

Informacja Nr 5 /2020, 22 października 2020r.

Inauguracja kampanii *Dźwigaj z głową*



Kampania Europejskiej Agencji Bezpieczeństwa i Zdrowia w Pracy (EU-OSHA) *Dźwigaj z głową (Lighten the Load)* na lata 2020-2022 została oficjalnie zainaugurowana 12 października na konferencji prasowej, z udziałem m.in. Nicolasa Schmita, europejskiego komisarza do spraw miejsc pracy i praw socjalnych, Christy Sedlatschek, dyrektor wykonawczej EU-OSHA, Hubertusa Heila, ministra pracy i spraw społecznych Republiki Federalnej Niemiec.

Cele Kampanii to:

- podnoszenie świadomości o znaczeniu zapobiegania zaburzeniom układu mięśniowo-szkieletowego przez przekazywanie faktów i danych liczbowych dotyczących narażenia na takie dolegliwości oraz ich skutków - dla osób, przedsiębiorstw i społeczeństwa,
- promowanie znaczenia oceny zagrożeń oraz monitorowania dolegliwości przez zapewnienie dostępu do odpowiednich narzędzi, wskazówek, materiałów audiowizualnych i innych materiałów,
- pokazanie, że zaburzenia układu mięśniowo-szkieletowego dotyczą każdego, lecz można je skutecznie ograniczyć,
- rozpowszechnienie wiedzy o nowych i pojawiających się czynnikach ryzyka związanych z tym problemem zdrowotnym,
- uświadomienie znaczenia wsparcia dla pracowników z przewlekłymi zaburzeniami układu mięśniowo-szkieletowego, aby mogli wrócić do pracy lub ją utrzymać oraz pokazanie, jak można to osiągnąć,
- zachęcanie do skutecznej współpracy przez połączenie działań różnych zainteresowanych stron oraz umożliwienie wymiany informacji i dobrych praktyk.

Od złej postawy po napięte mięśnie wszyscy jesteśmy narażeni na zaburzenia mięśniowo-szkieletowe

Więcej informacji:

<https://healthy-workplaces.eu/pl/media-centre/news/lighten-load-eu-osha-launches-healthy-workplaces-campaign-2020-2022>

<https://osha.europa.eu/pl/about-eu-osha/press-room/time-move-eu-osha-launches-campaign-address-europes-most-common-work>



Europejski Tydzień Bezpieczeństwa i Zdrowia w Pracy



W dniach 19–23 października obchodzimy Europejski Tydzień Bezpieczeństwa i Zdrowia w Pracy. W tym roku organizowane wydarzenia i rozpowszechniane informacje są związane z tematyką kampanii Europejskiej Agencji Bezpieczeństwa i Zdrowia w Pracy *Dźwigaj z głową!* (<https://healthy-workplaces.eu/>), tj. zaburzeniami i chorobami układu mięśniowo-szkieletowego.

22 października EU-OSHA organizuje konferencję on-line *Choroby układu mięśniowo-szkieletowego – występowanie, zapobieganie, polityka*. W programie m.in. wyniki badań prowadzonych przez ekspertów na temat zaburzeń mięśniowo-szkieletowych w Europie, zagrożenia psychospołeczne związane z tymi zaburzeniami, chroniczne przeciążenia i zaburzenia przewlekłe, sytuacja w sektorach rolnictwa i ochrony zdrowia, różnice zaburzeń u kobiet i mężczyzn, działania profilaktyczne.

Więcej informacji:

<https://healthy-workplaces.eu/pl/media-centre/events/eu-conference-musculoskeletal-disorders-prevalence-prevention-and-policy-what>

<https://osha.europa.eu/pl/highlights/join-our-partners-mark-european-week-safety-and-health-work-2020>



Zdrowy kręgosłup

Przypominamy film instruktarzowo-szkoleniowy *Zdrowy kręgosłup*, przygotowany w Centralnym Instytucie Ochrony Pracy – Państwowym Instytucie Badawczym jako element działań na rzecz promowania aktywności ruchowej wśród pracowników w celu zmniejszenia dolegliwości mięśniowo-szkieletowych i poprawy zdolności do pracy:

<https://www.youtube.com/watch?v=k9y21xsrXTk>



Konkurs *Biozagrożenia dzisiaj* rozstrzygnięty

Jury XXIX edycji konkursu na plakat bezpieczeństwa pracy *Biozagrożenia dzisiaj*, zorganizowanego przez Centralny Instytut Ochrony Pracy – Państwowy Instytut Badawczy oraz Akademię Sztuk Pięknych im. Jana Matejki w Krakowie, Akademię Sztuk Pięknych im. Władysława Strzemińskiego w Łodzi i Akademię Sztuk Pięknych w Warszawie, ogłosiło wyniki.

Na konkurs wpłynęło 375 plakatów. Przyznano 3 nagrody główne i 5 wyróżnień. 50 projektów (łącznie z nagrodzonymi i wyróżnionymi) wytypowano do zaprezentowania na wystawie pokonkursowej, otwartej 8 października podczas uroczystego finału konkursu w siedzibie CIOP-PIB oraz w katalogu.

I nagrodę otrzymał Eugeniusz Skorwider za plakat „W maseczce korona z głowy Ci nie spadnie, a koronawirus znacznie słabnie”.



Dwie drugie nagrody otrzymali Antonina Jaształ za plakat „Efekt Covidu” („Covid effect”)



Przemysław Paliwoda za plakat „Na klawiaturze może być 10 milionów bakterii”



Wyróżniono plakaty autorstwa Katarzyny Wojtuń, Anny Bielnik, Marcina Grabi i Karoliny Glanowskiej.

Prace finalistów były prezentowane także podczas plenerowej wystawy *Razem, choć na dystans*, m.in. na przystankach tramwajowych i słupach ogłoszeniowych w Warszawie.

Więcej informacji:

https://www.ciop.pl/CIOPPortalWAR/appmanager/ciop/pl?_nfpb=true&_pageLabel=P6800286261340447109849&html_tresc_root_id=11221&html_tresc_id=300011249&html_klucz=11221&html_klucz_spis=

https://www.ciop.pl/CIOPPortalWAR/appmanager/ciop/pl?_nfpb=true&_pageLabel=P6800286261340447109849&html_tresc_root_id=11221&html_tresc_id=300011557&html_klucz=11221&html_klucz_spis=



I Charytatywny Bieg Behapowca



Do 19 października 2020 r. można było wziąć udział w I Charytatywnym Biegu Behapowca. Z uwagi na sytuację epidemiczną Bieg był organizowany wirtualnie. Każdy uczestnik sam wybierał trasę - nie trzeba było stawiać się na starcie w wyznaczonym miejscu.

W biegu wzięło udział 67 osób. Klasyfikację prowadzono dla dystansów 3 km, 5 km i 10 km.

Każdy z uczestników otrzymał pamiątkowy medal wysłany pocztą.

Więcej informacji:

<https://dostartu.pl/i-charytatywny-bieg-behapowca-v5102>



Praca mobilna



W czasach epidemii i zwiększającej się grupy osób pracujących zdalnie, warto przypomnieć sobie materiał opracowany w Centralnym Instytucie Ochrony Pracy – Państwowym Instytucie

Badawczym na temat pracy mobilnej. Przedstawiono w nim informacje na temat pracy w świecie Internetu, w tym w nowych i niestandardowych formach, wyzwaniach i zagrożeń oraz zalet pracy mobilnej, sposobów zapobiegania jej negatywnym skutkom. Informacje uzupełnia bogata bibliografia.

Więcej informacji:

https://www.ciop.pl/CIOPPortalWAR/appmanager/ciop/pl?_nfpb=true&_pageLabel=P54200337581597228147014



Informacje CIOP-PIB związane z pandemią COVID-19

Centralny Instytut Ochrony Pracy – Państwowy Instytut Badawczy przygotował nowe serwisy informacyjne związane z pandemią: *Epidemia a zdrowie psychiczne* oraz *Powrót do pracy w czasie pandemii*.

Serwis *Epidemia a zdrowie psychiczne* obejmuje zagadnienia

- Wybrane problemy psychologiczne związane z epidemią
- Jak radzić sobie z problemami psychicznymi w czasie epidemii?
- Obraz po epidemii
- Epidemia jako społeczna trauma – podsumowanie i przypisy
- Epidemia a zdrowie psychiczne na świecie
- Ryzyko psychospołeczne w pracy
- Radzenie sobie ze stresem oparte na treningu uważności
- Cykliczna (ultradługa) reakcja regenerująca
- Kolorowanie jako forma walki ze stresem (u dzieci)

https://www.ciop.pl/CIOPPortalWAR/appmanager/ciop/pl?_nfpb=true&_pageLabel=P54600162321599117967160

Serwis *Powrót do pracy w czasie pandemii* zawiera tematy

- Powrót do pracy w zakładzie pracy w czasie epidemii
- Covid-19: koniec pracy zdalnej, ponowna praca w zakładzie pracy – przystosowanie miejsc pracy i ochrona pracowników
- Powrót do pracy: frustracja czy wybawienie
- Funkcjonowanie osób z niepełnosprawnościami w czasie epidemii
- Ocena prawdopodobieństwa narażenia na COVID-19
- Bezpieczeństwo i ochrona zdrowia pracujących w czasie epidemii
- Pandemie i epidemie XX i XXI wieku
- Doniesienia z zagranicy

https://www.ciop.pl/CIOPPortalWAR/appmanager/ciop/pl?_nfpb=true&_pageLabel=P53800164871591197392373

Serwis informacyjny *Bezpieczeństwo pracy w czasie pandemii COVID-19*

https://www.ciop.pl/CIOPPortalWAR/appmanager/ciop/pl?_nfpb=true&_pageLabel=P53400146641588681870543

był opracowany wiosną, podczas pierwszej fali pandemii.

W laboratoriach Zakładu Ochron Osobistych CIOP-PIB w Łodzi został nagrany film, prezentujący środki ochrony indywidualnej dla pracowników służb znajdujących się na pierwszej linii działań przeciw SARS-CoV-2, m.in. półmaski filtrujące, rękawice

i kombinezony. Film zawiera informacje na temat prawidłowego zakładania i zdejmowania masek, które mogą być przydatne nie tylko dla pracowników.

https://www.youtube.com/watch?v=l_4949H6vCw&t=96s



Ocena ryzyka zawodowego



OiRA to zestaw bezpłatnych interaktywnych narzędzi internetowych do zarządzania bezpieczeństwem i higieną pracy w różnych sektorach i zawodach.

Więcej informacji: <https://oiraproject.eu/pl>



Broszury informacyjne Państwowej Inspekcji Pracy na temat badań profilaktycznych i szkoleń bhp pracowników w stanie epidemii



<https://www.pip.gov.pl/pl/f/v/222346/szkolenia%20bhp%20korona.pdf>

<https://www.pip.gov.pl/pl/f/v/222345/badania%20profilaktyczne%20pracownikow%20korona.pdf>



COVID-19: miejsca pracy w czasie pandemii

Europejska Agencja Bezpieczeństwa i Zdrowia w Pracy (EU-OSHA) przygotowała specjalną sekcję COVID-19: Zasoby dla miejsca pracy, dotyczącą zapewnienia zdrowych i bezpiecznych miejsc pracy podczas pandemii. Zawiera ona dokumenty z wytycznymi, materiały informacyjne i linki do stron internetowych na ten temat.

Więcej informacji:

https://osha.europa.eu/pl/themes/covid-19-resources-workplace#pk_campaign=ban_homecw



Zgłaszanie działań niepożądanych spowodowanych użyciem produktu kosmetycznego



INSTYTUT MEDYCYNY PRACY IM. PROF. J. NOFERA

Instytut Medycyny Pracy im. prof. J. Nofera w Łodzi jest ośrodkiem administrującym Systemem Informowania o Ciężkich Działaniach Niepożądanych Spowodowanych Stosowaniem Produktów Kosmetycznych. Działania niepożądane kosmetyków mogą zgłaszać konsumenci (użytkownicy końcowi), podmioty wykonujące działalność leczniczą, osoby wykonujące zawód medyczny lub dystrybutorzy.

Działanie niepożądane oznacza niekorzystny wpływ na zdrowie ludzkie, będący skutkiem normalnego lub dającego się racjonalnie przewidzieć stosowania produktu kosmetycznego. Ciężkie działanie niepożądane powoduje tymczasową lub stałą niewydolność czynnościową, niepełnosprawność, konieczność hospitalizacji, wady wrodzone, bezpośrednie zagrożenie życia lub zgon.

Użytkownikiem końcowym jest konsument lub osoba wykorzystująca dany produkt kosmetyczny w ramach działalności zawodowej.

Więcej informacji:

http://www.imp.lodz.pl/home_pl/o_instytucie/structure/centrum_koordynujace_system_informowania_o_ciezkich_dzialaniach_niepozadanych_spowodowanych_stosowaniem_produktow_kosmetycznych/



OSHmail - elektroniczny biuletyn EU-OSHA

Przekazuje wiadomości na temat bezpieczeństwa i zdrowia w pracy z całego świata, prezentuje publikacje, omawia zmiany w przepisach UE dotyczące bhp, informuje o organizowanych wydarzeniach. Ukazuje się co miesiąc, w wielu językach.

Bezpłatna subskrypcja poprzez stronę internetową

<https://osha.europa.eu/pl/oshmail-newsletter>



Źródła:

<https://osha.europa.eu>
<https://healthy-workplaces.eu>
<https://oiraproject.eu>
<https://www.ciop.pl>
<https://www.pip.gov.pl>
<http://www.imp.lodz.pl>
<https://dostartupl.com>
<https://www.youtube.com>