

Podsumowanie działań podejmowanych przez KPC EU-OSHA w 2020 r.



Spotkanie uczestników

Krajowej Sieci Partnerów Krajowego Punktu Centralnego

Europejskiej Agencji Bezpieczeństwa i Zdrowia w Pracy

(KSP KPC EU-OSHA)

25 marca 2021 r. (czwartek), online, platforma Zoom

Współpraca KPC i KSP



osha.europa.eu

CIOP  **PIB**

Krajowy Punkt Centralny Europejskiej Agencji Bezpieczeństwa i Zdrowia w Pracy



Zakres działań **Krajowego Punktu Centralnego** EU-OSHA w stosunku do Krajowej Sieci Partnerów:

- koordynowania działalności Sieci,
- utrzymywania trójstronnej struktury KSP, wymaganej przez EU-OSHA,
- aktualizowania danych przedstawicieli reprezentujących instytucje należące do KSP (raz w roku, na podstawie przesłanego formularza aktualizacji),
- organizowania cyklicznych spotkań KSP w celu wymiany informacji i doświadczeń,
- informowania uczestników ww. spotkań o planach działań i zapoznawania ze sprawozdaniami z ich realizacji,
- przekazywania członkom KSP szczególnie istotnych informacji i dokumentów związanych ze współpracą z EU-OSHA,
- przekazywania (w miarę możliwości) bezpłatnych materiałów informacyjnych i promocyjnych z zakresu bhp, dostarczanych przez EU-OSHA.

Zakres działań **Krajowej Sieci Partnerów**:

- włączania się w przedsięwzięcia realizowane w ramach współpracy KPC z EU-OSHA, dotyczące opiniowania planów, materiałów informacyjnych i produktów,
- włączania się w realizację polskich edycji kampanii informacyjnej EU-OSHA pn. „Zdrowe i bezpieczne miejsce pracy”, w szczególności poprzez:
 - udostępnianie materiałów informacyjnych kampanii w swoich środowiskach i otoczeniu biznesowym,
 - udział w przedsięwzięciach kampanii, organizowanie i współorganizowanie przedsięwzięć kampanii (samodzielnie lub we współpracy z KPC),
- uczestniczenia w cyklicznych spotkaniach organizowanych przez KPC,
- informowania KPC o danych przedstawiciela, jego zmianie lub innych zmianach istotnych dla współpracy,
- aktywnej współpracy z KPC i innymi członkami Sieci, w tym współpracy w tworzeniu programów działań oraz aktywnego współdziałania w ich realizacji,
- wsparcia w realizacji przedsięwzięć dla odbiorców z sektora MŚP.

Współpraca z EU-OSHA i pełnienie roli Krajowego Punktu Centralnego Agencji jest realizowane w ramach programu wieloletniego „Poprawa bezpieczeństwa i warunków pracy”- V etap (2020-2022)

W 2020 r. współpraca z EU-OSHA była realizowana przez:

1. Upowszechnianie informacji pochodzących z projektów i publikacji EU-OSHA dotyczących nowych i narastających zagrożeń w obszarze bezpieczeństwa pracy
2. Upowszechnianie wyników badania europejskiego badania przedsiębiorstw pod kątem nowych i narastających zagrożeń (ESENER3)
3. Zorganizowanie polskiej edycji europejskiej kampanii informacyjnej pn. „Dźwigaj z głową” 2020-2022
4. Realizacja innych zadań wynikających z pełnienia roli Krajowego Punktu Centralnego EU-OSHA.

Ad. 1. Upowszechnianie informacji pochodzących z projektów i publikacji EU-OSHA dotyczących nowych i narastających zagrożeń w obszarze bezpieczeństwa pracy

- Upowszechnianie informacji pochodzących z projektu „Prognozowanie przyszłości w zakresie nowych i narastających zagrożeń” (ang. „Identifying new and emerging risks”)
 - ✓ zweryfikowano językowo i redakcyjnie tłumaczenia 9 publikacji dotyczących tematyki nowych i narastających zagrożeń w obszarze bezpieczeństwa pracy
 - ✓ opublikowano opracowanie EU-OSHA pt. „Technologia monitorująca: dążenie do dobrostanu w XXI wieku?”
 - ✓ na stronie internetowej Krajowego Punktu Centralnego zamieszczono linki do materiałów informacyjnych:
 - *COVID-19: Powrót do miejsca zatrudnienia – dostosowanie środowiska pracy i ochrona pracowników*
 - *Bezpieczeństwo i zdrowie a przyszłość pracy: korzyści i ryzyko związane z wykorzystaniem sztucznej inteligencji*
 - *Drukowanie przestrzenne i obróbka przyrostowa – wpływ na kwestie związane z bezpieczeństwem pracy*
 - *Technologia monitorująca: dążenie do dobrostanu w XXI wieku?*
 - *Prognozy dotyczące nowych i pojawiających się rodzajów ryzyka dla zdrowia i bezpieczeństwa pracy związanych cyfryzacją do 2025 r. Streszczenie raportu.*
 - *Rozwiązania w zakresie ostrzegania i nadzoru do celów rozpoznawania chorób związanych z pracą w UE. Streszczenie raportu.*
 - *Nanomateriały produkowane w miejscu pracy. Arkusz informacyjny*
 - *Wartość bezpieczeństwa i higieny pracy oraz koszty społeczne urazów i chorób związanych z pracą. Prezentacja*

Adres strony: <https://tiny.pl/rkr5z>



- Upowszechnianie informacji pochodzących z projektu „Prognozowanie przyszłości w zakresie nowych i narastających zagrożeń” (ang. „Identifying new and emerging risks”) cd.
- ✓ **Zorganizowanie webinarium pt. „Pracujesz zdalnie? Pracuj z głową”, 6.11.2020 r.**
(76 uczestników, warsztat z psychologiem)

- Współpraca: Fundacja Rozwoju Przedsiębiorczości w Łodzi,
Ambasador BHP w sieci Europe Enterprise Network



Ad. 2 Upowszechnianie wyników badania ESENER3

✓ Zorganizowanie konferencji online pt. „Praca w czasach pandemii” dot. ESENER 3 (23.11.2020 r.)

- *ESENER 3: Europejskie przedsiębiorstwa i „nowa normalność”* - dr Zofia Pawłowska, kierownik Zakładu Zarządzania Bezpieczeństwem i Higieną Pracy, CIOP-PIB
- *Epidemia z perspektywy pracownika - wybrane problemy psychologiczne i sposoby radzenia sobie z nimi* - dr hab. Dorota Żołnierczyk–Zreda, Kierownik Pracowni Psychologii i Socjologii Pracy, CIOP-PIB
- *Czas na zmiany - nowa strategia HR w dbaniu o zdrowie pracownika* - [Mariusz Smoliński](#), ICAN Research&Diagnostics Director, Małgorzata Nowak, kierownik Działu Rozwoju Oferty Marketingowej, Medicover
- *Wellbeing strategicznym narzędziem na DZIŚ i dla organizacji JUTRA. Prezentacja oparta na przykładach* – Beata Dyraga, Grupa Prodialog
- *Zarządzanie zmianą w organizacji w świecie VUCA* – dr Marcin Capiga, Training Tree

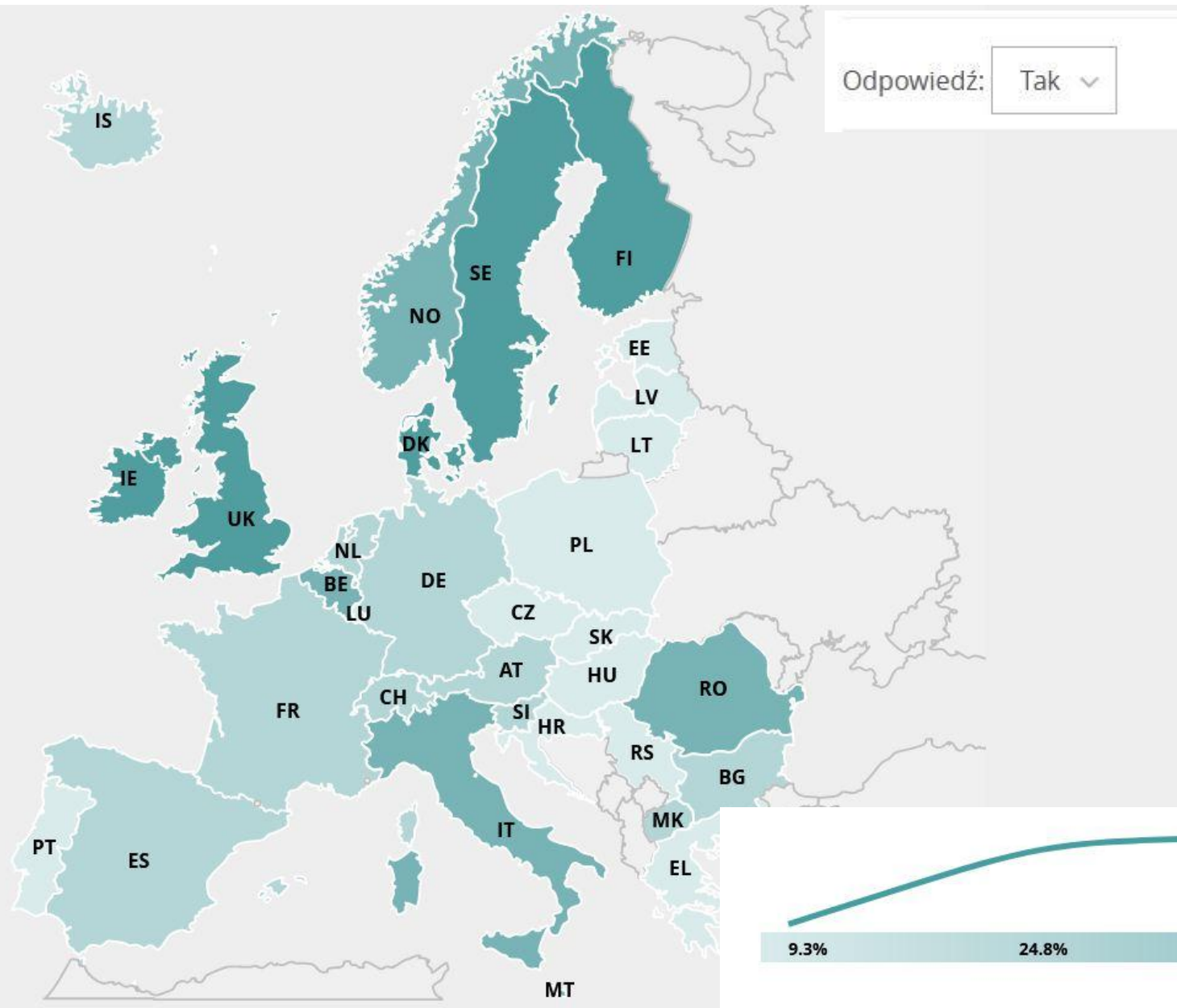


Konferencja dostępna na stronie Facebooka: <https://www.facebook.com/903839553078492/videos/400324507759804>

Ad. 2 Upowszechnianie wyników badania ESENER3

Podsumowanie działań podejmowanych przez KPC EU-OSHA w 2020 r.

<https://visualisation.osha.europa.eu/esener#!/pl/survey/overview/2019>

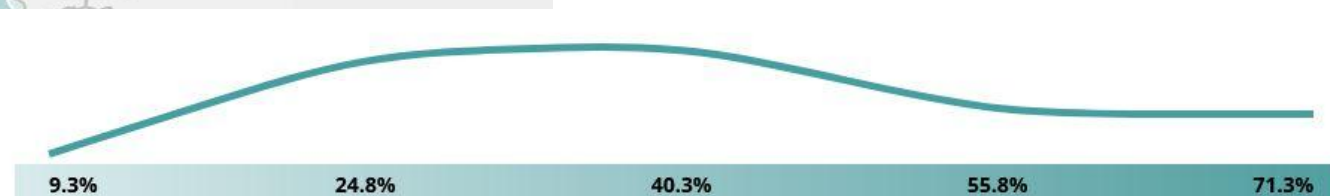


Plan zapobiegania stresowi związanemu z pracą

Czy zakład posiada plan zapobiegania stresowi związanemu z pracą?

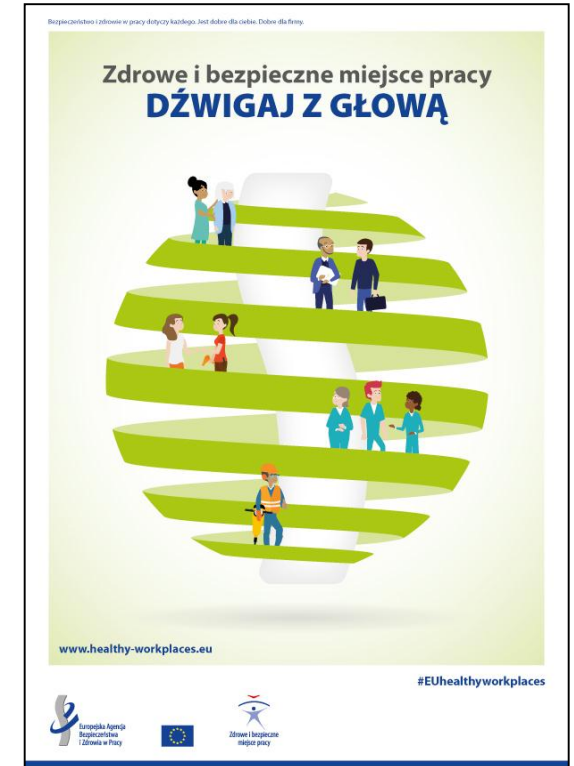
- (1) Tak
- (2) Nie
- (9) Brak odpowiedzi

Polska
TAK: 18,7%
NIE: 81,3%



Ad. 3. Zorganizowanie polskiej edycji europejskiej kampanii informacyjnej pn. „Dźwigaj z głową” 2020-2022


- ✓ pozyskano patronat honorowy Zakładu Ubezpieczeń Społecznych i partnerstwo merytoryczne Polskiego Towarzystwa Ergonomicznego i Polskiego Towarzystwa Rehabilitacji
- ✓ opracowano i przesłano do mediów informację prasową; w rezultacie ukazało się ponad **70 informacji** w mediach internetowych, wg raportu Brand24 zasięg hasła „Dźwigaj z głową” w okresie od 29.10 do 20.11.2020 r. wyniósł ponad **143 tys. odbiorców** (poza mediami społecznościowymi)
- ✓ założono stronę „Dźwigaj z głową” w portalu Facebook (25 postów, z łącznym zasięgiem ok. **2,7 tys. użytkowników** (stan na grudzień 2020 r.); opublikowano posty tematyczne na stronie Instytutu i w portalu LinkedIn.
- ✓ opracowano stronę internetową poświęconą kampanii (materiały informacyjne, prezentacje, wydarzenia, Konkurs Dobrych Praktyk, linki do zasobów informacyjnych CIOP-PIB nt. zagadnień związanych z problemami mięśniowo-szkieletowymi)
- ✓ w miesięczniku „Bezpieczeństwo Pracy. Nauka i Praktyka” (10/2020) ukazał się artykuł informacyjny nt. kampanii (zasięg – **2,5 tys. odbiorców**).



Rozpoczęcie 30 października 2020 r.

Dźwigaj z głową
Opublikowane przez: Wioletta Klimaszewska · 30 października ·

Pozycja ciała jaką przyjmujemy przy pracy wpływa na kondycję naszych mięśni i układu kostnego. Praca przy komputerze, powszechnie postrzegana jako "lekka", bywa jednak dużym obciążeniem dla kręgosłupa, barków i ramion, przyczyną dyskomfortu i wielu schorzeń układu mięśniowo-szkieletowego. W warunkach pandemii, kiedy lawinowo rośnie liczba osób pracujących zdalnie, a sondaże i badania wykazują poważny brak ergonomii miejsc pracy i jej wadliwą organizację, problem ten narasta i staje się jeszcze bardziej palący. Nie bądź jak Napo - gdziekolwiek pracujesz, pracuj zdrowo i bezpiecznie.
#DźwigajzGłową #CIOPPIB #EUOSHA #EUhealthyworkplaces #zdrowykręgosłup



3720 Liczba odbiorców 269 Aktywność Promuj post

6 33 udostępnienia

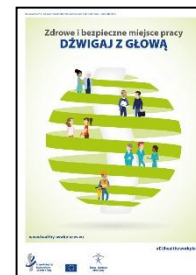
Centralny Instytut Ochrony Pracy - Państwowy Instytut Badawczy
102 followers
1w ·

Centralny Instytut Ochrony Pracy - Państwowy Instytut Badawczy organizuje Kręgosłup na kanapie. Jak zadbać o zdrowie pracując zdalnie. Czy chcesz uczestniczyć?

See translation



Wed, Dec 2, 11:00 AM - 1:30 PM
Kręgosłup na kanapie. Jak zadbać o...
Private Event by Centralny Instytut Ochrony...
Online



CIOP PIB CENTRALNY INSTYTUT OCHRONY PRACY - PAŃSTWOWY INSTYTUT BADAWCZY

Wyszukiwanie zaawansowane

Wydarzenia

Tu jesteś: / Wydarzenia / KAMPANIE / Europejska Kampania Informacyjna 2020 "Dźwigaj z głową"

Zdrowe i bezpieczne miejsce pracy

DŹWIGAJ Z GŁOWĄ

O KAMPANII WYDARZENIA KONKURSY PARTNERZY KONTAKT

PATRONAT HONOROWY **ZUS** ZAKŁAD UBEZPIECZEŃ SPOŁECZNYCH

MATERIAŁY PRASOWE

- Informacja prasowa nt. kampanii PDF

MATERIAŁY KAMPANII

- Plakat kampanii PDF
- Ulotka kampanii PDF
- Przewodnik po kampanii PDF
- Konkurs Dobrych Praktyk PDF
- Film o Napo

WYDARZENIA

DZIAŁANIA KAMPANII - 2020

Konferencja online pt. „Kręgosłup na kanapie. Praca zdalna i jej wpływ na zdrowie”, 1 grudnia 2020 r.

- Program PDF
- Zaproszenie (.docx)

Linki do filmów prezentowanych podczas konferencji:

Aktywna przerwa w pracy (materiały Krajowej Izby Fizjoterapeutów):
<https://fizjoterapiaporusza.pl/aktywna-przerwa-w-pracy>

Aktywna przerwa w pracy (film rysunkowy CIOP-PIB):
https://www.youtube.com/watch?v=DUfg5VbJEYc&feature=emb_logo

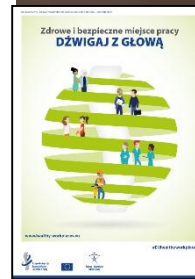
Film motywujący do aktywności fizycznej:
<https://youtu.be/d7w-aBnKAhY>

Blog Motivity. Napędzani ruchem:
Motivity - Nowa Ergonomia - Motivity

Europejska Agencja Bezpieczeństwa i Zdrowia w Pracy

Ad. 3. Zorganizowanie polskiej edycji europejskiej kampanii informacyjnej pn. „Dźwigaj z głową” 2020-2022 cd.

- ✓ przygotowano 30-sekundowy spot informacyjny oparty na filmie „Napo w pracy zdalnej”
- ✓ emisja w placówkach medycznych sieci Medicover (Damian, MediPartner, DentaCare, 69 lokalizacji, 131 ekranów), w dniach 02.11 – 09.11.2020 r., 4-6 razy na 1 godz.
- ✓ **834 tys. estymowanych kontaktów**, przy 44 tys. emisjach spotu.



Ad. 3. Zorganizowanie polskiej edycji europejskiej kampanii informacyjnej pn. „Dźwigaj z głową” 2020-2022 cd.

- ✓ przygotowywano i zrealizowano nagranie 4 wypowiedzi ekspertów CIOP-PIB na temat problemów mięśniowo–szkieletowych związanych z pracą, pracy zdalnej, organizacji miejsca pracy i kampanii „Dźwigaj z głową”; nagrania udostępniono na stronie kampanii oraz na stronach internetowej agencji informacyjnej eNewsroom.

eNewsroom
video news agency

newsy o nas zasady współpracy komunikaty współpracuj z nami video przebitki kontakt

Dźwigaj z głową
Opublikowane przez: Wioletta Klimaszewska · 6 min ·

Jaki jest związek pracy zdalnej z problemami mięśniowo-szkieletowymi? Czy siedzenie przed komputerem w domu bardziej obciąża kręgosłup, niż ta sama czynność wykonywana w biurze? Dlaczego zbyt niska aktywność fizyczna może przyczynić się do wystąpienia depresji?

Praca zdalna obciąża bardziej, niż praca w biurze

09-12-2020 HD 1080p

Porozmawianie o układzie mięśniowo-szkieletowym to szczególnie ważny temat, gdy większość pracowników biurowych przeszła na pracę zdalną. **Swoje obowiązki zawodowe w domu wykonuje około 90% pracowników** – częściowo całkowicie, a częściowo dzieląc swój czas pomiędzy pracę zdalną a pracę w siedzibie firmy. Z tej sytuacji zadowolonych jest aż 70% pracowników – tyłu z nich deklaruje chęć pozostania przy pracy online lub hybrydowej po pandemii. Te liczby każą zastanowić się poważnie nad zagrożeniami, jakie mogą wynikać z wykonywania pracy zdalnej. **Przeniesienia biura do domu może przyczynić się do wystąpienia depresji, bóli mięśni, stawów i kręgosłupa, a także depresji.**

Praca zdalna wiąże się z wieloma zagrożeniami. Pierwszym jest nieergonomiczne siedzenie przy stole kuchennym, na nieodpowiednim krześle. Drugi problem to brak aktywności fizycznej i pozycji nieruchomej. Nawet 30% pracowników pracuje w domu, a 10% wzrosła liczba osób, które nie podejmują żadnej aktywności fizycznej. W związku z tym musimy zwrócić uwagę na to, żeby zmienić i dostosować swoje miejsce pracy. **Badania pokazały, że osoby, które robią więcej niż 7,5 tysiące kroków dziennie, są mniej narażone na ryzyko depresji niż osoby, które robią tych samych kroków.**

DR INŻ. JOANNA KAMIŃSKA
ZAKŁAD ERGONOMII CIOP-PIB

Zdrowe i bezpieczne miejsce pracy
DŹWIGAJ Z GŁOWĄ

CIOP PIB

Europejska Agencja
Bezpieczeństwa
i Zdrowia w Pracy

Ad. 3. Zorganizowanie polskiej edycji europejskiej kampanii informacyjnej pn. „Dźwigaj z głową” 2020-2022 cd.

- ✓ Zorganizowano konferencję online pt. „Kręgosłup na kanapie.

Jak zadbać o zdrowie pracując zdalnie” (1.12.2020 r.). :

- ponad 350 uczestników
- transmisja na stronie Instytutu w portalu Facebook (38 oglądających, zasięg posta ok. 11 tys. użytkowników) oraz na kanale Youtube
- w porozumieniu z Krajową Izbą Fizjoterapeutów, wykorzystano film pt. „Aktywna przerwa w pracy”

Lik do konferencji:

<https://www.youtube.com/watch?v=9BGiWNMDXhs&list=PLK7XfZAYSZN4ce19vSoPsgYIkT9j9uokh&index=3&t=705s>

The screenshot shows a Facebook post from the Centralny Instytut Ochrony Pracy - Państwowy Instytut Badawczy (CIOP-PIB). The post is titled "Kręgosłup na kanapie. Jak zadbać o zdrowie pracując zdalnie" and is scheduled for a live broadcast on December 1, 2020, from 11:00 to 14:30. The post includes a detailed agenda of the event, such as "Wprowadzenie do spotkania" by Wioleta Klimaszewska, "Praca zdalna = praca siedząca?" by dr hab. med. Joanna Bugajska, and "Trudne słowo ERGONOMIA" by dr inż. Joanna Kamińska. There is also a small thumbnail image of a poster for the "Dźwigaj z głową" campaign.

Ad. 3. Zorganizowanie polskiej edycji europejskiej kampanii informacyjnej pn. „Dźwigaj z głową” 2020-2022 cd.

**Łączny zasięg informacji o kampanii „Dźwigaj z głową”
w okresie od końca października do połowy grudnia wyniósł ponad 970 tys. odbiorców.**



Ad. 4. Realizacja innych zadań wynikających z pełnienia roli Krajowego Punktu Centralnego EU-OSHA

✓ Współpraca z Krajową Siecią Partnerów EU-OSHA:

- Zorganizowanie pokazu filmu „Wyspa ptaków” dla studentów Wydziału Zarządzania Politechniki Częstochowskiej, 10.12.2020 r. we współpracy z Katedrą Inżynierii Produkcji i Bezpieczeństwa Wydziału Zarządzania PCz.
- Przekazywanie informacji związanych z EU-OSHA i dot. bezpieczeństwa pracy, m.in. za pośrednictwem Newslettera „Bezpieczeństwo i zdrowie pracy”)



Wykład i pokaz filmu

10 grudnia 2020 r., godz. 11.00
wydarzenie online dla studentów Politechniki Częstochowskiej

- *Wirtualny student kontra wirtualny wykładowca, czyli – „halo! czy ktoś tam jest”? Jak zarządzać czasem w dobie zdalnej nauki i pracy?*
– dr Marta Niciejewska, Katedra Inżynierii Produkcji i Bezpieczeństwa, Wydział Zarządzania, Politechnika Częstochowska
- Pokaz filmu „Wyspa ptaków” (nagroda EU-OSHA w 2019 r.)

CIOP PIB 70 lat
Główny Instytut Pracy i Bezpieczeństwa

Ad. 4. Realizacja innych zadań wynikających z pełnienia roli Krajowego Punktu Centralnego EU-OSHA cd.

- ✓ Udział w pracach międzynarodowego Jury konkursu filmowego 2020 na film dokumentalny dotyczący pracy, ocena 10 filmów nominowanych przez EU-OSHA do nagrody „Zdrowe i bezpieczne miejsce pracy” 2020
- ✓ Weryfikacja językowa i merytoryczna publikacji EU-OSHA (8 tytułów, 69 stron + 37 slajdów)
- ✓ Wybór publikacji EU-OSHA do tłumaczenia na jęz. polski w 2021 r.
- ✓ Przygotowanie dla EU-OSHA informacji do ankiety na temat pracy zdalnej w Polsce w 2020 r.
- ✓ Udział w 9 spotkaniach z przedstawicielami EU-OSHA i innych krajowych punktów centralnych
- ✓ Kontynuacja niektórych przedsięwzięć związanych z poprzednimi kampaniami informacyjnymi (strony w portalu Facebook dla kampanii „Substancje niebezpieczne...” i „Stres w pracy...”

Dziękuję za uwagę



CIOP  **PIB**

Krajowy Punkt Centralny Europejskiej Agencji Bezpieczeństwa i Zdrowia w Pracy

