

Informacja Nr 5/2021, 21 listopada 2021r.

Kampania *Dźwigaj z głową*



<https://healthy-workplaces.eu/pl>

Czynniki psychospołeczne a zaburzenia układu mięśniowo-szkieletowego

Związek pomiędzy czynnikami fizycznymi jak podnoszenie ciężarów, monotonne, powtarzalne czynności, długotrwała praca w pozycji stojącej lub siedzącej a zaburzeniami układu mięśniowo-szkieletowego jest znany. Wpływ czynników psychospołecznych na choroby i dolegliwości tego układu nie jest już tak oczywisty. Badania wskazują, że m.in. brak dobrej komunikacji, stres mogą mieć niekorzystny wpływ na układ mięśniowo-szkieletowy.

Europejska Agencja Bezpieczeństwa i Zdrowia w Pracy (EU-OSHA) prezentuje przegląd literatury na ten temat, wskazuje na znaczenie profilaktyki i rehabilitacji. M.in.

Raport *Zaburzenia układu mięśniowo-szkieletowego: powiązanie z psychospołecznymi czynnikami ryzyka w miejscu pracy*

<https://healthy-workplaces.eu/pl/publications/musculoskeletal-disorders-association-psychosocial-risk-factors-work>

Podstrona tematyczna *Praktyczne narzędzia i wskazówki dotyczące zaburzeń układu mięśniowo-szkieletowego*, w której można wyszukiwać informacje wg obszaru priorytetowego, skutków dla zdrowia, środków profilaktycznych, grup pracowników, roku publikacji, języka, w którym prezentowane są informacje.

https://osha.europa.eu/pl/themes/musculoskeletal-disorders/practical-tools-musculoskeletal-disorders?search_api_fulltext=psychosocial+risks&sort_by=field_year&sort_order=DESC

Więcej informacji:

<https://healthy-workplaces.eu/pl/media-centre/news/new-evidence-link-between-psychosocial-factors-and-musculoskeletal-disorders>



Kampania *Dźwigaj z głową* – nowe publikacje

Europejska Agencja Bezpieczeństwa i Zdrowia w Pracy (EU-OSHA) prezentuje opracowania dotyczące zaburzeń mięśniowo-szkieletowych, sposobów zapobiegania tym zagrożeniom, statystyki, analizy i raporty. Najnowsze z nich to m.in.

Zaburzenia układu mięśniowo-szkieletowego u dzieci i młodzieży: rozpowszechnienie, czynniki ryzyka, środki zapobiegawcze – raport i sprawozdanie podsumowujące

Zaburzenia mięśniowo-szkieletowe: identyfikacja i profilaktyka zagrożeń dla kobiet, pracowników migrujących i osób LGBTI – arkusz informacyjny

Więcej informacji:

<https://healthy-workplaces.eu/pl/tools-and-publications/publications>



Sekcja OSHwiki na temat zaburzeń mięśniowo-szkieletowych

W OSHwiki, internetowej encyklopedii EU-OSHA z treściami na temat bezpieczeństwa i zdrowia w pracy, jest sekcja tematyczna dotycząca zaburzeń mięśniowo-szkieletowych. Znajdziemy tam informacje o charakterystyce tych zaburzeń, grup szczególnie narażonych, sposobów zapobiegania, możliwości rozpoznawania zagrożeń w poszczególnych sektorach, rehabilitacji i ułatwianiu powrotu do pracy osobom, które doświadczyły negatywnych skutków zaburzeń mięśniowo-szkieletowych.

Więcej informacji:

https://oshwiki.eu/wiki/Category:Musculoskeletal_disorders

<https://osha.europa.eu/pl/tools-and-resources/oshwiki>



Infografika *Zaburzenia mięśniowo-szkieletowe związane z pracą*

Infografika EU-OSHA *Zaburzenia mięśniowo-szkieletowe związane z pracą* syntetycznie i przejrzysto okazuje przyczyny i objawy zaburzeń mięśniowo-szkieletowych oraz sposoby ich łagodzenia. Najczęstsze symptomy to ból, obrzęk, mrowienie i drętwienie. Czynniki potencjalnie przyczyniające się do zaburzeń mięśniowo-szkieletowych przedstawia poniższa tabela.

Biomechaniczne i środowiskowe Podnoszenie, przenoszenie, pchanie, ciągnięcie ładunków Powtarzające się lub/i gwałtowne ruchy Długotrwały wysiłek fizyczny Praca w niewygodnych, statycznych pozycjach Wibracje dłoni, ramienia lub całego ciała Zimno lub nadmierne ciepło	Organizacyjne Długie godziny pracy Brak przerw lub możliwości zmiany pozycji podczas pracy Praca w szybkim tempie lub/i praca w napiętych terminach Praca powtarzalna lub/i monotonna
Psychospołeczne Brak kontroli nad zadaniami/obciążeniem pracą Niejasne/sprzeczne role Duże obciążenie umysłowe / poznawcze Brak wsparcia ze strony kolegów i/lub przełożonego	Indywidualne Wcześniejsza historia medyczna Wydolność fizyczna Wiek Otyłość/nadwaga

Więcej: <https://healthy-workplaces.eu/pl/infographics>



Nagroda filmowa EU-OSHA



Europejska Agencja Bezpieczeństwa i Zdrowia w Pracy (EU-OSHA) przyznała w tym roku nagrodę *Zdrowe i bezpieczne miejsca pracy (Healthy Workplaces Film Award)* filmowi *Yoon* autorstwa Pedro Figueiredo Neto i Ricardo Falcão. Nagroda za najlepszy film dokumentalny związany z tematyką pracy jest jedną z kategorii festiwalu filmów dokumentalnych Doclisboa w Lizbonie.

YOON oznacza ścieżkę, prawo, normę, religię lub po prostu podróż (w języku wolof, z rodziny nigero-kongijskiej).

Film *Yoon* opowiada o podróży senegalskiego kierowcy, Sow Mbaye, z Lizbony do Dakaru. Mbaye wyrusza starym Peugeotem 504, załadowanym towarami do sprzedania i dostarczenia, w kolejną podróż 4,5 tys. km - trasą, którą regularnie pokonuje od dziesięciu lat. W długiej, monotonnej, samotnej podróży martwi się, czy dotrze do celu. Rozmawia przez telefon ze swoimi bliskimi i odbiorcami przewożonych paczek.

Europejska Agencja Bezpieczeństwa i Zdrowia w Pracy (EU-OSHA) od 2009r. przyznaje nagrodę *Healthy Workplaces Film Award* za film dotyczący człowieka w środowisku pracy, zmieniającym się na skutek czynników polityczno-społecznych, sposobu życia, uwarunkowań fizycznych i psychospołecznych, istniejących czy nowych zagrożeń i innych problemów związanych z pracą. Do 2019r. nagrodę przyznawano w ramach międzynarodowego festiwalu filmów dokumentalnych i animowanych DOK Leipzig, a od 2020 r. Agencja współpracuje z międzynarodowym festiwalem filmów dokumentalnych DocLisboa.

Więcej informacji:

<https://doclisboa.org/2021/en/19th-doclisboa-award-winners/>

<https://www.youtube.com/watch?v=thcBm68YClc>

<https://osha.europa.eu/pl/campaigns-and-awards/awards/hw-film-award>



Rynek środków ochrony indywidualnej w Polsce

Zakład Ochron Osobistych w Łodzi Centralnego Instytutu Ochrony Pracy – Państwowego Instytutu Badawczego organizuje konferencję on-line *Rynek środków ochrony indywidualnej w Polsce* dnia 29 listopada 2021r. Program obejmuje m.in. zasady doboru i stosowania środków ochrony indywidualnej oczu, twarzy, głowy, uszu/słuchu i układu oddechowego oraz zmiany na rynku środków ochrony indywidualnej i masek medycznych spowodowanych pandemią COVID-19.

Udział w konferencji jest bezpłatny. Zgłoszenia:

https://docs.google.com/forms/d/e/1FAIpQLSfP2N7YLSjtARDJk9KvThCPxx8Ym4_nHqVHr8BdCU8sl3EjIw/viewform

Więcej informacji:

https://www.ciop.pl/CIOPPortalWAR/appmanager/ciop/pl?_nfpb=true&_pageLabel=P6600390441340371274166&wydarzenia_wydarzenie_id=1190



Konkurs O!ZNAKI PRACY rozstrzygnięty



O!ZNAKI PRACY

W tegorocznej edycji konkursu O! ZNAKI PRACY o tematyce *Stary zawód – nowa rzeczywistość* jury przyznało następujące nagrody i wyróżnienia:

Grand Prix:

W kategorii FOTOGRAFIA Jacek Boczar za zdjęcie *Neurochirurg*



W kategorii MULTIMEDIA Jakub Domin i Adam Mółka za film *Pan Baca*



Wyróżnienia:

W kategorii FOTOGRAFIA

Arkadiusz Pisarek za zdjęcie *Sprzątac*

Patryk Linkiewicz za zdjęcie *Brudna robota*

Tadeusz Koniarz za zdjęcie *W szczękach*"

Adam Śliwiński za zdjęcie *U szewca 2*

Konrad Busza za zdjęcie *Pasterz XXI wieku, telefon z Internetem ma już prawie każdy*

Tadeusz Koniarz za cykl zdjęć *Pracuję w Luwrze*

W kategorii MULTIMEDIA

Jakub Wencek za film *Każdy ma taki świat, jaki widzą jego oczy*

Filip Szukstul za film *Winda*

Krzysztof Miłosz za film *Sezon Blejdowy*

Ponadto przyznano szereg nagród i wyróżnień specjalnych i honorowych. Pełna prezentacja laureatów i ich prac: <https://oznakipracy.ciop.pl/laureaci>.

Filmy nagrodzone w konkursie można zobaczyć podczas wirtualnego pokazu filmów na platformie MOJEKINO.PL w dniach 14-15 grudnia 2021 r.

Więcej informacji o konkursie: <https://oznakipracy.ciop.pl>



COVID-19 i telepraca

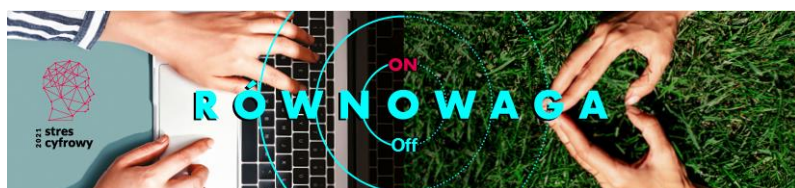
Europejska Agencja Bezpieczeństwa i Zdrowia w Pracy (EU-OSHA) przygotowała sprawozdanie na temat telepracy rozpowszechnionej podczas pandemii COVID-19 i wynikających z tego zjawiska zagrożeń dla zdrowia i bezpieczeństwa pracowników. W sprawozdaniu przedstawione są wywiady z pracownikami i pracodawcami na temat skutków telepracy, głównie w postaci zaburzeń mięśniowo-szkieletowych i psychospołecznych oraz zaprezentowane środki zapobiegawcze.

Więcej informacji:

<https://osha.europa.eu/pl/highlights/covid-19-telework-and-occupational-safety-and-health-what-lessons-have-we-learned>



Kampania społeczna *Stres cyfrowy*



Centralny Instytut Ochrony Pracy – Państwowy Instytut badawczy prowadzi kampanię informacyjno-promocyjną dotyczącą stresu związanego z zaburzeniami równowagi pomiędzy sferą prywatną i pracą wykonywaną w systemie zdalnym. Zgodnie z danymi Głównego Urzędu Statystycznego blisko 10% pracowników pracuje zdalnie (*Informacja o rynku pracy w czwartym kwartale 2020 roku* (dane wstępne), GUS, 25.02.2021r., <https://stat.gov.pl/obszary-tematyczne/rynek-pracy/pracujacy-bezrobotni-bierni-zawodowo-wg-bael/monitoring-rynku-pracy-kwartalna-informacja-o-rynku-pracy-w-czwartym-kwartale-2020-r-,12,45.html>) i zjawisko to ma silną tendencję wzrostową. W Unii Europejskiej prawie 40% pracowników wykonuje pracę zdalnie (*Living, working and COVID-19*, COVID-19 series, Eurofound, Publications Office of the European Union, Luxembourg 2020). Stres związany z nieradzeniem sobie z nowymi technologiami, używaniem nowoczesnej technologii informacyjnej, w tym z nadmiarem informacji cyfrowych, nasilił się w związku z pandemią COVID-19 i pracą zdalną. Powoduje przeciążenie informacyjne, przytłoczenie, przebodźcowanie, zaburzenie równowagi między życiem prywatnym i zawodowym. Określany jest jako stres cyfrowy lub technostres.

Konsekwencje stresu cyfrowego:

- spadek wydajności pracy,
- zmniejszenie satysfakcji z pracy,
- zaburzenia poczucia równowagi cyfrowej pomiędzy pracą a życiem osobistym,
- wypalenie zawodowe,
- absencja chorobowa, konflikty i izolacja społeczna,
- słaba koncentracja, drażliwość, zaburzenia pamięci.

Kampania dostarcza informacji o negatywnych skutkach braku równowagi cyfrowej i prezentuje rozwiązania ułatwiające eliminowanie/niwelowanie tego typu stresu.

Więcej informacji:

https://www.ciop.pl/CIOPPortalWAR/appmanager/ciop/pl?_nfpb=true&_pageLabel=P57800195181628147534688



Działania ośrodka EEN przy FRP na rzecz promocji bezpieczeństwa i zdrowia w pracy

Działania ośrodka Enterprise Europe Network przy Fundacji Rozwoju Przedsiębiorczości w Łodzi na rzecz promocji bezpieczeństwa i zdrowia w pracy przedstawimy w ramach konferencji *Idea rozwoju twojego biznesu*, cyklu spotkań on-line organizowanych przez Polską Agencję Rozwoju Przedsiębiorczości i Ministerstwo Rozwoju Technologii. Prezentacja jest zaplanowana dnia 23 listopada, o godz. 12.

**IDEA ROZWOJU
TWOJEGO BIZNESU**
CYKL SPOTKAŃ ONLINE



Ministerstwo
Rozwoju i Technologii

PARP
Grupa PFR

23 listopada (wtorek)
godz. 12:00

Bezpieczeństwo pracy i ochrona zdrowia w
budownictwie



Jerzy Obolewicz, Instytut naukowy Inżynierii
Bezpieczeństwa Obiektów
Antropogenicznych

Krzysztof Turoń, Biuro UDT w Białymstoku,
Oddział w Warszawie

Sławomir Gobcewicz, Biuro UDT w
Białymstoku, Oddział w Warszawie

dr Małgorzata Sikorska, Ośrodek Enterprise
Europe Network przy Fundacji Rozwoju
Przedsiębiorczości

Więcej informacji:

<https://www.parp.gov.pl/component/site/site/idearozwojubiznesu#harmonogram>

<https://www.parp.gov.pl/component/site/site/idearozwojubiznesu#transmisja>



Źródła:

<https://osha.europa.eu>

<https://healthy-workplaces.eu>

<https://doclisboa.org>

<https://www.ciop.pl>

<https://oznaki.pracy.ciop.pl>

<https://www.parp.gov.pl>

<https://stat.gov.pl>