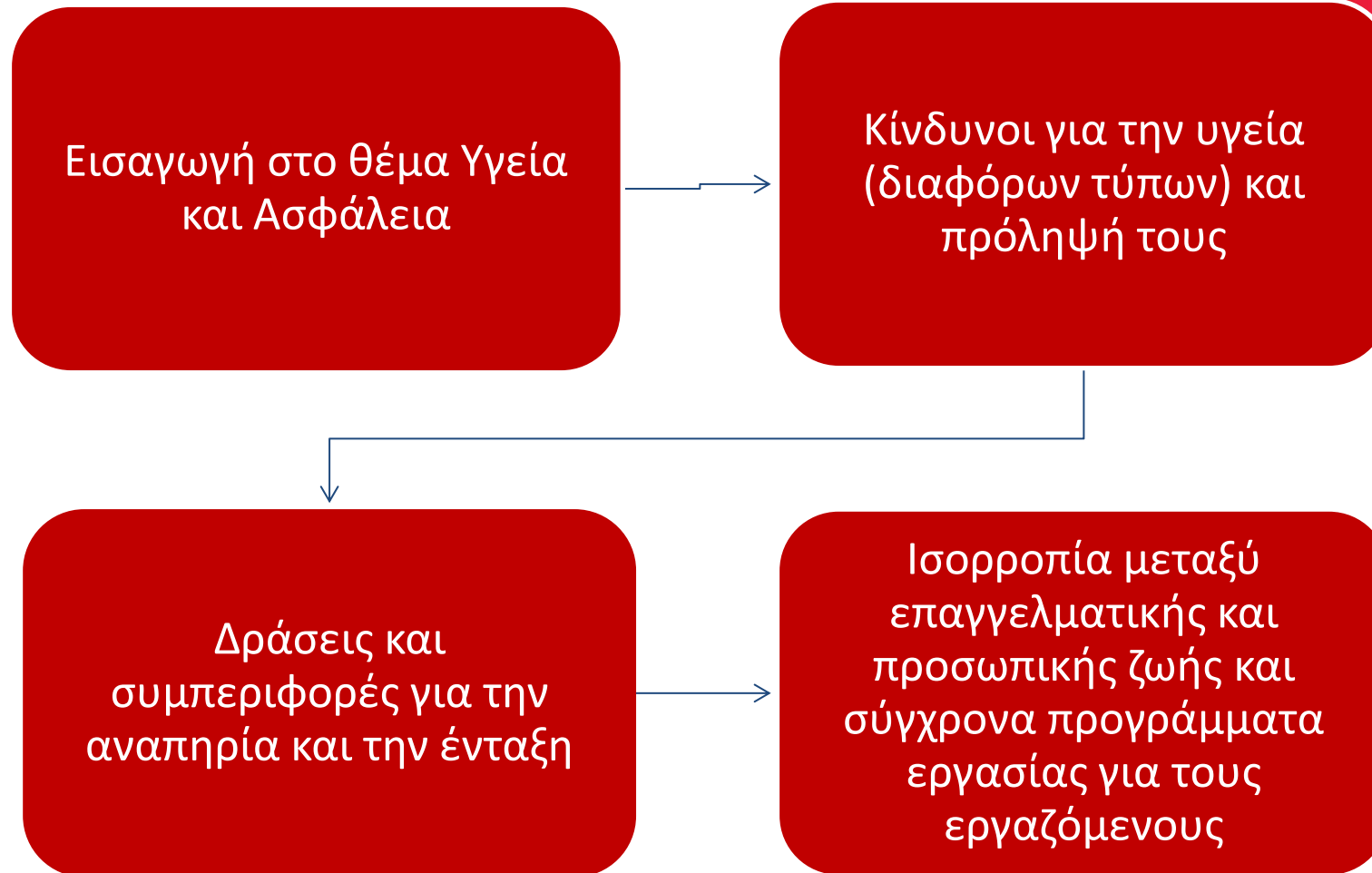
## WA13: Γενική νομοθεσία

### 5.6 Υγεία και ασφάλεια

**LO5.29** Επίδειξη ολοκληρωμένης γνώσης της Υγείας και Ασφάλειας και της Νομοθεσίας σε ένα ευρύ πλαίσιο για να βοηθήσετε την εταιρεία ή τον οργανισμό, να προβλέψετε καταστάσεις και να αναπτύξετε λύσεις σε πιο αφηρημένα προβλήματα.



# Χάρτης διαδρομής





## Ασφάλεια και υγεία στην εργασία

Τι σημαίνει OSH;

Παρακολουθήστε ένα σύντομο εισαγωγικό  
βίντεο στο

[Ασφάλεια και Υγεία στην Εργασία!](#)

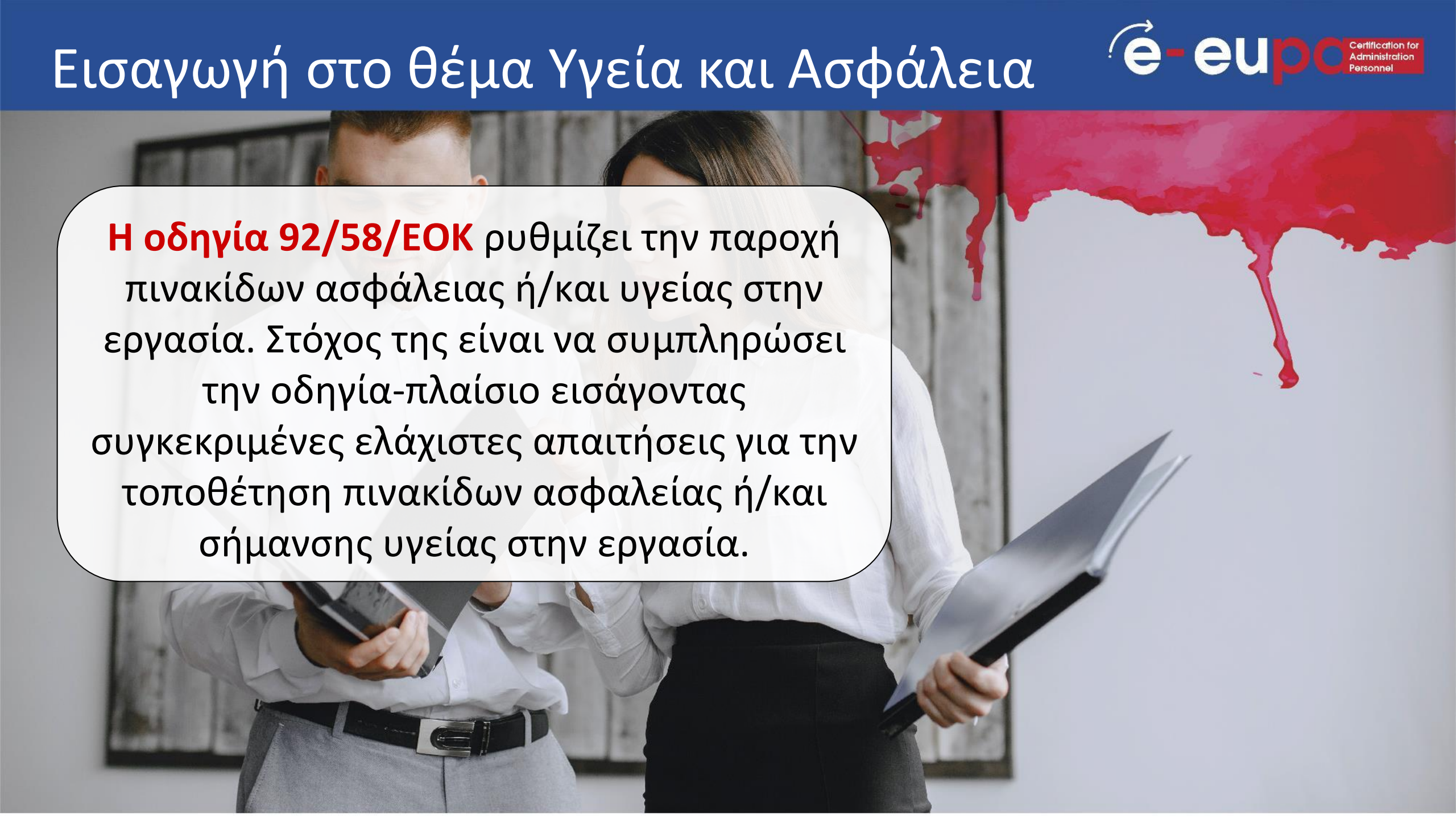
## Υγεία και ασφάλεια - νομοθεσία

- **Άρθρο 153** της Συνθήκης για τη λειτουργία της Ευρωπαϊκής Ένωσης
- **Οδηγίες της ΕΕ**
- **Κατευθυντήριες γραμμές της ΕΕ**
- **Πρότυπα ΕΕ**
- **Εθνική νομοθεσία**
- **Στρατηγικές ΥΑΕ**



**Η οδηγία 89/391/ΕΟΚ του Συμβουλίου** (της 12ης Ιουνίου 1989) σχετικά με την εφαρμογή μέτρων για την προώθηση της βελτίωσης της ασφάλειας και της υγείας των εργαζομένων ορίζει:

- Οι γενικές αρχές σχετικά με την πρόληψη των κινδύνων, την προστασία της ασφάλειας και της υγείας των εργαζομένων στον χώρο εργασίας
- Γενικές κατευθυντήριες γραμμές για την εφαρμογή των αρχών αυτών



**Η οδηγία 92/58/ΕΟΚ** ρυθμίζει την παροχή πινακίδων ασφάλειας ή/και υγείας στην εργασία. Στόχος της είναι να συμπληρώσει την οδηγία-πλαίσιο εισάγοντας συγκεκριμένες ελάχιστες απαιτήσεις για την τοποθέτηση πινακίδων ασφαλείας ή/και σήμανσης υγείας στην εργασία.



# Σήματα υγείας και ασφάλειας

Μπορείτε να αναγνωρίσετε αυτά τα σημάδια υγείας και ασφάλειας;





# Πινακίδες και ετικέτες

BEST  
SIGNS  
STORY...



0:00 / 12:15



## Στρατηγική Υγείας και Ασφάλειας - οφέλη

- Βελτιωμένη παραγωγικότητα μέσω λιγότερων απουσιών λόγω ασθένειας
- Μείωση των δαπανών υγειονομικής περίθαλψης
- Διατήρηση των ηλικιωμένων εργαζομένων στην απασχόληση
- Τόνωση αποδοτικότερων μεθόδων και τεχνολογιών εργασίας
- Μείωση του αριθμού των ατόμων που πρέπει να μειώσουν τις ώρες εργασίας τους για να φροντίσουν ένα μέλος της οικογένειάς τους

(Ευρωπαϊκός Οργανισμός για την Ασφάλεια και την Υγεία στην Εργασία)



## Η ασφάλεια και η υγεία στην εργασία

- Να διαχειρίζεται συστηματικά
- Καθορισμός των κατάλληλων ρυθμίσεων που πρέπει να τεθούν σε εφαρμογή
- Καθορισμός ρόλων και αρμοδιοτήτων όλων των εμπλεκομένων
- Να βασίζεται σε διαδικασία εκτίμησης κινδύνου



## **Κίνδυνος/επικινδυνότητα**

οτιδήποτε μπορεί να προκαλέσει βλάβη και να επηρεάσει ανθρώπους, περιουσίες, διαδικασίες- να προκαλέσει ατυχήματα και κακοήθειες, απώλεια παραγωγής, ζημιές σε μηχανήματα κ.λπ.

"Ο επαγγελματικός κίνδυνος αναφέρεται στην πιθανότητα και τη σοβαρότητα ενός τραυματισμού ή μιας ασθένειας που θα συμβεί ως αποτέλεσμα της έκθεσης σε έναν κίνδυνο".

(Ευρωπαϊκός Οργανισμός για την Ασφάλεια και την Υγεία στην Εργασία)

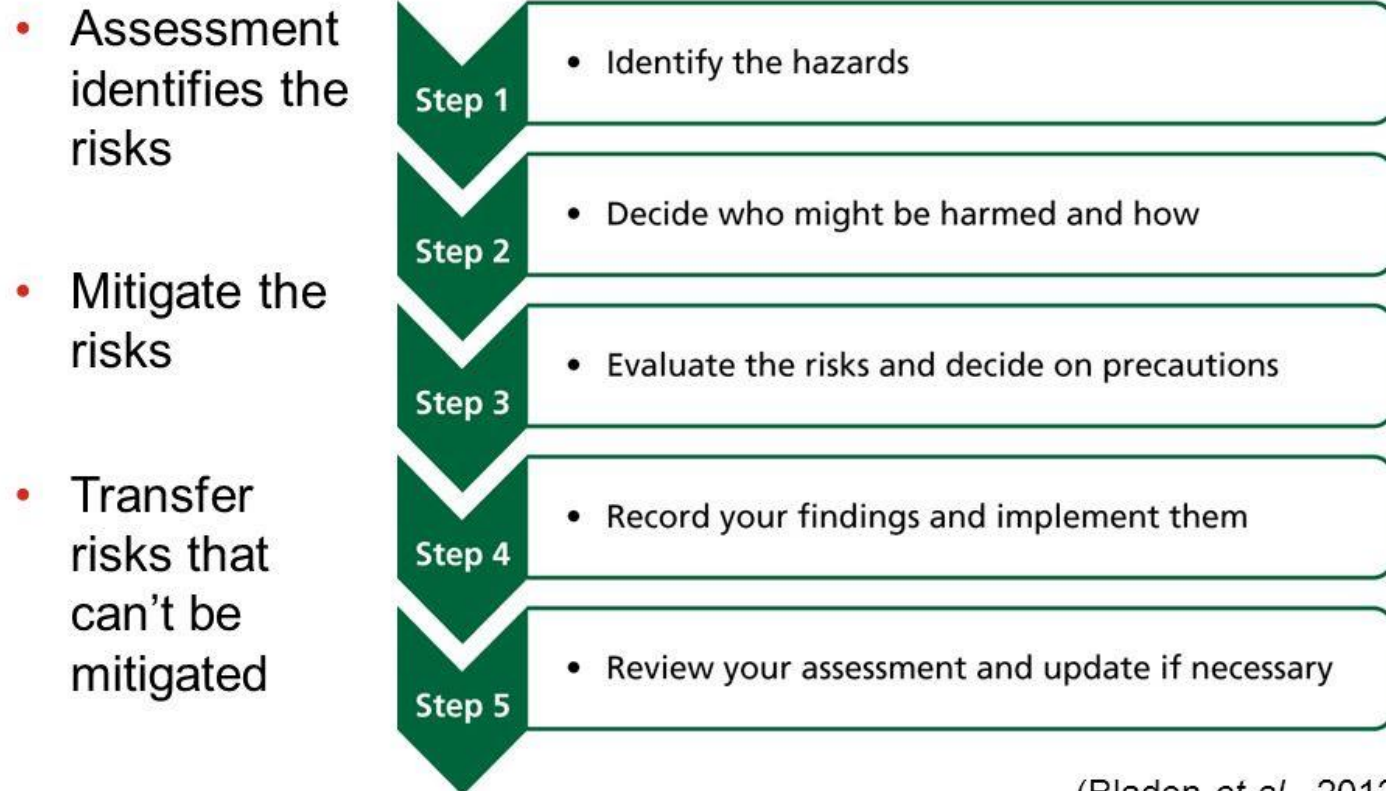


## Διαδικασία αξιολόγησης κινδύνων - στόχοι

- Προστασία της υγείας και της ασφάλειας των εργαζομένων
- Ελαχιστοποίηση της πιθανότητας να υποστούν βλάβη οι εργαζόμενοι ή το περιβάλλον λόγω των δραστηριοτήτων που σχετίζονται με την εργασία
- Διατήρηση της επιχείρησης ανταγωνιστικής και αποτελεσματικής



## Five steps to risk assessment (HSE, 2011)



(Bladen *et al.*, 2012)



## Προσδιορισμός των κινδύνων και επιλογή των προληπτικών μέτρων - Κατάλογος ελέγχου

### Εργασιακό περιβάλλον:

- ✓ Υπάρχει κατάλληλη επίστρωση δαπέδου (χωρίς τρύπες ή εμπόδια);
- ✓ Είναι κατάλληλο το μικροκλίμα (θερμοκρασία, ηλιακή ακτινοβολία, υγρασία και ροή αέρα, (π.χ. σύμφωνα με εθνικούς κανονισμούς, εμπειρογνώμονες ή διαβουλεύσεις με το προσωπικό);
- ✓ Είναι το μέγεθος του χώρου κατάλληλο για τον αριθμό των εργαζομένων που εργάζονται σε αυτόν (π.χ. σύμφωνα με τους εθνικούς νομικούς κανονισμούς);
- ✓ Έχει ο χώρος φυσικό φωτισμό;
- ✓ Οι πηγές φωτός, τα παράθυρα και οι πόρτες, τα βερνικωμένα έπιπλα ή οι τοίχοι προκαλούν αντανακλάσεις στις οθόνες των υπολογιστών;
- ✓ Ο θόρυβος διαταράσσει την προσοχή και τη λεκτική επικοινωνία;
- ✓ Εμποδίζουν τα καλώδια και τα καλώδια τους εργαζόμενους στις ελεύθερες κινήσεις τους ή δημιουργούν κίνδυνο σκοντάμματος;
- ✓ Έχουν οι εργαζόμενοι επαρκή χώρο για να αλλάξουν τη στάση του σώματός τους;
- ✓ Καθαρίζεται και συντηρείται σωστά το κτίριο;
- ✓ Υπάρχει διαθέσιμος εξοπλισμός πρώτων βοηθειών και το προσωπικό είναι εκπαιδευμένο στη χρήση του;
- ✓ Είναι οι οδοί διαφυγής και οι έξοδοι κινδύνου κατάλληλα σηματοδοτημένες και διατηρούνται ελεύθερες;

## Προσδιορισμός των κινδύνων και επιλογή των προληπτικών μέτρων -

### Κατάλογος ελέγχου

#### Ηλεκτρονικός εξοπλισμός:

- ✓ Είναι οι εικόνες στις VDU καλά καθορισμένες, σαφώς διαμορφωμένες και κατάλληλου μεγέθους με κατάλληλη απόσταση μεταξύ των γραμμών;
- ✓ Είναι οι εικόνες στις VDU χωρίς κραδασμούς (χωρίς θόλωση ή τρέμουλο);
- ✓ Μπορεί ο χρήστης να ρυθμίσει εύκολα τη φωτεινότητα και την αντίθεση μεταξύ των χαρακτήρων και του φόντου;
- ✓ Μπορούν οι VDU να μετακινούνται σύμφωνα με τις απαιτήσεις του χρήστη (περιστροφή, κλίση κ.λπ.) και να στερεώνονται στις απαιτούμενες θέσεις;
- ✓ Η απόσταση μεταξύ των ματιών και της οθόνης είναι 50-80 cm;
- ✓ Είναι η οθόνη απαλλαγμένη από αντανακλάσεις που μπορεί να διαταράξουν την όραση;
- ✓ Το πληκτρολόγιο είναι ξεχωριστό από την οθόνη; Είναι δυνατή η άνετη στάση του κορμού, των χεριών και των χεριών;
- ✓ Είναι ο χώρος μπροστά από το πληκτρολόγιο και το ποντίκι επαρκής για τη στήριξη των καρπών του χρήστη;



## Προσδιορισμός των κινδύνων και επιλογή των προληπτικών μέτρων - Κατάλογος ελέγχου

### Λογισμικό:

- ✓ Ανταποκρίνεται το λογισμικό στις απαιτήσεις της εργασίας;
- ✓ Μπορεί το λογισμικό να προσαρμοστεί στο επίπεδο ενός αρχάριου;
- ✓ Παρέχεται στο λογισμικό βοήθεια στη μητρική γλώσσα;
- ✓ Παρουσιάζει το λογισμικό τις πληροφορίες σε μορφή προσαρμοσμένη στον χρήστη;
- ✓ Έχει ο εργαζόμενος υποστήριξη σε περίπτωση προβλημάτων με το λογισμικό;



**Σχεδιασμός των προληπτικών μέτρων που  
μπορούν να χρησιμοποιηθούν για τη μείωση  
του κινδύνου**

E-EUPA\_LO\_5.29\_M\_001



## Ορισμός

"Αναπηρία" - μια σωματική ή πνευματική κατάσταση που περιορίζει τις κινήσεις, τις αισθήσεις ή τις δραστηριότητες ενός ατόμου- (ως μαζικό ουσιαστικό) το γεγονός ή η κατάσταση της ύπαρξης μιας τέτοιας κατάστασης.

**Αναπηρία** - μια εξελισσόμενη έννοια που προκύπτει από την αλληλεπίδραση μεταξύ των ατόμων με αναπηρίες και των συμπεριφορικών και περιβαλλοντικών εμποδίων που εμποδίζουν την πλήρη και αποτελεσματική συμμετοχή τους στην κοινωνία σε ισότιμη βάση με τους άλλους.

**Διακρίσεις** - κάθε διάκριση, αποκλεισμός ή προτίμηση που γίνεται με βάση τη φυλή, το χρώμα, το φύλο, τη θρησκεία, τις πολιτικές πεποιθήσεις, την εθνική καταγωγή ή την κοινωνική προέλευση, η οποία έχει ως αποτέλεσμα την ακύρωση ή την υποβάθμιση της ισότητας ευκαιριών ή μεταχείρισης στην απασχόληση ή το επάγγελμα."

**Διαφορετικότητα** - δέσμευση για την αναγνώριση και την εκτίμηση της ποικιλίας των χαρακτηριστικών που κάνουν τα άτομα μοναδικά σε μια ατμόσφαιρα που αγκαλιάζει και εξυμνεί τα ατομικά και συλλογικά επιτεύγματα.



- Το ποσοστό απασχόλησης των ατόμων με αναπηρία (ηλικίας 20-64 ετών) ανέρχεται σε 50,6%, έναντι 74,8% για τα άτομα χωρίς αναπηρία (2017).
- Οι γυναίκες με αναπηρία, τα νεαρά άτομα με αναπηρία και τα άτομα με υψηλές ανάγκες υποστήριξης έχουν περισσότερες πιθανότητες να υποστούν διακρίσεις και να αποκλειστούν από την αγορά εργασίας.
- Ο αριθμός των νέων που εισέρχονται στο εργατικό δυναμικό μειώνεται, ο επιπολασμός της αναπηρίας αυξάνεται με την ηλικία[6][9]- επομένως, είναι πιθανό ότι θα πρέπει να προσληφθούν και να διατηρηθούν στο εργατικό δυναμικό περισσότερα άτομα με αναπηρία για να μειωθούν οι ελλείψεις σε εργατικό δυναμικό.

(Ευρωπαϊκό Κοινοβούλιο, Απασχόληση και αναπηρία στην Ευρώπη. Ενημερωτικό έγγραφο, Μάιος 2020)



## Τα μέτρα για την προστασία των εργαζομένων με αναπηρία βασίζονται σε

- Προηγούμενη εκτίμηση κινδύνου
- Η φύση και η έκταση της αναδιοργάνωσης των θέσεων εργασίας λόγω αναπηρίας
- Ειδικές απαιτήσεις της θέσης εργασίας
- Προσαρμογή του χώρου εργασίας, συμπεριλαμβανομένου του σχεδιασμού έκτακτης ανάγκης
- Παροχή κατάλληλου εξοπλισμού ή/και υποστηρικτικών τεχνολογιών



## Προσαρμογές ή προσαρμογές

αλλαγές στην εργασία και στον εργασιακό χώρο που μπορούν να εισαχθούν για να ξεπεραστούν τα εμπόδια στην εργασία για τα άτομα με αναπηρία





## Τύποι καταλυμάτων

- Προσαρμογή της οργάνωσης της εργασίας, των καθηκόντων και των ωρών εργασίας
- Προσαρμογές στα φυσικά χαρακτηριστικά του χώρου εργασίας
- Υποστηρικτικές τεχνολογίες και προσαρμογές στον εξοπλισμό εργασίας
- Σήμανση, σήμανση και διαδικασίες έκτακτης ανάγκης
- Επικοινωνία και βοήθεια στην εργασία
- Εκπαίδευση και εποπτεία



## Εμπόδια στην παροχή προσαρμογών ή προσαρμογών

- Έλλειψη γνώσεων μεταξύ των εργοδοτών σχετικά με τον τρόπο υποστήριξης των ατόμων με αναπηρία
- Έλλειψη επικοινωνίας και διαβούλευσης με τους εργαζόμενους με αναπηρία κατά το σχεδιασμό προσαρμογών
- Οικονομικές δυσκολίες



## Εργαζόμενοι με αναπηρίες

Ένα άτομο που ζει με γενικευμένη αγχώδη διαταραχή μπορεί να δυσκολεύεται να εκτελέσει την εργασία του λόγω των επίμονων ανησυχιών του για τη διαχείριση του φόρτου εργασίας. Μια εύλογη διευκόλυνση θα μπορούσε να είναι η παροχή στον εργαζόμενο κάποιας πρόσθετης υποστήριξης από τον προϊστάμενο. Αυτό θα μπορούσε να λάβει τη μορφή τακτικών συναντήσεων με τον εργαζόμενο για την επανεξέταση των δεσμεύσεων και του χρονοδιαγράμματος.





## **Εργαζόμενοι που ζουν με HIV ή AIDS ή έχουν προσβληθεί από αυτά**

Ένα οροθετικό άτομο μπορεί να είναι γενικά ικανό για εργασία, αλλά να εμφανίζει επεισοδιακή ασθένεια. Μια εύλογη προσαρμογή μπορεί να χρειαστεί να είναι ευέλικτη. Ένας εργαζόμενος που ζει με τον ιό HIV μπορεί κανονικά να εκτελεί όλα τα καθήκοντά του από το γραφείο, αλλά μπορεί να ζητήσει ευελιξία για να εργάζεται μέρος της εβδομάδας από το σπίτι κατά τις περιόδους που μπορεί να επηρεάζεται από μια ασθένεια που σχετίζεται με τον ιό HIV ή κατά τη διάρκεια μιας περιόδου προσαρμογής σε αντιρετροϊκή ή άλλη φαρμακευτική αγωγή που σχετίζεται με την κατάσταση της υγείας του.

Ένας εργαζόμενος μπορεί να μη ζει με τον HIV, αλλά να έχει ευθύνες φροντίδας για ένα μέλος της οικογένειάς του με HIV ή AIDS. Σε αυτές τις περιπτώσεις, ο εργαζόμενος μπορεί να έχει ανάγκη για μια εύλογη διευκόλυνση, όπως μια προσωρινή μείωση του χρόνου εργασίας.



## Εργαζόμενοι με συγκεκριμένη θρησκεία ή πεποιθήσεις

Οι εργαζόμενοι οποιασδήποτε θρησκείας ή πεποιθήσεων, συμπεριλαμβανομένων εκείνων που δεν έχουν συγκεκριμένη θρησκεία ή πεποιθήσεις, μπορούν να ζητήσουν εύλογες προσαρμογές. Ορισμένες διευκολύνσεις μπορεί να έχουν προσωρινό χαρακτήρα, ανταποκρινόμενες σε ένα συγκεκριμένο σημείο του ημερολογίου. Για παράδειγμα, ένας μουσουλμάνος εργαζόμενος που νηστεύει κατά τη διάρκεια του Ραμαζανιού μπορεί να ζητήσει διάλειμμα ανάπαυσης κατά τη δύση του ηλίου για να μπορέσει να φάει.



## Ισορροπία μεταξύ επαγγελματικής και προσωπικής ζωής

"ο βαθμός στον οποίο ένα άτομο συμμετέχει εξίσου και είναι εξίσου ικανοποιημένο από τον εργασιακό και τον οικογενειακό του ρόλο. Η ισορροπία μεταξύ επαγγελματικής και προσωπικής ζωής περιλαμβάνει την ικανοποίηση και την καλή λειτουργικότητα στην εργασία, καθώς και στο σπίτι με ελάχιστες συγκρούσεις ρόλων" (Greenhaus, H.J. & Collins, M.K. & Shaw, D.J, 2003)

## Ισορροπία μεταξύ επαγγελματικής και προσωπικής ζωής

"μια ικανοποιητική κατάσταση ισορροπίας μεταξύ της εργασίας και της ιδιωτικής ζωής ενός ατόμου. Η επίτευξη καλύτερης ισορροπίας μεταξύ επαγγελματικής και προσωπικής ζωής για τους εργαζόμενους σε όλη τη διάρκεια της ζωής τους αποτελεί στόχο της πολιτικής της ΕΕ εδώ και πολλά χρόνια, καθώς έχει κεντρική σημασία για να διασφαλιστεί ότι η εργασία είναι βιώσιμη για όλους. Αποτελεί επίσης σημαντικό παράγοντα για τον καθορισμό της συμμετοχής των γυναικών και των εργαζομένων μεγαλύτερης ηλικίας στην αγορά εργασίας." (Πηγή: <https://www.eurofound.europa.eu/topic/work-life-balance>)



# Ισορροπία μεταξύ επαγγελματικής και προσωπικής ζωής και σύγχρονα προγράμματα εργασίας για τους εργαζόμενους

**Ισορροπία χρόνου** - ίσος χρόνος για τους εργασιακούς ρόλους και άλλες δραστηριότητες που δεν σχετίζονται με την επαγγελματική ζωή

**Ισορροπία συμμετοχής** - ίση ψυχολογική συμμετοχή σε εργασιακούς και οικογενειακούς ρόλους

**Ισορροπία ικανοποίησης** - ίσο επίπεδο ικανοποίησης σε εργασιακούς και οικογενειακούς ρόλους

**Η ανισορροπία** μπορεί να προκαλέσει **σύγκρουση**.



## Πώς μπορούν οι εργοδότες να βελτιώσουν την ισορροπία μεταξύ επαγγελματικής και προσωπικής ζωής;

- Ευελιξία γύρω από την εργασία
- Υποστηρικτικό περιβάλλον εργασίας
- Μέτρα φιλικά προς την οικογένεια

## Πώς μπορούν οι εργοδότες να βελτιώσουν την ισορροπία μεταξύ επαγγελματικής και προσωπικής ζωής;

- Έμφαση και στις δύο σφαίρες της ζωής (εργασία και ιδιωτική ζωή)
- Διαχείριση χρόνου και οργανωτικές ικανότητες
- Στρατηγικές διαχείρισης του άγχους



## Οφέλη των ισορροπημένων συστημάτων εργασίας

- Αυξημένη παραγωγικότητα
- Μειωμένα ποσοστά απουσιών και κύκλου εργασιών του προσωπικού
- Βελτίωση της στάσης και του ηθικού των εργαζομένων- και
- Περισσότερο βιώσιμες επιχειρήσεις

# Σύγχρονα προγράμματα εργασίας για τους εργαζόμενους

- Υπερωριακή εργασία
- Εργασία σε βάρδιες, συμπεριλαμβανομένης της νυχτερινής εργασίας και της εργασίας τα Σαββατοκύριακα
- Ρυθμίσεις μερικής απασχόλησης, συμπεριλαμβανομένου του καταμερισμού θέσεων εργασίας
- Κλιμακωτές ώρες
- Συμπιεσμένες εβδομάδες εργασίας
- Ρυθμίσεις ευέλικτου ωραρίου και λογαριασμοί εξοικονόμησης χρόνου
- Κοινή χρήση εργασίας
- Τηλεργασία, ευέλικτος χώρος εργασίας





**Ισορροπία εργασίας - ζωής και σύγχρονα  
εργασιακά σχήματα για τους εργαζόμενους**  
E-EUPA\_LO\_5.29\_M\_002



## Ερώτηση αναθεώρησης 1:

Μπορείτε να εξηγήσετε ποιος πρέπει να διενεργεί τακτική εκτίμηση κινδύνου;

## Ερώτηση αναθεώρησης 2:

Μπορείτε να αναφέρετε διάφορα παραδείγματα για προσαρμογές ή διευκολύνσεις για εργαζόμενους με αναπηρία;



Η διαχείριση **της ασφάλειας και της υγείας στην εργασία** γίνεται συστηματικά και βασίζεται στις διαδικασίες εκτίμησης των κινδύνων.

**Η διαδικασία αξιολόγησης κινδύνων** συμβάλλει στην προστασία της υγείας και της ασφάλειας των εργαζομένων, στην ελαχιστοποίηση της πιθανότητας να υποστούν βλάβη οι εργαζόμενοι ή το περιβάλλον λόγω δραστηριοτήτων που σχετίζονται με την εργασία, στη διατήρηση της ανταγωνιστικότητας και της αποτελεσματικότητας της επιχείρησης. Σύμφωνα με τους νόμους για την υγεία και την ασφάλεια, όλοι οι εργοδότες πρέπει να διενεργούν τακτικά εκτίμηση κινδύνων.

**Οι εύλογες προσαρμογές** περιλαμβάνουν την προσαρμογή των χώρων και του εξοπλισμού, των ωρών εργασίας, των καθηκόντων και της κατάρτισης, ώστε να δοθεί η δυνατότητα σε ένα άτομο με αναπηρία να έχει πρόσβαση, να συμμετέχει ή να εξελίσσεται στην απασχόληση.

**Τα σύγχρονα συστήματα εργασίας** που συμβάλλουν στην επίτευξη ισορροπίας μεταξύ των αναγκών των εργαζομένων και των επιχειρηματικών απαιτήσεων μπορούν να είναι ιδιαίτερα επιτυχημένα. Τα σύγχρονα συστήματα εργασίας σχετίζονται με το χρόνο εργασίας (π.χ. κλιμακωτό ωράριο, καταμερισμός εργασίας) και τον τόπο εργασίας (π.χ. τηλεργασία).





# Μπράβο!

## Ολοκληρώσατε την ενότητα 5.6!



Με τη συγχρηματοδότηση  
της Ευρωπαϊκής Ένωσης

Με τη χρηματοδότηση της Ευρωπαϊκής Ένωσης. Οι απόψεις και οι γνώμες που διατυπώνονται εκφράζουν αποκλειστικά τις απόψεις των συντακτών και δεν αντιπροσωπεύουν κατ'ανάγκη τις απόψεις της Ευρωπαϊκής Ένωσης ή του Ευρωπαϊκού Εκτελεστικού Οργανισμού Εκπαίδευσης και Πολιτισμού (EACEA). Η Ευρωπαϊκή Ένωση και ο EACEA δεν μπορούν να θεωρηθούν υπεύθυνοι για τις εκφραζόμενες απόψεις.

