

Εκπαίδευση Υπευθύνων ΕΣΥΠΠ (Εσωτερικών Υπηρεσιών Προστασίας και Πρόληψης)

Αναλυτικό Πρόγραμμα

Ενότητα	Ημερομηνίες: 02, 08, 10, 15 & 21 Μαρτίου 2023 (8:30-16:30) ΑΝΑΛΥΣΗ ΠΕΡΙΕΧΟΜΕΝΟΥ ΕΝΟΤΗΤΩΝ	ΔΙΑΡΚΕΙΑ (ΩΡΕΣ)
1	Αρχές Ασφάλειας και Υγείας στην εργασία	4
	<ul style="list-style-type: none"> • Λόγοι εισαγωγής ενός αποτελεσματικού συστήματος διαχείρισης ασφάλειας και υγείας • Υποχρεώσεις εργοδοτών και εργοδοτούμενων για τα θέματα ασφάλειας και υγείας σύμφωνα με την κυπριακή νομοθεσία • Πολιτική για την ασφάλεια και υγεία • Συστήματα διαχείρισης ασφάλειας και υγείας • Πυραμίδα ατυχημάτων • Εργατικά ατυχήματα, γνωστοποίηση/καταγραφή • Επαγγελματικές ασθένειες-επιτήρηση της υγείας των εργαζομένων • Συνέπειες (κόστος ανθρώπινης ζωής-κοινωνικό κόστος) • Ανάλυση παραδειγμάτων εργατικών ατυχημάτων και επαγγελματικών ασθενειών 	
2	Μέσα Ατομικής Προστασίας (ΜΑΠ)	1
	<ul style="list-style-type: none"> • Είδη ΜΑΠ, κυπριακά, ευρωπαϊκά και διεθνή πρότυπα • Υποχρεώσεις εργοδότη και εργαζομένων, κριτήρια επιλογής, εκτίμηση κινδύνου για την επιλογή, οδηγίες προς τους εργαζόμενους <p>Χρήση, αποθήκευση, συντήρηση</p>	
3	Εκτίμηση των κινδύνων	2
	<ul style="list-style-type: none"> • Άσκηση • Διαδικασία Εκτίμηση Κινδύνων 	
4	Πυρασφάλεια και Σχέδια δράσης και αντιμετώπισης καταστάσεων έκτακτης ανάγκης	4
	<ul style="list-style-type: none"> • Ανάλυση των στόχων του προγράμματος και σχετική Νομοθεσία • Παθητική και ενεργητική πυροπροστασία, περιορισμός στον κίνδυνο έναρξης και επέκτασης πυρκαγιάς, ασφάλεια των ενοίκων • Μέσα διαφυγής, κρίσιμη κατάσταση για τους ενοίκους σε κτήριο που καίγεται, διαφυγή ατόμων με ειδικές ανάγκες. Προβολή ταινιών μικρού μήκους <p>Σχέδια δράσης και έκτακτης ανάγκης</p> <ul style="list-style-type: none"> • Επισήμανση κινδύνων πυρκαγιάς και τρόποι αντιμετώπισής τους. Μέσα πυρόσβεσης και κατάσβεσης πυρκαγιάς. Προβολή ταινίας μικρού μήκους • Επισήμανση κινδύνων ένεκα σεισμού και άλλων δυσμενών καιρικών συνθηκών και τρόποι αντιμετώπισης ή μείωσης των κινδύνων 	

	<ul style="list-style-type: none"> • Σχέδια δράσης για την αντιμετώπιση έκτακτων καταστάσεων και εκκένωσης των χώρων, συγκρότηση ομάδων πυροπροστασίας, καθήκοντα υπευθύνων και ομάδων. Εκπαίδευση και εκσυγχρονισμός σχεδίων 	
5	Διακίνηση προσώπων και οχημάτων	1
	<ul style="list-style-type: none"> • Διάδρομοι, οδοί και διακίνηση προσώπων και οχημάτων. Εκπαίδευση, /οδηγίες χειριστών και οδηγών μηχανημάτων/οχημάτων, ευστάθεια εδάφους, προστασία τρίτων προσώπων, έξοδοι από το εργοτάξιο, συνεργασία με αρμόδιες αρχές, συντήρηση και αρχείο συντήρησης μηχανημάτων. 	
6	Ασφάλεια & Υγεία στα κατασκευαστικά έργα και εργασίες σε ύψος	2
	<ul style="list-style-type: none"> • Εργασίες σε ύψος (ικριώματα, κλίμακες, ανυψωτικά μηχανήματα). Εκτίμηση κινδύνων πτώσης από ύψος. Κώδικας Πρακτικής για εργασίες σε Ύψος. • Άσκηση 	
7	Μηχανικοί κίνδυνοι και εξοπλισμός εργασίας	3
	<ul style="list-style-type: none"> • Βασικές Νομοθετικές Υποχρεώσεις Εργοδοτών • Κτηριακές Εγκαταστάσεις -διαρρύθμιση μηχανημάτων στο χώρο, ηλεκτρική εγκατάσταση, περιπτωσιακή μελέτη λανθασμένων και σωστών παραδειγμάτων • Περιγραφή Μηχανολογικών Εξοπλισμών σε επιλεγμένους βιομηχανικούς κλάδους όπως π.χ κατασκευαστική βιομηχανία, ξενοδοχειακή βιομηχανία, επεξεργασία και παραγωγή τροφίμων, χημική βιομηχανία, μεταφορές, υπηρεσίες κλπ • Ανάλυση Μηχανικών Κινδύνων και εργατικών ατυχημάτων • Οδηγίες ασφαλούς εργασίας και μέτρα αντιμετώπισης των κινδύνων • Υποχρεώσεις κατασκευαστών • Φορητές συσκευές και εργαλεία χειρός • Σήμανση CE • Συντήρηση μηχανημάτων/κίνδυνοι από τη συντήρηση • Εξοπλισμός υπό πίεση • Συμπεράσματα – Συζήτηση 	
8	Ηλεκτρικοί κίνδυνοι	1
	<ul style="list-style-type: none"> • Σύστημα ηλεκτροδότησης στην Κύπρο • Αναφορά στους κανονισμούς συρμάτωσης που διέπουν τις ηλεκτρικές εγκαταστάσεις • Προστατευτικά μέσα (MCBs, RCDs, MCCBs, RCBOs) • Τρόπος λειτουργίας του RCD σε μια ηλεκτρολογική εγκατάσταση • Γειώσεις και ισοδυναμική ζώνη • Πώς συμβαίνει μια ηλεκτροπληξία • Ηλεκτρολογικές πυρκαγιές • Πώς αναγνωρίζεις τους κινδύνους • Πώς εκτιμάς την επικινδυνότητα • Πώς ελέγχεις του κινδύνους • Πώς εργάζεσαι με ασφάλεια 	

	<ul style="list-style-type: none"> • Συμπεράσματα/συζήτηση 	
9	Ψυχοσωματικοί Κίνδυνοι	1
	<ul style="list-style-type: none"> • (Εισαγωγή στους Ψυχοκοινωνικούς κινδύνους) • Άγχος/Παράγοντες κινδύνου • Στρες • Εξουθένωση • Μετατραυματικό Άγχος • Παρενόχληση • Ψυχοκοινωνικοί Κίνδυνοι στο Χώρο εργασίας 	
10	Εργονομία – Μυοσκελετικές Παθήσεις - Κίνδυνοι κατά την χειρονακτική διακίνηση φορτίων	2
	<ul style="list-style-type: none"> • Τι είναι η εργονομία • Τι είναι οι μυοσκελετικές παθήσεις • Βασικές αρχές Εργονομίας, Σκοποί και Στόχοι Εργονομίας • Διακίνηση φορτίων με τα χέρια και διακίνηση φορτίων με μηχανικά μέσα. Ορθοί τρόποι μεταφοράς φορτίου, χαρακτηριστικά φορτίου, ικανότητες ατόμου, κίνδυνοι για το μυοσκελετικό σύστημα. 	
11	Χημικοί και Βιολογικοί Παράγοντες	1
	<ul style="list-style-type: none"> • Είδη Χημικών και Βιολογικών Παραγόντων 	
12	Φυσικοί παράγοντες	4
	<ul style="list-style-type: none"> • Θόρυβος (χαρακτηριστικά θορύβου, οριακές τιμές έκθεσης, επιπτώσεις στον οργανισμό, όργανα μέτρησης, μέτρα προστασίας (τεχνικά, οργανωτικά, ΜΑΠ). • Θερμικό φορτίο (μηχανισμός θερμορύθμισης του σώματος, μετρήσεις και οριακές τιμές Διορθωμένης Ενεργούς Θερμοκρασίας, επιπτώσεις στην υγεία από εργασία σε ψυχρό και θερμό εργασιακό περιβάλλον, μέτρα (τεχνικά-οργανωτικά) προστασίας, Κώδικας Πρακτικής για τη θερμική καταπόνηση εργαζομένων). • Κραδασμοί (τύποι δονήσεων, επιπτώσεις στην υγεία, όργανα μετρήσεις και οριακές τιμές έκθεσης, μέτρα προστασίας). • Ακτινοβολία (είδη ακτινοβολίας, επιπτώσεις στους ζωντανούς οργανισμούς, όργανα μετρήσεις και οριακές τιμές έκθεσης, μέτρα προστασίας). • Αερισμός (ποιότητα εσωτερικού αέρα, ρυθμός εναλλαγών αέρα, ρυπογόνοι παράγοντες – καπνός, διοξείδιο του άνθρακα, βενζόλιο, φορμαλδεΐδη, πτητικές οργανικές ενώσεις κ.ά – επίπεδα υγρασίας, επιπτώσεις στον οργανισμό, μέτρα προστασίας). • Φωτισμός (τιμές εντάσεως φωτισμού, μετρήσεις, επιπτώσεις από εργασία σε οπτικά επιβαρυμένο εργασιακό περιβάλλον, μέτρα προστασίας) 	
13	Οθόνες Οπτικής Απεικόνισης	1
	<ul style="list-style-type: none"> • Νομοθεσία • Προβλήματα υγείας που έχουν σχετιστεί με χρήση ΟΟΑ 	
14	Βασικές αρχές Επιθεώρησης χώρων εργασίας	1

	<ul style="list-style-type: none"> • Σκοπός επιθεωρήσεων 	
15	Ελάχιστες προδιαγραφές χώρων εργασίας	2
	<ul style="list-style-type: none"> • Οι ελάχιστες προδιαγραφές που πρέπει να πληρούν όλοι οι χώροι εργασίας 	
16	Τήρηση Αρχείου Ασφάλειας και Υγείας	2
	<ul style="list-style-type: none"> • Η σημασία τήρησης αρχείου Ασφάλειας και Υγείας 	
17	Εκτίμηση των κινδύνων (πρακτική εξάσκηση)	3
	<ul style="list-style-type: none"> • Παραδείγματα γραπτών εκτιμήσεων κινδύνων σε διάφορους τομείς οικονομικής δραστηριότητας (πρακτική εξάσκηση) 	
	<ul style="list-style-type: none"> • Εκτίμηση κινδύνου σε γραφειακές εργασίες (πρακτική εξάσκηση) 	
	<ul style="list-style-type: none"> • Εκτίμηση κινδύνου σε βοηθητικές ή τεχνικές εργασίες (πρακτική εξάσκηση) 	
	ΔΙΑΡΚΕΙΑ ΚΑΤΑΡΤΙΣΗΣ	35