



**ΨΗΛΗ ΠΑΡΑΓΩΓΙΚΟΤΗΤΑ ΓΙΑ
ΨΗΛΟ ΒΙΟΤΙΚΟ ΕΠΙΠΕΔΟ**

**HIGHER PRODUCTIVITY FOR
HIGHER STANDARD OF LIVING**

Πρόγραμμα Κατάρτισης:

ΠΡΟΓΡΑΜΜΑ ΕΜΒΑΘΥΝΣΗΣ ΣΕ ΘΕΜΑΤΑ ΑΣΦΑΛΕΙΑΣ ΚΑΙ ΥΓΕΙΑΣ ΣΤΗΝ ΕΡΓΑΣΙΑ

Επαγγελματική και Ψυχική Υγεία

(HBO 192)

Ημερομηνίες Διεξαγωγής:	12.3.2020 – 26.3.2020	
Τόπος Διεξαγωγής:	Εργαστήρια ΚΕΠΑ Λεμεσού, Ελπίδος 1, 4102 Λινόπετρα.	
Υπεύθυνος Προγράμματος:	Γιαννάκης Ιωάννου, Τηλ.: 25 873588, Φαξ: 25 313650, Email: yioannou@kepa.mlsi.gov.cy	
Δικαίωμα Συμμετοχής: €130,00 το άτομο	Επιχορήγηση ΑνΑΔ: €104,00 το άτομο	Υπόλοιπο πληρωτέο στο ΚΕΠΑ: €26,00 το άτομο

ΑΝΑΓΚΗ ΚΑΤΑΡΤΙΣΗΣ:

Η νομική υποχρέωση του εργοδότη να παρέχει την απαιτούμενη κατάρτιση στα στελέχη της επιχείρησής του αναφορικά με τους κυριότερους κινδύνους ασφάλειας και υγείας στην εργασία και τα μέτρα ελέγχου που πρέπει να εφαρμόζονται για την ελαχιστοποίηση των επιπτώσεών τους. Το πρόγραμμα καλύπτει συγκεκριμένες ενότητες της εκπαίδευσης συνολικής διάρκειας 130 ωρών που απαιτείται από το Τμήμα Επιθεώρησης Εργασίας για έγκριση Λειτουργού Ασφάλειας, αλλά αποτελεί και αυτόνομη εκπαίδευση για τις ομάδες ατόμων με αρμοδιότητα στα θέματα ασφάλειας και υγείας.

ΣΤΟΧΟΙ:

Με το τέλος του προγράμματος οι συμμετέχοντες να είναι σε θέση:

- Να κατανοήσουν τις υποχρεώσεις των εργοδοτών αλλά και των εργοδοτούμενων σύμφωνα με τη νομοθεσία για τα θέματα ασφάλειας και υγείας.
- Να αναγνωρίζουν τις διάφορες πηγές κινδύνου στο χώρο εργασίας.
- Να περιγράφουν τις ασφαλείς μεθόδους εργασίας.

ΠΡΟΣ ΠΟΙΟΥΣ ΑΠΕΥΘΥΝΕΤΑΙ:

Λειτουργούς Ασφάλειας, μέλη Εσωτερικών Υπηρεσιών Προστασίας και Πρόληψης, μέλη Επιτροπών Ασφάλειας, άτομα με αρμοδιότητα στα θέματα Ασφάλειας και Υγείας.

ΔΙΑΡΚΕΙΑ: 18 ώρες

- Κάθε Πέμπτη από **12/3/2020 - 26/3/2020** (8.30πμ - 3.00 μμ).

ΓΛΩΣΣΑ: Ελληνική

ΕΙΣΗΓΗΤΕΣ: Στέλιος Θεοφάνους (Εκπαιδευτής ΚΕΠΑ),

Γιώργος Βασιλείου (Εξωτερικός συνεργάτης)

ΑΡΙΘΜΟΣ ΔΙΑΘΕΣΙΜΩΝ ΘΕΣΕΩΝ: 28

ΜΕΘΟΔΟΙ ΚΑΤΑΡΤΙΣΗΣ: Διαλέξεις με συζήτηση, εργασία σε ομάδες, και ασκήσεις.

ΕΚΠΑΙΔΕΥΤΙΚΑ ΜΕΣΑ/ΕΞΟΠΛΙΣΜΟΣ: Προβολέας διαφανειών, πίνακας.

Το πρόγραμμα εγκρίθηκε από την ΑνΑΔ. Οι επιχειρήσεις που συμμετέχουν με εργοδοτούμενούς τους, οι οποίοι ικανοποιούν τα κριτήρια της ΑνΑΔ, θα τύχουν της σχετικής επιχορήγησης.



ΑΝΑΛΥΤΙΚΟ ΠΡΟΓΡΑΜΜΑ

Πέμπτη, 12/3/2020 Γιώργος Βασιλείου

Αρχές Επαγγελματικής Υγείας

- Τι είναι η Επαγγελματική Υγεία.
- Αρχές Επαγγελματικής Υγείας.
- Ενσωμάτωση των αρχών της επαγγελματικής ασφάλειας και υγείας στη διοίκηση των επιχειρήσεων.
- Κόστος για λήψη μέτρων σε σχέση με το κόστος των εργατικών ατυχημάτων.
- Επισκόπηση του πλαισίου πολιτικής σε διεθνές, ευρωπαϊκό και εθνικό επίπεδο.
- Αντιμετώπιση Επαγγελματικής Υγείας από τις επιχειρήσεις-γιατρός εργασίας, περιοδικοί έλεγχοι, ασκήσεις, εκτιμήσεις κινδύνου κ.λπ.
- Οι επαγγελματικές ασθένειες στο χώρο εργασίας. Εργαστηριακή διερεύνηση επαγγελματικών παθήσεων. Αναγνώριση επαγγελματικών ασθενειών.
- Αρχές ασφάλειας και υγείας στην εργασία. Αρχές πρόληψης των κινδύνων. Αρχές επαγγελματικής υγείας. Βασικές αρχές επιθεώρησης χώρων εργασίας, δειγματοληψίας και μετρήσεων. Διερεύνηση ατυχημάτων και επικίνδυνων συμβάντων.
- Συμπεράσματα – Συζήτηση.

Πέμπτη, 19/3/2020 Γιώργος Βασιλείου

Ψυχοσωματικοί Κίνδυνοι

- Ψυχοκοινωνικοί Κίνδυνοι στο χώρο εργασίας (άγχος, στρες, εξουθένωση, μετατραυματικό άγχος, παρενόχληση).
- Εργασιακό Άγχος (αιτίες, επιπτώσεις στο άτομο και στην επιχείρηση, εκτίμηση επικινδυνότητας εργασιακού άγχους).
- Επαγγελματική εξουθένωση (ορισμός, παράγοντες κινδύνου, εξουθένωση Vs στρες, επιπτώσεις στο εργασιακό περιβάλλον).
- Παρενόχληση στο χώρο εργασίας (κατηγορίες, σημαντικές παράμετροι σχετικά με την παρενόχληση, ευθύνη του οργανισμού).
- Μετατραυματικό στρες (ορισμός, επιπτώσεις, αντιμετώπιση).
- Σύνδρομο “Mobbing” και Σύνδρομο “Burning Out”.
- Συμπεριφορικές αντιδράσεις (κατάχρηση ουσιών/κατανάλωση αλκοόλ) και φυσιολογικές αντιδράσεις (πόννοι στην πλάτη, καρδιακά προβλήματα, έλκος).
- Διαχείριση κρίσης (ευθύνες εργοδότη, υποχρεώσεις εργοδοτούμενων, στάδια αντιμετώπισης κρίσης και ψυχοσωματικών κινδύνων).
- Συμπεράσματα – Συζήτηση.

Πέμπτη 26/3/2020 Στέλιος Θεοφάνους

Εργονομία – Μυοσκελετικές Παθήσεις

- Τι είναι η εργονομία. Τι είναι οι μυοσκελετικές παθήσεις. Βασικές αρχές εργονομίας, σκοποί και στόχοι εργονομίας.
- Παράγοντες επαγγελματικού κινδύνου (π.χ. ΥΔΦ, επαναλαμβανόμενη εργασία κ.λπ.)
- Φυσικά χαρακτηριστικά. Στάση σώματος. Δύναμη. Ταχύτητα/Επιτάχυνση. Επανάληψη. Διάρκεια. Χρόνος Ανάπαυσης. Περιοδικές Δονήσεις.
- Περιβαλλοντικά χαρακτηριστικά. Ολική σωματικής δόνησης. Φωτισμός. Θόρυβος (κλιματικές συνθήκες, ακτινοβολία).
- Θέση σώματος κατά την εργασία. Όρθια και καθιστική στάση. Μείωση σωματικής καταπόνησης. Μοντέλα εκτίμησης σωματικών παθήσεων.
- Μέθοδος McKenzie για την ελαχιστοποίηση της σωματικής καταπόνησης.

Όσοι από τους συμμετέχοντες εντοπίσουν συγκεκριμένα προβλήματα στην επιχείρησή τους, τα οποία σχετίζονται με τα θέματα που περιλαμβάνει το πρόγραμμα, μπορούν να ζητήσουν να τους επισκεφθούν αρμόδιοι λειτουργοί του ΚΕΠΑ, για δωρεάν επί τόπου συζήτηση των προβλημάτων αυτών.