

MAŽINKIME KRŪVĮ

TE-X1-06-172-LTD

Geros praktikos apdovanojimai

Kampanija „Mažinkime krūvį“ apima geros praktikos apdovanojimus bendrovėms ir organizacijoms, kurios išskirtiniais ir novatoriškais sprendimais padėjo skatinti integruotą kaulų ir raumenų sistemos (KRS) pažeidimų valdymo metodą, apimančią KRS pažeidimų prevenciją ir darbuotojų, kurie jau kenčia nuo KRS pažeidimų, išsaugojimą darbe, reabilitaciją ir reintegraciją.

Kaip jūs galite dalyvauti?

- Iš tinklalapio atsisiųskite mūsų parengtą kampanijos medžiagą.
- Naudokite šią medžiagą kurdami suvokimo apie KRS problemą ir jos pašalinimo ar sumažinimo būdų strategiją. Tinklapyje yra pateikti išbandyti geros praktikos pavyzdžiai, taip pat forumai, kuriuose galima pasidalyti mintimis ir susipažinti su kitų organizacijų atliekama veikla.
- Susisiekite su jūsų šalies ryšių punktu, jei jums reikia smulkesnės informacijos ir paramos.

Norėdami sužinoti daugiau apie kampaniją

„Mažinkime krūvį“, apsilankykite

kampanijos tinklalapyje

<http://ew2007.osha.europa.eu>

Tinklapyje rasite:

- informacijos paketus įvairiomis kalbomis, informacinius biuletenius ir paprastus patarimus, kurie padės jums organizuoti darbus, ir kitą naudingą informaciją;
- minčių ir idėjų Europos savaitės veiklai;
- geros praktikos atvejų studijas;
- nuorodas į susijusius tinklalapius ir dar daugiau.

Nacionaliniai ryšių punktai jūsų regionui

Norėdami gauti daugiau informacijos ir kampanijos paketą, susisiekite su Agentūros nacionaliniu ryšių punktu savo šalyje.

Kontaktiniai duomenys skelbiami agentūros tinklalapyje:
<http://ew2007.osha.europa.eu/nationalcontacts>

Apie Europos saugos ir sveikatos darbe agentūrą

Europos saugos ir sveikatos darbe agentūra rengia ir platina informaciją, siekdama pagerinti Europos darbuotojų saugą ir sveikatą (DSS). Subūrusi vyriausybų, darbdavių ir darbuotojų organizacijų atstovus bei geriausius DSS ekspertus iš 27 valstybių narių ir kitų šalių, Agentūra tapo patikimu, subalansuotu ir objektyviu informacijos apie darbuotojų saugą ir sveikatą šaltiniu.

Europos kampaniją remia ES 2007 m. pirmininkaujanti Vokietija ir Portugalija, Europos Parlamentas ir Europos Komisija bei Europos socialiniai partneriai.

Daugiau informacijos apie Europos agentūrą ir Europos savaitę rasite internete adresu
<http://ew2007.osha.europa.eu>

MAŽINKIME KRŪVĮ



Europos kaulų ir raumenų sistemos pažeidimų prevencijos kampanija

<http://ew2007.osha.europa.eu>



Europos saugos ir sveikatos darbe agentūra

<http://osha.europa.eu>



MAŽINKIME KRŪVĮ

Kampanija „Mažinkime krūvį“

Ši Europos kampanija skirta skatinti integruotą kaulų ir raumenų sistemos (KRS) pažeidimų valdymo metodą, apimančią KRS pažeidimų prevenciją ir darbuotojų, kurie jau skundžiasi KRS pažeidimais, išsaugojimą darbe, jų reabilitaciją ir reintegraciją.

Europos saugos ir sveikatos darbe agentūros organizuojama kampanija „Mažinkime krūvį“ skirta darbdaviams, darbuotojams, darbuotojų saugos ir sveikatos specialistams, ekspertams, darbuotojų saugos ir sveikatos tarnyboms, politikos formuotojams ir kitoms interesų grupėms, kurios rūpinasi KRS pažeidimų prevencija darbo vietose.

Kampanija baigsis Europos darbuotojų saugos ir sveikatos savaitę, kuri vyks 2007 m. spalio 22–26 d., ir ji suteiks galimybę darbo vietas Europoje padaryti saugesnes ir sveikesnes.

Kas yra KRS pažeidimai?

Kaulų ir raumenų sistemos pažeidimai apima daugelį sveikatos problemų. Juos galima suskirstyti į nugaros skausmus (pažeidimus) ir su darbu susijusius viršutinių galūnių pažeidimus, dar vadinamus „sausgyslių uždegimais dėl pasikartojančių judesių“, bet taip pat gali būti pažeistos ir apatinės galūnės.

KRS pažeidimai yra neigiamas padarinys sveikatai – NE pavojai ar kenksmingi veiksniai.

Daugelio problemų galima būtų išvengti arba jas sumažinti laikantis egzistuojančių saugos ir sveikatos nuostatų ir remiantis geros praktikos rekomendacijomis.

Kodėl tai yra problema?

Europoje kaulų ir raumenų sistemos (KRS) pažeidimai yra labiausiai paplitusi su darbu susijusi problema. Beveik 24 % 25–iųjų ES šalių darbuotojų skundžiasi nugaros skausmu, o 22 % darbuotojų – raumenų skausmais. Šios problemos labiausiai aktualios naujosiose valstybėse narėse – su šiomis problemomis susiduria atitinkamai 39 % ir 36 % darbuotojų (!). KRS pažeidimai ne tik sukelia skausmą ar yra pajamų praradimo priežastis, bet taip pat turi neigiamų padarinių verslui ir nacionalinei ekonomikai. Bet kurio darbuotojo KRS gali būti pakenkta, tačiau šiuo metu jau galima užkirsti kelią KRS pažeidimams atliekant darbo užduočių vertinimą, įgyvendinant prevencijos priemones ir tikrinant, ar tos priemonės vis dar tebėra veiksmingos.

Nuo KRS pažeidimų kenčia milijonai Europos darbuotojų visuose sektoriuose, bet labiausiai ši problema kankina statybų, paslaugų ir prekybos, švietimo, sveikatos priežiūros ir viešbučių, restoranų ir aptarnavimo sričių darbuotojus.

Ką mes galime padaryti?

Į KRS pažeidimus reikia žvelgti plačiai: pradedant nuo KRS pažeidimų prevencijos ir baigiant nuo šių pažeidimų kenčiančių darbuotojų sugrąžinimu į darbą.

Paprastai manoma, kad kaulų ir raumenų sistemos pažeidimai susiję su visam kūnui tenkančiu krūviu, tačiau kampanija „Mažinkime krūvį“ didžiausią dėmesį skiria „krūvio valdymui“. Tai susiję ne tik su keliamu kroviniumi, bet ir su įtampa, kurią patiria kūnas, kai, pavyzdžiui, kroviniai yra stumdomi, taip pat kūną veikia ir aplinkos bei kiti pavojingi veiksniai, pvz., vibracija ir darbo tempas.

Ypatingą dėmesį reikėtų atkreipti į KRS ir darbe patiriamo streso ryšį.

Paprastai KRS pažeidimus lemia daugelis rizikos veiksnių. Pavyzdžiui, krovinių kėlimas rankomis nėra vienintelė nugaros skausmo priežastis – čia veikia daugybė kitų veiksnių, kaip antai stresas, šaltis, darbo organizavimas ir t. t. Todėl svarbu įvertinti visas KRS rizikos priežastis ir spręsti šią problemą visapusiškai.

Rizikos prevencija, švietimas ir suvokimas

Šios kampanijos tikslas – skatinti geresnę darbuotojų saugą ir sveikatą darbo vietose įtraukiant visas interesų grupes.

Integruoto valdymo metodas apima tris pagrindinius elementus, kurie yra svarbūs šio metodo sėkmingam įgyvendinimui:

- darbdaviai, darbuotojai ir vyriausybė turi bendradarbiauti sprendžiant su KRS pažeidimais susijusias problemas;
- būtina nagrinėti visam kūnui tenkančio krūvio, kuris sukelia KRS pažeidimus, problemas ir
- reikia spręsti jau KRS pažeidimus patyrusių ar šiuo metu nuo jų kenčiančių darbuotojų išsaugojimo darbe, reabilitacijos ir sugrąžinimo į darbą problemas.

Kas gali dalyvauti?

Kampanija yra atvira visoms vietinėms, nacionalinėms ir Europos organizacijoms bei asmenims, įskaitant:

- viešojo ar privataus sektorių darbdavius, įskaitant mažas ir vidutines įmones (MVI),
- vadovus, konsultantus ir darbuotojus,
- profesines sąjungas ir darbuotojų saugos atstovus,
- darbuotojų saugos ir sveikatos (DSS) institucijas,
- darbuotojų saugos ir sveikatos ekspertus ir specialistus,
 - mokymo paslaugų teikėjus ir švietimo bendruomenę,
 - regionines ir vietines DSS tarnybas ir draudimo kampanijas.

Ką jūs galite padaryti?

Egzistuoja daugybė iniciatyvų ir veiklos rūšių.

Toliau pateikiamos tik kelios idėjos:

- vertinti riziką, apimant visus rizikos veiksnius;
- parengti veiksmų planą, žvelgiant sistemaiškai į KRS pažeidimus nulemiančius veiksnius;
- keisti darbo pobūdį, panaikinant ar sumažinant ilgą stovėjimą ar sėdėjimą darbo metu;
 - parengti įrangos įsigijimo planus, apsirūpinant patogią naudoti įrangą ir mechanizmais;
 - skatinti nuo KRS pažeidimų kenčiančių darbuotojų išsaugojimą darbe, reintegraciją ir reabilitaciją;
 - mokyti ir informuoti – kaip integruoto valdymo metodo dalis – pasitelkiant:
 - filmus, vaizdinę ir kitą medžiagą;
 - kursus, seminarus ir pasitarimus;
 - plakatų konkursus ir viktorinas;
 - pasiūlymų teikimo sistemas;
 - parodų ir atvirų durų dienas;
 - reklamos ir informavimo kampanijas;
 - spaudos konferencijas ir žiniasklaidą.

