

ΥΓΙΕΙΝΗ ΚΑΙ ΑΣΦΑΛΕΙΑ ΣΤΗΝ ΕΡΓΑΣΙΑ

Ευστάθιος Αθ. Ζωγόπουλος



Περιεχόμενα

Αντί προλόγου	7
Κεφάλαιο 1: Εργασιακό περιβάλλον — εργασιακές σχέσεις	9
Κεφάλαιο 2: Επαγγελματικός κίνδυνος – εργατικό ατύχημα.....	39
Κεφάλαιο 3: Οργάνωση του χρόνου εργασίας	65
Κεφάλαιο 4: Προστασία υγείας και ασφάλειας των εργαζομένων	73
Κεφάλαιο 5: Μέτρα προστασίας των νέων κατά την εργασία.....	125
Κεφάλαιο 6: Προδιαγραφές ασφάλειας και υγείας στους χώρους εργασίας.....	143
Κεφάλαιο 7: Φωτισμός χώρων εργασίας.....	163
Κεφάλαιο 8: Μέτρα προστασίας για τη θερμική καταπόνηση των εργαζομένων την περίοδο του θέρους	177
Κεφάλαιο 9: Μέτρα ενεργητικής πυροπροστασίας	185
Κεφάλαιο 10: Ασφαλής χρήση εξοπλισμού εργασίας.....	197
Κεφάλαιο 11: Βασικές απαιτήσεις ασφάλειας και υγιεινής αναφορικά με μηχανές και εξοπλισμό εργασίας.....	205

Κεφάλαιο 12: Μέσα Ατομικής Προστασίας (Μ.Α.Π.).....	215
Κεφάλαιο 13: Ασφαλής κατασκευή και κυκλοφορία Μέσων Ατομικής Προστασίας (Μ.Α.Π.).....	231
Κεφάλαιο 14: Προστασία εργαζομένων από χημικούς παράγοντες	249
Κεφάλαιο 15: Προστασία εργαζομένων από βιολογικούς παράγοντες	265
Κεφάλαιο 16: Ο θόρυβος στους χώρους εργασίας – ακτινοβολίες.....	275
Κεφάλαιο 17: Προδιαγραφές ασφάλειας και υγείας κατά τη χειρωνακτική διακίνηση φορτίων.....	287
Κεφάλαιο 18: Προδιαγραφές ασφάλειας και υγείας κατά την εργασία με οθόνες.....	291
Κεφάλαιο 19: Προδιαγραφές ασφάλειας και υγείας σε εργοτάξια και τεχνικά έργα	301
Κεφάλαιο 20: Σήμανση ασφάλειας και υγείας στην εργασία.....	325
Κεφάλαιο 21: Στοιχεία Υγιεινής – Πρώτες βοήθειες.....	345
Κεφάλαιο 22: Συνθήκες εργασίας στην Ευρωπαϊκή Ένωση	369
Κεφάλαιο 23: Συγκεντρωτικός χρονολογικός πίνακας νομοθεσίας	381
Παράρτημα 1: Πίνακες ειδικοτήτων επαγγελματικής κατάρτισης.....	387
Παράρτημα 2: Στατιστικοί Πίνακες.....	407
Βιβλιογραφία	421

Προδιαγραφές ασφάλειας και υγείας στους χώρους εργασίας

Εισαγωγή

Οι ελάχιστες προδιαγραφές ασφάλειας και υγείας στους χώρους εργασίας σε συμμόρφωση με την Οδηγία 89/654/ΕΟΚ, καθορίζονται με το Π.Δ. 16/96 (ΦΕΚ/10Α'/18-1-96).

Οι διατάξεις εφαρμόζονται επιπλέον των γενικών διατάξεων για την υγιεινή και την ασφάλεια της εργασίας και των γενικών και ειδικών πολεοδομικών διατάξεων και ειδικών προδιαγραφών λειτουργίας.

Οι διατάξεις εφαρμόζονται σ' όλες τις επιχειρήσεις, εκμεταλλεύσεις και εργασίες του ιδιωτικού και δημόσιου τομέα, ανεξαρτήτως κλάδου οικονομικής δραστηριότητας στον οποίο κατατάσσονται.

Οι διατάξεις δεν εφαρμόζονται:

- α. Στα μέσα μεταφορών που χρησιμοποιούνται εκτός της επιχείρησης ή και της εγκατάστασης καθώς και στους χώρους εργασίας εντός των μέσων μεταφοράς.
- β. Στα προσωρινά ή κινητά εργοτάξια.
- γ. Στις εξορυκτικές βιομηχανίες.
- δ. Στα αλιευτικά σκάφη.
- ε. Στους αγρούς, τα δάση και άλλες εκτάσεις που αποτελούν μέρος γεωργικής ή δασικής επιχείρησης, αλλά τα οποία βρίσκονται εκτός της οικοδομημένης ζώνης της επιχείρησης αυτής.

1. Ορισμοί

Χώροι εργασίας: Οι χώροι που προορίζονται να περιλάβουν θέσεις εργασίας μέσα στα κτίρια της επιχείρησης ή και της εγκατάστασης, περιλαμβανομένου και κάθε άλλου μέρους στην περιοχή της επιχείρησης ή και της εγκατάστασης όπου ο εργαζόμενος έχει πρόσβαση στα πλαίσια της εργασίας του.

Εργαζόμενος: Κάθε πρόσωπο που απασχολείται από έναν εργοδότη με οποιαδήποτε σχέση εργασίας, συμπεριλαμβανομένων και των ασκούμενων και των μαθητευομένων, εκτός από το οικιακό υπηρετικό και προσωπικό.

Εργοδότης: Κάθε φυσικό ή νομικό πρόσωπο, το οποίο συνδέεται με σχέση εργασίας με τον εργαζόμενο κι έχει την ευθύνη για την επιχείρηση ή και την εγκατάσταση.

Εκπρόσωπος των εργαζομένων: Κάθε εκλεγμένο άτομο, με ειδική αρμοδιότητα σε θέματα προστασίας της ασφάλειας και της υγείας των εργαζομένων σύμφωνα με τα άρθρα 2 και 3 του Ν. 1568/85 και τα άρθρα 1,2,3,4 και 5 του Ν. 1767/88 «Συμβούλια εργαζομένων και άλλες εργατικές διατάξεις – κύρωση της 135 Διεθνούς Σύμβασης Εργασίας» (63/A), καθώς και σύμφωνα με τις ισχύουσες διατάξεις, για να εκπροσωπεί τους εργαζομένους όσον αφορά τα ζητήματα προστασίας της ασφάλειας και της υγείας κατά την εργασία.

2. Χρήση χώρων εργασίας

- 2.1 Οι χώροι εργασίας που χρησιμοποιούνται για πρώτη φορά μετά την 31^η Δεκεμβρίου 1994 πρέπει να ικανοποιούν τις ελάχιστες προδιαγραφές ασφάλειας και υγείας.
- 2.2 Οι χώροι εργασίας που έχουν χρησιμοποιηθεί ήδη πριν από την 1^η Ιανουαρίου 1995 πρέπει να πληρούν τις ελάχιστες προδιαγραφές ασφάλειας και υγείας, το αργότερο τρία έτη μετά την ημερομηνία αυτή.
- 2.3 Στην περίπτωση που οι χώροι εργασίας υφίστανται μετά την 31^η Δεκεμβρίου 1994, μεταβολές, επεκτάσεις ή και μετατροπές, ο εργοδότης λαμβάνει τα απαραίτητα μέτρα ούτως ώστε οι παραπάνω μεταβολές, επεκτάσεις ή και μετατροπές να είναι σύμφωνες με τις αντίστοιχες ελάχιστες προδιαγραφές.
- 2.4 Αναπόσπαστο τμήμα των δικαιολογητικών που υποβάλλονται στις αρμόδιες πολεοδομικές υπηρεσίες για την έκδοση ή αναθεώρηση οικοδομικής αδείας σύμφωνα με τις διατάξεις για τον τρόπο έκδοσης οικοδομικών αδειών θ' αποτελεί και βεβαίωση του μελετητή, ότι κατά τα στάδια σύλληψης, επεξεργασίας και εκπόνησης της μελέτης του έργου έλαβε υπόψη του τις ελάχιστες προδιαγραφές ασφάλειας και υγείας. Προκειμένου για δημόσια έργα και εφόσον δεν απαιτείται έκδοση οικοδομικής αδείας, η δήλωση του μελετητή αποτελεί τμήμα της τεχνικής μελέτης που υποβάλλεται για έγκριση.
- 2.5 Η παραπάνω υποχρέωση εφαρμόζεται σ' όλα τα ειδικά κτίρια και σ' όλες τις περιπτώσεις κτιρίων που έχουν ή ενδέχεται να έχουν χώρους εργασίας.

2.6 Πριν την έναρξη λειτουργίας επιχειρήσεων σε χώρους εργασίας που χρησιμοποιούνται για πρώτη φορά ή σε χώρους που υπέστησαν μεταβολές, επεκτάσεις ή και μετατροπές, ο εργοδότης πρέπει να διαβιβάζει στην αρμόδια επιθεώρηση εργασίας σχετική γνωστοποίηση στην οποία θα περιέχονται:

- α. Η επωνυμία της επιχείρησης.
- β. Τα στοιχεία του εργοδότη.
- γ. Η ακριβής διεύθυνση της επιχείρησης.
- δ. Ο αριθμός των εργαζομένων και
- ε. Ο προβλεπόμενος χρόνος έναρξης της λειτουργίας της επιχείρησης στους εν λόγω χώρους.

2.7 Για τη διαφύλαξη της ασφάλειας και της υγείας των εργαζομένων, ο εργοδότης πρέπει (παράλληλα με τις διατάξεις του άρθρου 19 του Ν. 1568/85) να φροντίζει:

- α. Να διατηρούνται ελεύθεροι τόσο οι διάδρομοι κυκλοφορίας που οδηγούν στις κανονικές εξόδους κινδύνου, όσο και οι εξοδοί κινδύνου, για να μπορούν να χρησιμοποιούνται ανά πάσα στιγμή.
- β. Για την τεχνική συντήρηση των χώρων εργασίας και των εγκαταστάσεων και συστημάτων και για την αποκατάσταση το συντομότερο δυνατόν, των ελαττωμάτων που διαπιστώνονται και που ενδέχεται να βλάψουν την υγεία και την ασφάλεια των εργαζομένων.
- γ. Για τον τακτικό καθαρισμό των χώρων εργασίας και των εγκαταστάσεων και συστημάτων προκειμένου να εξασφαλίζονται ικανοποιητικές συνθήκες υγιεινής.
- δ. Για την τακτική συντήρηση και τον έλεγχο λειτουργίας των εγκαταστάσεων και συστημάτων ασφαλείας, που έχουν προορισμό την πρόληψη ή την εξάλειψη κινδύνων.

2.8 Στα πλαίσια της ενημέρωσης των εργαζομένων, σύμφωνα με τις κείμενες διατάξεις, ο εργοδότης λαμβάνει τα αναγκαία μέτρα ώστε οι εργαζόμενοι και οι εκπρόσωποί τους να ενημερώνονται για όλα τα ληπτέα μέτρα όσον αφορά την ασφάλεια και την υγεία στους χώρους εργασίας.

Στα πλαίσια διαβούλευσης και της συμμετοχής των εργαζομένων, σύμφωνα με τις κείμενες διατάξεις, οι εργοδότες ζητούν τη γνώμη των εργαζομένων και των εκπροσώπων τους και διευκολύνουν τη συμμετοχή τους, αναφορικά τα σχετικά θέματα.

3. Ελάχιστες προδιαγραφές ασφαλείας και υγείας για τους χώρους εργασίας

3.1 Προκαταρκτική παρατήρηση.

Οι υποχρεώσεις που προβλέπονται στα ακόλουθα εφαρμόζονται κάθε φορά που το απαιτούν τα χαρακτηριστικά του χώρου εργασίας ή της δραστηριότητας, οι περιστάσεις ή ο κίνδυνος.

3.2 Σταθερότητα, στερεότητα, αντοχή και ευστάθεια.

Τα κτίρια που στεγάζουν χώρους εργασίας πρέπει να έχουν δομή, στερεότητα, αντοχή και ευστάθεια ανάλογες με το είδος της χρήσης τους και να έχουν κατασκευασθεί σύμφωνα με τις διατάξεις του Κτιριοδομικού Κανονισμού και όλων των Δομικών Κανονισμών (Αντισεισμικός, Οπλισμένου Σκυροδέματος, Φορτίσεων, κ.λπ.).

3.3 Ηλεκτρική εγκατάσταση.

3.1.1 Η ηλεκτρική εγκατάσταση σε κάθε περίπτωση πρέπει να είναι σύμφωνη με τις διατάξεις του «Κανονισμού Εσωτερικών Ηλεκτρικών Εγκαταστάσεων».

3.1.2 Η εκτέλεση ηλεκτρικών εγκαταστάσεων, η επίβλεψη της λειτουργίας τους και η συντήρησή τους γίνεται μόνο από πρόσωπα τα οποία έχουν τα απαραίτητα προσόντα, σύμφωνα με τις ισχύουσες διατάξεις περί «Εκτελέσεως, επιβλέψεως και συντηρήσεως ηλεκτρολογικών εγκαταστάσεων».

4. Οδοί διαφυγής και έξοδοι κινδύνου

4.1 Για τις οδούς διαφυγής και εξόδους κινδύνου εφαρμόζονται:

4.1.1 Ο Ν. 1568/85 άρθρο 18.

4.1.2 Το Π.Δ. 71/88 «Κανονισμός Παθητικής Πυροπροστασίας Κτιρίων» (32/Α).

4.1.3 Όλες οι διατάξεις που αφορούν γενικά οδούς διαφυγής, εξόδους κινδύνου ή προστατευόμενες διαβάσεις και περιέχονται στα διατάγματα περί ειδικών κτιρίων ή περί κατεδαφίσεων καθώς και στους Κανονισμούς Πυρασφάλειας, στον Κτιριοδομικό Κανονισμό, κ.λπ.

4.2 Επιπλέον των ανωτέρω ισχύουν και τα ακόλουθα:

4.2.1 Οι οδοί διαφυγής και οι έξοδοι κινδύνου πρέπει να διατηρούνται ελεύθερες και να οδηγούν από το συντομότερο δρόμο στο ύπαιθρο ή σε ασφαλή περιοχή.

4.2.2 Σε περίπτωση κινδύνου, όλες οι θέσεις εργασίας πρέπει να μπορούν να εκκενώνονται από τους εργαζόμενους γρήγορα και με συνθήκες πλήρους ασφάλειας.

4.2.3 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 βρίσκονται στους χώρους αυτούς.

- 4.2.4 Οι θύρες κινδύνου πρέπει να ανοίγουν προς τα έξω.
- 4.2.5 Οι θύρες κινδύνου δεν πρέπει να είναι κλειστές με τρόπο που να μην μπορεί να τις ανοίξει εύκολα και αμέσως κάθε πρόσωπο που θα χρειαστεί τυχόν να τις χρησιμοποιήσει σε περίπτωση ανάγκης.
- 4.2.6 Απαγορεύεται να προορίζονται ειδικά σαν θύρες κινδύνου οι συρόμενες και οι περιστρεφόμενες θύρες.
- 4.2.7 Οι ειδικές οδοί διαφυγής και οι έξοδοι κινδύνου πρέπει επίσης να επισημαίνονται σύμφωνα με το Π.Δ. 105/95 «Ελάχιστες προδιαγραφές για τη σήμανση ασφάλειας ή και υγείας στην εργασία σε συμμόρφωση με την οδηγία 92/58/ΕΟΚ». Η σήμανση αυτή πρέπει να τοποθετείται σε κατάλληλα σημεία και να είναι διαρκής.
- 4.2.8 Οι θύρες κινδύνου δεν πρέπει να κλειδώνονται. Οι οδοί διαφυγής και οι έξοδοι κινδύνου, όπως και οι διάδρομοι κυκλοφορίας και οι θύρες πρόσβασης σ' αυτούς δεν πρέπει να φράσσονται από αντικείμενα, ούτως ώστε να μπορούν να χρησιμοποιηθούν ανά πάσα στιγμή.
- 4.2.9 Σε περίπτωση βλάβης του φωτισμού, οι οδοί διαφυγής και οι έξοδοι κινδύνου που χρειάζονται φωτισμό πρέπει να διαθέτουν εφεδρικό φωτισμό επαρκούς έντασης.

5. Πυρανίχνευση και πυρόσβεση

- 5.1 Ανάλογα με τις διαστάσεις και τη χρήση των κτιρίων, τον υπάρχοντα εξοπλισμό, τα φυσικά και χημικά χαρακτηριστικά των χρησιμοποιούμενων ουσιών καθώς και τον μέγιστο αριθμό των ατόμων που μπορούν να βρίσκονται εκεί, οι χώροι εργασίας πρέπει να είναι εφοδιασμένοι με κατάλληλο και επαρκή εξοπλισμό κατάσβεσης της πυρκαγιάς και εφόσον χρειάζεται με πυρανιχνευτές και συστήματα συναγερμού.
- 5.2 Ο μη αυτόματος (χειροκίνητος) εξοπλισμός πυρόσβεσης πρέπει να είναι ευπρόσιτος και εύχρηστος.
- 5.3 Πρέπει επίσης να επισημαίνεται σύμφωνα με το Π.Δ. 105/95 «Ελάχιστες προδιαγραφές για τη σήμανση ασφαλείας ή και υγείας στην εργασία σε συμμόρφωση με την οδηγία 92/58/ΕΟΚ». Η σήμανση πρέπει να τοποθετείται σε κατάλληλα σημεία και να είναι διαρκής.

6. Εξαερισμός κλειστών χώρων εργασίας

- 6.1 Στους κλειστούς χώρους εργασίας πρέπει να υπάρχει επαρκής νωπός αέρας, λαμβανομένων υπόψη των μεθόδων εργασίας και της σωματικής προσπάθειας την οποία καταβάλουν οι εργαζόμενοι. Στον κατωτέρω πίνακα αναγράφονται ενδεικτικά οι ανάγκες σε παροχή νωπού αέρα, ανά εργαζόμενο και ώρα συναρτήσεως του είδους της εργασίας.

Είδος εργασίας	Αέρας σε m ³ /ώρα και εργαζόμενο
Ως επί το πλείστον καθιστική	20-40
Ως επί το πλείστον ελαφριά σωματική	40-60
Ως επί το πλείστον βαριά σωματική	≥65

- 6.2 Η ποιότητα του αέρα πρέπει να διασφαλίζεται με βάση τις αρχές της υγιεινής.
- 6.3 Σε περίπτωση που η ανανέωση του αέρα επιτυγχάνεται με τεχνητά μέσα ή συστήματα (εξαερισμός, κλιματισμός) τότε αυτά πρέπει:
- α. Να λειτουργούν συνεχώς.
 - β. Να διατηρούνται σε καλή κατάσταση λειτουργίας.
 - γ. Κάθε βλάβη του συστήματος να επισημαίνεται κατάλληλα από αυτόματα διάταξη ενσωματωμένη στο σύστημα ή στο μέσο.
- 6.4 Εάν χρησιμοποιούνται εγκαταστάσεις κλιματισμού ή μηχανικού εξαερισμού πρέπει να λειτουργούν κατά τρόπο ώστε ν' αποφεύγεται η έκθεση των εργαζομένων σ' ενοχλητικά ρεύματα.
- 6.5 Αποθέσεις και ρύποι στις εγκαταστάσεις κλιματισμού ή μηχανικού εξαερισμού που ενδέχεται να επιφέρουν κίνδυνο για την υγεία των εργαζομένων, λόγω μόλυνσης του εισπνεόμενου αέρα, πρέπει να περιορίζονται άμεσα.

7. Απαγωγή παραγόντων

- 7.1 Με την επιφύλαξη των διατάξεων του άρθρου 26 του Ν. 1568/85, οι σκόνης, καπνοί, ατμοί και τα αέρια που δημιουργούνται στους χώρους εργασίας πρέπει κατά περίπτωση να παρακρατούνται ή ν' απάγονται στο σημείο παραγωγής τους με τα κατάλληλα προς τούτο μέσα, συστήματα και εγκαταστάσεις, τα οποία πρέπει να διατηρούνται σε καλή κατάσταση λειτουργίας.
- 7.2 Οι επιβλαβείς παράγοντες πριν εκδιωχθούν στην εξωτερική ατμόσφαιρα, πρέπει να υποβάλλονται σε ειδική, ανάλογα με την περίπτωση, επεξεργασία (συμπύκνωση, κατακρήμνιση, εξουδετέρωση, μεταποίηση δια πυρός, κ.λπ.), ώστε να καθίστανται αβλαβείς για τους ανθρώπους, τα ζώα και το περιβάλλον.

8. Θερμοκρασία των χώρων

- 8.1 Οι χώροι εργασίας σ' όλη τη διάρκεια του ωραρίου εργασίας πρέπει να έχουν θερμοκρασία ανάλογη με τη φύση της εργασίας και τη σωματική προσπάθεια που απαιτείται για την εκτέλεσή της, λαμβανομένων πάντα υπόψη των κλιματολογικών συνθηκών των εποχών του έτους. Περιοχές θέσεων εργασίας που βρίσκονται υπό την επίδραση υψηλών θερμοκρασιών που εκλύονται από τις εγκαταστάσεις, πρέπει να ψύχονται μέχρι μια ανεκτή θερμοκρασία, όσο αυτό είναι πρακτικά δυνατό.

- 8.2 Η θερμοκρασία των χώρων ανάπαυσης, υγιεινής, εστιατορίων, παροχής πρώτων βοηθειών και των φυλακίων, πρέπει να ανταποκρίνονται στον ειδικό προορισμό των χώρων αυτών.
- 8.3 Στους χώρους εργασίας που υπάρχουν παράθυρα και γυάλινα τοιχώματα πρέπει να λαμβάνονται μέτρα ώστε ν' αποφεύγεται ο υπερβολικός ηλιασμός, λαμβανομένου υπόψη του είδους της εργασίας και της φύσης του χώρου εργασίας.
- 8.4 Σε περίπτωση καύσωνα εφαρμόζονται τα ειδικά μέτρα που προβλέπονται από τις ισχύουσες διατάξεις και τις εγκυκλίους, οδηγίες.

9. Φωτισμός

- 9.1 Οι χώροι εργασίας, διαλείμματος και πρώτων βοηθειών πρέπει να έχουν άμεση οπτική επαφή μ' εξωτερικό χώρο, εκτός αν ορίζεται διαφορετικά από ειδική διάταξη.
Εξαιρούνται οι:
 - α. Χώροι εργασίας, στους οποίους τεχνικοί λόγοι παραγωγής δεν επιτρέπουν άμεση οπτική επαφή με τον εξωτερικό χώρο.
 - β. Χώροι εργασίας μ' επιφάνεια κάτοψης πάνω από 2.000 τετραγωνικά μέτρα, εφόσον υπάρχουν επαρκή διαφανή ανοίγματα στην οροφή.
- 9.2 Οι εγκαταστάσεις φωτισμού των χώρων εργασίας και διαδρόμων κυκλοφορίας κατασκευάζονται ή διευθετούνται με τρόπο ώστε να μη δημιουργούνται κίνδυνοι για την ασφάλεια και την υγεία των εργαζομένων.
- 9.3 Ειδικότερα, ο τεχνητός φωτισμός πρέπει:
 - α. Να είναι ανάλογος με το είδος και την φύση της εργασίας.
 - β. Να έχει χαρακτηριστικά φάσματος παραπλήσια με του φυσικού φωτισμού.
 - γ. Να ελαχιστοποιεί τη θάμβωση.
 - δ. Να μη δημιουργεί υπερβολικές αντιθέσεις και εναλλαγές φωτεινότητας.
 - ε. Να διαχέεται, κατευθύνεται και κατανέμεται σωστά.
- 9.4 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.
- 9.5 Αν από το είδος απασχόλησης των εργαζομένων και τ' άλλα ιδιαίτερα χαρακτηριστικά της επιχείρησης είναι δυνατό να προκύψουν κίνδυνοι ατυχήματος από απρόοπτη διακοπή του γενικού φωτισμού, πρέπει να υπάρχει εφεδρικός φωτισμός ασφαλείας. Η ένταση του εφεδρικού φωτισμού είναι το 1/1.000 της έντασης του γενικού και οπωσδήποτε όχι μικρότερη από το 1 λουξ (LUX).

- 9.6 Οι διακόπτες του τεχνητού φωτισμού πρέπει να είναι εύκολα προσιτοί ακόμα και στο σκοτάδι και να είναι τοποθετημένοι κοντά στις εισόδους και εξόδους, καθώς και κατά μήκος των διαδρόμων κυκλοφορίας και των θυρίδων προσπέλασης.

10. Δάπεδα, τοίχοι, οροφές και στέγες των χώρων

- 10.1 Οι χώροι εργασίας στους οποίους υπάρχουν θέσεις εργασίας πρέπει να διαθέτουν επαρκή θερμομόνωση ανάλογα με το είδος της επιχείρησης και τη σωματική δραστηριότητα των εργαζομένων.
- 10.2 Οι επιφάνειες των δαπέδων, των τοίχων και των οροφών στους χώρους πρέπει να μπορούν να υφίστανται συνήθη και εις βάθος καθαρισμό προκειμένου να επιτυγχάνονται κατάλληλες συνθήκες υγιεινής.

10.3 Δάπεδα

- 10.3.1 Τα δάπεδα των χώρων εργασίας πρέπει να πληρούν τους παρακάτω γενικούς όρους:

- α. Να είναι σταθερά και στέρεα.
- β. Να μην παρουσιάζουν επικίνδυνες κλίσεις.
- γ. Να μην παρουσιάζουν κινδύνους ολισθήματος.
- δ. Να είναι ομαλά και ελεύθερα προσκρούσεων.
- ε. Να είναι επαρκούς αντοχής στις κρούσεις, στις τριβές και στα δυναμικά ή στατικά φορτία που δέχονται.
- στ. Να μην δημιουργούν σκόνη λόγω φθοράς.
- ζ. Να έχουν τη δυνατότητα εύκολου καθαρισμού και συντήρησης.

- 10.3.2 Ανάλογα με τους επί μέρους κινδύνους που παρουσιάζονται από την παραγωγική διαδικασία, τις εγκαταστάσεις και τη χρήση τους και την αποθήκευση υλικών, τα δάπεδα των χώρων εργασίας πρέπει να πληρούν και τους παρακάτω όρους:

- α. Να διαθέτουν κατάλληλο σύστημα αποχέτευσης (π.χ. κλίση, φρεάτια, κανάλια, κ.λπ.), εφόσον πρέπει να πλένονται με άφθονο νερό ή υπάρχουν νερά λόγω παραγωγικής διαδικασίας.
- β. Να έχουν επαρκή αντοχή όπου υπάρχει κίνδυνος από καυστικές ή διαβρωτικές ουσίες.
- γ. Να είναι αδιαπότιστα όπου το απαιτούν λόγοι υγιεινής.
- δ. Να είναι πυράντοχα όπου υπάρχει κίνδυνος λόγω δημιουργίας σπινθήρων ή χρήση φλόγας.

- ε. 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.
 - στ. Να συμβάλλουν στην απόσβεση των κραδασμών και όσο είναι δυνατόν στην απόσβεση των θορύβων.
 - ζ. Να είναι ηλεκτρομονωτικά σε μεμονωμένες θέσεις με αυξημένο κίνδυνο ηλεκτροπληξίας.
- 10.3.3 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 πίνακες στις εισόδους και σε άλλα εμφανή και προσιτά σημεία των υπόψη χώρων. Τα στοιχεία της πινακίδας βεβαιώνονται από αρμόδιο μηχανικό.
- 10.3.4 Τα δάπεδα των σταθερών θέσεων εργασίας πρέπει, λαμβάνοντας υπόψη το είδος της επιχείρησης και της σωματικής ενασχόλησης των εργαζομένων, να έχουν επαρκή θερμομόνωση και να διατηρούνται κατά το δυνατόν στεγνά.
- 10.3.5 Τα καλύμματα των ανοιγμάτων των δαπέδων (κανάλια, φρεάτια, λάκκοι, κ.λπ.) πρέπει να είναι επαρκούς αντοχής και να μην παρουσιάζουν κινδύνους ολισθήματος ή πρόσκρουσης.
- 10.3.6 Όταν τα καλύμματα ανοιγμάτων των δαπέδων αφαιρούνται προσωρινά για την εκτέλεση εργασιών συντήρησης ή επισκευής, πρέπει να διασφαλίζονται οι εργαζόμενοι από κίνδυνο πτώσης.
- 10.3.7 Τα δάπεδα των χώρων εργασίας πρέπει να διατηρούνται καθαρά και ελεύθερα εμποδίων. Ζημιές, ανωμαλίες, παραμορφώσεις, ρυπάνσεις, ακάλυπτα ανοίγματα πρέπει ν' αποκαθίστανται χωρίς καθυστέρηση.
- 10.4 Τοίχοι
- 10.4.1 Η επιφάνεια των τοίχων και των διαχωριστικών στοιχείων των χώρων εργασίας πρέπει να μπορεί να καθαρίζεται και να συντηρείται με ευχέρεια και ασφάλεια.
- 10.4.2 Τα διαφανή ή διαφώτιστα τοιχώματα και ιδιαίτερα τα εντελώς υαλωτά τοιχώματα, εφόσον βρίσκονται μέσα στους χώρους ή κοντά σε θέσεις εργασίας και σε διαδρόμους κυκλοφορίας, πρέπει να επισημαίνονται ευκρινώς και να είναι κατασκευασμένα από υλικά ασφαλείας ή να χωρίζονται από τις εν λόγω θέσεις εργασίας και τους διαδρόμους κυκλοφορίας ούτως ώστε οι εργαζόμενοι να μην έρχονται σ' επαφή με τα τοιχώματα αυτά, ούτε να τραυματίζονται από τυχόν θραύσματά τους.

- 10.4.3 Οι τοίχοι πρέπει να είναι λείοι και αδιαπóτιστοι μέχρι ύψους τουλάχιστον 1,50 μέτρων από το δάπεδο, όπου το απαιτούν λόγοι υγιεινής (π.χ. αποχωρητήρια, λουτρά) ή όπου λόγω της χρήσης τους πρέπει να πλένονται (π.χ. κατεργασία ζωικών υλών).
- 10.4.4 Σε χώρους με άμεσο κίνδυνο φωτιάς λόγω δημιουργίας σπινθήρων ή χρήση φλόγας οι τοίχοι και τα διαχωριστικά στοιχεία πρέπει να είναι πυράντοχα.
- 10.5 Οροφές – Στέγες
 - 10.5.1 Οι οροφές των χώρων εργασίας πρέπει να μπορούν να καθαρίζονται και να συντηρούνται μ' ευχέρεια και ασφάλεια.
 - 10.5.2 Οι στέγες και οι οροφές πρέπει να εξασφαλίζουν στεγανότητα και επαρκή αντοχή σε στατικά και δυναμικά φορτία (χιόνι, ανεμοπίεση, μηχανήματα, ανηρτημένα φορτία, κ.λπ.).
 - 10.5.3 Η ανάρτηση φορτίων από στοιχεία της στέγης των οροφών επιτρέπεται μόνον εφ' όσον 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 ν' αντικαθίστανται αν τυχόν η αντοχή τους μειωθεί, άλλως απαγορεύεται η ανάρτηση.
 - 10.5.4 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.) επιτρέπεται μόνον εφόσον υφίστανται εγκαταστάσεις ή παρέχεται εξοπλισμός που προστατεύουν τους εργαζομένους από τον κίνδυνο πτώσης.
 - 10.5.5 Υαλόφρακτα τμήματα σε οροφές ή σε στέγες πρέπει να φέρουν μέτρα για την προστασία των εργαζομένων κάτωθεν αυτών από τυχόν θραύση τους.
 - 10.5.6 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.
 - 10.5.7 Τα υαλόφρακτα τμήματα των στεγών πρέπει να είναι έτσι κατασκευασμένα ώστε να προστατεύουν από την άμεση ηλιακή ακτινοβολία.

11. Παράθυρα και φεγγίτες των χώρων

- 11.1 Τα παράθυρα, οι φεγγίτες και τα άλλα συστήματα φυσικού φωτισμού ή αερισμού πρέπει να μπορούν ν' ανοίγονται, να ρυθμίζονται και να στερεώνονται από τους εργαζόμενους με ασφάλεια και ευκολία.
- 11.2 Όταν είναι ανοιχτά δεν πρέπει ν' αποτελούν κίνδυνο για τους εργαζόμενους, να παρεμποδίζουν την ελευθερία κίνησής τους ή να περιορίζουν το ελάχιστο πλάτος των διαδρόμων κυκλοφορίας.

- 11.3 Παράθυρα που δεν ανοίγουν επιτρέπονται μόνο εφόσον εξασφαλίζεται επαρκής αερισμός.
- 11.4 Τα παράθυρα και οι φεγγίτες πρέπει να είναι σχεδιασμένα σε σχέση με τον εξοπλισμό ή εφοδιασμένα με κατάλληλα συστήματα έτσι ώστε να καθαρίζονται χωρίς κινδύνους για τους εργαζόμενους που εκτελούν την εργασία αυτή καθώς και για τους εργαζόμενους που ευρίσκονται στα κτίρια και γύρω απ' αυτά.

12. Θύρες και πύλες

- 12.1 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.
- 12.2 Πρέπει να τοποθετείται επισήμανση, σε ύψος οφθαλμών, στις θύρες που είναι διαφανείς.
- 12.3 Θύρες και πύλες που ανοίγονται και προς τις δύο κατευθύνσεις κυκλοφορίας πρέπει να είναι διαφανείς ή να διαθέτουν άλλο τρόπο που να μην παρεμποδίζεται η οπτική επαφή.
- 12.4 Εφόσον οι διαφανείς ή διαφώτιστες επιφάνειες των θυρών και πυλών δεν είναι κατασκευασμένες από υλικά ασφαλείας και υπάρχει κίνδυνος τραυματισμού των εργαζομένων από θραύσματα, οι παραπάνω επιφάνειες πρέπει να προστατεύονται από τις κρούσεις.
- 12.5 Το δάπεδο εκατέρωθεν των θυρών και των πυλών πρέπει να είναι ομαλό, χωρίς αναβαθμούς κι εμπόδια.
- 12.6 Οι συρόμενες πόρτες πρέπει να διαθέτουν σύστημα ασφαλείας, το οποίο να τις εμποδίζει να βγαίνουν από τις τροχιές τους και να πέφτουν.
- 12.7 Θύρες και πύλες απ' όπου διέρχονται εργαζόμενοι πρέπει να μπορούν ν' ανοίγονται και κλείνουν απ' αυτούς μ' ευκολία και ασφάλεια.
- 12.8 Οι θύρες και πύλες που ανοίγουν προς τα πάνω πρέπει να είναι εφοδιασμένες με σύστημα ασφαλείας, το οποίο να τις εμποδίζει να πέφτουν.
- 12.9 Οι θύρες και πύλες που βρίσκονται στις οδούς διαφυγής πρέπει και να επισημαίνονται κατάλληλα και να μπορούν ν' ανοιχτούν κάθε στιγμή από το εσωτερικό χωρίς ειδική βοήθεια.
- 12.10 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 ευκρινώς και να είναι διαρκώς ελεύθερες.
- 12.11 Οι μηχανοκίνητες θύρες και πύλες πρέπει να λειτουργούν χωρίς κίνδυνο ατυχημάτων για τους εργαζομένους. Πρέπει να είναι εφοδιασμένες με συστήματα επεί-

γουςας ακινητοποίησης, τα οποία να εντοπίζονται εύκολα, να είναι εύκολα προσιτά και να μπορούν επίσης να ανοίγουν με το χέρι, εκτός εάν ανοίγουν αυτόματα σε περίπτωση διακοπής του ηλεκτρικού ρεύματος.

13. Διάδρομοι κυκλοφορίας

- 13.1 Οι διάδρομοι κυκλοφορίας, στους οποίους περιλαμβάνονται και τα κλιμακοστάσια, οι μόνιμες σκάλες και οι αποβάθρες και οι εξέδρες φόρτωσης, πρέπει να σχεδιάζονται, κατασκευάζονται, διαρρυθμίζονται και διατηρούνται έτσι ώστε οι πεζοί ή τα οχήματα να μπορούν να τις χρησιμοποιούν εύκολα με πλήρη ασφάλεια και σύμφωνα με τον προορισμό τους.
- 13.2 Από τη χρήση των διαδρόμων κυκλοφορίας δεν πρέπει να δημιουργείται κίνδυνος για τους εργαζόμενους που απασχολούνται κοντά σ' αυτούς.
- 13.3 Ο υπολογισμός των διαστάσεων των διαδρόμων κυκλοφορίας προσώπων ή και εμπορευμάτων πρέπει να γίνεται με βάση τον αναμενόμενο αριθμό χρηστών και το είδος της επιχείρησης. Εφόσον χρησιμοποιούνται μεταφορικά μέσα σ' αυτούς τους διαδρόμους κυκλοφορίας, πρέπει να προβλέπεται επαρκής χώρος ασφαλείας για τους πεζούς.
- 13.4 Οι οδοί κυκλοφορίας που προορίζονται για οχήματα πρέπει να βρίσκονται σε αρκετή απόσταση από θύρες, πύλες, διαβάσεις πεζών, διαδρόμους και κλιμακοστάσια.
- 13.5 Εφόσον η χρήση και ο εξοπλισμός των χώρων το απαιτούν, για την εξασφάλιση της προστασίας των εργαζομένων, πρέπει να τοποθετείται, σε εμφανές σημείο, το σχεδιάγραμμα των διαδρόμων κυκλοφορίας.

14. Προστασία από πτώσεις και πτώση αντικειμένων – Ζώνες κινδύνου

- 14.1 Θέσεις εργασίας, διάδρομοι, εξέδρες, πλατύσκαλα, πεζογέφυρες, κεκλιμένα επίπεδα και κάθε άλλο δάπεδο που έχουν πρόσβαση οι εργαζόμενοι και που βρίσκεται σε ύψος μεγαλύτερο των 0,75 μέτρων πρέπει να έχει σε κάθε ελεύθερη πλευρά προστατευτικό έναντι πτώσης προπέτασμα.

Το προστατευτικό προπέτασμα πρέπει να έχει ύψος τουλάχιστον 1.00 μέτρο από το δάπεδο, να είναι συμπαγές στηθαίο ή κιγκλίδωμα με χειρολισθήρα (κουπαστή), θωράκιο (σοβατεπί) ύψους τουλάχιστον 0.15 μέτρων και ράβδο μεσοδιαστήματος, ή αντί αυτής να έχει πλέγμα ή άλλη κατάλληλη κατασκευή που να μην επιτρέπει την διαμέσου χειρολισθήρα και θωρακίου πτώση εργαζομένου.

- 14.2 Προστατευτικό προπέτασμα με τις απαιτήσεις που περιγράφονται ανωτέρω απαιτείται επίσης και στις παρακάτω περιπτώσεις:
 - α. Σε ανοίγματα δαπέδων και οριζοντίων γενικά επιφανειών (τάφροι, καταπακτές, κανάλια, κ.λπ.) όταν δεν διαθέτουν κάλυμμα ή άλλο σύστημα που να αποκλείει την πτώση των εργαζομένων μέσα σε αυτά.

- β. 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 από το δάπεδο και δε διαθέτουν κάλυμμα ή άλλο σύστημα που ν' αποκλείει την πτώση εργαζομένων σ' αυτά.
 - γ. Σε ανοίγματα τοίχων και κατακόρυφων γενικά επιφανειών.
 - δ. Σε διαβάσεις πάνω από επικίνδυνες ζώνες (μεταφορικές ταινίες, κινούμενα μέρη μηχανημάτων, δεξαμενές, κ.λπ.).
- 14.3 Στις 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 εργαζομένων.
- 14.4 Εφόσον οι χώροι εργασίας περιέχουν επικίνδυνες ζώνες που οφείλονται στη φύση της εργασίας και παρουσιάζουν κίνδυνο πτώσης των εργαζομένων ή κίνδυνο από την πτώση αντικειμένων, οι χώροι αυτοί πρέπει να είναι εφοδιασμένοι, στο μέτρο του δυνατού, με σύστημα που να εμποδίζει την είσοδο εργαζομένων, που δεν έχουν εξουσιοδότηση, στις ζώνες αυτές.
- 14.5 Πρέπει να λαμβάνονται τα κατάλληλα μέτρα για την προστασία των εργαζομένων που είναι εξουσιοδοτημένοι να εισέρχονται στις επικίνδυνες ζώνες.
- 14.6 Οι επικίνδυνες ζώνες πρέπει να επισημαίνονται ευκρινώς.

15. Ειδικά μέτρα για τις κυλιόμενες σκάλες και τους κυλιόμενους διαδρόμους

Οι κυλιόμενες σκάλες και οι κυλιόμενοι διάδρομοι πρέπει:

- α. Να λειτουργούν με ασφάλεια.
- β. Να είναι εξοπλισμένα με τα απαραίτητα συστήματα ασφαλείας.
- γ. Να είναι εξοπλισμένα με συστήματα επείγουσας ακινητοποίησης, τα οποία ν' αναγνωρίζονται εύκολα και να είναι ευπρόσιτα.

16. Αποβάθρες κι εξέδρες φόρτωσης

- 16.1 Οι αποβάθρες και οι εξέδρες φόρτωσης-εκφόρτωσης πρέπει να είναι κατάλληλες για τις διαστάσεις των μεταφερομένων φορτίων, και να έχουν πλάτος τουλάχιστον 80 εκατοστά.
- 16.2 Οι αποβάθρες και οι εξέδρες φόρτωσης-εκφόρτωσης πρέπει να διαθέτουν, όσο αυτό είναι πρακτικά δυνατό, προστατευτικό έναντι της βροχής προστέγασμα επαρκών διαστάσεων.
- 16.3 Οι αποβάθρες και οι εξέδρες φόρτωσης-εκφόρτωσης πρέπει να διαθέτουν μία τουλάχιστον έξοδο και εφόσον το μήκος τους είναι μεγαλύτερο από 20 μέτρα

πρέπει να έχουν μία έξοδο για κάθε άκρο. Οι έξοδοι αυτές μπορεί να είναι μόνιμες κλίμακες ή κεκλιμένα επίπεδα.

Ειδικότερα, εφόσον το ύψος των εξόδων είναι μεγαλύτερο από 0,75 μ. πρέπει να υπάρχουν προστατευτικές διατάξεις από πτώση.

Τέτοιες διατάξεις πρέπει να υπάρχουν και στις θέσεις φόρτωσης οι οποίες όμως θα έχουν τη δυνατότητα εύκολης απομάκρυνσης κι επανατοποθέτησης (π.χ. συρόμενα ή πτυσσόμενα κιγκλιδώματα).

- 16.4 Εφόσον βρίσκονται δίπλα σε σιδηροτροχιές και έχουν ύψος μεγαλύτερο των 0.80 μ. ή μήκος μεγαλύτερο των 10 μέτρων πρέπει να κατασκευάζονται έτσι ώστε οι εργαζόμενοι να βρίσκουν προστασία κάτω απ' αυτές.

17. Διαστάσεις και όγκος αέρα των χώρων – Χώρος για την ελευθερία κινήσεων στη θέση εργασίας

- 17.1 Οι χώροι εργασίας πρέπει να έχουν επιφάνεια, ύψος και όγκο αέρα που να επιτρέπουν στους εργαζομένους να εκτελούν την εργασία τους χωρίς κίνδυνο για την ασφάλεια, την υγεία και την ευεξία τους.
- 17.2 Οι διαστάσεις των χώρων εργασίας πρέπει ν' ανταποκρίνονται στις ανάγκες των εργασιών κανονικής λειτουργίας, ρύθμισης, λίπανσης, συντήρησης, επισκευής, εγκατάστασης, συναρμολόγησης και αποσυναρμολόγησης των μηχανημάτων και των εγκαταστάσεων, καθώς και στις ανάγκες κυκλοφορίας ανθρώπων και μηχανικών μέσων, διακίνησης των υλικών και συντήρησης και καθαρισμού των ιδίων χώρων.
- 17.3 Οι διαστάσεις της ελεύθερης μη κατειλημμένης από έπιπλα ή εξοπλισμό επιφάνειας της θέσης εργασίας πρέπει να υπολογίζεται έτσι ώστε οι εργαζόμενοι να έχουν αρκετή ελευθερία κίνησης για τις δραστηριότητές τους.
- 17.4 Η ελάχιστη επιτρεπόμενη ελεύθερη επιφάνεια κίνησης στη θέση εργασίας πρέπει να είναι 1.50 τετραγωνικά μέτρα. Το πλάτος της ελεύθερης αυτής επιφάνειας δεν πρέπει σε κανένα σημείο να είναι μικρότερο των 0.70 μ.
- 17.5 Αν οι προβλέψεις των δύο προηγούμενων παραγράφων δεν μπορούν να τηρηθούν για λόγους που αφορούν τη συγκεκριμένη θέση εργασίας, ο εργοδότης πρέπει να παρέχει κοντά στη θέση εργασίας μία άλλη επαρκή επιφάνεια κίνησης.
- 17.6 Στους χώρους εργασίας πρέπει για κάθε διαρκώς παρευρισκόμενο εργαζόμενο να υπάρχει ελάχιστος χώρος, ως εξής:
- α. 12 κυβικά μέτρα για ως επί το πλείστον καθιστική απασχόληση.
 - β. 15 κυβικά μέτρα για ως επί το πλείστον ελαφριά σωματική απασχόληση.
 - γ. 18 κυβικά μέτρα για ως επί το πλείστον βαριά σωματική απασχόληση.

- 17.7 Ο παραπάνω όγκος προσανξάνεται ανάλογα στις περιπτώσεις που παράλληλα με τους μόνιμους απασχολούμενους παραμένουν και άλλα άτομα. Στην εκτίμηση του κυβισμού αυτού δεν πρέπει να λαμβάνεται υπόψη το διάστημα το ευρισκόμενο σε ύψος άνω των 4.00 μέτρων.

18. Χώροι Ανάπαυσης

- 18.1 Εφόσον το προσωπικό υπερβαίνει τους 50 εργαζόμενους ή αν η ασφάλεια ή η υγεία των εργαζομένων, ιδίως λόγω του είδους της ασκούμενης δραστηριότητας, το επιβάλλουν, οι εργαζόμενοι πρέπει να μπορούν να έχουν στη διάθεσή τους ένα χώρο ανάπαυσης εύκολα προσπελάσιμο.
- Αυτή η 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.
- 18.2 Οι χώροι ανάπαυσης πρέπει να έχουν επαρκείς διαστάσεις και να είναι εφοδιασμένοι με τραπέζια και καθίσματα με ράχη σε αριθμό ανάλογο με τον αριθμό των εργαζομένων.
- 18.3 Στους χώρους ανάπαυσης πρέπει να λαμβάνονται τα κατάλληλα μέτρα για την προστασία των μη καπνιστών από την ενόχληση που προκαλεί ο καπνός.
- 18.4 Οι χώροι ανάπαυσης πρέπει να έχουν κατά το δυνατό οπτική επαφή με το εξωτερικό περιβάλλον και πρέπει να φωτίζονται και να αερίζονται επαρκώς.
- 18.5 Οι χώροι ανάπαυσης πρέπει, ανάλογα με τον αριθμό των εργαζομένων που είναι δυνατό να παρευρίσκονται ταυτόχρονα σ' αυτούς, να είναι εφοδιασμένοι με τραπέζια που να καθαρίζονται εύκολα, καρέκλες με πλάτη, δοχεία απορριμμάτων, κρεμάστρες ρούχων και μέσα για θέρμανση, ψύξη και συντήρηση τροφίμων και ποτών. Επίσης πρέπει να διατίθεται πόσιμο νερό.
- 18.6 Χώρος ανάπαυσης μπορεί να θεωρηθεί και το εστιατόριο της επιχείρησης.
- 18.7 Εφόσον η φύση της εργασίας επιβάλλει τακτικές και συχνές διακοπές και δεν υπάρχουν χώροι ανάπαυσης πρέπει να τίθενται στη διάθεση των εργαζομένων άλλοι χώροι παραμονής κατά τη διάρκεια της διακοπής της εργασίας εφοδιασμένοι με επαρκή αριθμό καθισμάτων.
- 18.8 Δυνατότητα για ολιγόλεπτη ανάπαυση στις θέσεις εργασίας με διάθεση κατάλληλων καθισμάτων πρέπει να παρέχεται στους εργαζόμενους που η φύση της εργασίας τους επιβάλλει να βρίσκονται σε ορθοστασία.

19. Έγκυες γυναίκες και γαλουχούσες μητέρες

Οι έγκυες γυναίκες και γαλουχούσες μητέρες πρέπει να έχουν τη δυνατότητα να κατακλίνονται προς ανάπαυση σε κατάλληλες συνθήκες.

20. Εξοπλισμός Υγιεινής

20.1 Αποδυτήρια και ιματιοφυλάκια για τα ενδύματα.

20.1.1 Εφόσον το προσωπικό υπερβαίνει τους 50 εργαζόμενους ή αν οι εργαζόμενοι πρέπει να φορούν ειδικά ρούχα εργασίας και δεν είναι δυνατό να ζητηθεί από αυτούς για λόγους υγιεινής ή ευπρέπειας ν' αλλάζουν σ' άλλο χώρο, πρέπει να τίθενται στη διάθεση των εργαζομένων κατάλληλοι χώροι αποδυτηρίων ξεχωριστοί για άνδρες και γυναίκες.

20.1.2 Στον πιο πάνω αριθμό δεν περιλαμβάνονται οι υπάλληλοι γραφείου.

20.1.3 Η πρόσβαση στα αποδυτήρια πρέπει να είναι ευχερής και να είναι ο χώρος τους επαρκής κι εφοδιασμένος με καθίσματα.

20.1.4 Τ' αποδυτήρια πρέπει να είναι επαρκών διαστάσεων και να διαθέτουν ατομικά ερμάρια τα οποία να επιτρέπουν σε κάθε εργαζόμενο να κλειδώνει τα ενδύματά του κατά τη διάρκεια της εργασίας του.

20.1.5 Εάν οι συνθήκες εργασίας το απαιτούν (επικίνδυνες ουσίες, υγρασία, ρύποι) πρέπει να υπάρχουν ξεχωριστά ερμάρια για τον ιματισμό εργασίας και για την ιδιωτική περιβολή των εργαζομένων.

20.1.6 Εφόσον δεν απαιτούνται αποδυτήρια, κάθε εργαζόμενος πρέπει να έχει στη διάθεσή του μέσα για την εναπόθεση των ενδυμάτων του.

20.2 Λουτρά (ντους), νιπτήρες.

20.2.1 Εφόσον επιβάλλεται από το είδος της δραστηριότητας ή από την υγιεινή, πρέπει να υπάρχουν επαρκή και κατάλληλα λουτρά (ντους) στη διάθεση των εργαζομένων, χωριστά για τους άνδρες και τις γυναίκες.

20.2.2 Τα λουτρά πρέπει να έχουν επαρκείς διαστάσεις ώστε κάθε εργαζόμενος να μπορεί να πλένεται ανεμπόδιστα κάτω από κατάλληλες συνθήκες υγιεινής και να διαθέτουν τρεχούμενο νερό, ζεστό και κρύο.

20.2.3 Εφόσον δεν απαιτούνται λουτρά, πρέπει να τοποθετείται κοντά στις θέσεις εργασίας και στα αποδυτήρια επαρκής αριθμός κατάλληλων νιπτήρων με τρεχούμενο νερό (ζεστό αν χρειάζεται).

20.2.4 Πρέπει να υπάρχουν χωριστοί νιπτήρες για τους άνδρες και τις γυναίκες, εφόσον τούτο επιβάλλεται από λόγους ευπρέπειας.

20.2.5 Αν οι αίθουσες λουτρών ή οι νιπτήρες και τα αποδυτήρια είναι χωριστά, οι χώροι αυτοί πρέπει να επικοινωνούν ευχερώς μεταξύ τους.

20.3 Αποχωρητήρια και νιπτήρες.

Οι εργαζόμενοι πρέπει να έχουν στη διάθεσή τους, κοντά στις θέσεις εργασίας, στους χώρους ανάπαυσης, στ' αποδυτήρια και στα λουτρά ή στους νιπτήρες, ξε-

χωριστούς χώρους εφοδιασμένους με επαρκή αριθμό αποχωρητηρίων και νιπτήρων και σύμφωνα με τις ισχύουσες υγειονομικές διατάξεις:

- α. Απόφαση Γ1γ/9900/27.11.74 «Περί υποχρεωτικής κατασκευής αποχωρητηρίων» (1266/B), που τροποποιήθηκε με τις αποφάσεις Γ1/2400/26.3.75 (371/B) και Αιβ/2055/4.3.80 (338/B) και
- β. Απόφαση Α1β/8577/83 «Περί υγειονομικού ελέγχου και αδειών ιδρύσεως και λειτουργίας των εγκαταστάσεων επιχειρήσεων υγειονομικού ενδιαφέροντος, καθώς και των γενικών και ειδικών όρων ιδρύσεως και λειτουργίας των εργαστηρίων και καταστημάτων τροφίμων ή και ποτών» (526/B).

21. Χώροι πρώτων βοηθειών

21.1 Στους χώρους εργασίας που ο αριθμός των εργαζομένων υπερβαίνει τους 100, πρέπει να προβλέπεται ένας ή περισσότεροι χώροι πρώτων βοηθειών.

Χώρος πρώτων βοηθειών πρέπει επίσης να προβλέπεται και στους λοιπούς χώρους εργασίας όπου ο τύπος της δραστηριότητας που αναπτύσσεται εκεί και η συχνότητα των ατυχημάτων το απαιτούν.

21.2 Οι χώροι που προορίζονται για την παροχή πρώτων βοηθειών πρέπει να είναι εξοπλισμένοι με τις απαραίτητες εγκαταστάσεις και υλικά πρώτων βοηθειών, να διαθέτουν τρεχούμενο νερό, να εξυπηρετούνται από ένα ή περισσότερα εντεταλμένα και ειδικά εκπαιδευμένα για την παροχή πρώτων βοηθειών άτομα και να επιτρέπουν την άνετη είσοδο τραυματιοφορέων και φορείων.

21.3 Τα ελάχιστα απαιτούμενα υλικά πρώτων βοηθειών είναι:

- Ακετυλοσαλικυλικό οξύ, – Παρακεταμόλη, – Αντιισταμινικά δισκία
- Αντιόξινα δισκία, – Σπασμολυτικό (σταγόνες ή δισκία)
- Αντιδιαροϊκό καολίνης / πηκτίνης, – Αντισηπτικό κολλύριο
- Αντιϊσταμινική αλοιφή, – Επίδεσμο 2.50×0.05 μέτρα
- Επίδεσμο 2.50×0.10 μ., – Βαμβάκι, – Απορροφητική γάζα αποστειρωμένη
- Λευκοπλάστης πλάτους 0.08 μέτρα
- Τεμάχια λευκοπλάστη με γάζα αποστειρωμένη, – Τριγωνικό επίδεσμο
- Ποτηράκια μιας χρήσης (χάρτινα ή πλαστικά), – Αιμοστατικό επίδεσμο
- Διάλυμα αμμωνίας, – Οξυζενέ, – Οινόπνευμα καθαρό, – Βάμμα ιωδίου
- Μερκουροχρώμα ή άλλο αντισηπτικό, – Χάπια άνθρακα (καρβουνάκια)

21.4 Οι ποσότητες των παραπάνω ειδών καθορίζονται ανάλογα με τον αριθμό των εργαζομένων. Η συμπλήρωσή τους και με άλλα είδη καθορίζεται από το γιατρό εργασίας.

- 21.5 Οι χώροι πρώτων βοηθειών πρέπει να επισημαίνονται σύμφωνα με το Π.Δ. 105/95 «Ελάχιστες προδιαγραφές για την σήμανση ασφάλειας ή και υγείας στην εργασία σε συμμόρφωση με την οδηγία 92/58/ΕΟΚ» (67/Α).
- 21.6 Υλικό πρώτων βοηθειών πρέπει να διατίθεται επίσης, σ' όλους τους χώρους όπου αυτό απαιτείται λόγω των συνθηκών εργασίας. Το υλικό πρέπει να φέρει κατάλληλη σήμανση και η πρόσβαση σ' αυτό να είναι ευχερής.
- 21.7 Πίνακας με οδηγίες για την παροχή πρώτων βοηθειών συνοδευόμενες κατά το δυνατό και με αντίστοιχα σχήματα και εικόνες πρέπει να αναρτάται σ' εμφανή σημεία των χώρων εργασίας.

22. Εργαζόμενοι με ειδικές ανάγκες

- 22.1 Ο σχεδιασμός των κτιρίων πρέπει να γίνεται έτσι ώστε οι εργαζόμενοι με ειδικές ανάγκες να κινούνται και να εργάζονται ανεμπόδιστα.
- 22.2 Οι χώροι εργασίας πρέπει να είναι διαρρυθμισμένοι έτσι ώστε να λαμβάνονται υπόψη, κατά περίπτωση, οι ιδιαιτερότητες των εργαζομένων με ειδικές ανάγκες. Ιδιαίτερη μέριμνα θα πρέπει να δοθεί στο σωστό σχεδιασμό σύμφωνα με τις οδηγίες του ΥΠΕΧΩΔΕ (Γραφείο μελετών γι' άτομα με ειδικές ανάγκες). Η διάταξη αυτή εφαρμόζεται, ιδίως, για τις θύρες, τους διαδρόμους επικοινωνίας, τα κλιμακοστάσια, τα σημεία τοποθέτησης των διακοπών τεχνητού φωτισμού και του εξοπλισμού έκτακτης ανάγκης, τα λουτρά (ντους), τους νιπτήρες, τ' αποχωρητήρια, την επίπλωση, τις εγκαταστάσεις, τον τεχνικό εξοπλισμό και τις θέσεις εργασίας που χρησιμοποιούνται ή καταλαμβάνονται από εργαζόμενους με ειδικές ανάγκες.

23. Εξωτερικοί χώροι εργασίας (ιδιαίτερες διατάξεις)

- 23.1 Οι θέσεις εργασίας, οι διάδρομοι κυκλοφορίας και άλλες θέσεις ή εγκαταστάσεις στο ύπαιθρο, που έχουν πρόσβαση οι εργαζόμενοι κατά τη διάρκεια της άσκησης των δραστηριοτήτων τους, πρέπει να σχεδιάζονται κατά τέτοιο τρόπο ώστε η κυκλοφορία των πεζών και των οχημάτων να μπορεί να γίνεται κατ' ασφαλή τρόπο.
- 23.2 Οι παράγραφοι 13, 15 και 16 εφαρμόζονται επίσης για τις κύριες οδούς κυκλοφορίας στο γήπεδο εγκατάστασης της επιχείρησης (διάδρομοι κυκλοφορίας που οδηγούν σε μόνιμες θέσεις εργασίας), για τους διαδρόμους κυκλοφορίας που χρησιμοποιούνται για την τακτική συντήρηση και επίβλεψη των εγκαταστάσεων της επιχείρησης καθώς και για τις αποβάθρες φόρτωσης.
- 23.3 Η παράγραφος 13 εφαρμόζεται, κατ' αναλογία, στους εξωτερικούς χώρους εργασίας.
- 23.4 Οι χώροι εργασίας που βρίσκονται στο ύπαιθρο πρέπει να φωτίζονται ικανοποιητικά με τεχνητό φωτισμό εφόσον το φως της ημέρας δεν αρκεί.

- 23.5 Εφόσον οι εργαζόμενοι απασχολούνται σ' εξωτερικές θέσεις εργασίας, αυτές πρέπει να διευθετούνται κατά τέτοιο τρόπο ώστε οι εργαζόμενοι:
- α. Να προστατεύονται από τις ατμοσφαιρικές επιδράσεις και από την πτώση αντικειμένων.
 - β. Να μπορούν ν' απομακρυνθούν γρήγορα από τη θέση εργασίας τους σε περίπτωση κινδύνου και να μπορούν να λάβουν γρήγορα βοήθεια.
 - γ. Να μην είναι εκτεθειμένοι σ' επιβλαβή ηχητικά επίπεδα ούτε σ' επιβλαβή εξωτερική επίδραση (π.χ. αέρια, ατμούς, σκόνη).
 - δ. Να μην κινδυνεύουν να γλιστρήσουν ή να πέσουν.

ΥΓΙΕΙΝΗ ΚΑΙ ΑΣΦΑΛΕΙΑ ΣΤΗΝ ΕΡΓΑΣΙΑ

Η υγιεινή και ασφάλεια των εργαζομένων στους χώρους εργασίας, καθώς και η πρόληψη των επαγγελματικών κινδύνων στην πράξη, αποτελεί κεντρικό κοινωνικό ζήτημα πρωταρχικής ανάγκης, καθώς συμβάλει καθοριστικά στη μείωση των εργατικών ατυχημάτων, στην αυξημένη παραγωγικότητα και αποτελεσματικότητα, και στα υψηλά επίπεδα εργασιακής ικανοποίησης.

Το βιβλίο αυτό, το οποίο απευθύνεται σε κάθε εργαζόμενο αλλά και εργοδότη, μεταξύ άλλων περιλαμβάνει και τις εξής θεματικές ενότητες:

- Εργασιακό περιβάλλον — εργασιακές σχέσεις
- Επαγγελματικός κίνδυνος — εργατικό σύστημα
- Οργάνωση του χρόνου εργασίας
- Προστασία της υγείας και ασφαλείας των εργαζομένων
- Προδιαγραφές ασφαλείας και υγείας στους χώρους εργασίας
- Κανόνες για σωστό φωτισμό, μείωση θορύβου, προστασία από οθόνες
- Ασφαλής χρήση του εξοπλισμού εργασίας και των μέσων ατομικής προστασίας
- Προστασία εργαζομένων από χημικούς παράγοντες
- Προδιαγραφές ασφαλείας και υγείας σε εργοτάξια και τεχνικά έργα
- Προδιαγραφές για ασφαλή διακίνηση φορτίων
- Σημάνση ασφαλείας και υγείας στην εργασία
- Στοιχεία Υγιεινής — Πρώτες βοήθειες
- Συνθήκες εργασίας στην Ευρωπαϊκή Ένωση
- Χρονολογικό πίνακα νομολογίας εναρμονισμένης με τις Κοινοτικές Οδηγίες

Ο συγγραφέας

Ο Ευστάθιος ΑΒ. Ζωγράφου είναι Διπλωματούχος Μηχανολόγος Μηχανικός της Πολυτεχνικής Σχολής του Πανεπιστημίου Πατρών και κάτοχος των Μεταπτυχιακών Τίτλων «Παιδαγωγική Τεχνολογία» και «Παραγωγή και Διαχείριση Ενέργειας». Από το 1992 εργάζεται ως Εκπαιδευτικός Δευτεροβάθμιας Εκπαίδευσης. Είναι συγγραφέας αρκετών ακόμη βιβλίων, μεταξύ των οποίων και τα «Ο Κόσμος της Πληροφορικής», «Μηχανολογικό Σχέδιο-Ασκήσεις & Εφαρμογές», «Νέες Τεχνολογίες στην Εκπαιδευτική Διαδικασία», «Αγγλοελληνικό Αναλυτικό Λεξικό Μηχανολογίας», και «Εγκαταστάσεις Θέρμανσης» που κυκλοφορούν από τις Εκδόσεις «Κλειδάριθμος».

Επισκεφθείτε μας στο Internet:
<http://www.klidarithmos.gr>



ΚΛΕΙΔΑΡΙΘΜΟΣ

Σολωμού 57, 10432, ΑΘΗΝΑ, Τηλ. 210-5237035

ISBN 960-209-713-2



9 789602 097137