



ΥΠΟΥΡΓΕΙΟ ΠΑΙΔΕΙΑΣ, ΠΟΛΙΤΙΣΜΟΥ, ΑΘΛΗΤΙΣΜΟΥ ΚΑΙ ΝΕΟΛΑΙΑΣ
ΓΡΑΦΕΙΟ ΠΟΛΙΤΙΚΗΣ ΑΜΥΝΑΣ, ΑΣΦΑΛΕΙΑΣ ΚΑΙ ΥΓΕΙΑΣ, Κ.Ε.Ε.Σ.Κ.

ΕΡΓΟΝΟΜΙΑ



Προληπτικά μέτρα - Ασφάλεια

ΕΡΓΟΝΟΜΙΑ - ΠΡΟΕΛΕΥΣΗ

- Η εργονομία είναι ελληνική λέξη και αποτελείται από τις λέξεις «έργο» και «νόμος». Δηλαδή η επιστήμη που μελετά τους νόμους που διέπουν την παραγωγή έργου από τον άνθρωπο.

ΕΡΓΟΝΟΜΙΑ- ΟΡΙΣΜΟΣ

Η Εργονομία είναι πολυεπιστήμη που περικλείει τη Φυσιολογία και την Ψυχολογία της εργασίας, καθώς και την Ανθρωπομετρία και την Κοινωνιολογία του ανθρώπου στην εργασία. Ο στόχος της εφαρμογής της Εργονομίας είναι η προσαρμογή των θέσεων εργασίας, των εργαλείων, των μηχανών, των ωραρίων και του περιβάλλοντος χώρου στις απαιτήσεις του ανθρώπου

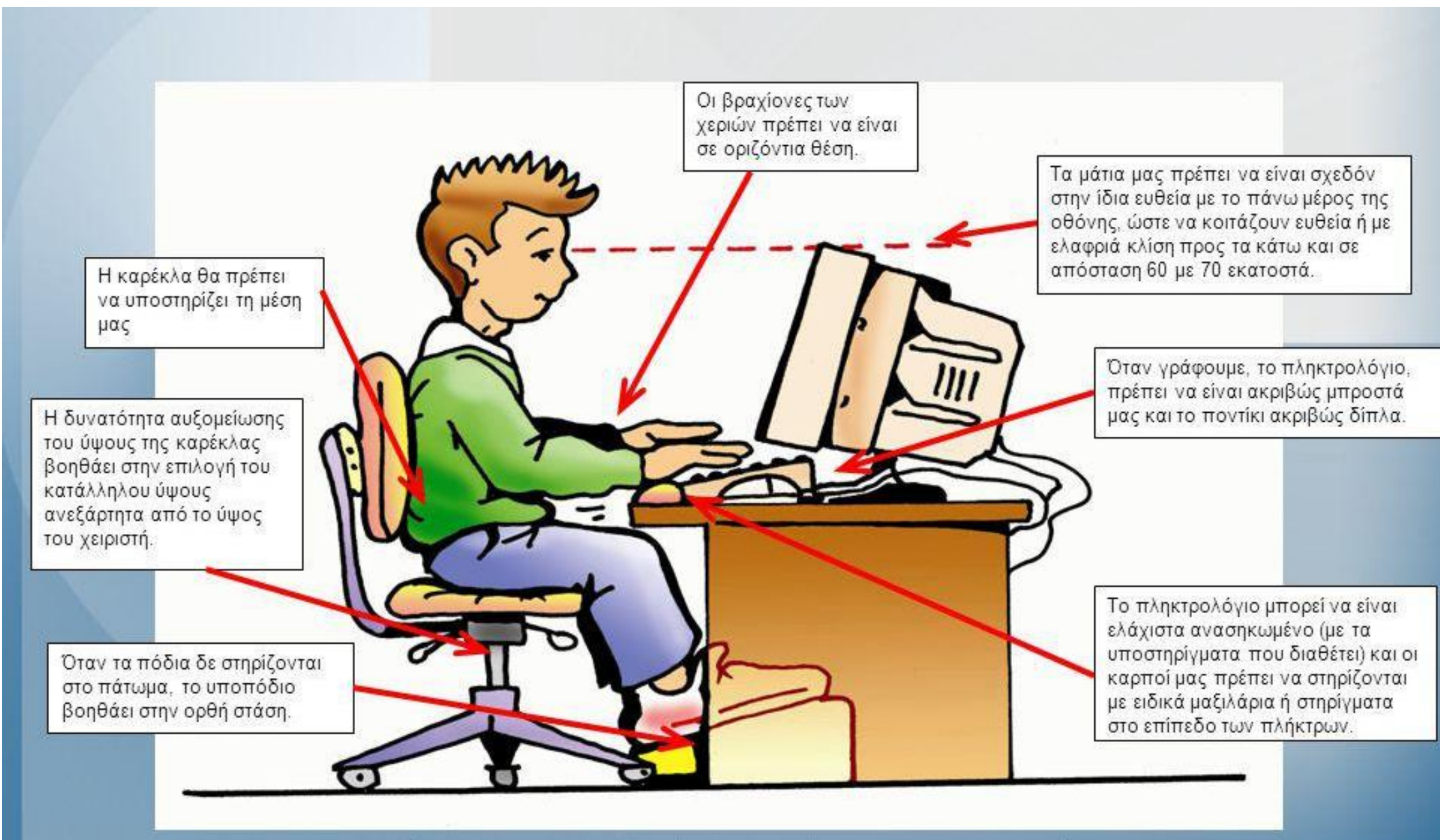
ΣΥΣΤΗΜΑ ΕΡΓΑΣΙΑΣ ΜΕ ΟΘΟΝΕΣ ΟΠΤΙΚΗΣ ΑΠΕΙΚΟΝΙΣΗΣ

- Εξοπλισμός: οθόνη, πληκτρολόγιο, γραφείο, κάθισμα εργασίας, αναλόγιο, υποπόδιο
- Περιβάλλον εργασίας: φωτισμός, θόρυβος, θερμοκρασία, υγρασία, ακτινοβολία
- Διαμόρφωση του εξοπλισμού στον χώρο εργασίας
- Διασύνδεση Η/Υ και ανθρώπου
- Οργάνωση εργασίας
- Εκπαίδευση των εργαζομένων



Επιπτώσεις στη Υγεία των Εργοδοτούμενων

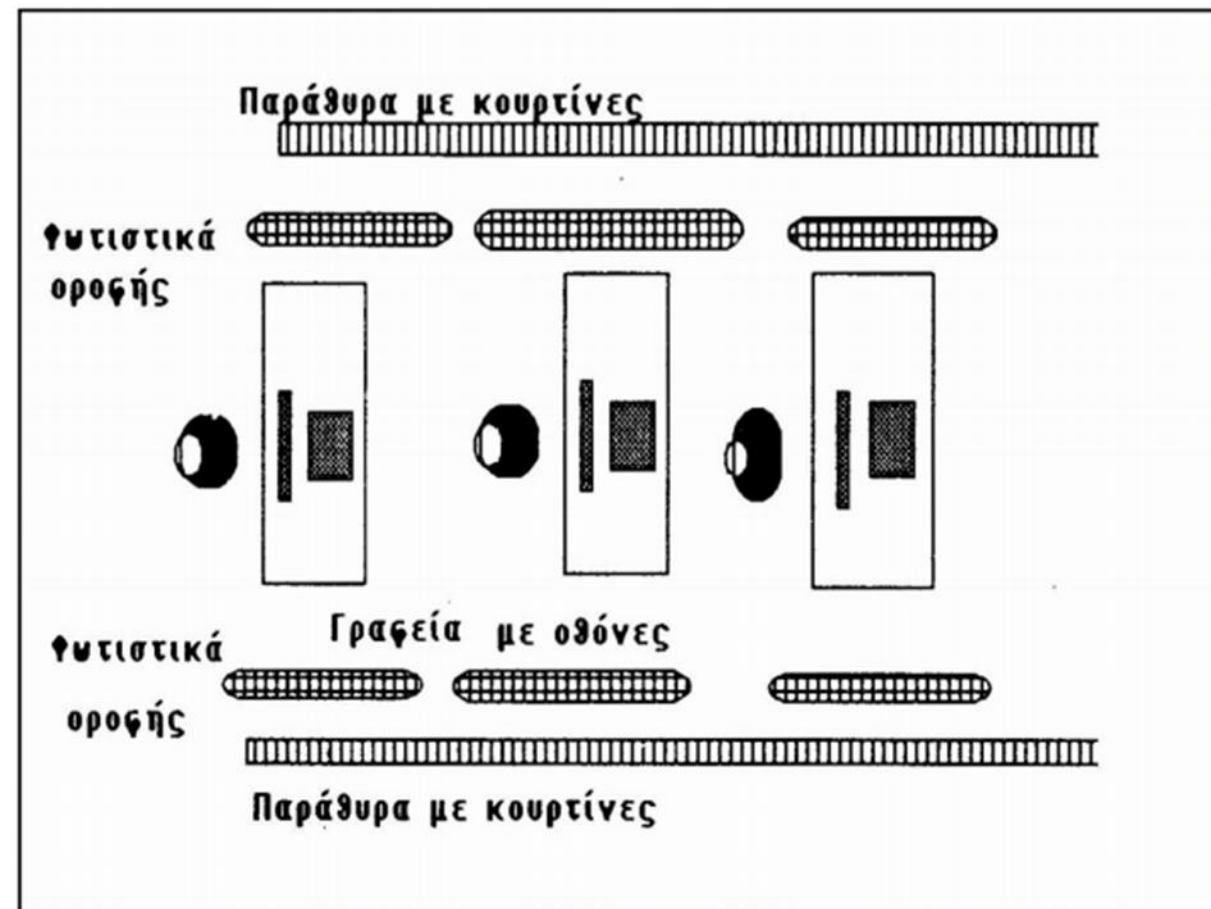
- Οφθαλμική κόπωση
- Μυοσκελετικές παθήσεις
- Διαταραχές της ψυχικής σφαίρα (άγχος, κατάθλιψη)
- Δερματικές παθήσεις



ΣΥΝΙΣΤΩΜΕΝΑ ΧΑΡΑΚΤΗΡΙΣΤΙΚΑ ΤΩΝ ΘΕΣΕΩΝ ΕΡΓΑΣΙΑΣ

Κατάλληλες συνθήκες φωτισμού.

- Φυσικός φωτισμός
- Πρέπει να τηρούνται οι ανάλογες αντιθέσεις φωτεινότητας μεταξύ της οθόνης και των γύρω επιφανειών
- Πρέπει να χρησιμοποιούνται πηγές τεχνικού φωτισμού που να στέλνουν διάχυτες δέσμες φωτός στον χώρο
- Η ένταση φωτισμού στον χώρο πρέπει να είναι μέτρια
(γύρω στα 500 lux)



ΣΥΝΙΣΤΩΜΕΝΑ ΧΑΡΑΚΤΗΡΙΣΤΙΚΑ ΤΩΝ ΘΕΣΕΩΝ ΕΡΓΑΣΙΑΣ (συνέχεια)

Επαρκής χώρος εργασίας.

Κατάλληλη οργάνωση εργασίας.

- επαρκή διαλείμματα
- μη υπερβολικός ρυθμός και διάρκεια εργασίας
- αποφυγή της μονότονης εργασίας
- εναλλαγή της θέσης (δραστηριότητας) εργασίας