



## Απολογισμός Ευρωπαϊκής Εκστρατείας 2020 – 2022 « Ασφαλείς και Υγιείς Χώροι Εργασίας - ΜΕΙΩΣΤΕ ΤΗΝ ΚΑΤΑΠΟΝΗΣΗ »

Δρ. Όλγα Νικολαΐδου  
Λειτουργός Επιθεώρησης Εργασίας  
Τμήμα Επιθεώρησης Εργασίας  
Εθνικός Εστιακός Πόλος EU-OSHA

## EU-OSHA, ESENER 2019

3 στους 4 συχνότερα αναφερόμενους παράγοντες κινδύνου για την επαγγελματική ασφάλεια και υγεία είναι οι:

- επαναλαμβανόμενες κινήσεις των χεριών ή των βραχιόνων
- παρατεταμένη καθιστική εργασία
- άρση ή μεταφορά ατόμων ή φορτίων μεγάλου βάρους

## Eurofound, Ευρωπαϊκή Έρευνα για τις Συνθήκες Εργασίας (EWCS) 2015

Περίπου (3) τρεις στους (5) πέντε εργαζόμενους αναφέρουν ότι πάσχουν από ΜΣΠ (πόνος στην πλάτη & μυϊκοί πόνοι στα άνω άκρα)

## Eurostat, Έρευνα εργατικού δυναμικού 2013

60% του σύνολο των εργαζομένων στην Ε.Ε. με πρόβλημα υγείας που σχετίζεται με την εργασία, θεωρεί ότι οι ΜΣΠ αποτελούν το σοβαρότερο πρόβλημα υγείας



## ΑΠΟΚΕΝΤΡΩΤΙΚΗ ΔΙΑΦΩΤΙΣΤΙΚΗ ΕΚΣΤΡΑΤΕΙΑ

Εστιάζει σε μόνο ένα θέμα και συμμετέχουν:

- Κράτη Μέλη (ΚΜ)
- Μέλη Ευρωπαϊκού Οικονομικού Χώρου (ΕΟΧ)
- Υποψήφια ΚΜ και εν δυνάμει Υποψήφια ΚΜ

## ΑΝΤΙΚΕΙΜΕΝΟ

Η ευαισθητοποίηση σε ότι αφορά στις ΜΣΠ που σχετίζονται με την εργασία:

- Αφορούν σε όλες τις οικονομικές δραστηριότητες και κάθε θέση εργασίας
- Μπορούν να προληφθούν και να τύχουν ορθής διαχείρισης



## ΣΚΟΠΟΣ

- Δέσμευση των εμπλεκόμενων μερών σε όλα τα επίπεδα
- Διαφώτιση
- Ανάπτυξη και προώθηση πρακτικών εργαλείων και λύσεων χρησιμοποιώντας καλές πρακτικές

## ΣΥΝΤΟΝΙΣΜΟΣ ΔΡΑΣΤΗΡΙΟΤΗΤΩΝ

- Ανάπτυξη, διανομή και προώθηση πληροφοριακού υλικού σε 25 γλώσσες
- Παροχή Υποστήριξης στα ΚΜ για τη διεξαγωγή δραστηριοτήτων
- Δημιουργία & Διαχείριση του Δικτύου των Επίσημων Εταίρων και των Εταίρων Μέσω Μαζικής Ενημέρωσης
- Διοργάνωση των Βραβείων Καλής Πρακτικής
- και πολλά άλλα....

- Ευαισθητοποίηση για τις ΜΣΠ που σχετίζονται με την Εργασία
- Προαγωγή της εκτίμησης των κινδύνων και της διαχείρισης των ΜΣΠ
- Ανάδειξη του προβλήματος των ΜΣΠ (σε όλους τους χώρους εργασίας)
- Βελτίωση των γνώσεων σε σχέση με τους νέους και αναδυόμενους κινδύνους
- Ανάδειξη της ανάγκης επανένταξης και παραμονής στην εργασία των ατόμων με χρόνιες ΜΣΠ (τρόποι επίτευξης)
- Ενθάρρυνση της ανταλλαγής πληροφοριών και καλών πρακτικών μεταξύ των εμπλεκόμενων φορέων



- **Εναρκτήρια Συνάντηση**  
9 – 10 Σεπτεμβρίου 2020
- **Συνάντηση Ευρωπαίων Κοινωνικών Εταίρων**  
29 Σεπτεμβρίου 2020
- **Επίσημη Έναρξη Εκστρατείας & Ευρωπαϊκής Εβδομάδας Α&Υ στην Εργασία 2020**  
Οκτώβριος 2020
- **Ευρωπαϊκές Εβδομάδες Α&Υ στην Εργασία**  
Οκτώβριος 2021 & 2022
- **Εκδήλωση για Ανταλλαγή Καλών Πρακτικών**  
Ιούνιος 2022
- **Τελετή Λήξης Εκστρατείας & Απονομής Βραβείων Καλής Πρακτικής**  
Νοέμβριος 2022

# ΤΟΜΕΙΣ ΠΡΟΤΕΡΑΙΟΤΗΤΑΣ



## Prevention

October to December  
2020



## Facts & figures

January to March 2021



## Chronic conditions

April to June 2021



## Sedentary work

July to October 2021



## Worker diversity

November 2021 to  
January 2022



## Telework

February to April 2022



## Future generations

May to August 2022



## Psychosocial risks

September to  
November 2022



# ΕΥ-ΟΣΗΑ & ΕΤΑΙΡΟΙ ΕΚΣΤΡΑΤΕΙΑΣ







# Βραβεία Παραδειγμάτων Καλής Πρακτικής

# ΣΤΟΧΟΣ & ΔΙΚΑΙΩΜΑ ΣΥΜΜΕΤΟΧΗΣ

- Η προώθηση καινοτόμων πρακτικών για τη διαχείριση της ασφάλειας και της υγείας στον εργασιακό χώρο
- Η αναγνώριση επιτυχημένων και αιεφόρων πρωτοβουλιών για τη διαχείριση των μυοσκελετικών παθήσεων που σχετίζονται με την εργασία
- Δικαίωμα Συμμετοχής είχαν Οργανισμοί/Επιχειρήσεις από τα:
  - Κράτη Μέλη της Ε.Ε.
  - Υποψήφια Κράτη Μέλη
  - Πιθανά Υποψήφια Κράτη Μέλη
  - Κράτη Μέλη του Ευρωπαϊκού Οικονομικού Χώρου
- **Η Βράβευση θα γίνει στο Μπιλμπάο τον Νοέμβριο 2022**



# Healthy Workplaces **LIGHTEN THE LOAD**



## Healthy Workplaces Good Practice Awards 2020-2022

Awarded and commended examples

# ΠΕΡΙΠΤΩΣΙΑΚΕΣ ΜΕΛΕΤΕΣ ΠΟΥ ΔΙΑΚΡΙΘΗΚΑΝ

- **Hungary:** Planning and designing technical modifications on a sweets factory production line based on ergonomic principles
- **Italy:** New operating methods and adapted machinery for preventing musculoskeletal disorders in laundries
- **Cyprus:** Wearable exoskeletons to better manage manual handling at airports
- **Latvia:** Implementing customized solutions to heavy lifting in a metalworking company
- **Austria:** Preventing musculoskeletal disorders in a large hospital through staff involvement and an age-sensitive approach
- **Slovenia:** Promoting workplace safety and physical and mental health in an insurance company
- **Germany:** Promoting musculoskeletal health in the software industry through ergonomics
- **Lithuania:** Preventing musculoskeletal injuries in a professional fishing equipment company

# SWISSPORT CYPRUS LTD

Healthy Workplaces Good Practice Awards 2020-2022

## Wearable exoskeletons to better manage manual handling at airports

Swissport Cyprus Ltd

Cyprus

[www.swissport.com](http://www.swissport.com)



### Background

Swissport Cyprus Ltd operates out of Larnaca and Paphos International Airports. It provides ground handling services to several airlines, including the operations control and coordination centre, customer service, aircraft loading/unloading and cleaning.

The Ramp Handling Department is responsible for manual loading/unloading of luggage, cargo and mail on aircraft. This involves frequent and repetitive lifting. Over time, this leads to back disorders.

Despite repeated training, dissemination of information and the supervision of manual handling, the company recognised that employees in the Ramp Handling Department continued to be at risk from musculoskeletal strain. This could lead to increased absenteeism and decreased productivity.



### Aims

Introduce the LiftSuit exoskeleton to improve employees' quality of life professionally and personally by reducing the pressure that may be placed on the musculoskeletal system during manual handling.

### What was done and how?

- Through the company's wellbeing initiative to promote a healthier lifestyle, the campaign 'Work-Ergonomics-Health' was launched.
- The campaign's main initiative was the testing of the LiftSuit, a wearable exoskeleton designed by the company Auxivo in collaboration with Swissport International. The exoskeleton supports lifting movements during luggage handling to reduce workload, exhaustion and fatigue, ultimately ensuring employees' long-term wellbeing.
- Volunteers from the Ramp Handling Department took part in short-term tests of the LiftSuit. They recorded their observations and continuously consulted with the Health and Safety Manager as well as the Company Occupational Physician.
- Feedback and suggestions from the employees involved in LiftSuit testing led to the creation of a more advanced version that was also tested and then certified. As a result, six LiftSuits were purchased for the long-term testing.
- After the final testing and employee feedback, the company will evaluate the results to proceed with the purchase of this innovative product on a larger scale to achieve a healthier and safer working environment for all employees.

### What was achieved?

- Employees experienced reduced strain on the musculoskeletal system during manual handling, with better support while standing and/or in a crouching position.
- There was improved staff perception on health at work.

EU-OSHA — European Agency for Safety and Health at Work | 11

Healthy Workplaces Good Practice Awards 2020-2022

- Employees' satisfaction with management increased due to their active role and involvement in testing and decision-making.
- Laboratory results indicated that the intensity of muscular activities for an employee are reduced by up to 30% when wearing the LiftSuit.
- The exoskeletons eased the physical strain when loading/unloading luggage onto the aircraft, providing better support while standing and/or in a crouching position.
- In the long run, the results of this intervention could lead to lower rates of absenteeism due to MSDs.



### Success factors

- The company's focus on maintaining a healthy and safe work environment and its recognition of the need to reduce the risk of musculoskeletal strain during manual handling activities.
- The company's ability to evolve and invest in innovations, giving it a competitive advantage.
- Management's vision to develop a project based on the company's values (people, professionalism and partnership) that respect employees and their safety and health.
- The company's pioneering spirit to explore innovative options and improved solutions that achieve sustainable results with respect to efficiency, profitability and employee needs.



### Transferability

This intervention could easily be adopted by other companies in air transportation services, as well as companies where manual handling is required.

### Costs and benefits

#### Costs:

- Testing and on-site training of the LiftSuit exoskeleton

- Price for six LiftSuits
- Promotional material, such as posters and brochures, designed as part of the staff information campaign
- Working hours of the team leading the campaign

#### Benefits:

- Reduction in potential strain on the musculoskeletal system of workers performing manual handling activities
- Reduction in absenteeism related to musculoskeletal strain
- Increase in staff satisfaction
- Improved efficiency and productivity of employees
- Positive contribution to employees' wellbeing outside work
- General benefit to society through promoting and informing on innovative ideas (for example, other companies facing similar risks at work could exemplify and follow this good practice)

### Key features of good practice example

- The introduction of the exoskeleton built on previous measures to reduce MSDs, as it was found that more needed to be done.
- The exoskeletons were introduced in a planned way, with full testing beforehand.
- Employee involvement was important, participating in testing and evaluating the exoskeleton.
- The company is committed to investing in new technologies and products that ultimately lead to a positive impact on the wellbeing of its employees.

### Further information

Further information can be found at

<https://www.swissport.com/en/network/europe/cyprus/ica>  
<https://www.swissport.com/en/network/europe/cyprus/pfo>

### References and resources

Further information can be found at

<https://www.auxivo.com/liftsuit>

*The exoskeletons eased the physical strain when loading/unloading luggage onto the aircraft, providing better support while standing and/or in a crouching position.*



# ΤΜΗΜΑ ΕΠΙΘΕΩΡΗΣΗΣ ΕΡΓΑΣΙΑΣ

2020 - 2022

- Σεμινάρια (Διαδικτυακά & με φυσική Παρουσία)
  - Covid – 19 και Επιστροφή στην Εργασία
  - ESENER 2019 – Η περίπτωση της Κύπρου
  - Ενημέρωση Φοιτητών Μεταπτυχιακού Προγράμματος στην ΕΑΥ του Ευρωπαϊκού Πανεπιστημίου Κύπρου
  - Συμμετοχή σε Σεμινάρια του Συνδέσμου Ασφάλειας & Υγείας Κύπρου
  - Διανομή Διαφωτιστικού Υλικού σε Σεμινάρια/Συνέδρια
- Αναθεώρηση των Διαδικτυακών Διαδραστικών εργαλείων OiRA σε σχέση με τους κινδύνους πρόκλησης ΜΣΠ
- Επίσκεψη σε Νηπιαγωγείο με τον ΝΑΡΟ
- Διανομή διαφωτιστικού υλικού από τους Επιθεωρητές
- Διοργάνωση του Εθνικού Διαγωνισμού Παραδειγμάτων Καλής Πρακτικής σε Επιχειρήσεις



- Προώθηση των αναρτήσεων του EU-OSHA μέσω των ΜΚΔ
- Μετάφραση στην Ελληνική, μεγάλου αριθμού ενημερωτικών εκδόσεων
- Διοργάνωση Τελετών στο πλαίσιο της Εβδομάδας Α&Υ στην Εργασία
- Ενδοτμηματικές Συναντήσεις
- Συναντήσεις Παγκύπριου Συμβουλίου Ασφάλειας και Υγείας
- Συμμετοχή Λειτουργών του ΤΕΕ σε τηλεοπτικές & ραδιοφωνικές εκπομπές
- Ανάπτυξη Ηλεκτρονικής Εφαρμογής και Οδηγού σε σχέση με την Τηλεργασία (CERIDES, ΕΠΚ)

Tele-WOSH

European University Cyprus | CER+DES  
Excellence in Innovation and Technology



GUIDE ON TELEWORKING  
DURING COVID-19  
PANDEMIC

(A PRACTICAL GUIDE ON OCCUPATIONAL  
SAFETY & HEALTH)



# Tele-WOSH

- Οδηγίες προς Τηλεεργαζόμενους για Εκτίμηση των Κινδύνων στην οικία τους
- Αναγνώριση των κινδύνων
- Αξιολόγηση των υφιστάμενων μέτρων
- Εφαρμογή νέων προτεινόμενων μέτρων

# Tele-WOSH Web App



The main purpose of this application is to facilitate the development and implementation of a risk assessment, for the identification of hazards and the evaluation of risks arising during teleworking, ensuring the health, safety and well-being of employees and the legal compliance of the employer.

The main six main categories of hazards covered by Tele-WOSH are:

1. Ergonomics
2. Physical
3. Safety
4. Biological
5. Chemical
6. Psychosocial

For further user's instructions please visit the [instructions page](#)

Get Started



## New Assessment

Label

Create Assessment

Back



## Assessments

02/04/2021

Edit

02/04/2021  
Testing

Edit

+ New Assessment



## Assessment 08/04/2021

### Test 1

Assessment Completion Level: 0.00%



Ergonomics



Physical



Safety



Biological



Chemical



Psychosocial

Report

Edit

# Tele-WOSH Web App (συν.)

☰ Tele-WOSH

## Ergonomics

Ergonomics Completion Level 0.00%

- Chair |
- Desk |
- Screen |
- Keyboard |
- Mouse |
- Documents |
- Telephone |
- Posture |
- Laptop |

☰ Tele-WOSH

## Chair

The office chair is one of the most frequently used equipment and is essential to be stable, at the right height and with supportive backrest. Regular inspections of the office chair before its use, consists of a good practice, so as to minimize the risk of harm or injury. It is very important the chair to be able to adopt to the physical characteristics of the user.

Chair Completion Level 0.00%

### Hazards

- Non-Ergonomic Chair |
- Defective Chair |

☰ Tele-WOSH

**Hazard:** Non-Ergonomic Chair  
**Impacts:** Musculoskeletal Disorders

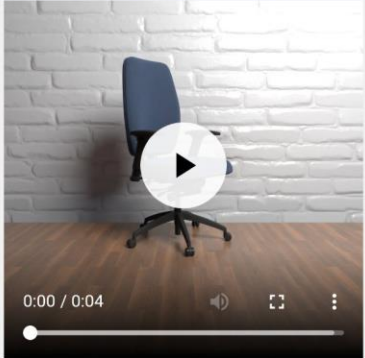
### Required Measures

- Stable (recommended to have a five-star base) |
- Right Height - Recommended to have adjustable seat in height (up-down) and depth (seat sliding forward-backward) |
- Supportive backrest - Recommended to be adjustable in height (up-down) and angle (inclining forwards-backwards) |
- Training |

### Optional Measures

- Upholstered seat and backrest with breathable fabric |
- Two armrests (Recommended) |

☰ Tele-WOSH



0:00 / 0:04

Risk Level ?

- Low
- Medium
- High

Existing Measure

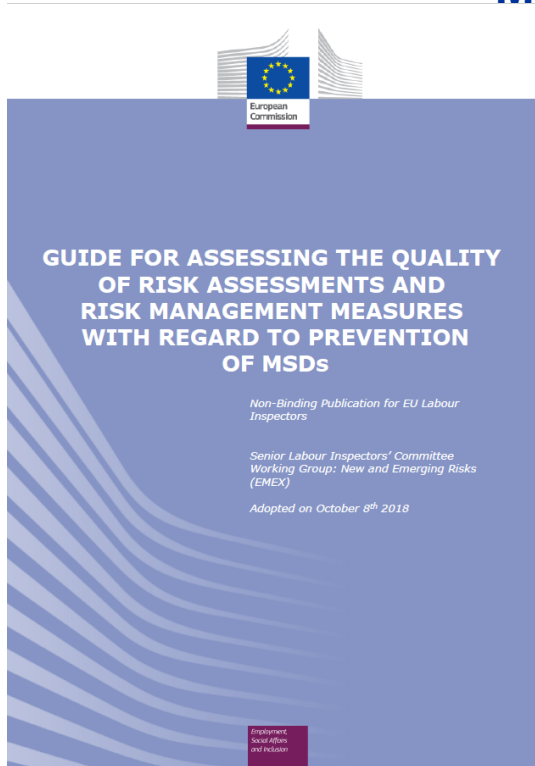
- Yes
- No

Save Answer

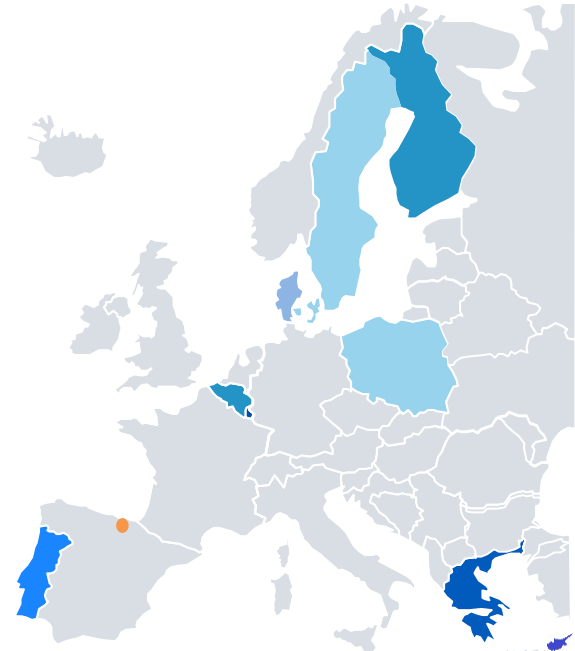


## ΣΥΝΕΡΓΑΣΙΑ ΕΥ-OSHA & SLIC

# Εκστρατεία Επιθεώρησης Ευρωπαϊκής Επιτροπής (Ομάδα Εργασίας SLIC EMEX) για θέματα πρόληψης των ΜΣΠ στους Χώρους Εργασίας Μάιος – Ιούλιος 2022



**Ομάδα Εργασίας  
SLIC EMEX**  
Σουηδία, Φιλανδία,  
Δανία, Βέλγιο,  
Πολωνία, Πορτογαλία,  
Ελλάδα και Κύπρος



## Τομείς Επιθεωρήσεων (επιλέχθηκαν από την Επιτροπή SLIC)

- Κατασκευές
- Υγειονομική Περίθαλψη και Κοινωνική Μέριμνα
- Μεταφορές (Courier) / Βιομηχανικές Αποθηκεύσεις
- Κομμωτήρια / Κουρεία
- Βιομηχανίες Τροφίμων και Ποτών

## Τομείς Επιθεωρήσεων στην Κύπρο:

- Βιομηχανίες Τροφίμων και Ποτών
- Βιομηχανικές Αποθηκεύσεις και Μεταφορές, περιλαμβανομένων των Ταχυμεταφορών – Courier



- Εκπαίδευση των Επιθεωρητών Εργασίας των αρμοδίων Αρχών Επιθεώρησης Εργασίας των ΚΜ
- Χρήση Κοινού Ερωτηματολογίου στις επιθεωρήσεις σε όλα τα ΚΜ
- Διανομή στους εργοδότες Ενημερωτικής Έκδοσης για την πρόληψη των ΜΣΠ στους χώρους εργασίας
- Προώθηση Μέτρων Συμμόρφωσης των εργοδοτών όπου απαιτείτο με βάση την εθνική νομοθεσία των ΚΜ
- Αξιολόγηση των αποτελεσμάτων της εκστρατείας επιθεώρησης από την Ομάδα Εργασίας SLIC EMECH της Ευρωπαϊκής Επιτροπής, βάσει Εθνικών Εκθέσεων που ετοίμασαν οι αρμόδιες Αρχές των ΚΜ
- Παρουσίαση των αποτελεσμάτων στην Τελετή Λήξης της Ευρωπαϊκής Εκστρατείας του EU-OSHA



## ΠΗΓΕΣ ΠΛΗΡΟΦΟΡΗΣΗΣ



Εκδόσεις



Υλικό της εκστρατείας



Εργαλειοθήκη της  
εκστρατείας



Οι ταινίες του Naro



OSHwiki



Πρακτικά εργαλεία  
& υποστήριξη



Περιπτωσιολογικές  
μελέτες



Νομοθεσία



# ΕΠΟΜΕΝΗ ΕΚΣΤΡΑΤΕΙΑ

## 2023 - 2025



ΑΠΡΙΛΙΟΣ 2023

**ΕΠΑΓΓΕΛΜΑΤΙΚΗ  
ΑΣΦΑΛΕΙΑ &  
ΥΓΕΙΑ ΣΤΗΝ  
ΨΗΦΙΑΚΗ ΕΠΟΧΗ**



**ΕΥΧΑΡΙΣΤΩ ΠΟΛΥ  
ΓΙΑ ΤΗΝ ΠΡΟΣΟΧΗ ΣΑΣ!**