

Veselības veicināšana autotransporta nozarē

1. Ievads

Veselības veicināšanai darbavietā ir nepieciešama holistiska pieeja. Visās iniciatīvās jāapsver darba ņēmēju privātā dzīve, viņu dzīve darbā un to savstarpējā mijiedarbība. Ir zināms, ka darba apstākļi ietekmē darba ņēmēju vispārējo veselību, piemēram, sēdošs darbs veicina aptaukošanos. Tieši tāpat arī darba ņēmēju personīgie ieradumi, attieksme un dzīvesveida izvēle ietekmē viņu veselību un labklājību, kā arī var ietekmēt viņu darba veikumu.

Veselības veicināšanu darbavietā (VVDV) var definēt kā „darba devēju, darba ņēmēju un sabiedrības kopīgus centienus, lai uzlabotu cilvēku veselību un labklājību viņu darbavietā. Šo rezultātu var panākt šādi:

- uzlabojot darba organizāciju un darba vidi;
- veicinot darbinieku aktīvu dalību veselības pasākumos un
- iedvesmojot darbiniekus personīgajai attīstībai". [1]

VVDV ietver tādu pasākumu ieviešanu, ar kuriem atbalsta veselību veicinošus ieradumus un attieksmi, garīgās veselības un labsajūtas veicināšanu un profesionālās un privātās dzīves sabalansētību, kā arī ar darbu saistītā stresa, novecošanas un darbinieku attīstības jautājumu risināšanu.

Transports ir nozare, kurā dominē vīrieši (83 % nozares darba ņēmēju ir vīrieši). Šajā nozarē darba ņēmēji ir pakļauti ilgstošai sēdēšanai, nogurstošām vai sāpīgām pozīcijām, ilgām darba stundām (vidēji vairāk par 48 stundām nedēļā) un nestandarta darba laikiem (darbs naktīs un vakaros, darbs nedēļas nogalēs un darbs vairāk par 10 stundām dienā). Tas nepārsteidz, ka šīs nozares rādītāji ir relatīvi negatīvi attiecībā uz profesionālās un privātās dzīves sabalansētību.[2] [3] Turklāt autovadītājiem, esot ceļā, ir ierobežotas iespējas ēst veselīgas maltītes un izmantot pārtraukumus fiziskām aktivitātēm.

Visizplatītākās autovadītāju ziņotās veselības problēmas ir sāpes muguras lejasdaļā, liekais svars [4], kardiovaskulārās un elpceļu slimības [5] [6] un ar darbu saistīts stress. Ir atklāts, ka šīs problēmas ir saistītas ar darba vidi (piemēram, sliktu darba organizāciju) un darba apstākļiem (statisku darbu), kā arī individuāliem riska faktoriem (piemēram, fizisko aktivitāšu trūkumu, neveselīgu uzturu, pārmērīgu alkohola lietošanu, smēķēšanu, vecumu un iepriekšējām slimībām). [7] [8] Izstrādājot VVDV programmas, visaugstākajā mērā ir svarīgi ņemt vērā **gan** organizatoriskā, **gan** individuālā līmeņa faktoru nozīmi un ietekmi uz autovadītāju veselību un labklājību, kā arī pievērsties šiem faktoriem.

Pierādījumos pamatotas VVDV pasākumu izpētes [9] pārskatā atklājās, ka panākumus nodrošina vairāki faktori:

- organizatoriskā apņemšanās uzlabot darbinieku veselību;
- atbilstoša informācija un visaptverošas komunikācijas stratēģijas darbiniekiem;
- darbinieku iesaistīšanās visā procesā;
- darba uzdevumu organizācija un procesi, kas veicina veselību, nevis tai kaitē;
- tādu pasākumu ieviešana, kas piedāvā veselīgu izvēli kā visvienkāršāko izvēli.

Tomēr VVDC programma nevar aizvietot veselības un drošības risku pārvaldību darbā. Šajā gadījumā tā papildina atbilstošu riska pārvaldību.

2. Veselības aspekti saistībā ar autovadītāju profesiju

Transporta nozarē arodriskus faktorus var sadalīt trīs grupās: tie, kas saistīti ar a) darbu, b) darba vidi un c) individuāliem faktoriem.

Autovadītāju veselības un drošības riska faktoru galvenās grupas

Saistībā ar darbu	Visa ķermeņa vibrācija, troksnis, ilgstoša sēdēšana, nogurdinošas un sāpīgas pozas, stingri laika grafiki, darbs maiņās un braukšana nakts laikā, nepietiekami pārtraukumi un miegs, atkārtotoši uzdevumi un monotona rutīna, nesakārtotas ēdienreizes, negadījumi uz ceļa, ugunsdrošību, sprādzienbīstamu un indīgu vielu transportēšana, gaisa kondicionēšana, neergonomiska pārvietošanās, iekāpjot un izkāpjot no kabīnes, utt.
Saistībā ar darba vidi	Oglekļa monoksīds (CO), sēra dioksīds (SO ₂), slāpekļa monoksīds (NO), azbests, policikliskie aromātiskie ogļūdeņraži (PAH), benzols, cietās daļiņas, klimata apstākļi, putekšņi, fiziska vardarbība utt.
Saistībā ar individu	Dzimums, vecums, etniskā piederība, izglītība, personība, attieksme, riska uztvere, pieredze un iepriekšēji negadījumi ar mehāniskiem transportlīdzekļiem, notikumi privātajā dzīvē, nogurums, iepriekšējās slimības (alerģijas, astma, diabēts, miokarda infarkts u. c.), medikamentu lietojums (antihistamīni, trankvilizatori), dzīvesveids (fizisko aktivitāšu trūkums un neveselīga pārtika) un bīstami paradumi (tabakas smēķēšana, pārmērīga alkohola lietošana, „smago” vai „vieglo” narkotiku lietošana) utt.

Avots: Lentisco, F., Baccolo, T.P., Gagliardi, D., *Risk factors for the health and safety of drivers* („Autovadītāju veselības un drošības riska faktori”), 2009. gads.

Tā kā iepriekš minētie individuālie riska faktori var ietekmēt autovadītāju ieradumus un attieksmi pret riska uztveri un savu veselību, šie faktori jāņem vērā līdz ar organizatoriskiem riska faktoriem, izstrādājot VDDV pasākumus darbavietā.

3. Veselības veicināšanas pasākumi darbavietā

Lai uzlabotu autovadītāju veselību un labklājību, var īstenot vairākus praktiskus veselības veicināšanas pasākumus darbavietā. Kad vien tas ir iespējams, VDDV plānošana un pasākumi jāsavieno ar riska novēršanas pasākumiem.

3.1. Medicīniskā apskate un izglītība

Organizācijās regulāri jāveic autovadītāju veselības riska apskate un izglītošana, kam jābūt centrālajam komponentam jebkurā iniciatīvā veselības veicināšanai darbavietā. Veselības riska apskate ir pierādījumos pamatots process, kas palīdz noteikt galvenos riska faktorus un bažas par dzīvesveidu: piemēram, miega apnoju, diabētu, augstu asinsspiedienu un tabakas lietošanas izraisītas problēmas. Papildus mācītajiem profesionāļiem jānodrošina konsultācijas autovadītājiem par šo problēmu risināšanu ikdienā. Īpaša uzmanība jāpievērš uzturam, fiziskajām aktivitātēm, svāra kontrolei, miega paradumiem un personīgai atbildībai par veselīgiem ieradumiem. Veselības izglītības semināros jāietver tēmai pielāgotas praktiskās mācības. Kopumā izglītības semināros stingri jāpievēršas autovadītāju prasmju un pārlicības veidošanai motivēt un uzturēt veselīgus ieradumus.

Ir pierādīts, ka darbinieku aktīva iesaistīšanās medicīniskajās apskatēs un veselības izglītības procesā autovadītājiem veicina veselīgu ieradumu pieņemšanu. Daudzās veiksmīgās programmās ir izmantotas arī prasmju izkopšanas nodarbības, lai iedrošinātu darbiniekus veidot veselīgākus ieradumus un attieksmi. Izglītības semināros vai mācību programmās jāuzsver autobraucēju aktīva iesaistīšanās, personīgā atbildība un pārliecības veidošana, tādējādi atbalstot ieteikto dzīvesveida pārmaiņu ieviešanu.

3.2. **Mērķtiecīgs atbalsts dzīvesveidam**

Autovadītājiem jāpiedāvā tēmai pielāgoti izglītības semināri, kuros pievēršas prasmju un pārliecības veidošanai, lai veicinātu un turpinātu veselīgus ieradumus. Turklāt darba devējiem jāorganizē darbs un darba vide tā, lai tiktu atbalstīta un veicināta veselīga izvēle. Piemēram, jāievieš regulāri pārtraukumi, kas ir pietiekami ilgi, lai ļautu autovadītājiem atbilstoši paēst un veikt kādas fiziskas aktivitātes.

3.3. **Personīgās veselības izkopšana**

Darba devējiem jāpiedāvā prasmju izkopšanas programmas, kas autovadītājiem palīdz uzlabot to veselību, izmainot ieradumus. Šajos semināros jāpievēršas autovadītāju aktīvai iesaistīšanai, personīgai atbildībai un pārliecības veidošanai, lai tos mudinātu īstenot ieteiktās dzīvesveida pārmaiņas.

4. **VDDV pasākumu īstenošana**

Īstenojot pasākumus veselības veicināšanai darbavietā, jāņem vērā vairāki galvenie principi.

- Veselības veicināšanai darbavietā jābūt **pastāvīgam un nepārtrauktam procesam**. Vēstījumi par veselību un koordinētas informatīvās kampaņas par veselību jāizmanto, lai nostiprinātu vēstījumu par veselību un turpinātu pārmaiņas autovadītāju ieradumos un attieksmē attiecībā uz veselību. Jāuzsver arī darbavietas un vides atbalsts autovadītājiem, izvēloties un ievērojot veselīgu izvēli.
- **Aktīvs un pamanāms vadītāju atbalsts** veselības veicināšanai darbavietā. Ir pierādīts, ka tas palielina pasākumu ilgtermiņa panākumus un ilgspējību.
- Svarīga ir **darba ņēmēju iesaistīšanās** visā pasākumu procesā (izstrādē, īstenošanā un novērtēšanā). Jo labāk VDDV programma atbildīs autovadītāju vajadzībām, jo ieinteresētāki tie būs tajā piedalīties. Uzņēmumam pielāgotas iniciatīvas var būt noderīgas, lai veicinātu veselīgu kultūru uzņēmumā. [10]
- **Izstrādājot pasākumus**, kas pielāgoti darbinieku tiešajām vajadzībām, ir svarīga izpratne par darbaspēka demogrāfiju, darba ņēmēju ieguvumiem un veselības pārvaldības mērķiem. Tādējādi pasākumi un veselības programma būs efektīvāki. [1]
- Ir svarīgi izvērtēt **izstrādāto darbavietas veselības programmu**. Tas nozīmē, ka jāpārbauda pasākuma vispārējā efektivitāte, tā ietekme uz darba vides un darba organizācijas problēmu risināšanu un autovadītāju ieradumu un attieksmes pret veselību mainīšanu. Izvērtēšanai jābūt plānotai un pieejas ziņā sistemātiskai, un tajā jāņem vērā vispārējā pasākuma procesa galvenie komponenti. Izvērtēšana jāsaista arī ar pasākuma plāniem, mērķiem un atklātajām problēmām, un tajā jāizmanto dažādi rezultatīvie rādītāji (piemēram, kavējumu reģistri, ziņojumi par slimības lapām un autovadītāju subjektīvās atsauksmes). Pasākuma izvērtēšanā iegūtā informācija jāizmanto, lai informētu par pasākuma turpmāko attīstību ar mērķi atbalstīt tā nepārtrauktu uzlabošanu. [11]

5. Pozitīvā pieredze: gadījumu izpēte

Konkurence transporta nozarē rada iespējamu interešu konfliktu starp veselības veicināšanu darbavietā un uzņēmumiem radīto komerciālo spiedienu. Taču daži uzņēmumi transporta nozarē atzīst, ka efektīva veselības veicināšana darbavietā var ne tikai novērst veselības problēmas, bet arī dot būtiskus ietaupījumus, piemēram, samazinot darba kavējumus. Šajā nodaļā ir akcentēta trīs gadījumu izpēte, kas īstenota transporta nozares uzņēmumos veselības veicināšanas programmas ietvaros.

5.1. „Mana mugura ir sasodīti svarīga”, Beļģija

Van Dievel ir pilnas slodzes transporta uzņēmums, kas nodrošina preces 500 km rādiusā ap Briseli, no Nīderlandes, Luksemburgas, Vācijas un Francijas un uz tām. Uzņēmumā strādā aptuveni 90 autovadītāji, un tam pieder aptuveni 60 kravas automašīnu un 120 specializēto furgonu.

2001. gadā uzņēmuma vadītājs sāka šo projektu, jo darba ņēmēji bieži sūdzējās par muguras problēmām. Uzņēmuma *Van Dievel* prioritāte ilgu laiku ir bijusi darba drošība un veselība, un tajā strādā arodslimību ārsts, kas darba ņēmējiem nodrošina ikgadēju medicīnisko apskati. Tā kā šis ārsts ļoti labi pārzina uzņēmumu un autovadītājus, darba ņēmēji tam uzticas. Viņam tika lūgts izglītēt darba ņēmējus un vadību par kustību sistēmas darbības problēmām un slimībām. Tas bija veselības veicināšanas projekta aizsākums. Kopā ar ārējo arodveselības dienestu (ergonomikas speciālistiem) uzņēmums analizēja autovadītāju darba apstākļus un meklēja veidus to uzlabošanai. Arodveselības ārsts, cieši sadarbojoties ar ārējo ergonomikas speciālistu un astoņiem uzņēmuma autovadītājiem, izstrādāja īpašu mācību programmu un brošūru autovadītājiem, lai tiem parādītu, kā strādāt veselīgi un izvairīties no kustību sistēmas darbības traucējumiem.

Brošūrā ir sniegti arī vispārēji ieteikumi sabalansētam uzturam, pareizai sēdēšanai un gulēšanai, fiziskām aktivitātēm, lai novērstu kustību sistēmas traumas, un īpaši padomi autovadītājiem, piemēram, par pareizu sēdus stāvokli pie stūres, pareizu veidu, kā iekāpt un izkāpt no transportlīdzekļa un kā celt un nest smagus priekšmetus. Brošūra, kurā ir daudz attēlu, lai tā būtu ērtāk izmantojama, tiek dota jaunajiem autovadītājiem, sākot darbu uzņēmumā.

Pēc gada uzņēmums izvērtēja projektu un atklāja, ka kopš brošūras un mācību ieviešanas ir reģistrēts mazāk problēmu. 2002. gadā uzņēmums par saviem pasākumiem ieguva Eiropas Veselības kluba atbalstījumu „Veselība un uzņēmējdarbība”. Projekta pamatā bija ilgtermiņa veselības un drošības kultūra uzņēmumā. Vadība atbalstīja un veicināja projektu, un cieši bija iesaistīti autovadītāji. [12]

5.2. „Kravas automašīnu vadītāji labā formā”, Somija

Projektā „Kravas automašīnu vadītāji labā formā” vēlējās ar darba devēja daudzprofesiju arodveselības pakalpojumu sniedzēja palīdzību pievērsties vairākiem riska faktoriem un veselības jautājumiem, tostarp veselības veicināšanai autovadītājiem. Pirmkārt, uzņēmums autovadītājiem nodrošināja medicīnisko apskati. Šo medicīnisko apskati veica uzņēmuma arodārsts, un ar to vēlējās noteikt galvenās autovadītāju problēmas saistībā ar fizisko veselību un aptaukošanos, piemēram, miega apnoju. Kad problēmas tika atklātas, ārsts autovadītājiem sniedza sākotnējas konsultācijas par veselību un nosūtīja pie speciālista turpmākai diagnostiskai pārbaudei un ārstēšanai. Lai turpinātu risināt aptaukošanās jautājumu un veicinātu vispārējo veselību autovadītājiem, uzņēmums sāka arī pusdienu komplekta pakalpojumu visiem autovadītājiem. Nodrošinātais pusdienu komplekts ietver veselīgas pārtikas izlasi, un uzņēmums piedāvā arī informāciju un ieteikumus par veselīgas ēšanas principiem. VDDV programmas trešais komponents ir aroda psihologa iesaistīšana maiņu un maršrutu plānošanā ar galveno mērķi uzlabot grafiku, lai autovadītāji varētu pietiekami atpūsties. Pasākumu izvērtējot, konstatēja, ka apmierināti ir visi — gan autovadītāji, gan vadība. Projekts ir veicinājis arī labāku atmosfēru darbā, pozitīvāku attieksmi pret darbu un uzlabotu drošības kultūru autovadītājiem. [12]

5.3. Veselība darbavietā: holistiska pieeja, Itālija

ATM nodrošina sabiedriskā transporta pakalpojumus Milānā un 72 citās tuvumā esošajās pilsētās. Organizācija nodarbina vairāk par 8700 darba ņēmējiem 28 dažādās vietās, un tā apkalpo teritoriju ar 2,6 miljoniem iedzīvotāju.

Uzņēmums ņem vērā, ka visiem darba ņēmējiem — gan autovadītājiem, gan biroja darbiniekiem, gan tiem, kas strādā regulāras stundas, gan tiem, kas strādā maiņās, — ir nepieciešama laba profesionālās un privātās dzīves sabalansētība. Tas nozīmē pievēršanos tādiem faktoriem kā veselīgs dzīvesveids, sabalansēts uzturs un vispārējā veselības kultūra.

Šajā saistībā ATM savā cilvēkresursu departamentā izveidoja īpašu grupu (*DRU-S*), kas ietvēra vadītāju un divus speciālistus: psihologu un uztura speciālistu, kas sniedza konsultācijas ar praktiskiem ieteikumiem un padomiem par veselīgu uzturu, fiziskajām aktivitātēm un ar darbu saistīta stresa kontroli.

Kopš 2005. gada šī grupa ar vairākām integrētām komunikācijas iniciatīvām, kas izstrādātas, sadarbojoties ar valsts drošības iestādēm, ir veicinājusi darba ņēmēju veselību un labklājību. Viens piemērs ir iekšējais žurnāls, ko nosūta visiem darbiniekiem uz mājām un kas ietver skaidru un interesantu informāciju par uzturu un veselīgu dzīvesveidu.

Tā sauktās ATM „sociālās sistēmas” pamatā galvenokārt ir pētījumi par uzņēmuma darba ņēmēju vajadzībām un darbavietā notiekošo bīstamo pasākumu kvalitatīva/kvantitatīva analīze. Šos notikumus reģistrē ikmēneša iekšējā ziņojumā, kurā tiek aprakstīti arī problēmu risināšanai īstenotie pasākumi, kā arī ziņojumi par jaunākajām tendencēm veselības aizsardzības un darba drošības jomā.

ATM sociālā sistēma skaidri parāda, ka darba ņēmēju vajadzības ir veselības aizsardzības un darba drošības pasākumu dzinējspēks.

„Operatīvajā” jomā sākumā tiek uzklautā katra darba ņēmēja pieredze, par kuru informē ATM cilvēkresursu vadības operatīvo daļu.

Ar holistisko pieeju cilvēkresursiem ATM īsteno pasākumus, kuru mērķis ir darba ņēmējiem sniegt iespēju un izveidot abpusējas saistības starp uzņēmumu un katru darbinieku. Uzņēmums ņem vērā un sasaista savu darbinieku individuālās, sociālās un darba dimensijas, risinot minētās vajadzības ar informācijas un konsultāciju palīdzību un sadarbojoties ar vietējām iestādēm.

Viens piemērs ir uzņēmuma organizētie mācību kursi nesen darbā pieņemtiem autovadītājiem un vispārējiem darba ņēmējiem, kā arī autovadītājiem. Kursi aptver tādas jomas kā veselīgs uzturs, hroniskas slimības, riska faktoru novēršana un veselīgs dzīvesveids, īpaši pievēršoties darba un privātās dzīves sabalansētībai. Tiek organizēti arī īpaši mācību kursi par narkomānijas un pārmērīgas alkohola lietošanas novēršanu darbiniekiem, kuru darbs var radīt risku trešajām pusēm.

„Stratēģijas” joma ietver novatoriskas sociālās politikas, kuras finansē un atbalsta uzņēmuma augstākā vadība.

Šīs politikas risina uzņēmuma situāciju, izstrādājot iepriekšējas stratēģijas un plānojot novēršanas un veselības veicināšanas pasākumus, lai uzlabotu darbinieku privātās dzīves un darba apstākļus. Šo politiku galvenie mērķi ir šādi: veselības veicināšana, grafika organizēšana, vienādas iespējas, sociālais mājoklis (īpaši neaizsargātām darba ņēmēju grupām, piemēram, migrējošiem darba ņēmējiem vai šķirti dzīvojošiem laulātajiem), darbinieku iesaistīšanās, slimību sociālo lietu pārvaldība, traumų novēršana, novatoriski pasākumi atkārtotām profesionālām mācībām darbam nederīgiem darba ņēmējiem, dzimuma, vecuma un etnisko atšķirību pārvaldība un darba un privātās dzīves sabalansētība.

6. Atsauces, resursi

- [1] European Network for Workplace Health Promotion, *The Luxembourg declaration on Workplace Health Promotion in the European Union*, ENWHP, 1997 (updated 2005). Available at: <http://www.enwhp.org/publications.html>

- [2] European Foundation for the Improvement of Living and Working Conditions (2008). Fact sheet: land transport. Retrieved 13 December 2009, from: <http://www.eurofound.europa.eu/pubdocs/2008/149/en/1/EF08149en.pdf>
- [3] Parent-Thirion, A., Fernández Macías, E., Hurley, J., Vermeulen, G., European Foundation for the Improvement of Living and Working Conditions, *Fourth European Working Conditions Survey*, Luxembourg, Office for Official Publications of the European Communities, 2007. Available at: <http://www.eurofound.europa.eu/pubdocs/2006/98/en/2/ef0698en.pdf>
- [4] Technische Universität Dresden, '13 The situation in Europe. Germany, Policies and Best practices', in Technische Universität Dresden, *GPO Guidelines for the prevention of obesity at the workplace. Review of the theoretical framework. Report on the theories and methodologies for the prevention of obesity at the workplace*, Dresden, Technische Universität, 2008, p. 91. Available at: <http://gpow.eu/media/File/Theories%20and%20methodologies%20for%20the%20prevention%20of%20obesity%20at%20the%20workplace.pdf>
- [5] Stoohs, R. A., Guilleminaut, C., Itoi, A., Dement, W. C., 'Traffic accidents in commercial long-haul truckdrivers: the influence of sleep-disordered breathing and obesity', *Sleep*, Vol. 17, No 7, 1994, pp. 619-23
- [6] Poulsen, Kjeld B., 'Healthybus - health promotion for bus drivers. From research to action', in *WHP-Net-News* No 7, March 2000, Federal Institute for Occupational Safety and Health, Dortmund, 2000, pp. 14-18. Available at: http://www.ispesl.it/whp/documenti/whp_news7a.pdf
- [7] Fattorini, E., Stella, M., Istituto Superiore per la Prevenzione e la Sicurezza del Lavoro, *L'autobus come ambiente di lavoro. Valutazione degli effetti sulla salute dei conducenti di mezzi pubblici di trasporto urbano, conseguenti a problematiche ergonomiche e all'esposizione ad inquinanti derivanti dal traffico*, Roma, ISPESL, 2006
- [8] Ghedini, G., 'Salute e sicurezza nell'autotrasporto: le condizioni psicofisiche', in Conference "La sicurezza stradale nell'autotrasporto: le responsabilità, le cause e i possibili rimedi. Bologna, 12 giugno 2009, Bologna, Gruppo Federtrasporti, 2009. Available at: <http://www.ambientelavoro.it/UserFiles/File/AL09/G.Ghedini-SALUTE-E-SICUREZZA-nell'autotrasporto-le-condizioni-psicofisiche.pdf>
- [9] Italian National Institute for Occupational Safety and Prevention (ISPESL). Workplace health promotion: good practice examples. Retrieved 13 December 2009, from: <http://www.ispesl.it/whp/Modelli/ricerca.asp>
- [10] European Network for Workplace Health Promotion, *Lisbon Statement on Workplace Health in Small and Medium-Sized Enterprises. Small, Healthy and Competitive New Strategies for Improved Health in Small and Medium-Sized Enterprises*, Essen, ENWHP, 2001, p. 2. Available at: <http://www.enwhp.org/fileadmin/downloads/Lisbon%20statement%20%20final.pdf>
- [11] European Network for Workplace Health Promotion, *Healthy Employees in Healthy Organisations. Good Practice in Workplace Health Promotion (WHP) in Europe. Quality criteria of workplace health promotion*, Essen, BKK European Information Centre, 1999. Available at: http://www.enwhp.org/fileadmin/downloads/quality_criteria.pdf
- [12] European Agency for Safety and Health at Work, EU-OSHA, *Programmes, initiatives and opportunities to reach drivers and SMEs in the Road Transport sector*, Bilbao, OSHA, in publication

7. Plašāka informācija

- Eiropas Darba drošības un veselības aizsardzības aģentūra — <http://osha.europa.eu/en/topics/whp>
- Eiropas Tīkls veselības veicināšanai darba vietā — <http://www.enwhp.org/>