

## Πρότυπο παρουσίασης

ΠΑΡΑΔΕΙΓΜΑ ΚΑΛΗΣ ΠΡΑΚΤΙΚΗΣ	
ΘΕΜΑ	ΕΚΠΑΙΔΕΥΣΗ ΠΡΟΣΩΠΙΚΟΥ ΤΡΑΠΕΖΑΣ ΣΤΑ ΘΕΜΑΤΑ Α&Υ
ΤΙΤΛΟΣ ΤΗΣ ΛΥΣΗΣ	ΧΡΗΣΗ ΕΞ ΑΠΟΣΤΑΣΕΩΣ ΕΚΠΑΙΔΕΥΣΗΣ & ΔΙΑΣΦΑΛΙΣΗ ΕΥΑΙΣΘΗΤΟΠΟΙΗΣΗΣ
ΕΠΙΧΕΙΡΗΣΗ	ΤΡΑΠΕΖΑ ΚΥΠΡΟΥ ΔΗΜΟΣΙΑ ΕΤΑΙΡΙΑ ΛΤΔ
ΑΡΙΘ. ΕΡΓΑΖΟΜΕΝΩΝ	4100
Χώρα	ΚΥΠΡΟΣ
Διεύθυνση	ΣΤΑΣΙΝΟΥ 51, ΣΤΡΟΒΟΛΟΣ
Τηλ.:	22127402
Φαξ:	
Ηλ. Ταχ.:	<a href="mailto:nakis.tryfonos@bankofcyprus.com">nakis.tryfonos@bankofcyprus.com</a>
Αρμόδιος επικοινωνίας	ΝΑΚΗΣ ΤΡΥΦΩΝΟΣ ΛΕΙΤΟΥΡΓΟΣ ΑΣΦΑΛΕΙΑΣ & ΥΓΕΙΑΣ ΤΡΑΠΕΖΑΣ ΚΥΠΡΟΥ
ΟΡΓΑΝΙΣΜΟΣ ΠΟΥ ΠΑΡΕΧΕΙ ΤΙΣ ΠΛΗΡΟΦΟΡΙΕΣ	
Χώρα	
Διεύθυνση	
Τηλ.:	
Φαξ:	
Ηλ. Ταχ.:	
Αρμόδιος επικοινωνίας	
ΤΟΜΕΑΣ	ΤΜΗΜΑ ΕΚΠΑΙΔΕΥΣΗΣ/ ΠΡΟΣΩΠΙΚΟΥ/ Α&Υ ΤΡΑΠΕΖΑ ΚΥΠΡΟΥ
ΚΑΘΗΚΟΝ	Όλες οι εργασιακές θέσεις της Τράπεζας
ΠΡΟΒΛΗΜΑ (κίνδυνος/επικινδυνότητα/συνέπεια)	<p>Η σύνταξη και διατήρηση επίκαιρης Μελέτης Εκτίμησης των Κινδύνων αλλά και αντίστοιχου Συστήματος Διαχείρισης της Α&amp;Υ δεν διασφαλίζει απαραίτητα την ευαισθητοποίηση του προσωπικού στα σχετικά θέματα με αποτέλεσμα η εφαρμογή των προτεινόμενων προνοιών να εφαρμόζονται από το προσωπικό είτε πλημμελώς είτε καθόλου, όχι λόγω απροθυμίας αλλά λόγω έλλειψης πληροφόρησης με αποτέλεσμα να διακυβεύεται η αποτελεσματικότητα της προληπτικής εφαρμογής βελτιωτικών μέτρων.</p>

#### ΛΥΣΗ (πρόληψη κινδύνου)

Υιοθέτηση μίας πλατφόρμας εξ αποστάσεως εκπαίδευσης του προσωπικού με αξιολόγηση με σχεδιασμό σε μελλοντικό στάδιο να εξειδικευτεί ανά θέση εργασίας.

Η πλατφόρμα - πρόγραμμα σχεδιάστηκε ειδικά για τους κινδύνους της Τράπεζας από εξειδικευμένο Σύμβουλο σε συνεργασία με τον Λειτουργό Ασφάλειας, το IT και το Τμήμα Προσωπικού για τη μεγιστοποίηση του θετικού αντίκτυπου.

Το πρόγραμμα άρχισε στις 14/11/2018 και εφαρμόστηκε για όλο το προσωπικό του Συγκροτήματος της Τράπεζας Κύπρου (περίπου 4000 άτομα, περιλαμβανομένης και της Ανώτερης Διεύθυνσης). Είχε διάρκεια περίπου 20 λεπτά και για να ολοκληρωθεί έπρεπε να απαντηθούν επιτυχώς συγκεκριμένες ερωτήσεις αξιολόγησης (περίπου 10 ερωτήσεις σε διάφορες θεματικές).

Το πρόγραμμα ολοκληρώθηκε με επιτυχία στις 28/11/2018.

#### ΑΠΟΔΟΤΙΚΟΤΗΤΑ ΤΩΝ ΑΠΟΤΕΛΕΣΜΑΤΩΝ

Από την ανατροφοδότηση που έχει ληφθεί από τους εργαζομένους, το πρόγραμμα έχει πετύχει τον αρχικό του στόχο που ήταν η ενίσχυση της κουλτούρας ασφάλειας και υγείας στην Τράπεζα.

Κατά τη διάρκεια των επιθεωρήσεων στα υποστατικά έγιναν αναφορές προς τον Λειτουργό Ασφάλειας ότι το πρόγραμμα ήταν απλό, πολύ καθοδηγητικό και ότι βλέπουν πολύ διαφορετικά τα θέματα ασφάλειας και υγείας.

#### ΠΑΡΑΓΟΝΤΑΣ/ΕΣ ΕΠΙΤΥΧΙΑΣ

- (1) Η δέσμευση της Διοίκησης για τη διασφάλιση εκπαίδευσης όλου του προσωπικού τόσο κατά την πρόσληψη όσο και ανά τακτά χρονικά διαστήματα με τη χρήση της τεχνολογίας
- (2) Η συνεργασία διαφόρων τμημάτων στην Τράπεζα για τη δημιουργία ενός χρηστικού εργαλείου εκπαίδευσης
- (3) Η απλότητα και η παραστατικότητα του εκπαιδευτικού υλικού βασισμένη στις πραγματικές ανάγκες της Τράπεζας με παραδείγματα, σχήματα και εικόνες
- (4) Η καθολικότητα της εφαρμογής για τη δημιουργία της σχετικής κουλτούρας A&Y

**ΚΟΣΤΟΣ/ΟΦΕΛΟΣ**  
(συμπεριλαμβανομένου του κοινωνικού και οικονομικού κόστους και οφέλους, καθώς και του κόστους και οφέλους για το ανθρώπινο δυναμικό)

- Οι εργοδοτούμενοι εμφανίζονται ιδιαίτερα ικανοποιημένοι από την Τράπεζα και τον Λειτουργό A&Y
- Απλοποίηση της διαδικασίας εκπαίδευσης του προσωπικού με τη χρήση της τεχνολογίας με αποτέλεσμα την υλοποίηση προγραμμάτων σε ευρύτερο φάσμα του προσωπικού
- Άμεση εκπαίδευση όλων των νεοπροσλαμβανομένων στις βασικές αρχές A&Y
- Η υιοθέτηση της συγκεκριμένης πλατφόρμας σε όλα τα θεματικά πεδία A&Y
- Αξιολόγηση του προσωπικού μέσω επιλογής ερωτήσεων από τράπεζα θεμάτων η οποία αναθεωρείται και εμπλουτίζεται συνεχώς
- Αναγνώριση τυχόν κενών και κάλυψή τους με επικεντρωμένες εκπαιδεύσεις

**ΕΑΝ ΕΙΝΑΙ ΕΦΙΚΤΟ, ΠΑΡΑΚΑΛΕΙΣΘΕ ΝΑ ΕΠΙΣΥΝΑΨΕΤΕ ΦΩΤΟΓΡΑΦΙΕΣ και/ή ΑΛΛΕΣ ΕΙΚΟΝΕΣ** του ΠΑΡΑΔΕΙΓΜΑΤΟΣ ΚΑΛΗΣ ΠΡΑΚΤΙΚΗΣ, (π.χ. φωτογραφία ενός ανασχεδιασμένου εργασιακού περιβάλλοντος, εικονογραφημένο υλικό από τις εφαρμοζόμενες μεθόδους ή από το υλικό της κατάρτισης).

**ΠΑΡΑΚΑΛΕΙΣΘΕ ΝΑ ΠΡΟΣΔΙΟΡΙΣΕΤΕ ΠΟΙΟΣ ΠΡΕΠΕΙ ΝΑ ΠΑΡΕΙ ΤΟ ΒΡΑΒΕΙΟ**

Η επιχείρηση

## Επεξηγήσεις σχετικά με τις επικεφαλίδες

- ΘΕΜΑ – Μία ή δύο βασικές λέξεις για την περιγραφή του παραδείγματος, π.χ. χειρωνακτική διακίνηση φορτίων, υπερβολαβία, αναδιοργάνωση της εργασίας, ασφαλής χρήση εργαλείων, κ.λπ.
- ΤΙΤΛΟΣ ΤΗΣ ΛΥΣΗΣ: Μία γραμμή π.χ. πρόγραμμα κατάρτισης μαθητευομένων, ασφαλέστερη χρήση χημικών ουσιών από καθαριστές κ.λπ.
- ΕΠΩΝΥΜΙΑ ΤΗΣ ΕΠΙΧΕΙΡΗΣΗΣ / ΤΟΥ ΟΡΓΑΝΙΣΜΟΥ ΠΟΥ ΠΑΡΕΧΕΙ ΤΙΣ ΠΛΗΡΟΦΟΡΙΕΣ: Σε ορισμένες περιπτώσεις, ο οργανισμός που υποβάλλει την υποψηφία περίπτωση είναι άλλος από την επιχείρηση όπου εφαρμόστηκε η καλή πρακτική. Σε τέτοιες περιπτώσεις, παρακαλείσθε να παρέχετε λεπτομερή στοιχεία και για τους δύο φορείς, καθώς και τα στοιχεία των αρμόδιων επικοινωνίας και στους δύο φορείς. Εάν, για παράδειγμα, παράδειγμα καλής πρακτικής αποτελεί, μια διαδικασία ή ένα εργαλείο εκτίμησης κινδύνου που μπορεί να χρησιμοποιηθεί από άλλες επιχειρήσεις, το μέγεθος της επιχείρησης που ανέπτυξε το υποβληθέν παράδειγμα πρέπει να χρησιμοποιηθεί για την κατάταξη του υποψηφίου (κατηγορία επιχείρησης που απασχολεί λιγότερους ή περισσότερους από 100 εργαζόμενους).
- ΤΟΜΕΑΣ: Εάν είναι δυνατόν, ο τομέας πρέπει να αναφέρεται με τη χρησιμοποίηση της στατιστικής ταξινόμησης της οικονομικής δραστηριότητας στην Ευρωπαϊκή Ένωση, Γενική Ονοματολογία των οικονομικών δραστηριοτήτων στις Ευρωπαϊκές Κοινότητες (NACE) Αναθ.2, 2008.
- ΚΑΘΗΚΟΝ: Περιγραφή του καθήκοντος και του χώρου εργασίας/της δραστηριότητας/της κατάστασης που προκαλεί τον κίνδυνο/της επικινδυνότητας/των συνεπειών.\*
- ΠΡΟΒΛΗΜΑ: Περιγράψτε πώς, πότε και με ποια μορφή προκύπτουν οι κίνδυνοι/οι επικίνδυνες καταστάσεις, καθώς και τις συνέπειες και τα αποτελέσματα (ενδεχόμενες βλάβες στην υγεία, ασθένειες, ατυχήματα, επιπτώσεις στην παραγωγή και στην εργασία κ.λπ.). Η περιγραφή πρέπει να είναι σαφής έτσι ώστε όσοι έχουν πρόσβαση στις πληροφορίες μέσω του Διαδικτύου να μπορούν να κατανοούν τα μέτρα που έχουν ληφθεί και τους λόγους για τους οποίους ελήφθησαν.\*
- ΛΥΣΗ: Σαφής περιγραφή των μέτρων που έχουν ληφθεί, π.χ. διαδικασία επιλογής, συμμετοχή του εργατικού δυναμικού, εφαρμογή, κ.λπ. Η εφαρμοζόμενη λύση πρέπει να είναι κατανοητή ούτως ώστε ο αναγνώστης να έχει μια σαφή εικόνα της.\*
- ΚΟΣΤΟΣ / ΟΦΕΛΟΣ: Αναφορά του συνόλου των δαπανών που προέκυψαν κατά τη διάρκεια της εφαρμογής της νέας λύσης και της μείωσης του κόστους που προέκυψε ως άμεση ή έμμεση συνέπεια της καινοτομίας (εφόσον διατίθενται σχετικά στοιχεία).
- ΑΠΟΤΕΛΕΣΜΑ/ΑΠΟΔΟΤΙΚΟΤΗΤΑ: Αναφορά των μετρήσιμων αποτελεσμάτων καθώς επίσης και οποιωνδήποτε «μη μετρήσιμων» ωφελειών, π.χ. μείωση της συχνότητας εμφάνισης συμπτωμάτων αδιαθεσίας, βελτίωση του εργασιακού κλίματος, βελτιωμένος από εργονομική και/ή οικονομική άποψη τρόπος εργασίας κ.λπ. Εδώ μπορεί να περιληφθεί το κοινωνικό και οικονομικό κόστος και όφελος, καθώς και το κόστος/όφελος για το ανθρώπινο δυναμικό, όπως επίσης και οι θετικές συνέπειες.
- ΠΑΡΑΓΟΝΤΑΣ/ΕΣ ΕΠΙΤΥΧΙΑΣ: Στοιχεία τα οποία είναι απαραίτητα για την επίτευξη του προσδοκώμενου αποτελέσματος, π.χ. η συμμετοχή των εργαζομένων στην ανάπτυξη του σχεδίου ή στην εκτίμηση κινδύνου, συμπεριλαμβανομένων στοιχείων όπως η εύκολη πρόσβαση στα τμήματα που απαιτούν συντήρηση, στις αρχές σχεδιασμού εξοπλισμού, συμπεριλαμβανομένων των υπερβολάβων κατά τον προγραμματισμό της συντήρησης ή τον εφοδιασμό τους με επαρκείς πληροφορίες σχετικά με το χώρο εργασίας στον οποίο θα εργαστούν προκειμένου να μπορέσουν να εκτελέσουν το έργο τους με ασφάλεια.

\* Ως συμπληρωματικές πληροφορίες πρέπει να παρέχονται φωτογραφίες και λοιπά εικονογραφημένο υλικό και, εφόσον είναι δυνατόν, γραφικές παραστάσεις, πίνακες και διαγράμματα.

# Υλικό Παρουσίασης



## Εισαγωγή

Καλωσορίσατε στο σεμινάριο Ασφάλεια και Υγεία στην Εργασία.

Το σεμινάριο έχει στόχο την ενημέρωση και την εμπέδωση κουλτούρας Ασφάλειας και Υγείας σε όλο το προσωπικό του Συγκροτήματος, όπως επίσης την πρόληψη των εργατικών ατυχημάτων και επαγγελματικών ασθενειών.

Η Ασφάλεια και Υγεία είναι δύο διακριτές επιστήμες



### ΑΣΦΑΛΕΙΑ

Ασχολείται με την μελέτη του εργασιακού περιβάλλοντος και με τους παράγοντες που μπορεί να προκαλέσουν **ατύχημα**

**Παραδείγματα:** Γλιστρήματα, πτώσεις, ηλεκτροπληξία

### ΥΓΕΙΑ (ΥΓΙΕΙΝΗ + ΕΡΓΟΝΟΜΙΑ)

Ασχολείται με την μελέτη του εργασιακού περιβάλλοντος και με τους παράγοντες που μπορεί να προκαλέσουν **επαγγελματική ασθένεια**

**Παραδείγματα:** Μυοσκελετικά προβλήματα, επαγγελματικό άγχος

#### Αναγκαιότητα Εκπαίδευσης & Κατάρτισης !

- ▶ **Ηθική Υποχρέωση:** Προστασία του Ανθρώπινου Δυναμικού, Προστασία του πελάτη/ συνεργάτη
- ▶ **Επιχειρηματική Ανάγκη:** Μείωση απουσιασμού, Προστασία ονόματος, Προστασία περιουσιακών στοιχείων
- ▶ **Νομοθετική Ανάγκη:** Συμμόρφωση με την Νομοθεσία





## 1. Καθήκοντα Εργοδοτούμενων



Με στόχο την "Πρόληψη των ατυχημάτων" κάθε εργοδοτούμενος οφείλει να:

- ▶ Αναφέρει άμεσα όλες τις ανασφαλείς καταστάσεις που υποπίπτουν στην αντίληψη του στον Προϊστάμενο του ή στον Αντιπρόσωπο Ασφάλειας του χώρου εργασίας του
- ▶ Συμμετέχει στα σεμινάρια και τις εκδηλώσεις με θέμα την Ασφάλεια & Υγεία
- ▶ Αναφέρει όλα τα ατυχήματα στον Προϊστάμενο του και τον Λειτουργό Ασφάλειας της Τράπεζας
- ▶ Γνωρίζει τι θα κάνει σε περίπτωση έκτακτων καταστάσεων

### ΕΙΝΑΙ ΕΠΙΚΙΝΔΥΝΟΣ Ο ΧΩΡΟΣ ΕΡΓΑΣΙΑΣ ΜΑΣ ;

Σε γενικές γραμμές η πιθανότητα σοβαρού ατυχήματος σε γραμμικούς χώρους είναι χαμηλή όχι όμως απύθνητη.

Κανείς δεν θέλει ακούσει να υποφέρει. Συνήθως τα ατυχήματα συμβαίνουν επειδή λαμβάνουμε λάθος αποφάσεις, λόγω βιασύνης, απροσεχίας, απροσεξίας, εξουκατάωσης με τον κίνδυνο και λόγω άγνοιας.



Το να γνωρίζουμε τους κυριότερους κινδύνους και τον τρόπο που πρέπει να τους αντιμετωπίσουμε, συμβάλλει στην μείωση της πιθανότητας να συμβεί ένα ατύχημα τόσο σε εμάς ή ακόμη και να προκαλέσουμε ακούσια ένα ατύχημα στους συναδέλφους μας.





## 2. Λειτουργός & Επιτροπή Ασφάλειας και Υγείας

### Λειτουργός Ασφάλειας και Υγείας

- ▶ Η Τράπεζα έχει αναπτύξει διαδικασίες και οδηγίες πρόληψης ατυχημάτων έχοντας διορίσει έναν πλήρους απασχόλησης **Λειτουργό Ασφάλειας** για να τις βελτιώνει και να τις παρακολουθεί.
- ▶ Επειδή όλοι οι εργαζοτούμενοι οφείλουν να συνδράμουν στην εφαρμογή τους, η γνώμη τους μετρά. Για το λόγο αυτό στην Τράπεζα έχουν εκλεγεί **Αντιπρόσωποι Ασφάλειας** που συνθέτουν την **Επιτροπή Ασφάλειας & Υγείας** στην οποία μπορεί να συμμετέχει εθελοντικά οποιοσδήποτε εφόσον εκλεγεί μέλος της.



Κάντε κλικ στα πιο κάτω (+) για να μάθετε περισσότερα για τα καθήκοντα του Λειτουργού Ασφάλειας & Υγείας καθώς επίσης και για την Εκτίμηση Επικινδυνότητας

+ Καθήκοντα Λειτουργού Ασφάλειας και Υγείας

+ Εκτίμηση Επικινδυνότητας

### Επιτροπή Ασφάλειας και Υγείας

Η επιτροπή έχει θητεία 3 χρόνια, ο ρόλος της είναι συμβουλευτικός και αποτελείται από:

- Αντιπρόσωπος Ασφάλειας
- Αντιπρόσωπο Εργοδότη
- Λειτουργό Ασφάλειας & Υγείας και
- Ιατρό Εργασίας (εάν υπάρχει)



Κάντε κλικ στο πιο κάτω (+) για να μάθετε περισσότερα για τα καθήκοντα της Επιτροπής Ασφάλειας & Υγείας

+ Καθήκοντα Επιτροπής Ασφάλειας & Υγείας





## 3. Πρώτες Βοήθειες

### Τι είναι οι Πρώτες Βοήθειες;

Πρώτες Βοήθειες είναι η αρχική βοήθεια ή θεραπεία που δίνουμε σε ένα πάσχοντα πριν φτάσει η εξειδικευμένη βοήθεια (ασθενοφόρο, γιατρός, νοσηλεύτης).

### Στόχος των Πρώτων Βοηθειών

- ▶ Να διατηρήσουν το άτομο στη ζωή
- ▶ Να προλάβουν την επιδείνωση της κατάστασης του και να συμβάλουν στην ανάρρωσή του
- ▶ Να προστατίξουν το άτομο από παραπέρα τραυματισμό
- ▶ Να καθησυχάσουν το άτομο και να το κάνουν να νοιώθει όσο πιο άνετα είναι δυνατόν
- ▶ Να καλέσουν εξειδικευμένη βοήθεια



### Πρώτες Βοήθειες στην Εργασία

Η Τρόπεζα μεριμνά για την εκπαίδευση του προσωπικού στις Πρώτες Βοήθειες.

Τα συγκεκριμένα άτομα είναι επιφορτισμένα για την παροχή πρώτων βοηθειών αλλά και τη φροντίδα των φαρμακείων στα χώρο εργασίας.



Οι εκπαιδεύσεις γίνονται βάσει των αναγκών της Τρόπεζας στα ακόλουθα σεμινάρια:

- ▶ Πρώτες Βοήθειες στην Εργασία
- ▶ Πρώτες Βοήθειες στην Εργασία - Επείγοντα Περιστατικά
- ▶ Καρδιοπνευμονική Αναζωογόνηση (ΚΑΡΠΑ) και χρήση του Αυτόματου Εξωτερικού Απινδωτή (ΑΕΑ)

Η συμμετοχή σε αυτές τις ομάδες είναι εθελοντική.

### Αρμόδιοι

Στην Τρόπεζα έχουν οριστεί εκπαιδευμένα άτομα που συνθέτουν τις ομάδες **οι Αρμόδιοι Εκκένωσης Χώρων**, οι οποίοι θα βοηθήσουν στην εκκένωση των χώρων εργασίας σε περίπτωση ενός έκτακτου περιστατικού έχοντας ως προτεραιότητα:

- ▶ την διάσωση και προστασία ανθρώπινων ζωών
- ▶ την προστασία της περιουσίας







## 4. Συνήθειες Κίνδυνου στο Γραφείο



Κυριότερες αιτίες ατυχημάτων στους γραφειακούς χώρους είναι οι πτώσεις, η πρόσκρουση σε αντικείμενα καθώς και η λανθασμένη χρήση του εξοπλισμού. Παρακάτω αναφέρονται οι συνήθειες κίνδυνου που αντιμετωπίζουμε στο εργασιακό μας χώρο.

*Κάντε κλικ στα πλοκάγια (+) για να μάθετε περισσότερα.*

- + Εμπόδια στην κίνηση
- + Ολισθηρότητα
- + Σκόλες ή επιφάνειες σε ύψος
- + Ηλεκτροπληξία
- + Χτύπημα από πτώση αντικειμένων
- + Χειρονοκτική άρση φορτίων



3. Πρώτες Βοήθειες

5. Οργάνωση χώρου Εργασίας





## 5. Οργάνωση χώρου Εργασίας

### Μυοσκελετικά Προβλήματα

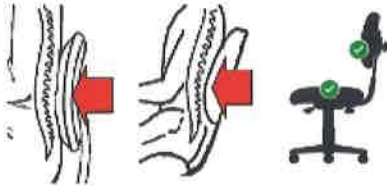
Ακόμη και στις καθιστικές εργασίες γραφείου το σώμα μας υπόκειται σε μικροτραυματισμούς. Οι κυριότερες αιτίες είναι η υιοθέτηση άβολων στάσεων, η καταβολή υπερβολικής δύναμης και η επανάληψη των ίδιων κινήσεων σε υψηλή συχνότητα.

Όταν αυτές οι πρακτικές συνεχίζονται για μεγάλες χρονικές περιόδους, το σώμα μας δεν έχει το χρόνο να ανακάμψει και έτσι δημιουργούνται συσσωρευτικά τραύματα που μπορεί να οδηγήσουν σε χρόνιες παθήσεις.

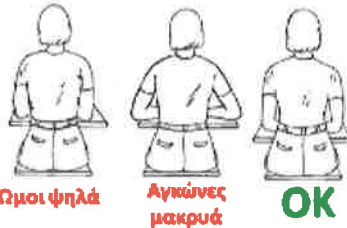


### Ρύθμιση καθίσματος

- ▶ Διατηρήστε τη σπονδυλική σας στήλη ευθυεπή χρησιμοποιώντας την πλάτη του καθίσματος σας, αλλά και όλη την επιφάνεια του καθίσματος.



- ▶ Διατηρήστε τους βραχίονες δίπλα στο σώμα έτσι ώστε να κρέμονται χαλαρά από τους ώμους.



- ▶ Υιοθετήστε σωστή στάση σώματος χρησιμοποιώντας υποπόδια μόνο εάν τα πόδια σας δεν εφάπτονται με το έδαφος.





## 6. Πυρασφάλεια

Η πυρασφάλεια ευθύνεται για τις μεγαλύτερες απώλειες περιουσιακών στοιχείων σε γραμματοκόπτες χώρους και ξεκινά πάντα από μία πηγή θερμότητας.



- ▶ Τηρείτε όλους τους χώρους καθαρούς και τακτικούς ιδιαίτερα **χώρους που δεν έχουν εργασιακές θέσεις** (αποθήκες, χώροι στάθμευσης)
- ▶ Μην υπερφορτώνετε τις πρίζες
- ▶ Μην καπνίζετε εντός των χώρων ούτε στα κλιμακοστάσια
- ▶ Αν παρατηρήσετε δυσλειτουργία σε ηλεκτρικό πίνακα (καπνό, δυσάρεστη μυρωδιά, να «πέφτουν» οι ασφάλειες κ.λπ.) ειδοποιήστε τους αρμόδιους
- ▶ Μην ξεχνάτε ηλεκτρικές συσκευές σε λειτουργία και να τις απενεργοποιείτε και από τον διακόπτη. Μην τοποθετείτε καύσιμα υλικά κοντά σε ηλεκτρικές συσκευές
- ▶ Μην τοποθετείτε εμπόδια στις οδούς και τις εξόδους διαφυγής

### Εκκένωση σε περίπτωση έκτακτης ανάγκης

Το σχέδιο έκτακτης ανάγκης έχει ως στόχο την σωστή διαχείριση απρόσμενων περιστατικών (π.χ. σεισμός- πυρασφάλεια) από όλα τα μέλη του προσωπικού, συνεργάτες, πελάτες και τρίτα πρόσωπα.

#### Ενέργειες:

- ▶ Παραμένετε ήρεμοι
- ▶ Μην αγνοήσετε το συναγερμό ή τις εντολές των Αρμοδίων Εκκένωσης
- ▶ Σταματήστε **ΑΜΕΣΩΣ** την εργασία σας
- ▶ Εγκαταλείψτε το χώρο
- ▶ Μεταβείτε στην πλησιέστερη Έξοδο Διαφυγής
- ▶ Επισκεφθείτε το κτίριο χρησιμοποιώντας τα κλιμακοστάσια και **ΟΧΙ ΤΟΥΣ ΑΝΕΛΚΥΣΤΗΡΕΣ**
- ▶ Μεταβείτε στον αντίστοιχο Χώρο Συγκέντρωσης
- ▶ Απαντήστε ομαμαστικά προσκλητήριο







## Γνωσιολογική εξέταση

### Έλεγξε τις γνώσεις σου

Έχεις ολοκληρώσει το περιεχόμενο του σεμιναρίου και μπορείς να προχωρήσεις στην γνωσιολογική εξέταση.



Για να ολοκληρώσεις με επιτυχία το τεστ θα πρέπει να απαντήσεις σωστά το 70% των ερωτήσεων.

- ▶ Θα έχεις 2 προσπάθειες για κάθε ερώτηση.
- ▶ Αφού επιλέξεις την απάντησή σου, κάνε κλικ στο **Submit** και στην συνέχεια στο βελάκι (>) για να προχωρήσεις στην επόμενη ερώτηση.

*Καλή επιτυχία!*

Test

1/10 | >

Όταν σηκώνουμε ένα φορτίο με τα χέρια είναι πολύ σημαντικό:

- Η σπονδυλική στήλη να παραμείνει ευθυτενής
- Να είναι ελαφρύ
- Να είναι μπροστά μας και όχι στο πλάι
- Να χρησιμοποιούμε σωστά τα χέρια

Total points  
0 of 100

Submit Cancel

< Ανακαταίωση

Ανατροφοδότηση / Feedback >



## Ανατροφοδότηση/ Feedback

Έχεις ολοκληρώσει όλες τις θεματικές ενότητες του σεμιναρίου.



- ▶ Αν έχεις επιτύχει βαθμολογία 70% ή μεγαλύτερη, έχεις ολοκληρώσει με επιτυχία το σεμινάριο. Κλείσε το παράθυρο πλοήγησης για να ολοκληρωθεί η διαδικασία και στη συνέχεια θα λάβεις στο προσωπικό σου ταχυδρομείο ηλεκτρονικό μήνυμα *"course successfully passed"*.
- ▶ Αν ΔΕΝ έχεις επιτύχει βαθμολογία τουλάχιστον 70% τότε κλείσε το παράθυρο πλοήγησης για να επανέλθεις στην αρχική οθόνη και στην συνέχεια κάνε κλικ στο *"Resume"* για να επανλάβεις την γνωσιολογική εξέταση.

	Εισαγωγή	✓
	1. Καθήκοντα Εργοδοτούμενων	✓
	2. Λειτουργός και Επιτροπή Ασφάλειας	✓
	3. Πρώτες Βοήθειες	✓
	4. Συνήθεις Κίνδυνοι στο Γραφείο	✓
	5. Οργάνωση χώρου Εργασίας	✓
	6. Πυρασφάλεια	✓
	Ανακεφαλαίωση	✓
	Γνωσιολογική εξέταση	✓
	Quiz	100% ✓
		✓



Γνωσιολογική εξέταση