



Deutsche Gesetzliche  
Unfallversicherung



BG BAU



# ΠΡΟΔΙΑΓΡΑΦΕΣ ΑΣΦΑΛΕΙΑΣ ΚΑΙ ΥΓΕΙΑΣ ΣΕ ΕΞΟΡΥΚΤΙΚΕΣ ΒΙΟΜΗΧΑΝΙΕΣ (Κ.Δ.Π. 275/2002)

*Ενδυνάμωση του Τμήματος Επιθεώρησης Εργασίας καθώς και του ευρύτερου δημόσιου τομέα και των ιδιωτικών επιχειρήσεων, με σκοπό τη βελτίωση των συνθηκών εργασίας στους τομείς των κατασκευών, των εξορυκτικών βιομηχανιών και των λιμενικών εργασιών.*

*Αρ.Συμβ.: CY2005/17/643.03.01.01*

# ΕΞΩΤΕΡΙΚΟΙ ΧΩΡΟΙ ΕΡΓΑΣΙΑΣ

- ❑ Οι θέσεις εργασίας, οι διάδρομοι κυκλοφορίας και άλλες θέσεις ή εγκαταστάσεις στην ύπαιθρο, που χρησιμοποιούνται ή καταλαμβάνονται από πρόσωπα στην εργασία κατά την άσκηση των δραστηριοτήτων τους, πρέπει να σχεδιάζονται κατά τέτοιο τρόπο ώστε η κυκλοφορία πεζών και οχημάτων να μπορεί να γίνεται κατά ασφαλή τρόπο.
- ❑ Οι χώροι εργασίας που βρίσκονται στο ύπαιθρο πρέπει να φωτίζονται ικανοποιητικά με τεχνητό φωτισμό, εφόσον το φως της ημέρας δεν αρκεί.

# ΕΞΩΤΕΡΙΚΟΙ ΧΩΡΟΙ ΕΡΓΑΣΙΑΣ

- Εάν τα πρόσωπα στην εργασία απασχολούνται σε εξωτερικές θέσεις εργασίας, οι θέσεις αυτές πρέπει, στο μέτρο του δυνατού, να διευθετούνται κατά τέτοιο τρόπο ώστε τα πρόσωπα στην εργασία:
  - να προστατεύονται από τις ατμοσφαιρικές επιρροές, και, εάν χρειάζεται, από την πτώση αντικειμένων
  - να μην είναι εκτεθειμένα σε επιβλαβή επίπεδα θορύβου, ούτε σε επιβλαβή εξωτερική επίδραση (π.χ. αέρια, ατμούς, σκόνη)
  - να μπορούν να απομακρυνθούν γρήγορα από τη θέση εργασίας τους σε περίπτωση κινδύνου ή να μπορούν να λάβουν γρήγορα βοήθεια
  - να μην κινδυνεύουν να γλιστρήσουν ή να πέσουν.

# ΕΠΙΚΙΝΔΥΝΕΣ ΖΩΝΕΣ

❑ Οι επικίνδυνες ζώνες πρέπει να σημαίνονται ευκρινώς.

❑ Εάν οι χώροι εργασίας περιλαμβάνουν επικίνδυνες ζώνες λόγω φύσεως της εργασίας που ενέχει κινδύνους, μεταξύ άλλων κίνδυνο πτώσης των προσώπων



στην εργασία ή κίνδυνο από την πτώση αντικειμένων, οι χώροι αυτοί πρέπει να είναι εφοδιασμένοι, στο μέτρο του δυνατού, με σύστημα που να εμποδίζει την είσοδο, στις ζώνες αυτές, προσώπων στην εργασία που δεν έχουν τη σχετική άδεια.

# ΕΠΙΚΙΝΔΥΝΕΣ ΖΩΝΕΣ

- ❑ Πρέπει να λαμβάνονται τα κατάλληλα μέτρα για την προστασία των προσώπων στην εργασία που έχουν τη σχετική άδεια εισόδου ή εξουσιοδότηση στις επικίνδυνες ζώνες.
- ❑ Οι ζώνες κινδύνου πρέπει να σημαίνονται ευκρινώς σύμφωνα με τις διατάξεις των περί Ελάχιστων Προδιαγραφών για τη Σήμανση Ασφάλειας και Υγείας στην Εργασία Κανονισμών του 2000.



# ΕΠΙΚΙΝΔΥΝΕΣ ΖΩΝΕΣ

- Θέσεις εργασίας, διάδρομοι, εξέδρες, πλατύσκαλα, πεζογέφυρες, κεκλιμένα επίπεδα και κάθε άλλο δάπεδο που έχουν πρόσβαση πρόσωπα στην εργασία που βρίσκεται σε ύψος μεγαλύτερο των δύο μέτρων (2 m) πρέπει να έχουν σε κάθε ελεύθερη πλευρά προστατευτικό έναντι πτώσης προπέτασμα.

# ΕΠΙΚΙΝΔΥΝΕΣ ΖΩΝΕΣ

- ❑ Το προστατευτικό προπέτασμα πρέπει να έχει ύψος τουλάχιστον 1,10 μέτρα (m) από το δάπεδο, να είναι συμπαγές στηθαίο ή κιγκλίδωμα με χειρολισθήρα (κουπαστή), και να έχει θωράκιο ύψους τουλάχιστον 0,20 του μέτρου (m) και ράβδο μεσοδιαστήματος ή αντ' αυτής πλέγμα ή άλλη κατάλληλη κατασκευή που να μην επιτρέπει την διαμέσου χειρολισθήρα και θωρακίου πτώση του προσώπου στην εργασία. Το διάστημα μεταξύ θωρακίου και ράβδου μεσοδιαστήματος και χειρολισθήρα δεν πρέπει να υπερβαίνει το 0,45 του μέτρου (m).

# ΕΠΙΚΙΝΔΥΝΕΣ ΖΩΝΕΣ

- Προστατευτικό προπέτασμα με τις απαιτήσεις που περιγράφονται στην πιο πάνω παράγραφο απαιτείται επίσης και στις παρακάτω περιπτώσεις:
  - Σε ανοίγματα δαπέδων και οριζοντίων γενικά επιφανειών (τάφροι, καταπακτές, κανάλια κλπ.) όταν δεν διαθέτουν κάλυμμα ή άλλο σύστημα που να αποκλείει την πτώση προσώπων στην εργασία μέσα σ' αυτά.



# ΕΠΙΚΙΝΔΥΝΕΣ ΖΩΝΕΣ

- σε δοχεία ή δεξαμενές με θερμά, καυστικά, διαβρωτικά ή δηλητηριώδη υγρά, καθώς και σε δοχεία, κάδους ή δεξαμενές με μηχανισμό ανάμιξης ή ανάδευσης όταν τα χείλη τους βρίσκονται στο δάπεδο ή σε ύψος μικρότερο από 1,00 μέτρο (m) από το δάπεδο και δεν διαθέτουν κάλυμμα ή άλλο σύστημα που να αποκλείει την πτώση προσώπων στην εργασία σ' αυτά
- σε ανοίγματα τοίχων και κατακόρυφων γενικά επιφανειών

# ΕΠΙΚΙΝΔΥΝΕΣ ΖΩΝΕΣ

- σε διαβάσεις πάνω από επικίνδυνες ζώνες (μεταφορικές ταινίες, κινούμενα μέρη μηχανημάτων, δεξαμενές κ.λπ.)



- Σε περιπτώσεις που ενδέχεται να σημειωθεί πτώση αντικειμένων (π.χ. από υπερκείμενες θέσεις εργασίας, στοιβαγμένα υλικά κ.λπ.) πρέπει να λαμβάνονται κατάλληλα προστατευτικά μέτρα για την αποτροπή του κινδύνου τραυματισμού των προσώπων στην εργασία.

# ΟΔΟΙ ΚΑΙ ΕΞΟΔΟΙ ΚΙΝΔΥΝΟΥ

- ❑ Σε περίπτωση κινδύνου τα πρόσωπα στην εργασία πρέπει να μπορούν να εκκενώσουν όλες τις θέσεις εργασίας γρήγορα και όσο το δυνατό πιο ασφαλισμένα.
- ❑ Οι οδοί και οι έξοδοι κινδύνου πρέπει να παραμένουν ελεύθερες και να οδηγούν από το συντομότερο δρόμο στο ύπαιθρο ή σε ασφαλή χώρο, σε ασφαλές σημείο συγκέντρωσης ή ασφαλή σταθμό εκκένωσης.



# ΟΔΟΙ ΚΑΙ ΕΞΟΔΟΙ ΚΙΝΔΥΝΟΥ

- ❑ Ο αριθμός, η κατανομή και οι διαστάσεις των οδών και εξόδων κινδύνου εξαρτώνται από τη χρήση, τον εξοπλισμό και τις διαστάσεις των χώρων εργασίας, καθώς και από τον μέγιστο αριθμό ατόμων που μπορεί να είναι παρόντα σε αυτούς.
- ❑ Οι θύρες κινδύνου πρέπει να ανοίγουν προς τα έξω. Οι θύρες κινδύνου δεν πρέπει να κλείνουν με τρόπο που να μην μπορεί να τις ανοίξει εύκολα και αμέσως κάθε πρόσωπο που θα χρειαστεί τυχόν να τις χρησιμοποιήσει σε περίπτωση έκτακτης ανάγκης.

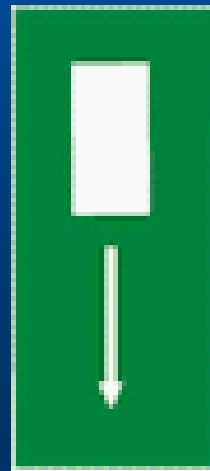
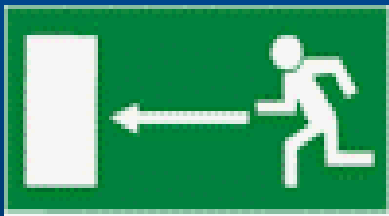
# ΟΔΟΙ ΚΑΙ ΕΞΟΔΟΙ ΚΙΝΔΥΝΟΥ

- ❑ Οι θύρες κινδύνου δεν πρέπει να κλειδώνονται. Οι οδοί και οι έξοδοι κινδύνου καθώς και οι διάδρομοι κυκλοφορίας και οι θύρες πρόσβασης σε αυτούς, δεν πρέπει να φράσσονται από αντικείμενα, ούτως ώστε να είναι δυνατό να χρησιμοποιηθούν απρόσκοπτα ανά πάσα στιγμή.
- ❑ Οι οδοί και οι έξοδοι κινδύνου που απαιτούν φωτισμό, πρέπει να είναι εφοδιασμένες με σύστημα φωτισμού ασφάλειας με επαρκή ένταση, για την περίπτωση βλάβης του φωτισμού. Η ένταση του φωτισμού ασφάλειας πρέπει να είναι τουλάχιστον 1/100 της έντασης του τεχνητού φωτισμού και οπωσδήποτε όχι μικρότερη από 1 LUX.

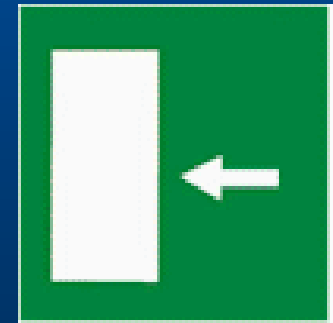
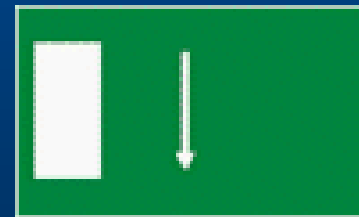
# ΟΔΟΙ ΚΑΙ ΕΞΟΔΟΙ ΚΙΝΔΥΝΟΥ

- ❑ Οι ειδικές οδοί και έξοδοι κινδύνου πρέπει να επισημαίνονται σύμφωνα με τους περί Ελάχιστων Προδιαγραφών για τη Σήμανση Ασφάλειας και Υγείας στην Εργασία Κανονισμούς του 2000.

## Έξοδος κινδύνου



## Οδός διαφυγής



# ΜΕΣΑ ΕΚΚΕΝΩΣΗΣ ΚΑΙ ΔΙΑΣΩΣΗΣ

- ❑ Οι εργοδοτούμενοι πρέπει να εκπαιδεύονται στις κατάλληλες ενέργειες που πρέπει να γίνονται σε καταστάσεις έκτακτης ανάγκης.
- ❑ Ο εξοπλισμός διάσωσης, έτοιμος προς χρήση, πρέπει να ευρίσκεται σε κατάλληλες θέσεις, εύκολα προσπελάσιμες, και να σημαίνεται σύμφωνα με τους περί Ελάχιστων Προδιαγραφών Σήμανσης Ασφάλειας και Υγείας στην Εργασία Κανονισμούς του 2000.



# ΑΣΚΗΣΕΙΣ ΑΣΦΑΛΕΙΑΣ

Σε όλους τους χώρους εργασίας που συνήθως είναι στελεχωμένοι, πρέπει να γίνονται τακτικά ασκήσεις ασφάλειας.

Σκοπός των ασκήσεων είναι, ιδίως, η εκπαίδευση και ο έλεγχος της ικανότητας των εργοδοτούμενων, στους οποίους έχουν ανατεθεί, σε περίπτωση έκτακτης ανάγκης, συγκεκριμένα καθήκοντα που απαιτούν χρήση, χειρισμό ή λειτουργία των σωστικών εξοπλισμών.

Ενδεχομένως, οι εργοδοτούμενοι πρέπει επίσης να μπορούν να ασκούνται στη χρήση, το χειρισμό ή τη λειτουργία αυτού του εξοπλισμού.



# ΕΞΟΠΛΙΣΜΟΣ ΠΡΩΤΩΝ ΒΟΗΘΕΙΩΝ

- Παντού, όπου οι συνθήκες εργασίας το απαιτούν, πρέπει να προβλέπεται εξοπλισμός πρώτων βοηθειών, προσαρμοσμένος στην ασκούμενη δραστηριότητα.

Ο εξοπλισμός αυτός πρέπει να σημαίνεται κατάλληλα και να είναι ευπρόσιτος.

# ΕΞΟΠΛΙΣΜΟΣ ΠΡΩΤΩΝ ΒΟΗΘΕΙΩΝ

- Όταν το μέγεθος του χώρου εργασίας, ο τύπος της δραστηριότητας που ασκείται εκεί και η συχνότητα των ατυχημάτων το απαιτούν, πρέπει να προβλέπονται ένας ή περισσότεροι χώροι πρώτων βοηθειών.
- Μέσα στους χώρους αυτούς, πρέπει να είναι τοποθετημένες, σε εμφανή θέση, οδηγίες για την παροχή πρώτων βοηθειών σε περίπτωση ατυχήματος.

# ΕΞΟΠΛΙΣΜΟΣ ΠΡΩΤΩΝ ΒΟΗΘΕΙΩΝ

- ❑ Οι χώροι πρώτων βοηθειών πρέπει να είναι εξοπλισμένοι με τις απαραίτητες εγκαταστάσεις και υλικό πρώτων βοηθειών. Τα φορεία και οι τραυματιοφορείς πρέπει να έχουν εύκολη πρόσβαση στους χώρους αυτούς.
- ❑ Στους χώρους πρώτων βοηθειών πρέπει να τοποθετούνται σήματα σύμφωνα με τους περί Ελάχιστων Προδιαγραφών για τη Σήμανση Ασφάλειας και Υγείας στην Εργασία Κανονισμούς του 2000.

# ΕΞΟΠΛΙΣΜΟΣ ΠΡΩΤΩΝ ΒΟΗΘΕΙΩΝ

- ❑ Υλικό πρώτων βοηθειών πρέπει επίσης να υπάρχει παντού όπου αυτό απαιτείται από τις συνθήκες εργασίας.
- ❑ Το υλικό αυτό πρέπει να είναι ευπρόσιτο και κατάλληλα σημασμένο.
- ❑ Στη χρήση του υπάρχοντος εξοπλισμού πρώτων βοηθειών πρέπει να έχει εκπαιδευτεί ικανός αριθμός εργοδοτούμενων.



# ΦΥΣΙΚΟΣ ΚΑΙ ΤΕΧΝΗΤΟΣ ΦΩΤΙΣΜΟΣ

- ❑ Οι χώροι εργασίας πρέπει να έχουν παντού επαρκή φωτισμό ώστε να εξασφαλίζεται η ασφάλεια και υγεία των προσώπων στην εργασία.
- ❑ Οι χώροι εργασίας πρέπει, στο μέτρο του δυνατού, να διαθέτουν επαρκή φυσικό φωτισμό και να είναι εφοδιασμένοι, λαμβανομένων υπόψη των κλιματολογικών συνθηκών, με εγκατάσταση που να επιτρέπει κατάλληλο τεχνητό φωτισμό ώστε να προστατεύεται η ασφάλεια και η υγεία των προσώπων στην εργασία.

# ΦΥΣΙΚΟΣ ΚΑΙ ΤΕΧΝΗΤΟΣ ΦΩΤΙΣΜΟΣ

- ❑ Οι εγκαταστάσεις φωτισμού των χώρων εργασίας και των διαδρόμων επικοινωνίας πρέπει να είναι τοποθετημένες κατά τρόπον ώστε ο προβλεπόμενος τύπος φωτισμού να μην ενέχει κίνδυνο ατυχήματος για τα πρόσωπα στην εργασία.



# ΦΥΣΙΚΟΣ ΚΑΙ ΤΕΧΝΗΤΟΣ ΦΩΤΙΣΜΟΣ

- ❑ Οι χώροι εργασίας μέσα στους οποίους τα πρόσωπα στην εργασία εκτίθενται σε κινδύνους σε περίπτωση βλάβης του τεχνητού φωτισμού πρέπει να είναι εφοδιασμένοι με εφεδρικό φωτισμό ασφάλειας ικανοποιητικής έντασης η οποία πρέπει να είναι τουλάχιστον 1/100 της έντασης του τεχνητού φωτισμού και οπωσδήποτε όχι μικρότερη του 1 Lux. Όταν αυτό δεν είναι δυνατό, οι εργοδοτούμενοι πρέπει να διαθέτουν ατομικό εξοπλισμό φωτισμού.
- ❑ Οι χώροι διαλείμματος και πρώτων βοηθειών πρέπει, στο μέτρο του δυνατού, να διαθέτουν αρκετό φυσικό φωτισμό και να είναι εφοδιασμένοι, λαμβανομένων υπόψη των κλιματολογικών συνθηκών, με εγκατάσταση που να επιτρέπει επαρκή τεχνητό φωτισμό ώστε να προστατεύεται η ασφάλεια και η υγεία των εργοδοτουμένων.

# ΦΥΣΙΚΟΣ ΚΑΙ ΤΕΧΝΗΤΟΣ ΦΩΤΙΣΜΟΣ

- ❑ Οι εγκαταστάσεις φωτισμού πρέπει να έχουν σχεδιαστεί έτσι ώστε να φωτίζονται συνεχώς οι αίθουσες ελέγχου της επιχείρησης, οι έξοδοι κινδύνου, οι χώροι επιβίβασης και οι επικίνδυνες περιοχές.
- ❑ Εφόσον οι χώροι αυτοί είναι κατειλημμένοι μόνο περιστασιακά, η υποχρέωση που προβλέπεται στην παραπάνω παράγραφο περιορίζεται στον χρόνο κατά τον οποίο είναι παρόντα στους προαναφερθέντες χώρους πρόσωπα στην εργασία.



# ΦΥΣΙΚΟΣ ΚΑΙ ΤΕΧΝΗΤΟΣ ΦΩΤΙΣΜΟΣ

- Κάθε χώρος εργασίας πρέπει να φωτίζεται με την ελάχιστη ένταση φωτισμού σε Lux όπως αυτή καθορίζεται στον Πίνακα 1. Η ένταση αυτή μετράται σε οριζόντιο επίπεδο, που ευρίσκεται ένα μέτρο (m) υπεράνω του εδάφους ή του δαπέδου, ανάλογα με τον τύπο του χώρου εργασίας και την απαιτούμενη διακριτικότητα.

# ΦΥΣΙΚΟΣ ΚΑΙ ΤΕΧΝΗΤΟΣ ΦΩΤΙΣΜΟΣ

## ΠΙΝΑΚΑΣ 1 : ΦΩΤΙΣΜΟΣ

Απαιτούμενη διακριτικότητα	Τύπος χώρου εργασίας	Ελάχιστη Ένταση φωτισμού σε Lux*
Ανεπαίσθητος	Εξωτερικός (περιλαμβανομένων δρόμων, αυλών ή χώρων εφοδιασμένοι με εφεδρικό φωτισμό ασφάλειας / εκτάκτου ανάγκης)	20
Πολύ μικρά	Μεγάλος και ανοιχτός (περιλαμβανομένων αποθηκών, διαδρόμων και κλιμακοστασίων)	50
Μικρά	Μικρός και ανοιχτός (περιλαμβανομένων χώρων συσκευασίας, δωματίων λεβήτων και δωματίων καθαρισμού)	100
Μετρία	Ενδιάμεσος περιλαμβανομένων μηχανουργείων	200
Μεγάλη	Ειδικός (περιλαμβανομένων εργαστηρίων, δωματίων ελέγχου και γραφείων γενικής χρήσης)	500
Πολύ μεγάλη	Ιδιάζων (περιλαμβανομένων χώρων επιδιόρθωσης οργάνων και σχεδιαστηρίων)	1000

\* Μετρούμενη σε οριζόντιο επίπεδο που ευρίσκεται ένα μέτρο (m) υπεράνω του εδάφους ή του δαπέδου.

# ΦΥΣΙΚΟΣ ΚΑΙ ΤΕΧΝΗΤΟΣ ΦΩΤΙΣΜΟΣ

- Ειδικότερα ο τεχνητός φωτισμός πρέπει:
  - να είναι ανάλογος με το είδος και τη φύση της εργασίας
  - να ελαχιστοποιεί τη θάμβωση
  - να μη δημιουργεί υπερβολικές αντιθέσεις και εναλλαγές φωτεινότητας
  - να διαχέεται, κατευθύνεται και κατανέμεται σωστά
- Οι ανάγκες σε φωτισμό γενικό ή τοπικό ή συνδυασμένο γενικό και τοπικό, καθώς και η ένταση του φωτισμού εξαρτώνται από το είδος και τη φύση της εργασίας και την οπτική προσπάθεια που απαιτεί.

# ΕΞΟΠΛΙΣΜΟΣ ΥΓΙΕΙΝΗΣ

## ΛΟΥΤΡΑ, ΝΙΠΤΗΡΕΣ, ΑΠΟΧΩΡΗΤΗΡΙΑ

ΑΡΙΘΜΟΣ ΕΡΓΟΔΟΤΟΥΜΕΝΩΝ ΠΟΥ ΔΙΑΚΟΠΤΟΥΝ ΤΗΝ ΕΡΓΑΣΙΑ ΤΑΥΤΟΧΡΟΝΑ	ΕΛΑΧΙΣΤΟΣ ΑΡΙΘΜΟΣ ΝΙΠΤΗΡΩΝ
Έως 7	1
Έως 14	2
Ανά 10 επιπλέον	1



<b>ΑΡΙΘΜΟΣ ΑΡΡΕΝΩΝ, ΕΡΓΟΔΟΤΟΥΜΕΝΩΝ ΚΑΤΑ ΤΟΝ ΑΥΤΟ ΧΡΟΝΟ</b>	<b>ΕΛΑΧΙΣΤΟΣ ΑΡΙΘΜΟΣ ΥΓΕΙΟΝΟΜΙΚΩΝ ΔΙΕΥΚΟΛΥΝΣΕΩΝ</b>	
	<i>Αποχωρητήρια</i>	<i>Ουρητήρια</i>
Έως 15	1	1
Έως 25	1	2
Έως 50	2	3
Έως 75	3	4
Ανά 35 επιπλέον	1	1

<b>ΑΡΙΘΜΟΣ ΘΗΛΕΩΝ, ΕΡΓΟΔΟΤΟΥΜΕΝΩΝ ΚΑΤΑ ΑΥΤΟ ΧΡΟΝΟ</b>	<b>ΕΛΑΧΙΣΤΟΣ ΑΡΙΘΜΟΣ ΑΠΟΧΩΡΗΤΗΡΙΩΝ</b>
Έως 15	1
Έως 30	2
Έως 50	3
Έως 35	4
Ανά 30 επιπλέον	1

**ΠΡΟΔΙΑΓΡΑΦΕΣ ΧΩΡΩΝ ΓΙΑ  
ΒΟΗΘΗΤΙΚΕΣ ΕΓΚΑΤΑΣΤΑΣΕΙΣ  
ΕΠΙΦΑΝΕΙΑΣ**

## ΣΤΑΘΕΡΟΤΗΤΑ ΚΑΙ ΣΤΕΡΕΟΤΗΤΑ

Οι χώροι εργασίας πρέπει να σχεδιάζονται, να κατασκευάζονται, να εγκαθίστανται, να λειτουργούν, να επιτηρούνται και να συντηρούνται έτσι ώστε να μπορούν να αντεπεξέλθουν στις αναμενόμενες εξωτερικές καταπονήσεις.

Η δομή και η στερεότητα των χώρων εργασίας πρέπει να αντιστοιχούν στον τύπο της χρήσης τους.

# ΔΑΠΕΔΑ, ΤΟΙΧΟΙ, ΟΡΟΦΕΣ ΚΑΙ ΣΤΕΓΕΣ ΤΩΝ ΧΩΡΩΝ

- ❑ Τα δάπεδα των χώρων πρέπει να μην παρουσιάζουν επικίνδυνες ανωμαλίες, τρύπες ή επικίνδυνα επίπεδα και πρέπει να είναι σταθερά, ανθεκτικά, στερεά, αντιολισθητικά και να έχουν τη δυνατότητα συντήρησης. Οι χώροι εργασίας στους οποίους υπάρχουν θέσεις εργασίας, πρέπει να διαθέτουν επαρκή θερμομόνωση, ανάλογα με τον τύπο της επιχείρησης και τη  
σωματική δραστηριότητα των εργοδοτούμενων.





# ΔΑΠΕΔΑ, ΤΟΙΧΟΙ, ΟΡΟΦΕΣ ΚΑΙ ΣΤΕΓΕΣ ΤΩΝ ΧΩΡΩΝ

- ❑ Οι επιφάνειες των δαπέδων, των τοίχων και των οροφών στους χώρους, πρέπει να μπορούν να υφίστανται εύκολα συνήθη ή εις βάθος καθαρισμό προκειμένου να επιτυγχάνονται κατάλληλες συνθήκες υγιεινής.
- ❑ Τα διαφανή ή διαφώτιστα τοιχώματα και ιδιαίτερα τα εντελώς υαλωτά τοιχώματα, εφόσον βρίσκονται μέσα σε χώρους ή κοντά σε θέσεις εργασίας και διαδρόμους κυκλοφορίας, πρέπει να επισημαίνονται ευκρινώς και να κατασκευάζονται από υλικά ασφάλειας ή να χωρίζονται από τις εν λόγω θέσεις εργασίας και τους διαδρόμους κυκλοφορίας ούτως ώστε τα πρόσωπα στην εργασία να μην έρχονται σε επαφή με τα τοιχώματα αυτά, ούτε να τραυματίζονται από τυχόν θραύσματά τους.

# ΔΑΠΕΔΑ, ΤΟΙΧΟΙ, ΟΡΟΦΕΣ ΚΑΙ ΣΤΕΓΕΣ ΤΩΝ ΧΩΡΩΝ

- Η πρόσβαση σε στέγες κατασκευασμένες από υλικά ανεπαρκούς αντοχής καθώς και σε στέγες που δεν έχουν σχεδιασθεί και κατασκευαστεί για να είναι βατές (π.χ. κεκλιμένες στέγες κ.λπ.) μπορεί να επιτρέπεται μόνο όταν υφίστανται εγκαταστάσεις ή παρέχεται εξοπλισμός που επιτρέπει την ασφαλή εκτέλεση της εργασίας
- Ανάλογα με τους επί μέρους κινδύνους που παρουσιάζονται από την παραγωγική διαδικασία, τις εγκαταστάσεις και την χρήση τους και την αποθήκευση υλικών, τα δάπεδα των χώρων εργασίας πρέπει να πληρούν και τους παρακάτω όρους:

# ΔΑΠΕΔΑ, ΤΟΙΧΟΙ, ΟΡΟΦΕΣ ΚΑΙ ΣΤΕΓΕΣ ΤΩΝ ΧΩΡΩΝ

- ✓ Να διαθέτουν κατάλληλο σύστημα αποχέτευσης (π.χ. κλίση, φρεάτια, κανάλια κ.λπ) εφόσον πρέπει να πλένονται με άφθονο νερό ή υπάρχουν νερά λόγω της παραγωγικής διαδικασίας
- ✓ να έχουν επαρκή αντοχή όπου υπάρχει κίνδυνος από καυστικές ή διαβρωτικές ουσίες
- ✓ να είναι αδιαπτόιστα όπου τα απαιτούν λόγοι υγιεινής
- ✓ να είναι πυράντοχα όπου υπάρχει κίνδυνος λόγω δημιουργίας σπινθήρων ή χρήση φλόγας
- ✓ να είναι κατασκευασμένα από υλικά που δεν επιτρέπουν τη δημιουργία σπινθήρων (αντιστατικά) στους χώρους αποθήκευσης εκρηκτικών υλών ή σε αυτούς που είναι δυνατόν να δημιουργηθεί εκρηκτική ατμόσφαιρα λόγω συγκέντρωσης σκόνης, ατμών, αερίων κ.λπ.
- ✓ να είναι ηλεκτρομονωτικά σε μεμονωμένες θέσεις με αυξημένο κίνδυνο ηλεκτροπληξίας.

# ΔΑΠΕΔΑ, ΤΟΙΧΟΙ, ΟΡΟΦΕΣ ΚΑΙ ΣΤΕΓΕΣ ΤΩΝ ΧΩΡΩΝ

- ❑ Το μέγιστο επιτρεπόμενο φορτίο στα δάπεδα των χώρων εργασίας κάτω από τους οποίους υπάρχουν άλλοι χώροι και όπου πρέπει να τοποθετούνται εμπορεύματα ή άλλα βάρη πρέπει να αναγράφεται ευκρινώς σε πινακίδες στις εισόδους και σε άλλα εμφανή και προσιτά σημεία των υπόψη χώρων.
- ❑ Τα δάπεδα των σταθερών θέσεων εργασίας πρέπει, λαμβάνοντας υπόψη το είδος της επιχείρησης και της σωματικής ενασχόλησης των εργοδοτούμενων στην εργασία, να έχουν επαρκή θερμομόνωση και να διατηρούνται κατά το δυνατόν στεγνά.

# ΔΑΠΕΔΑ, ΤΟΙΧΟΙ, ΟΡΟΦΕΣ ΚΑΙ ΣΤΕΓΕΣ ΤΩΝ ΧΩΡΩΝ

- ❑ Τα καλύμματα των ανοιγμάτων των δαπέδων (κανάλια, φρεάτια, λάκκοι κ.λπ.) πρέπει να είναι επαρκούς αντοχής και να μην παρουσιάζουν κινδύνους ολισθήματος ή πρόσκρουσης
- ❑ Όταν τα καλύμματα ανοιγμάτων των δαπέδων αφαιρούνται προσωρινά για την εκτέλεση εργασιών συντήρησης ή επισκευής πρέπει τα πρόσωπα στην εργασία να προστατεύονται από τον κίνδυνο πτώσης.



# ΔΑΠΕΔΑ, ΤΟΙΧΟΙ, ΟΡΟΦΕΣ ΚΑΙ ΣΤΕΓΕΣ ΤΩΝ ΧΩΡΩΝ

- ❑ Τα δάπεδα των χώρων εργασίας πρέπει να διατηρούνται καθαρά και ελεύθερα εμποδίων. Ζημιές, ανωμαλίες, παραμορφώσεις, ρυπάνσεις, ακάλυπτα ανοίγματα πρέπει να αποκαθίστανται χωρίς καθυστέρηση.
- ❑ Κάθε εσωτερική ή εξωτερική σκάλα κτιρίου, υποστατικού ή εγκατάστασης πρέπει να διαθέτει ένα τουλάχιστον χειρολισθήρα ο οποίος πρέπει να συντηρείται κατάλληλα.
- ❑ Οποιαδήποτε ανοικτή πλευρά σκάλας πρέπει να περιφράσσεται με την τοποθέτηση και συντήρηση στερεού και κατάλληλου κιγκλιδώματος επαρκούς ύψους ή με άλλα αποτελεσματικά μέτρα.
- ❑ Η επιφάνεια των τοίχων και των διαχωριστικών στοιχείων των χώρων εργασίας πρέπει να μπορεί να συντηρείται με ευχέρεια και ασφάλεια.

# ΔΑΠΕΔΑ, ΤΟΙΧΟΙ, ΟΡΟΦΕΣ ΚΑΙ ΣΤΕΓΕΣ ΤΩΝ ΧΩΡΩΝ

- ❑ Οι τοίχοι πρέπει να είναι λείοι και αδιαπτόιστοι μέχρι ύψους τουλάχιστον 1.50 μέτρο από το δάπεδο, όπου το απαιτούν λόγοι υγιεινής (π.χ. αποχωρητήρια, ντους, λουτρά) ή όπου λόγω της χρήσης τους πρέπει να πλένονται.
- ❑ Σε χώρους με άμεσο κίνδυνο φωτιάς λόγω δημιουργίας σπινθήρων ή χρήσης φλόγας οι τοίχοι και τα διαχωριστικά στοιχεία πρέπει να είναι πυράντοχα.
- ❑ Οι οροφές των χώρων εργασίας πρέπει να μπορούν να συντηρούνται με ευχέρεια και ασφάλεια.
- ❑ Οι στέγες και οι οροφές πρέπει να εξασφαλίζουν στεγανότητα και επαρκή αντοχή σε στατικά και δυναμικά φορτία (χιόνι, ανεμοπίεση, μηχανήματα, ανηρτημένα φορτία κλπ.)

# ΔΑΠΕΔΑ, ΤΟΙΧΟΙ, ΟΡΟΦΕΣ ΚΑΙ ΣΤΕΓΕΣ ΤΩΝ ΧΩΡΩΝ

- ❑ Η ανάρτηση φορτίων από στοιχεία της στέγης των ορόφων επιτρέπεται μόνο εφόσον τα στοιχεία αυτά είναι υπολογισμένα στα προβλεπόμενα φορτία. Σε περίπτωση ανάρτησης φορτίων από ξύλινα στοιχεία αυτά πρέπει να ελέγχονται συχνά ως προς την επάρκεια της αντοχής τους και να αντικαθίστανται αν τυχόν η αντοχή τους έχει μειωθεί, άλλως απαγορεύεται η ανάρτηση.
- ❑ Υαλόφρακτα τμήματα σε οροφές ή στέγες πρέπει να φέρουν μέτρα για την προστασία των προσώπων στην εργασία κάτωθεν αυτών από τυχόν θραύση τους.



# ΔΑΠΕΔΑ, ΤΟΙΧΟΙ, ΟΡΟΦΕΣ ΚΑΙ ΣΤΕΓΕΣ ΤΩΝ ΧΩΡΩΝ

- Εφόσον υφίστανται ιδιαίτερα προβλήματα από την ηλιακή θερμότητα ή το ψύχος που ευνοούνται από την κατασκευή και τα υλικά επικάλυψης της στέγης, οι στέγες πρέπει να θερμομονώνονται.
- Τα υαλόφρακτα τμήματα των στεγών πρέπει να είναι έτσι κατασκευασμένα ώστε να προστατεύουν από την άμεση ηλιακή ακτινοβολία.

# ΔΙΑΣΤΑΣΕΙΣ ΚΑΙ ΟΓΚΟΣ ΑΕΡΑ ΤΩΝ ΧΩΡΩΝ ΧΩΡΟΣ ΓΙΑ ΤΗΝ ΕΛΕΥΘΕΡΙΑ ΚΙΝΗΣΕΩΝ ΣΤΗ ΘΕΣΗ ΕΡΓΑΣΙΑΣ.

- ❑ Οι χώροι εργασίας πρέπει να έχουν επιφάνεια, ύψος και όγκο αέρα που να επιτρέπουν στους εργοδοτούμενους να εκτελούν την εργασία τους χωρίς κίνδυνο για την ασφάλεια, την υγεία ή την ευεξία τους.
- ❑ Οι διαστάσεις της ελεύθερης μη κατειλημμένης από έπιπλα, μηχανήματα ή εξοπλισμό, επιφάνειας της θέσης εργασίας πρέπει να υπολογίζονται έτσι ώστε οι εργοδοτούμενοι να έχουν αρκετή ελευθερία κίνησης για τις δραστηριότητες τους και να μπορούν να εκτελούν την εργασία τους με πλήρη ασφάλεια.



# ΔΙΑΣΤΑΣΕΙΣ ΚΑΙ ΟΓΚΟΣ ΑΕΡΑ ΤΩΝ ΧΩΡΩΝ ΧΩΡΟΣ ΓΙΑ ΤΗΝ ΕΛΕΥΘΕΡΙΑ ΚΙΝΗΣΕΩΝ ΣΤΗ ΘΕΣΗ ΕΡΓΑΣΙΑΣ.

- ❑ Οι διαστάσεις των χώρων εργασίας πρέπει να ανταποκρίνονται στις ανάγκες των εργασιών κανονικής λειτουργίας, ρύθμισης, λίπανσης, επισκευής, εγκατάστασης, συναρμολόγησης και αποσυναρμολόγησης των μηχανημάτων και των εγκαταστάσεων, καθώς και στις ανάγκες κυκλοφορίας προσώπων και μηχανικών μέσων διακίνησης των υλικών και συντήρησης και καθαρισμού των ιδίων χώρων.
- ❑ Η ελάχιστη επιτρεπόμενη ελεύθερη επιφάνεια κίνησης στη θέση εργασίας πρέπει να είναι 1.50 τετραγωνικά μέτρα (m<sup>2</sup>). Το πλάτος της ελεύθερης αυτής επιφάνειας δεν πρέπει σε κανένα σημείο να είναι μικρότερο των 0.70 μέτρου (m).

# ΔΙΑΣΤΑΣΕΙΣ ΚΑΙ ΟΓΚΟΣ ΑΕΡΑ ΤΩΝ ΧΩΡΩΝ ΧΩΡΟΣ ΓΙΑ ΤΗΝ ΕΛΕΥΘΕΡΙΑ ΚΙΝΗΣΕΩΝ ΣΤΗ ΘΕΣΗ ΕΡΓΑΣΙΑΣ.

- ❑ Αν οι προβλέψεις των προηγούμενων παραγράφων δεν μπορούν να τηρηθούν για λόγους που αφορούν τη συγκεκριμένη θέση εργασίας, ο εργοδότης πρέπει να παρέχει κοντά στη θέση εργασίας μια άλλη επαρκή επιφάνεια κίνησης.
- ❑ Στους χώρους εργασίας πρέπει για κάθε διαρκώς παρευρισκόμενο πρόσωπο στην εργασία να υπάρχει ελάχιστος χώρος ως εξής:
  - ✓ 12 κυβικά μέτρα ( $m^3$ ) για ως επί το πλείστον καθιστική απασχόληση.
  - ✓ 15 κυβικά μέτρα ( $m^3$ ) για ως επί το πλείστον ελαφριά σωματική απασχόληση.
  - ✓ 18 κυβικά μέτρα ( $m^3$ ) για ως επί το πλείστον βαριά σωματική απασχόληση.

# ΔΙΑΣΤΑΣΕΙΣ ΚΑΙ ΟΓΚΟΣ ΑΕΡΑ ΤΩΝ ΧΩΡΩΝ ΧΩΡΟΣ ΓΙΑ ΤΗΝ ΕΛΕΥΘΕΡΙΑ ΚΙΝΗΣΕΩΝ ΣΤΗ ΘΕΣΗ ΕΡΓΑΣΙΑΣ.

- ❑ Ο παραπάνω όγκος προσυξάνεται ανάλογα στις περιπτώσεις που παράλληλα με τους μόνιμα απασχολούμενους παραμένουν και άλλα πρόσωπα. Στην εκτίμηση του κυβισμού αυτού δεν πρέπει να λαμβάνεται υπόψη το διάστημα το ευρισκόμενο σε ύψος άνω των 4.00 μέτρων (m).
- ❑ Το ελάχιστο ύψος οποιουδήποτε στεγασμένου χώρου είναι αυτό που καθορίζεται στον περί Ρυθμίσεως Οδών και Οικοδομών Νόμο και σε οποιουδήποτε Κανονισμούς εκδίδονται δυνάμει αυτού.

# ΠΑΡΑΘΥΡΑ ΚΑΙ ΦΕΓΓΙΤΕΣ

- ❑ Τα παράθυρα, οι φεγγίτες και τα συστήματα αερισμού που φέρουν μηχανισμούς ανοίγματος, ρύθμισης και στερέωσης, πρέπει να κατασκευάζονται κατά τρόπον ώστε η λειτουργία τους να είναι απολύτως ασφαλής.
- ❑ Τα παράθυρα, οι φεγγίτες και τα συστήματα αερισμού πρέπει να είναι τοποθετημένα σε κατάλληλα σημεία, ώστε όταν είναι ανοιχτά, να μην αποτελούν κίνδυνο για τα πρόσωπα στην εργασία, να μην παρεμποδίζουν την ελευθερία διακίνησης τους και να μην περιορίζουν το ελάχιστο πλάτος των διαδρομών κυκλοφορίας.
- ❑ Τα παράθυρα και οι φεγγίτες πρέπει να μπορούν να καθαρίζονται χωρίς κίνδυνο.
- ❑ Τα παράθυρα που δεν ανοίγουν επιτρέπονται μόνο εφόσον εξασφαλίζεται αλλιώς επαρκής αερισμός.

## ΠΑΡΑΘΥΡΑ ΚΑΙ ΦΕΓΓΙΤΕΣ

- Κάθε χώρος εργασίας στον οποίο ο αερισμός γίνεται μόνο με φυσικά μέσα πρέπει να έχει θύρες ή παράθυρα που να ανοίγουν κατ' ευθείαν στο ύπαιθρο. Οι θύρες και τα παράθυρα πρέπει να έχουν εμβαδό όχι μικρότερο από το ένα δέκατο ( $1/10$ ) του εμβαδού του χώρου εργασίας και να είναι έτσι κατασκευασμένα που να ανοίγουν τουλάχιστο κατά το μισό εμβαδόν τους.

## ΘΥΡΕΣ ΚΑΙ ΠΥΛΕΣ

- ❑ Η θέση, ο αριθμός, τα υλικά κατασκευής και οι διαστάσεις των θυρών και των πυλών καθορίζονται με βάση τη φύση και τη χρήση των εσωτερικών ή εξωτερικών χώρων.
- ❑ Στις διαφανείς θύρες πρέπει να τοποθετείται επισήμανση, σε ύψος οφθαλμών.
- ❑ Οι θύρες και πύλες που ανοίγουν και προς τις δύο κατευθύνσεις πρέπει να είναι διαφανείς ή να έχουν διαφανή φατνώματα.
- ❑ Εάν οι διαφανείς ή διαφώτιστες επιφάνειες των θυρών και πυλών δεν είναι κατασκευασμένες από υλικά ασφάλειας και υπάρχει κίνδυνος τραυματισμού των προσώπων στην εργασία από θραύσματα, οι παραπάνω επιφάνειες πρέπει να προστατεύονται από τις κρούσεις.



## ΘΥΡΕΣ ΚΑΙ ΠΥΛΕΣ

- ❑ Οι συρόμενες πόρτες πρέπει να διαθέτουν σύστημα ασφάλειας, το οποίο να τις εμποδίζει να βγαίνουν ξαφνικά από τις τροχιές τους και να πέφτουν.
- ❑ Οι θύρες και οι πύλες που ανοίγουν προς τα πάνω πρέπει να είναι εφοδιασμένες με σύστημα ασφάλειας, το οποίο να τις εμποδίζει να πέφτουν ξαφνικά.
- ❑ Οι θύρες που βρίσκονται στις οδούς διαφυγής πρέπει να επισημαίνονται κατάλληλα σύμφωνα με τις διατάξεις των περί Ελάχιστων Προδιαγραφών για τη Σήμανση Ασφάλειας και Υγείας στην Εργασία Κανονισμών του 2000.
- ❑ Οι θύρες αυτές πρέπει να μπορούν να ανοίγουν ανά πάσα στιγμή από το εσωτερικό χωρίς ειδική βοήθεια.

# ΘΥΡΕΣ ΚΑΙ ΠΥΛΕΣ

- Όταν στους χώρους εργασίας βρίσκονται άνθρωποι, οι θύρες πρέπει να μπορούν να ανοίγουν.
- Πολύ κοντά στις πύλες που προορίζονται, κυρίως για την κυκλοφορία οχημάτων πρέπει να υπάρχουν, όταν η διέλευση των πεζών δεν είναι ασφαλής, θύρες κυκλοφορίας των πεζών, που πρέπει να επισημαίνονται σύμφωνα με τις διατάξεις των περί Ελάχιστων Προδιαγραφών για τη Σήμανση Ασφάλειας και Υγείας στην Εργασία Κανονισμών του 2000 και να είναι διαρκώς ελεύθερες.
- Οι μηχανοκίνητες θύρες και πύλες πρέπει να λειτουργούν χωρίς κίνδυνο ατυχημάτων για τα πρόσωπα στην εργασία.



## ΘΥΡΕΣ ΚΑΙ ΠΥΛΕΣ

- ❑ Οι θύρες αυτές πρέπει να είναι εφοδιασμένες με ευπρόσιτα συστήματα επείγουσας ακινητοποίησης, τα οποία να εμποδίζονται εύκολα και να μπορούν επίσης να ανοίγουν με το χέρι, εκτός εάν ανοίγουν αυτόματα σε περίπτωση διακοπής του ηλεκτρικού ρεύματος.
- ❑ Εάν η πρόσβαση σε οιοδήποτε σημείο παρεμποδίζεται από αλυσίδες ή παρόμοιο σύστημα, θα πρέπει τα μέσα αυτά να είναι σαφώς ορατά και να σημαίνονται με απαγορευτικές πινακίδες ή κατάλληλη προειδοποίηση σύμφωνα με τις διατάξεις των περί Ελάχιστων Προδιαγραφών για τη Σήμανση Ασφάλειας και Υγείας στην Εργασία Κανονισμών του 2000.

# ΕΞΑΕΡΙΣΜΟΣ ΚΛΕΙΣΤΩΝ ΧΩΡΩΝ ΕΡΓΑΣΙΑΣ

- ❑ Στους κλειστούς χώρους εργασίας πρέπει να υπάρχει επαρκής καθαρός αέρας, λαμβανομένων υπόψη των μεθόδων εργασίας και της σωματικής προσπάθειας την οποία καταβάλλουν τα πρόσωπα στην εργασία.  
Στον παρακάτω πίνακα αναγράφεται ο ελάχιστος αριθμός αλλαγών αέρα ανά ώρα ανάλογα με τον τύπο του χώρου εργασίας και τη φύση της δραστηριότητας η οποία αναλαμβάνεται εντός αυτού.

# ΕΞΑΕΡΙΣΜΟΣ ΚΛΕΙΣΤΩΝ ΧΩΡΩΝ ΕΡΓΑΣΙΑΣ

Τύπος χώρου	Ελάχιστος αριθμός αλλαγών αέρος ανά ώρα
Μεγάλος (περιλαμβανομένων αποθηκών, διαδρόμων, δωματίων με ύψος εσωτερικής οροφής μεγαλύτερο των (5) μέτρων (m)).	1-2
Ανοικτός (περιλαμβανομένων εργαστηρίων επιδιορθώσεως, χώρων αποθηκείσεως, αποδυτηρίων)	3-5
Κλειστός (περιλαμβανομένων μηχανουργείων, δωματίων λεβήτων και μηχανοστασίων, δωματίων καθαρισμού και αποχωρητηρίων, χυτηρίων, μαγειρείων, εστιατορίων)	5-8
Ειδικός (περιλαμβανομένων και εσωτερικών δωματίων όπου εκτελούνται βαριές εργασίες)	10-15

# ΕΞΑΕΡΙΣΜΟΣ ΚΛΕΙΣΤΩΝ ΧΩΡΩΝ ΕΡΓΑΣΙΑΣ

- Εάν χρησιμοποιείται εγκατάσταση τεχνητού εξαερισμού, πρέπει να διατηρείται σε κατάσταση καλής λειτουργίας.  
Πρέπει να υπάρχει σύστημα ελέγχου που να προειδοποιεί σε ενδεχόμενη περίπτωση βλάβης, εφόσον αυτό είναι απαραίτητο για την υγεία των προσώπων στην εργασία.



Ανάπτυξη μούχλας στον  
καταναεμητή αέρα της  
οροφής.



Ρυπασμένος  
αεραγωγός.



Μολυσμένες μονωτικές ίνες  
μέσα στο κάλυμμα  
διακίνησης του αέρα.

# ΕΞΑΕΡΙΣΜΟΣ ΚΛΕΙΣΤΩΝ ΧΩΡΩΝ ΕΡΓΑΣΙΑΣ

- Εάν χρησιμοποιούνται εγκαταστάσεις κλιματισμού ή μηχανικού εξαερισμού, πρέπει να λειτουργούν κατά τρόπο ώστε να αποφεύγεται η έκθεση των προσώπων στην εργασία σε ενοχλητικά ρεύματα αέρα. Οι αποθέσεις και ρύποι που ενδέχεται να συνεπάγονται άμεσο κίνδυνο για την υγεία των προσώπων στην εργασία, λόγω ρύπανσης της ατμόσφαιρας που εισπνέουν, πρέπει να απομακρύνονται γρήγορα.

## ΘΕΡΜΟΚΡΑΣΙΑ ΤΩΝ ΧΩΡΩΝ

- Η θερμοκρασία στους χώρους εργασίας πρέπει να ανταποκρίνεται στις ανάγκες του ανθρώπινου οργανισμού κατά το χρόνο εργασίας, λαμβανομένων υπόψη των εφαρμοζόμενων μεθόδων εργασίας και της σωματικής προσπάθειας που καταβάλλουν οι εργοδοτούμενοι.
- Σε κάθε χώρο εργασίας στον οποίο εκτελείται συνεχής εργασία από οποιοδήποτε πρόσωπο πρέπει:
  - α) Η Διορθωμένη Ενεργός Θερμοκρασία να μην υπερβαίνει τα ανώτατα όρια ασφαλούς εκθέσεως σε θερμότητα όπως αυτά καθορίζονται στον παρακάτω πίνακα
  - β) να λαμβάνονται μέτρα, όσο αυτό είναι πρακτικά δυνατό, για την επίτευξη και διατήρηση της Διορθωμένης Ενεργούς Θερμοκρασίας εντός των ορίων ανέσεως όπως αυτά καθορίζονται στον παρακάτω πίνακα



# ΘΕΡΜΟΚΡΑΣΙΑ ΤΩΝ ΧΩΡΩΝ

- Σε κάθε χώρο εργασίας στον οποίο απασχολείται οιοδήποτε πρόσωπο σε οποιοδήποτε χρόνο και όπου η Διορθωμένη Ενεργός Θερμοκρασία υπερβαίνει τα Ανώτατα Όρια Ασφαλούς Εκθέσεως σε Θερμότητα όπως αυτά καθορίζονται στον παρακάτω πίνακα ή όπου σημαντικό μέρος της θερμότητας προέρχεται από ακτινοβολούσες πηγές θερμότητας πρέπει να λαμβάνονται μέτρα για την προστασία του προσώπου αυτού είτε με τη χρήση παραπετάσματος από πυράντοχο υλικό για την κάλυψη των πηγών ακτινοβολίας της θερμότητας, είτε με τη διατήρηση επαρκούς ταχύτητας αέρα περίξ του προσώπου, είτε με τη χρήση οιασδήποτε άλλης αποτελεσματικής μεθόδου.

# ΘΕΡΜΟΚΡΑΣΙΑ ΤΩΝ ΧΩΡΩΝ

Ανώτατα Όρια Ασφαλούς Εκθέσεως σε  
Θερμότητα

ΦΟΡΤΟΣ ΕΡΓΑΣΙΑΣ	ΔΙΟΡΘΩΜΕΝΗ ΕΝΕΡΓΟΣ ΘΕΡΜΟΚΡΑΣΙΑ (°C)
Καθιστική εργασία (2.6 Kcal/Kg/h)	30.0
Ελαφρός-Ενδιάμεσος (4.3Kcal/Kg/h)	28.0
Βαρύς (6Kcal/Kg/h)	26.5

# ΘΕΡΜΟΚΡΑΣΙΑ ΤΩΝ ΧΩΡΩΝ

## Όρια Ανέσεως

ΟΡΙΑ ΑΝΕΣΕΩΣ	ΔΙΟΡΘΩΜΕΝΗ ΕΝΕΡΓΟΣ ΘΕΡΜΟΚΡΑΣΙΑ (°C)
Κάτω όριο	15.5
Άνω όριο	26.7

# ΘΕΡΜΟΚΡΑΣΙΑ ΤΩΝ ΧΩΡΩΝ

- ❑ Στους εργοδοτούμενους που εισέρχονται σε χώρους εργασίας με θερμοκρασία χαμηλότερη των -5 βαθμών Κελσίου πρέπει να χορηγείται ο κατάλληλος προστατευτικός ιματισμός και ο αναγκάσιος προστατευτικός εξοπλισμός. Ο κατάλληλος προστατευτικός ιματισμός περιλαμβάνει, μεταξύ άλλων, προστατευτικά μέσα των ποδιών, προστατευτικά μέσα των χεριών και προστατευτικά μέσα κεφαλής.
- ❑ Η θερμοκρασία των χώρων ανάπαυσης, των χώρων διαμονής του προσωπικού επιφυλακής, των εγκαταστάσεων υγιεινής, των καντινών, καθώς και των χώρων παροχής πρώτων βοηθειών, πρέπει να ανταποκρίνεται στον ειδικό προορισμό των χώρων αυτών.

# ΘΕΡΜΟΚΡΑΣΙΑ ΤΩΝ ΧΩΡΩΝ

- Τα παράθυρα, οι φεγγίτες και τα γυάλινα τοιχώματα πρέπει να επιτρέπουν την αποφυγή υπερβολικού ηλιασμού των χώρων εργασίας, λαμβανομένων υπόψη του είδους της εργασίας και της φύσης του χώρου εργασίας.

## ΧΩΡΟΙ ΑΝΑΠΑΥΣΗΣ

- Αν το επιβάλλει η ασφάλεια ή η υγεία των εργοδοτούμενων, ιδίως λόγω του είδους της ασκούμενης δραστηριότητας ή διότι το προσωπικό υπερβαίνει τα 10 πρόσωπα, οι εργοδοτούμενοι πρέπει να μπορούν να έχουν στη διάθεση τους ένα χώρο ανάπαυσης εύκολα προσπελάσιμο. Η παρούσα διάταξη δεν εφαρμόζεται εφόσον το προσωπικό εργάζεται σε γραφεία ή σε παρόμοιους χώρους εργασίας, οι οποίοι προσφέρουν τις ίδιες δυνατότητες ανάπαυσης στη διάρκεια του διαλείμματος.
- Οι χώροι ανάπαυσης πρέπει να έχουν επαρκείς διαστάσεις και να είναι εφοδιασμένοι με τραπέζια και καθίσματα με ράχη, δοχεία απορριμμάτων, κρεμάστρες ρούχων, μέσα για θέρμανση, ψύξη και συντήρηση τροφίμων και ποτών σε αριθμό ή ποσότητα ανάλογα με τον αριθμό των εργοδοτούμενων.

## ΧΩΡΟΙ ΑΝΑΠΑΥΣΗΣ

- ❑ Στους χώρους ανάπαυσης, πρέπει να λαμβάνονται τα κατάλληλα μέτρα για την προστασία των μη καπνιστών από την ενόχληση που προκαλεί ο καπνός.
- ❑ Εφόσον προβλέπονται τακτικές και συχνές διακοπές της εργασίας και δεν υπάρχουν χώροι ανάπαυσης, πρέπει να τίθενται στη διάθεση του προσωπικού άλλοι χώροι παραμονής εφοδιασμένοι με κατάλληλα και επαρκή καθίσματα, κατά τη διάρκεια της διακοπής της εργασίας, όπου το επιβάλλει η ασφάλεια ή η υγεία των εργοδοτούμενων. Πρέπει να λαμβάνονται τα κατάλληλα μέτρα για την προστασία των μη καπνιστών στους χώρους αυτούς από την ενόχληση που προκαλεί ο καπνός.

## ΧΩΡΟΙ ΑΝΑΠΑΥΣΗΣ

- ❑ Οι χώροι ανάπαυσης πρέπει να έχουν κατά το δυνατό οπτική επαφή με το εξωτερικό περιβάλλον και πρέπει να φωτίζονται και να αερίζονται επαρκώς.
- ❑ Χώρος ανάπαυσης μπορεί να θεωρηθεί και το εστιατόριο της επιχείρησης, του υποστατικού ή της εγκατάστασης.
- ❑ Δυνατότητα για ολιγόλεπτη ανάπαυση στις θέσεις εργασίας με διάθεση κατάλληλων καθισμάτων πρέπει να παρέχεται στους εργοδοτούμενους που η φύση της εργασίας τους επιβάλλει να βρίσκονται σε ορθοστάσια.



## ΧΩΡΟΙ ΑΝΑΠΑΥΣΗΣ

- Όπου λόγω της φύσεως της εκτελούμενης διεργασίας ή των χρησιμοποιούμενων ουσιών, η λήψη γεύματος και γενικά η κατανάλωση τροφής εντός του χώρου εργασίας είναι επικίνδυνη για την υγεία των εργοδοτούμενων, οι εργοδοτούμενοι πρέπει να έχουν στη διάθεση τους μια αίθουσα γευμάτων χρησιμοποιούμενη αποκλειστικά για γεύματα και τοποθετημένη εκτός του χώρου εργασίας. Η αίθουσα γευμάτων πρέπει:
  - Να έχει εμβαδόν δαπέδου τουλάχιστο δεκαοκτώ τετραγωνικών μέτρων ανά είκοσι άτομα ή λιγότερα που διακόπτουν την εργασία ταυτόχρονα.
  - Να έχει λείο δάπεδο και τοίχους με λείες επιφάνειες.

## ΧΩΡΟΙ ΑΝΑΠΑΥΣΗΣ

- Να εξαερίζεται με πέντε τουλάχιστον αλλαγές αέρα ανά ώρα.
- Να έχει φωτισμό έντασης τουλάχιστο 100 LUX.
- Να συντηρείται τακτικά και να καθαρίζεται μια τουλάχιστον φορά την ημέρα.
- Να έχει τραπέζια τέτοιου μεγέθους ώστε να παρέχεται εμβαδόν τουλάχιστον ενός τετάρτου του τετραγωνικού μέτρου για κάθε πρόσωπο.
- Να έχει καθίσματα με ράχη ή έδρανα με ράχη παρέχοντα χώρο πλάτους τουλάχιστον μισού μέτρου για κάθε καθήμενο πρόσωπο.

## ΧΩΡΟΙ ΑΝΑΠΑΥΣΗΣ

- Πρέπει να παρέχεται και να διατηρείται σε κατάλληλα, σημεία, ευκόλως προσιτά σε όλα τα πρόσωπα στην εργασία, επαρκής παροχή καθαρού και κατάλληλου για πόση νερού.

## ΕΓΚΥΕΣ ΓΥΝΑΙΚΕΣ ΚΑΙ ΘΗΛΑΖΟΥΣΕΣ ΜΗΤΕΡΕΣ

- ❑ Οι έγκυες γυναίκες και οι θηλάζουσες μητέρες πρέπει να έχουν τη δυνατότητα να κατακλίνονται προς ανάπαυση σε κατάλληλες συνθήκες.

## ΜΕΙΟΝΕΚΤΟΥΝΤΑ ΠΡΟΣΩΠΑ ΣΤΗΝ ΕΡΓΑΣΙΑ

- ❑ Οι χώροι εργασίας πρέπει να είναι ρυθμισμένοι έτσι ώστε να λαμβάνονται υπόψη, κατά περίπτωση, οι ειδικές ανάγκες των μειονεκτούντων προσώπων στην εργασία.