



Številka 3, januar 2016

Spletni newsletter s področja
promocije zdravja na delovnem mestu



SKRB ZA VARNOST PRI DELU IN V ZASEBNI SFERI

*Vsi smo odgovorni za svojo lastno varnost
in za varnost ljudi, ki so okoli nas –
ne glede na vlogo, starost ali poklicni naziv.
(Judith Hackitt,*

predsednica Izvršilnega organa za zdravje in varnost (HSE))

Pozdravljeni,

v tretji številki spletnega newslettera s področja promocije zdravja na delovnem mestu smo pozornost namenili tematikam, ki so povezane z **varnostjo pri delu in v zasebni sferi**. Poudarili smo vidike ozaveščanja, preventivne dejavnosti in prevzemanja odgovornosti za lastno varnost in zdravje. Ob tem smo želeli spodbuditi tudi občutek kolektivne in družbene odgovornosti za varnost in zdravje naših sodelavcev, družinskih članov, prijateljev in znancev.

Želimo vam prijetno branje.

V tokratni številki preberite:

1. Varnost in zdravje pri delu sta nujna pogoja za uspešno delovanje organizacije
2. Kako zmanjšati tveganja za nastanek poklicnih bolezni v organizaciji: Intervju s prim. prof. dr. Marjanom Bilbanom, dr. med., spec. medicine dela, prometa in športa
3. Skrb za zaposlene je naša prioriteta: Predstavitev dobre prakse Steklarne Hrastnik, družbe za proizvodnjo steklenih izdelkov, d.o.o
4. Novice, raziskave in zanimivosti s področja promocije zdravja na delovnem mestu
5. Napovednik aktualnih dogodkov
6. Preprosti in učinkoviti načini za varno preživljanje prostega časa v domačem okolju

Newsletter je objavljen tudi na spletni strani www.zdravi-in-uspesni.si.

Varnost in zdravje pri delu sta nujna pogoja za uspešno delovanje organizacije

OBSEG POŠKODB IN NEZGOD PRI DELU

Poškodbe pri delu predstavljajo enega izmed pomembnih gospodarskih problemov obstoječe družbe. Poleg poklicnih bolezni so najpomembnejši negativni kazalec zdravstvenega stanja delovno aktivne populacije. Po podatkih Portala za varnost in zdravje pri delu so v letu 2015 slovenski delodajalci prijavili 6.101 nezgodo pri delu (Ministrstvo za delo, družino, socialne zadeve in enake možnosti, 2016). Leta 2014 je Inšpektorat RS za delo zabeležil kar 9.448 prijavljenih nezgod, zaradi katerih je bil delavec z dela odsoten več kot tri delovne dni, od tega se je 23 delovnih nezgod končalo s smrtnim izidom.



SMISELNO JE RESNO PRISTOPITI K PRESOJI TVEGANJA

Nezgode in poškodbe pri delu so ena od najpomembnejših ter tudi najbolj in takoj vidnih posledic neustreznih razmer ali odnosa do področja varnosti in zdravja na delovnem mestu. Neustrezno presojanje tveganja pomeni zlasti neupoštevanje dejstva, da je tveganje komponenta, ki v času in prostoru spreminja tako svoje lastnosti kot svoj obseg. Zato je pomembno, da delodajalci uvedejo sisteme za upravljanje varnosti, ki vključujejo oceno tveganja in postopke nadzora. Za ohranitev varnosti in zdravja pri delu se mora ocena tveganja ponoviti vsakič, ko pride do sprememb, ki lahko povečajo obstoječa tveganja. Evropska agencija za varnost in zdravje pri delu poroča o predvidevanjih za nova in nastajajoča tveganja varnosti in zdravja pri delu, ki so povezana z novimi tehnologijami:

- decentralizacija delovnih procesov in delovnih mest v manjše, bolj razpršene obrate in mikro podjetja, za katere obstaja velika verjetnost za manjšo ozaveščenost ter kulturo varnosti in zdravja pri delu, prav tako pa tudi manjši obseg sredstev za pokrivanje tega področja;
- uporaba novih in spremenjenih materialov kot so nanomateriali, sestavljeni materiali, biomateriali, keramika, pametni materiali, kvantni materiali, kovinsko-organski okviri in elektronika iz plastike ter reciklirani ali organski materiali, katerih tveganja pri delu še niso znana;
- hiter napredek pri inovacijah in avtomatizacijah, pri katerem se zaradi prevelikega zanašanja na računalnike in robote, zlasti na področjih gradbeništva, prometa in medicine, lahko ustvarijo nova tveganja;
- vse večje zanašanje na elektriko, ki lahko prinese nova tveganja za vzdrževalce in reševalne službe iz visokonapetostnih sistemov;
- navzkrižje med »zelenimi cilji« ter varnostjo in zdravjem pri delu, ko imajo ukrepi, sprejeti za varstvo okolja, zaradi naraščajočih pritiskov po delovanju v skladu z zakonodajo o ravnanju z odpadnimi materiali in v procesu reciklaže, negativen vpliv na varnost in zdravje pri delu.

Pri presoji tveganja varnosti in zdravja pri delu je vselej potrebno imeti v mislih, da odprava enega tveganja ne ustvari novih tveganj ter da se tveganja z enega področja dela ne prenašajo na druga področja dela.

SKUPNA SKRB DELODAJALCEV IN ZAPOSLENIH ZA VARNOST IN ZDRAVJE PRI DELU

Da bi zagotovili varnost in zdravje pri delu, so delodajalci zaposlene dolžni obveščati o varnem in zdravem delu z izdajanjem pisnih obvestil in navodil. Zaposleni pa morajo biti pri delu previdni, upoštevati delodajalčeva navodila za varno delo in v skladu z navodili uporabljati tudi predpisano varnostno opremo.

Le s skupnimi prizadevanji delodajalcev in zaposlenih h ozaveščenemu in odgovornemu odnosu do varnosti in zdravja na delovnem mestu, lahko omilimo resnost poškodb, zmanjšamo verjetnost in tveganja za njihov nastanek ter se tako čimbolj približamo skupnemu cilju – nič poškodb in nezgod pri delu.

Viri:

1. Evropska agencija za varnost in zdravje pri delu (2014). Zelena delovna mesta ter varnost in zdravje pri delu: Predvidevanje novih in nastajajočih tveganj, povezanih z novimi tehnologijami, do leta 2020 – Delavnica za informacijske točke EU. Luksemburg.
2. Ministrstvo za delo, družino, socialne zadeve in enake možnosti (2016). Portal za varnost in zdravje pri delu. <http://www.osha.mddsz.gov.si/>
3. Ružič, Boris (2010): Ocenjevanje tveganj in nezgode pri delu. Prispevek na VIII. KONFERENCI INŠPEKTORATA RS ZA DELO: NEZGODE PRI DELU – ZAKAJ TVEGAMO? Brdo pri Kranju, 14. april 2010.
4. Vtič, Mojca (2015): Samo v letu 2014 prijavljenih kar 9448 delovnih nesreč, 23 s smrtnim izidom. <http://www.tednik.si/samo-v-letu-2014-prijavljenih-kar-9448-delovnih-nesrec-23-s-smrtnim-izidom>

Kako zmanjšati tveganja za nastanek poklicnih bolezni v organizaciji

INTERVJU S PRIM. PROF. DR. MARJANOM BILBANOM, DR. MED., SPEC. MEDICINE DELA, PROMETA IN ŠPORTA



Prim. prof. dr. Marjan Bilban je doktor medicine, specialist medicine dela, prometa in športa ter predstojnik Centra za medicino dela in Centra za medicino športa. Zaposlen je na Zavodu za varnost pri delu in na Katedri za javno zdravje Medicinske fakultete Univerze v Ljubljani.

Katere značilnosti delovnega mesta in dejavniki, ki so z delovnim okoljem povezani, predstavljajo največja tveganja za nastanek poklicnih bolezni?

Klasična tveganja za nastanek poklicnih bolezni, ki izhajajo iz značilnosti delovnega mesta, kot so težko fizično delo, hrup, vibracije itd., so v novejšem času zamenjala **nova tveganja**. Tu imamo v mislih nove kemijske snovi in materiale, ki predstavljajo nove in nepoznane nevarnosti za varnost in zdravje pri delu. Tukaj so tudi nove biotehnoške kancerogene snovi, alergogene substance, visokofrekventno neionizirajoče sevanje, **psihosocialni stres**, **ergonomsko neustrezno oblikovano delovno okolje** itd. Pri dejavnikih, ki so rezultat tržne globalizacije in pomembno spreminjajo ekonomsko strukturo in pogoje dela gotovo na vseh področjih dela, ne moremo mimo spremenjenih in dinamičnih družbeno ekonomskih pogojev. Le-ti predstavljajo fluktuacijo delovne sile, mobilnost delovnega mesta, **psihofizične pritiske in nasilje na delovnem mestu**, slabo organizacijo dela in izmensko delo ter nestalne in rastoče zahteve dela.

Pomemben javno zdravstveni problem predstavlja pomanjkljivo poročanje in s tem priznavanje poklicnih bolezni. To se povezuje s pomanjkanjem informacij o poklicnih boleznih pri delodajalcih, zaposlenih in zdravnikih, s strahom pred izgubo zaposlitve, nezadostnim številom industrijskih zdravnikov, s težavami pri dokazovanju izpostavljenosti tveganju ter pomanjkljivim poznavanjem zakonodaje, zlasti v malih in srednje velikih podjetjih. Kaj lahko po vašem mnenju naredijo delodajalci in zaposleni v prvih korakih reševanja tega kompleksnega problema?

Velik problem v krogu od potrditve suma do verifikacije poklicne bolezni je **plačnik storitve poklicne bolezni**. Delodajalec v sistemu, kakršnega imamo, kjer so največkrat povzročitelji solidarnostno skriti med ostalimi, prav gotovo ni nagnjen k dokazovanju, da pri njem, v njegovem delovnem procesu, nekaj ni v redu. Zavod za zdravstveno zavarovanje stroškov verifikacije izbranemu zdravniku ne bo povrnil. Ne gre namreč za storitev, ki bi bila zajeta v obvezno zdravstveno zavarovanje. Ali naj torej verifikacijo plača delavec sam - ko bo verifikacijo izpeljal pa ga bo delodajalec, zato ker ruši ugled podjetja, še odpustil? Drug velik problem so delavci, ki so zaposleni pri drugem delodajalcu, ki jih ne bo pošiljal na preventivni zdravstveni pregled. Problem predstavlja tudi **verifikacija poklicne bolezni** zaradi težav, katerih vzrok je pri prejšnjem delodajalcu. Prav tako so problematični tudi upokojeni delavci, ki preventivnih pregledov nimajo več. Nimajo pa tudi plačnika verifikacije poklicne bolezni. Ob tem ne smemo pozabiti, da so zaradi izpostavljenosti svojcev, posredno prizadeti tudi družinski člani. Pot je torej jasna: urediti je potrebno le napotitev in plačevanje teh storitev. Slednje bo izvedljivo šele s predlagano obliko novega zavarovanja za varnost in zdravje pri delu. Le-to bo **delodajalca neposredno stimuliralo, da bo vlagal v urejeno delovno okolje**, sicer bodo njegove zavarovalne premije tako destimulativne, da bo resno razmislil o svojem početju.

Nujnosti izmenskega in nočnega dela se, kljub številnim dokazanim negativnim vplivom na zdravje zaposlenih, v določenih sektorjih enostavno ni mogoče izogniti. Kako lahko pristojni v procesu organizacije dela omilijo negativne vplive tovrstnih oblik dela na zdravje zaposlenih? Kaj lahko za svoje zdravje v tem primeru storijo zaposleni?

Organizacijsko so možne **različne oblike izmenskega dela**. Vse oblike pa naj bi upoštevale dnevno 8-urno zaposlitev. Ob tem je potrebno zagotoviti počitek ob koncu tedna in upoštevati, da bodo med posameznimi menjavami izmen **prosti dnevi takrat, ko bo to ugodno za družabno in družinsko življenje**. Daljša obdobja nočnega dela naj ne bodo redna. Načrtujejo naj se tako, da bodo le posamezne nočne izmene v siceršnjem izmenskem delu. Prav tako naj si zapovrstjo ne sledijo več kot tri nočne izmene. Pristojni lahko na delovnem mestu postavijo **močne luči, ki simulirajo dnevno svetlobo**. Najamejo lahko ponudnika prehrane, ki priskrbi **toplo nočno malico**, ali vsaj hladilnik in mikrovalovno pečico. Delavci naj imajo dostop do **informacij, kako se soočiti s težavami in spremembami v telesu in socialni sferi**. Delavci bodo na delovnem mestu bolje razpoloženi, če bodo lahko sodelovali pri organizaciji dela in dejavnosti ob delu ter družabnih srečanj kot jih imajo »dnevni delavci«. Zaposleni v izmenskem ali nočnem delu lahko za svoje zdravje najbolje poskrbijo tako, da se pred spanjem izogibajo telovadbi, kofeinu, alkoholu in dnevnim svetlobi ter si zagotovijo hladen in temen spalni prostor. Poskrbijo naj za redno in uravnoteženo prehrano. **Odrpo naj komunicirajo o svojih potrebah po spanju** ter se družini in prijateljem zaradi njih ne opravičujejo. Pri načrtovanju dnevnih opravil naj upoštevajo svojo zmanjšano dnevno dejavnost. Načrtujejo pa naj tudi **čas za pogovor in druženje** s partnerjem, družino in prijatelji.

Skrb za zaposlene je naša prioriteta: Predstavitev dobre prakse

STEKLARNA HRASTNIK, DRUŽBA ZA PROIZVODNJO STEKLENIH IZDELKOV, D.O.O.

V Steklarni Hrastnik verjamemo v potencial naših zaposlenih. Zato skrbimo, da so zdravi, aktivni in zadovoljni – tako med delovnim časom kot v zasebni sferi. V ta namen izvajamo različne aktivnosti: – izvajamo projekt družini prijazno podjetje, skrbimo za varstvo pri delu in preventivne preglede zaposlenih, delujemo na področjih dobre komunikacije, razvoja kadrov in mentorstva ter še mnogo drugega..

V glažuti smo fit

V okviru projekta »V glažuti smo fit« smo za naše zaposlene organizirali vodeno rekreacijo ter subvencioniran obisk bazena in savne. Zaposlenim omogočamo udeležbo maratonov, organiziramo pa tudi dodatne športne aktivnosti preko Športnega društva Steklarne Hrastnik. Že peto leto zapored izvajamo petdnevne preventivne programe, s katerimi želimo zaposlene spodbuditi k zdravemu načinu življenja. V zadnjih petih letih se je programa skupno udeležilo že 320 zaposlenih.

Poln certifikat Družini prijazno podjetje

V okviru polnega certifikata družini prijazno podjetje izvajamo ukrepe za usklajevanje družinskega in poklicnega življenja v skladu s predvidenim terminskim planom. Ker nam mnenje zaposlenih veliko pomeni, smo izvedli raziskavo o usklajevanju dela in družine, ki je pokazala, da so zaposleni z ukrepi zelo dobro seznanjeni in jih tudi koristijo. Z rezultati smo zelo zadovoljni, saj je z ukrepi, ki jih nudimo našim zaposlenim, zadovoljno kar 74% uporabnikov.

Varnost in zdravje pri delu

Tematika varnosti in zdravja pri delu je postala prioriteta naloga v vseh delovnih okoljih. Velik poudarek na varnem delu namenjamo posebej v proizvodnih sredinah, kjer je varno delo obvezna točka dnevnih sestankov. Sodelujemo pa tudi s službami medicine dela.

Razvoj kadrov

Zaposlene aktivno usposabljammo za zmanjšanje razkoraka med želenimi in dejanskimi kompetencami. Ključno vlogo pri razvoju kadrov igra tudi mentorski program. Z njegovo pomočjo zaposlene opolnomočimo ter vplivamo tudi na njihovo varnost in zadovoljstvo pri delu.. Redno izvajamo tudi delavnice na temo komunikacije in dialoga med zaposlenimi. Samo z odprto in spoštljivo komunikacijo lahko namreč dosežemo višjo raven zadovoljstva pri zaposlenih.

Investicije v izboljšanje delovnih razmer

Uvedli smo prijazen delovni čas za zaposlene v proizvodnji. Poleg tega pa z vsemi investicijami, ki jih izvajamo v naši proizvodnji, skrbimo tudi za izboljšanje delovnih razmer.

Odnosi med zaposlenimi in vodstvom

Komunikacija oziroma obveščanje zaposlenih potekata preko zborov delavcev, rednih tedenskih informatorjev in internega časopisa Steklar ter ponedeljkovih ur, ki jih direktor namenja pogovorom s posamezniki, ki želijo razgovor z njim. Tudi druženju zaposlenih dajemo velik pomen - vsakoletni piknik je številčno zelo dobro obiskan, prav tako tudi razna druženja izven podjetja, ki potekajo –v organizaciji podjetja ali le z malce njegove pomoči.

Novice, raziskave in zanimivosti

MINISTRSTVO ZA DELO, DRUŽINO, SOCIALNE ZADEVE IN ENAKE MOŽNOSTI OBJAVLJA BREZPLAČNE PUBLIKACIJE IN APLIKACIJE S PODROČJA VARNOSTI IN ZDRAVJA PRI DELU

Večina publikacij je na voljo v prostorih recepcije [ministrstva](#), naročiti pa jih je mogoče tudi po e-pošti gp.mddsz@gov.si.

SVETOVNI DAN VARNOSTI IN ZDRAVJA PRI DELU TER MEDNARODNI SPOMINSKI DAN ZA DELAVCE, KI SO UMRILI ALI SE POŠKODOVALI PRI DELU, 28. april 2016

Mednarodna organizacija dela (ILO) je 28. april razglasila za svetovni dan varnosti in zdravja pri delu leta 2003. Sindikalne organizacije po vsem svetu pa 28. aprila obeležijo tudi mednarodni spominski dan na delavce, ki so umrli ali se poškodovali na delovnem mestu.

VABLJENI K PRIJAVI NA NATEČAJ ZA DELODAJALCE ZA IZBOR NAJBOLJŠIH UKREPOV PROMOCIJE ZDRAVJA NA DELOVNEM MESTU, do 31. maja 2016

Potrebujete informacije s področja promocije zdravja na delovnem mestu (PZD)? V vaši organizaciji že izvajate programe PZD, ki bi jih želeli razširiti in nadgraditi? Vabljeni k [prijavi](#) na prvi natečaj za delodajalce za izbor najbolj inovativnih ukrepov promocije zdravja na delovnem mestu. Na natečaj se lahko prijavite do 31. maja 2016. Najboljši ukrepi prejmejo priznanja, predstavljeni pa

bodo tudi v brošuri, ki bo izdana v okviru kampanje. Nagrajena dobra praksa bo predstavljena širši javnosti, kar pomeni dobro promocijo organizacije ter več priložnosti za mreženje in sodelovanje z drugimi organizacijami.



STATISTIKA DELOVNIH NEZGOD V EU V LETU 2012

V letu 2012 je bilo v državah članicah Evropske unije prijavljenih malo manj kot 2,5 milijona neusodnih delovnih nezgod in 3.515 usodnih delovnih nezgod. V primerjavi z letom 2009 se je število obeh vrst delovnih nezgod občutno zmanjšalo. V letu 2009 je bilo tako približno 313 tisoč več neusodnih nezgod in 310 več usodnih nezgod kot leta 2012.

Vir: Evropska agencija za varnost in zdravje pri delu in zdravja pri delu (2013): Ocena stroškov nezgod in bolezni pri delu. Luksemburg.

NEZADOSTNO POROČANJE NEZGOD IN BOLEZNI PRI DELU NA RAVNI EU V LETU 2013

Po podatkih Evropske agencije za varnost in zdravje pri delu (EU OSHA) obstaja precejšnja možnost za podcenjevanje števila primerov in nezadostno poročanje nezgod in bolezni pri delu. Zlasti za bolezni z dolgim obdobjem latence, za katere je težko ugotoviti vzrok ali za manjše zaplete ali primere, ki ne povzročijo daljše odsotnosti z dela ali pa se o njih sploh ne poroča.

Vir: Evropska agencija za varnost in zdravje pri delu in zdravja pri delu (2013): Ocena stroškov nezgod in bolezni pri delu. Luksemburg.

Napovednik aktualnih dogodkov

KONFERENCA »PERSPEKTIVA SPOLA NA PODROČJIH VARNOSTI IN ZDRAVJA PRI DELU TER INŠPEKCIJE«, 2. februar 2016

Švedska organizacija za delovno okolje v okviru Evropske agencije za varnost in zdravje pri delu organizira enodnevno konferenčni dogodek z naslovom [»Perspektiva spola na področjih varnosti in zdravja pri delu ter inšpekcije«](#), ki bo potekal, dne 2. februarja 2016, v mestu Malmö, na Švedskem.

PRVI STROKOVNI REGIJSKI POSVET OB ZDRAVEM ZAJTRKU, 4. februar 2016



Prijazno vabljeni na prvi strokovni regijski posvet ob zdravem zajtrku, ki bo potekal 4. februarja 2016, v Velenju, v organizaciji Savinjsko-šaleške gospodarske zbornice. Na strokovnem regijskem posvetu bo predstavitev primera dobre prakse promocije zdravja na delovnem mestu podjetja Gorenje in predavanje regijskega inšpektorja za delo. Zainteresirani delodajalci se boste na posvetu lahko prijavili na natečaj za delodajalce za izbor najboljših ukrepov promocije zdravja na delovnem mestu. Čas pa se bo našel tudi za neformalno druženje z drugimi udeleženci posveta. Več informacij

o posvetu lahko najdete na [projektni spletni strani](#) in na spletni strani [Savinjsko-šaleške gospodarske zbornice](#).

PRISLUHnite! PRVA EVROPSKA KONFERENCA OHRANITVE SLUHA, 2. marec 2016

Izvršilni organ za zdravje in varnost (HSE) vabi na prvo konferenco ohranitve sluha v Evropi z naslovom [»Svež pristop k ohranitvi sluha«](#), ki bo potekala 2. marca 2016, v Radisson Blu Hotelu, na letališču Manchester, v Veliki Britaniji.

MEDNARODNA KONFERENCA O POKLICNEM ZDRAVJU, 16.-18. marec 2016

Poklicno združenje medicinskih sester znotraj Evropske unije (FOHNEU) vabi na dvodnevno mednarodno konferenco z naslovom [»Nova obzorja poklicnega zdravja«](#), ki se bo odvila v Rotterdamu na Nizozemskem med 16. in 18. marcem 2016. Konferenca bo namenjena novim izzivom poklicnega zdravja kot so ekonomski izzivi, priseljevanje, demografske spremembe, začasen in gibljev delavnik ipd. Tovrstni izzivi so namreč pogosto vzrok za stres, povezan z delom.

Preprosti in učinkoviti načini za varno preživljanje prostega časa v domačem okolju

Dom in prosti čas praviloma povezujemo z varnostjo, sproščenostjo in udobjem. Pogosto se ne zavedamo, da se tudi v teh dveh sferah življenja pojavljajo očitni dejavniki tveganja za našo varnost in zdravje, ki pa jih lahko odpravimo ali vsaj zelo zmanjšamo z upoštevanjem priporočil in nasvetov za varno preživljanje prostega časa.

NAJPOGOSTEJŠI DEJAVNIKI TVEGANJA ZA POŠKODBE IN NEZGODE DOMA

Skoraj tretjina poškodb, za katere je potrebno poiskati zdravniško pomoč, se zgodi v domačem okolju. Poškodbe in zastrupitve izven dela so bile v letu 2014 po podatkih Nacionalnega inštituta za javno zdravje na visokem drugem mestu razlogov za bolniško odsotnost z dela. Najpogostejši vzroki za poškodbe doma so spolzka tla, slaba razsvetljava, neprimerno pohištvo in izdelki z napako. Dejavnike tveganja za naše zdravje v domačih prostorih predstavljajo tudi hrup, onesnaženost zraka v zaprtih prostorih, plesen in strupene kemikalije.



ZMANJŠAJMO DEJAVNIKE TVEGANJA - RAVNAJMO PREVENTIVNO

Za naše zdravje in varnost v prostem času lahko najprej poskrbimo s prepoznavanjem in zavedanjem dejavnikov tveganja za poškodbe in nezgode. Slednje lahko znatno zmanjšamo z odgovornim preventivnim ravnanjem na prepoznanih področjih tveganja:

1. v notranjih prostorih obujmo copate z usnjenim podplatom ali namestimo preproge, ki ne drsijo, na spodnjo stran sicer drsečih preprog pa lahko namestimo posebne trakove, ki omogočajo, da se preproga bolj oprijema tal,
2. ob poti nočnega izhoda na sanitarije namestimo nočne lučke z vklopom v vtičnico ali posebne svetleče nalepke,
3. pohištvo namestimo tako, da nam omogoča dovolj prostora za varno gibanje, ostre robove, ki se nahajajo v višini glave pa ustrezno zaščitimo,
4. v prostorih s kurilnimi napravami namestimo detektor ogljikovega monoksida, ki nas bo pravočasno opozoril na puščanje strupenega plina,
5. preberimo in upoštevajmo navodila za uporabo električnih naprav in aparatov ter kemičnih sredstev.

Ker je tveganje za nesreče doma večje pri ranljivejših skupinah populacije kot so otroci, starejši in invalidi, je zanje za zagotovitev varnosti potrebna še dodatna prilagoditev bivalnih prostorov.

PREVIDNOST TUDI PRI DELU NA VRTU IN V OKOLICI HIŠE

Glede na temperature, ki so za letošnjo zimo nenavadno visoke, po vremenu sodeč pomlad že trka na vrata. Ob tem so vrtničarji in kmetovalci že v mislih pri opravilih na vrtu, polju, travniku in gozdu. Tudi za opravila na prostem je dobro upoštevati napotke za varno ravnanje:

1. poskrbimo za redno vzdrževanje motornih in vrtnih strojev ter druge električne opreme,
2. oblecimo predpisana zaščitna oblačila, ki so namensko zasnovana in nas pri delu ne ovirajo,
3. obujmo čevlje z grobim podplatom, ki preprečuje drsenje,
4. uporabljajmo ustrezno delovno opremo,
5. upoštevajmo varnostna opozorila v navodilih za uporabo motorne ali električne naprave,
6. pazimo na varno delovno tehniko.

Pogosta nezgoda v domačem okolju je tudi padec z višine. Pri opravi na višini tako namesto nestabilnega stola raje uporabimo lestev. Pri tem poskrbimo, da bo le-ta nameščena na ravno površino, kar bo omogočilo njen zadosten oprijem in varen prenos teže.

Kljub temu, da pravijo, da nesreča nikoli ne počiva, lahko za svojo varnost najbolje poskrbimo sami!



Projekt »Vseslovenska kampanja za ozaveščanje delodajalcev za ohranjanje in krepitev zdravja zaposlenih na delovnem mestu« je na podlagi Javnega razpisa za sofinanciranje projektov za promocijo zdravja na delovnem mestu v letu 2015 in 2016 finančno podprl Zavod za zdravstveno zavarovanje Slovenije.

