

Βραβεία Καλής Πρακτικής για τους Ασφαλείς και Υγιείς Χώρους Εργασίας 2023-2025



ΠΕΡΙΠΤΩΣΙΟΛΟΓΙΚΗ ΜΕΛΕΤΗ

Νέες τεχνολογίες και ψηφιακά εργαλεία
για τη βελτίωση της ασφάλειας, της υγείας
και της ευημερίας στις τηλεπικοινωνίες



ΟΡΓΑΝΙΣΜΟΣ/ΕΠΙΧ
ΕΙΡΗΣΗ

Όμιλος ΟΤΕ
(Hellenic
Telecommunication
Organisation S.A.)

ΧΩΡΑ

Ελλάδα

ΚΛΑΔΟΣ

Τηλεπικοινωνίες

ΚΑΘΗΚΟΝΤΑ

Εγκατάσταση, λειτουργία, επισκευή και συντήρηση
τηλεπικοινωνιακών γραμμών ή εξοπλισμού,
καθήκοντα γραφείου και διοικητικά καθήκοντα,
αποστολή από αποθήκες και αποθήκευση υλικών,
αρμοδιότητες τηλεφωνικών κέντρων, λιανικές
πωλήσεις

Εισαγωγή στην περιπτωσιολογική μελέτη

Ο Όμιλος ΟΤΕ είναι ένας μεγάλος οργανισμός τηλεπικοινωνιών της Ελλάδας που χρησιμοποιεί διάφορα ψηφιακά εργαλεία για την υλοποίηση πρωτοβουλιών στον τομέα της ασφάλειας, της υγείας και της ευημερίας σε όλες τις επιχειρησιακές του μονάδες. Για παράδειγμα, η χρήση μη επανδρωμένων αεροσκαφών βελτιώνει την ασφάλεια στους σταθμούς βάσης και η εικονική πραγματικότητα παρέχει επιμόρφωση για την αντιμετώπιση καταστάσεων έκτακτης ανάγκης. Τα διαδικτυακά σεμινάρια και οι συμβουλευτικές υπηρεσίες προσφέρουν επίσης υποστήριξη στο προσωπικό σε θέματα που σχετίζονται με τη σωματική και ψυχική του ευημερία.

Ιστορικό

Ο Ελληνικός Οργανισμός Τηλεπικοινωνιών (Όμιλος ΟΤΕ), μέλος της Deutsche Telekom, είναι ο μεγαλύτερος οργανισμός τηλεπικοινωνιών στην Ελλάδα. Απασχολεί 13 685 άτομα με διαφορετικά καθήκοντα, όπως πωλητές λιανικής, τεχνικούς και εγκαταστάτες δικτύων, εργαζομένους σε γραφεία, αποθήκες και τηλεφωνικά κέντρα, καθώς και αναδόχους εταιρείες.

Ο Όμιλος ΟΤΕ αναγνωρίζει ότι η προαγωγή νοοτροπίας ασφάλειας και υγείας στην εργασία έχει θετικό αντίκτυπο όχι μόνο στις δραστηριότητές του, αλλά και στους εργαζομένους, τους πελάτες, τους αναδόχους, τους προμηθευτές και τους εταίρους, καθώς και στην κοινωνία εν γένει. Η κύρια προτεραιότητά του είναι η συμμόρφωση με τις απαιτήσεις της σχετικής νομοθεσίας και των διεθνών προτύπων, και η εφαρμογή τους σε όλες τις εγκαταστάσεις και δραστηριότητες του Ομίλου ΟΤΕ στην Ελλάδα, συμπεριλαμβανομένης της υιοθέτησης και εφαρμογής προγραμμάτων για την προαγωγή της υγείας στους χώρους εργασίας και ειδικών δραστηριοτήτων για την ευημερία των εργαζομένων.

Στόχοι

Υιοθετώντας και αξιοποιώντας ψηφιακά συστήματα και εργαλεία για την παροχή ασφαλών συνθηκών εργασίας, και εφαρμόζοντας προγράμματα προαγωγής της υγείας και της ευημερίας, ο Όμιλος ΟΤΕ έχει ως στόχο την πρόληψη του κινδύνου πρόκλησης ατυχημάτων και τραυματισμών, προάγοντας παράλληλα την ψυχική υγεία και την ποιότητα ζωής των εργαζομένων.

Ποιες είναι οι δράσεις παρέμβασης και με ποιον τρόπο υλοποιήθηκαν

Όλες οι δράσεις παρέμβασης που υλοποιούνται από τη μονάδα υγείας και ασφάλειας του Ομίλου ΟΤΕ παρέχονται δωρεάν στους εργαζομένους του σε ολόκληρη την Ελλάδα. Οι δράσεις σχεδιάζονται με βάση τη *Μελέτη Εκτίμησης Επαγγελματικού Κινδύνου*, η οποία αποσκοπεί στην αναγνώριση και την αξιολόγηση των κινδύνων που σχετίζονται με τις διαδικασίες παραγωγής και τους εργαζομένους, διασφαλίζοντας την ασφάλεια και την υγεία τους. Εξετάζονται όλοι οι κίνδυνοι και προτείνονται μέτρα για την πρόληψη ή τον μετριασμό τους. Η μελέτη δίνει

έμφαση στην ενεργό παρακολούθηση και τη συνεχή βελτίωση των συνθηκών εργασίας, ώστε να ελαχιστοποιούνται οι κίνδυνοι και να προάγεται η ασφάλεια, η υγεία και η ευημερία των εργαζομένων, λαμβάνοντας παράλληλα υπόψη τις προκλήσεις της νέας ψηφιακής εποχής.

Οι ψηφιακές τεχνολογίες ως εργαλεία για τη βελτίωση της ασφάλειας και την πρόληψη των κινδύνων

- Άρχισαν να χρησιμοποιούνται μη επανδρωμένα αεροσκάφη για τη μείωση των κινδύνων στους σταθμούς βάσης κινητής τηλεφωνίας. Για παράδειγμα, οι φωτογραφίες ή τα βίντεο που λαμβάνονται από μη επανδρωμένα αεροσκάφη επιτρέπουν τη διενέργεια εξ αποστάσεως ελέγχων και επιθεωρήσεων, μειώνοντας την ανάγκη να ανεβαίνουν οι εργαζόμενοι σε μεγάλα ύψη.
- Με τη βοήθεια των μη επανδρωμένων αεροσκαφών, δημιουργήθηκαν ψηφιακά τρισδιάστατα μοντέλα γραφείου για την προσομοίωση ρεαλιστικών σεναρίων εκκένωσης σε καταστάσεις έκτακτης ανάγκης.
- Δημιουργήθηκαν προγράμματα επιμόρφωσης με τη χρήση της εικονικής πραγματικότητας, ώστε οι τεχνικοί να αναγνωρίζουν τους κινδύνους και να αντιδρούν σε καταστάσεις έκτακτης ανάγκης. Οι εκπαιδευόμενοι συμμετείχαν σε εικονικά σενάρια προσομοίωσης επικίνδυνων συνθηκών, όπως πυρκαγιές και ασκήσεις εκκένωσης και πτώσεις από ύψος. Στο πλαίσιο της συνεχούς κατάρτισης των υπευθύνων για τον έλεγχο των συμβάντων στα κτίρια και των ομάδων αντιμετώπισης συμβάντων, διοργανώθηκε διαδικτυακό σεμινάριο με τη συμμετοχή ομιλητών από τον Οργανισμό Αντισεισμικού Σχεδιασμού και Προστασίας και την πυροσβεστική υπηρεσία. Στόχος ήταν η ενημέρωση και η εκ των προτέρων ετοιμότητα για την αποτελεσματική διαχείριση των καταστάσεων έκτακτης ανάγκης και των συμβάντων που προκαλούνται από φυσικές καταστροφές.

Ψηφιακές τεχνολογίες για την προαγωγή της ευημερίας των εργαζομένων

Διαδικτυακά σεμινάρια

- Το εκπαιδευτικό πρόγραμμα «Αξιολόγηση και διαχείριση συμπεριφορικών παραγόντων κινδύνου» δημιουργήθηκε για τους προϊσταμένους με σκοπό την αναγνώριση και τη διαχείριση της αποκλίνουσας συμπεριφοράς στους χώρους εργασίας.
- Το διαδικτυακό σεμινάριο «Ζήσε χωρίς εκφοβισμό» επικεντρώθηκε στη διαχείριση του εκφοβισμού και των διαύλων επικοινωνίας που μπορεί κανείς να χρησιμοποιήσει για την πρόληψή του.

- Σκοπός του διαδικτυακού σεμιναρίου με θέμα τη διαχείριση των συναισθημάτων ήταν να βοηθήσει τους εργαζομένους να αναπτύξουν δεξιότητες που θα τους επιτρέψουν να αντιδρούν εποικοδομητικά σε άτομα ή συμβάντα.
- Το διαδικτυακό σεμινάριο σχετικά με τη δωρεά οργάνων πραγματοποιήθηκε την Πανελλήνια Ημέρα Δωρεάς Οργάνων και Μεταμόσχευσης.
- Τα διαδικτυακά σεμινάρια με θέμα «Νους και διατροφή» είχαν ως στόχο τη βελτίωση των διατροφικών συνηθειών των εργαζομένων.

Υπηρεσίες συμβουλευτικής

- Η ανώνυμη συμβουλευτική μέσω της τηλεφωνικής γραμμής υποστήριξης «Δίπλα σου» παρέχει καθοδήγηση από εξειδικευμένους ψυχολόγους για τη διαχείριση προσωπικών, οικογενειακών ή εργασιακών ζητημάτων που ενδέχεται να επηρεάζουν την παραγωγικότητα, τη λειτουργικότητα και την ψυχοκοινωνική υγεία των εργαζομένων.
- Κατόπιν ραντεβού, διατίθεται προσωπική διαδικτυακή συμβουλευτική από εξειδικευμένους ψυχολόγους.
- Οι εργαζόμενοι μπορούν να προγραμματίσουν ατομικές διαδικτυακές συνεδρίες με διατροφολόγο.

Φυσική κατάσταση και άσκηση

- Από το 2021, είναι διαθέσιμη κατά παραγγελία η διαδικτυακή πλατφόρμα άσκησης και ευημερίας Coach, με περισσότερα από 450 προγράμματα γυμναστικής pilates, γιόγκα και χορού, με περισσότερους από 25 γυμναστές, μετρητές στην οθόνη και μια εφαρμογή τρεξίματος για φορητές συσκευές.
- Ο Inno Gym Instructor (φιλικό προς τον χρήστη ρομπότ) επισκέπτεται τα γραφεία, σε συνεργασία με γυμναστή, για να επιδείξει απλές ασκήσεις βελτίωσης της στάσης και διατάσεις που μπορούν να γίνουν καθημερινά στο γραφείο, με στόχο την προαγωγή και τη διατήρηση της μυοσκελετικής υγείας.

Επιτεύγματα

Ο Όμιλος ΟΤΕ έχει αξιοποιήσει ψηφιακά εργαλεία και νέες τεχνολογίες για να καλύψει τις διαρκώς αυξανόμενες ανάγκες του για κατάρτιση και επαγγελματική ασφάλεια και υγεία. Τα ψηφιακά εργαλεία, στα οποία έχουν πρόσβαση όλοι οι εργαζόμενοι, χρησιμοποιήθηκαν για τη διευκόλυνση της διαδικτυακής εργασίας, της συνεργασίας, της κατάρτισης, της σωματικής άσκησης και της ευημερίας. Όλες οι δράσεις σχεδιάστηκαν σε

διαβούλευση με τους εκπροσώπους του εργατικού δυναμικού και με την υποστήριξη επαγγελματιών εμπειρογνομόνων, υιοθετώντας μίαν ολιστική προσέγγιση που εστιάζει στους εργαζομένους. Πολλά από τα σύντομης διάρκειας προγράμματα εκπαιδευτικού περιεχομένου υλοποιήθηκαν εντός του ωραρίου εργασίας, βελτιώνοντας σημαντικά την καθημερινή επαγγελματική ζωή των εργαζομένων. Για μια εταιρεία με ευρεία γεωγραφική κατανομή σε ολόκληρη την Ελλάδα, η χρήση ψηφιακών τεχνολογιών για την κατάρτιση και την ευαισθητοποίηση των εργαζομένων είναι εξαιρετικά αποτελεσματική, καθώς παρέχει πρόσβαση σε εκπαιδευτικό υλικό και πηγές πληροφόρησης ανεξάρτητα από τον τόπο όπου βρίσκεται το εργατικό δυναμικό.

Περισσότεροι από 9 000 εργαζόμενοι έχουν συμμετάσχει σε διάφορα προγράμματα και δραστηριότητες κατάρτισης που προάγουν την ασφάλεια, την υγεία και την ευημερία στους χώρους εργασίας.



Live Webinars for resilience, psychological support and behavioral risk assessment



Live Webinar "Organ Donation"



Anonymous 24 hours support line via the NEXT TO YOU Support Line



Online Counseling & Individual Sessions with a Nutritionist for employees all over Greece

© OTE Group

Παράγοντες επιτυχίας

Η χρήση μη επανδρωμένων αεροσκαφών και εικονικής πραγματικότητας βελτιώνει την ασφάλεια στους σταθμούς βάσης και προάγει την κατάρτιση των εργαζομένων σε περιβάλλοντα απαλλαγμένα από φυσικούς κινδύνους. Τα μη επανδρωμένα αεροσκάφη επιτρέπουν τις εξ' αποστάσεως επιθεωρήσεις και μειώνουν την ανάγκη για αναρριχήσεις, ενώ τα ψηφιακά τρισδιάστατα μοντέλα βοηθούν στη δημιουργία ρεαλιστικών σεναρίων εκκένωσης. Τα υβριδικά ενημερωτικά σεμινάρια και οι συνεδρίες κατάρτισης εικονικής πραγματικότητας ενισχύουν τη γνώση και την ετοιμότητα για την αντιμετώπιση φυσικών καταστροφών και κρίσεων.

Τα προγράμματα υγείας και ευημερίας, όπως τα διαδικτυακά σεμινάρια που εστιάζουν στην ψυχική υγεία και τη διατροφή, η ανοικτή τηλεφωνική γραμμή υποστήριξης και η πλατφόρμα Coach, προάγουν την ευημερία των εργαζομένων. Η χρήση του ρομπότ Ippo για σκοπούς επιμόρφωσης υποστηρίζει την υγεία και την καλή φυσική κατάσταση στους χώρους εργασίας. Οι δράσεις αυτές συμβάλλουν στη βελτίωση

της ασφάλειας και της υγείας, παρέχοντας πρακτικές λύσεις και καινοτομίες.



Utilization of Drone Technologies for "Training the Personnel on Large Buildings Digital 3D Office Model"



Hybrid Information Session on Natural Disaster Management



Use of VR in Fire OFF Training



© OTE Group

Δυνατότητα μεταφοράς της καλής πρακτικής σε άλλους κλάδους

Στο σύνολό τους, συνδυαστικά ή μεμονωμένα, οι πρωτοβουλίες αυτές θα μπορούσαν να προσαρμοστούν κατάλληλα από οποιοδήποτε μεγέθους επιχειρήσεις ή οργανισμούς σε πολλούς κλάδους οικονομικής δραστηριότητας.

Κόστος και οφέλη

Ο Όμιλος OTE αναγνωρίζει τη σημασία της χρήσης σύγχρονων τεχνολογιών, όπως τα μη επανδρωμένα αεροσκάφη, η εικονική πραγματικότητα και οι πλατφόρμες προαγωγής της ευημερίας, για τη διασφάλιση της ασφάλειας και της υγείας των εργαζομένων. Οι επενδύσεις σε αυτά τα εργαλεία δεν αποτελούν απλώς καινοτομίες, αλλά ουσιαστική συμβολή στη βελτίωση της επιχειρησιακής αποδοτικότητας και της παραγωγικότητας. Παρά το αρχικό οικονομικό κόστος, τα οφέλη, όπως η μείωση του κόστους, η πρόληψη των ατυχημάτων και η βελτίωση της ψυχικής και σωματικής ευημερίας, υπερβαίνουν κατά πολύ τις δαπάνες. Οι τεχνολογίες αυτές επιτρέπουν στον Όμιλο OTE να προσφέρει ένα ασφαλέστερο εργασιακό περιβάλλον, να προάγει την επαγγελματική εξέλιξη των εργαζομένων και να διασφαλίζει καλύτερη ισορροπία μεταξύ επαγγελματικής και προσωπικής ζωής, ενισχύοντας συνολικά την ανταγωνιστικότητα και την κοινωνική ευθύνη του.

Βασικά χαρακτηριστικά του παραδείγματος καλής πρακτικής

- Οι πρωτοβουλίες περιλαμβάνουν διάφορα ψηφιακά εργαλεία σε συνδυασμό με την υιοθέτηση διαφόρων δραστηριοτήτων για την προαγωγή της ευημερίας καθώς και στοχευμένων προγραμμάτων επιμόρφωσης

για τη βελτίωση της ασφάλειας, της υγείας και της ευημερίας των εργαζομένων.

- Οι πρωτοβουλίες εφαρμόζουν μια ολιστική προσέγγιση που εστιάζει τόσο στη σωματική όσο και στην ψυχική υγεία του εργατικού δυναμικού.
- Οι προσπάθειες για την υιοθέτηση και την υλοποίηση δραστηριοτήτων προαγωγής της υγείας και της ευημερίας στους χώρους εργασίας υπερβαίνουν τις εθνικές νομοθετικές απαιτήσεις.
- Η πλειονότητα του προσωπικού έχει υποδεχτεί πολύ θετικά και συμμετέχει στις διάφορες δραστηριότητες προαγωγής της υγείας και της ευημερίας στους χώρους εργασίας.

Περισσότερες πληροφορίες

Περισσότερες πληροφορίες διατίθενται στη διεύθυνση:

<https://www.cosmote.gr>

Αναφορές και πηγές

https://youtu.be/YeihRcc_uT8

[Hellas EAP – Προγράμματα υποστήριξης των εργαζομένων](#)

[Διαδίκτυακά Προγράμματα Γυμναστικής - Χορού | The Coach](#)

Η χρήση ψηφιακών τεχνολογιών για την κατάρτιση και την ευαισθητοποίηση των εργαζομένων είναι εξαιρετικά αποτελεσματική, καθώς παρέχει πρόσβαση σε εκπαιδευτικό υλικό και πόρους ανεξάρτητα από τον τόπο όπου βρίσκεται το εργατικό δυναμικό.