

## Γενική περιγραφή του Προγράμματος

### Μέρος 1<sup>ο</sup> (ΕΡΓΟΝΟΜΙΑ)

Γενικός Σκοπός Προγράμματος	Προβλεπόμενα στοιχεία μάθησης	Ενότητα του προγράμματος	Δραστηριότητες Μάθησης	Εξετάσεις
<p><b>«Ο γενικός σκοπός του προγράμματος αποβλέπει ώστε οι εκπαιδευόμενοι να αποκομίσουν γνώσεις και δεξιότητες, για να αποτρέπουν μέσω προληπτικών Εργονομικών παρεμβάσεων, τις παθήσεις που προκύπτουν στον εργασιακό χώρο και να προωθούν την υγεία, μέσω ενός αναλυτικού αντιπροσωπευτικού και επιστημονικά εμπεδωμένου τρόπου»</b></p>	<p>ILO 1.</p> <p>Επικέντρωση στους παράγοντες κινδύνου και τις σύγχρονες θεωρείες των μηχανισμών κάκωσης των μυοσκελετικών παθήσεων που σχετίζονται με την εργασία, καθώς και άλλες διαταραχές και εκπαίδευση στις τεχνικές μεθόδους για την εμβιομηχανική αξιολόγηση των δραστηριοτήτων της εργασίας</p>	<p><b>Ενότητα 1</b></p> <p>a) Φυσιολογία της Εργασίας, οι επιδράσεις της φυσικής φόρτισης στο μυοσκελετικό, καρδιαγγειακό και ενδοκρινικό σύστημα. Θεωρείες που σχετίζονται με την πρόκληση μυοσκελετικών παθήσεων, πρόληψη και φροντίδα</p> <p>b) Εμβιομηχανικές αρχές και αξιολόγηση, στην Εργονομία</p> <p>c) Γνώση για το πώς οι ψυχοκοινωνικές εργασιακές συνθήκες, το στρες και η συνειδησιακή φόρτιση επιρρεάζουν την απόδοση κατά την εργασία και προκαλούν μυοσκελετικές διαταραχές</p> <p>d) Οπτική εργονομία και συνειδησιακοί σκοποί</p>	<p>a) Διαλέξεις, προσωπικές εργασίες – ομαδικές εργασίες και jig-saw Σεμινάριο1: (κάθε εκπαιδευόμενος επιλέγει και ασχολείται με έναν παράγοντα κινδύνου για μυοσκελετική καταπόνηση και παθολογία κατά την εργασία)</p> <p>b) Διαλέξεις, μελέτες πεδίου και jig-saw Σεμινάριο 1: (κάθε εκπαιδευόμενος θα πρέπει να κάνει εμβιομηχανική ανάλυση μίας εργασιακής κατάστασης και να την επιδείξει στους υπόλοιπους εκπαιδευόμενους)</p> <p>c) Διαλέξεις, ομαδική εργασία (στο γκρουπ οι εκπαιδευόμενοι πρέπει να μελετήσουν τις επιδράσεις αυτών των επιπλέον παραγόντων κινδύνου και θα πρέπει να το συζητήσουν κατά την παρουσίαση στη διάρκεια του jig-saw Σεμινάριου 1)</p> <p>d) Διάλεξη</p>	<p>a) Γραπτό <b>“Εργασία 1”</b> περιλαμβάνει: -έναν παράγοντα κινδύνου, -μία εμβιομηχανική ανάλυση πραγματικής συνθήκης -μία αναφορά σε άλλους παράγοντες (ψυχοκοινωνικούς, οργανωτικούς) - οπτική εργονομία κ.α.)</p> <p>b) <b>Jigsaw Σεμινάριο 1</b> - προφορική παρουσίαση της “Εργασίας 1”.</p> <p>c) Quiz πολλαπλών επιλογών</p>

	<p>ILO 2.</p> <p>Ικανότητα να χρησιμοποιούν μεθόδους για μετρήσεις των φυσικών καταπονήσεων και αξιολόγηση κινδύνου σε διάφορα περιβάλλοντα εργασίας</p>	<p><b>Ενότητα 2</b></p> <p>a) Στρατηγικές μέτρησης και οι πιο κοινές μέθοδοι αξιολόγησης (όργανα τεχνικών μετρήσεων, μέθοδο παρατήρησης, ερωτηματολόγια και συνεντεύξεις), για την αξιολόγηση των φυσικών και ψυχολογικών εκθέσεων κατά την εργασία</p>	<p>a) Διαλέξεις, πρακτική ομαδική εργασία, βιβλιογραφικές μελέτες, επιδείξεις και jig-saw Σεμινάριο 2: (εδώ ο κάθε εκπαιδευόμενος θα πρέπει να δείξει τις γνώσεις του σχετικά με μία μέθοδο αξιολόγησης (π.χ. EMG, VIDAR, ερωτηματολόγια κ.α.) και συζητάει τα pre-and cons για αυτή τη μέθοδο μέτρησης, π.χ. στοιχεία αξιοπιστίας και σταθερότητας)</p>	<p>a) Γραπτή <b>“Εργασία 2”</b> περιλαμβάνει: -μέθοδο αξιολόγησης- περιγραφή και στοιχεία αξιοπιστίας και σταθερότητας -απόδειξη για μία εργονομική παρέμβαση</p>
	<p>ILO 3.</p> <p>Συλλογισμός του πως η εργονομική αξιολόγηση μπορεί να συνεισφέρει με παρεμβάσεις για αύξηση της ποιότητας, παραγωγικότητας και αποτελεσματικότητας στην εργασία</p>	<p>b) Εργονομική Ανάλυση και παρεμβάσεις σε διάφορους τύπους εργασιακού περιβάλλοντος (ατομικού και οργανικού)</p>	<p>b) Διαλέξεις, ομαδική εργασία, βιβλιογραφικές μελέτες και jig-saw Σεμινάριο 2: (εδώ ο εκπαιδευόμενος θα πρέπει να βρει απόδειξη μέσω της βιβλιογραφίας για μία ειδική παρέμβαση (π.χ. back school)</p>	<p>b) <b>Jigsaw Σεμινάριο 2</b> - προφορική παρουσίαση της “Εργασίας 2”.</p> <p>c) Quiz πολλαπλών επιλογών</p>

Μέρος 2<sup>ο</sup> (Επαγγελματική Υγεία & Ασφάλεια)

	Προβλεπόμενα στοιχεία μάθησης	Ενότητα του προγράμματος	Δραστηριότητες Μάθησης	Εξετάσεις
	<p>ILO 4.</p> <p>Ανασκόπηση της Εθνικής και Ευρωπαϊκής νομοθεσίας για την Επαγγελματική Υγεία και Ασφάλεια (ΕΥΑ) και οι γενικές αρχές για την Υγεία και Ιατρική της Εργασίας, στον εργασιακό χώρο</p>	<p><b>Ενότητα 3</b></p> <p>a) Ορισμός της Υγείας και Ασφάλειας της Εργασίας. Αρχές Πρόληψης επαγγελματικού κινδύνου. Στατιστικά στοιχεία για τα εργατικά ατυχήματα στην Ελλάδα και στην Ε.Ε</p> <p>b) Ο ρόλος του Κράτους. Υπηρεσίες του κρατικού μηχανισμού που ασχολούνται με την ΥΑΕ</p> <p>c) Γενικές αρχές του εθνικού δικαίου για την Υγιεινή και Ασφάλεια στους χώρους εργασίας. Ιστορική αναδρομή στη διαμόρφωση νομοθετικού πλαισίου για την ΥΑΕ</p> <p>d) Νομοθεσία για την Περιβαλλοντική προστασία.</p> <p>e) Ορισμός των ψυχοκοινωνικών παραγόντων και παρουσίασή τους. Η νομοθεσία που διέπει του παράγοντες αυτούς. Η επίδραση του στρες. Τα ψυχοσωματικά προβλήματα.</p> <p>f) Ορισμός επαγγελματικού καρκίνου και καρκινογόνου παράγοντα στο χώρο εργασίας</p> <p>g) Ορισμός βιολογικού παράγοντα. Μέθοδοι προσδιορισμού δράσης βιολογικών παραγόντων</p> <p>h) Ο ρόλος του Ιατρού Εργασίας στην πρόληψη των επαγγελματικών ασθενειών. Καθήκοντα και υποχρεώσεις</p> <p>i) Ορισμός επαγγελματικής</p>	<p>Διαλέξεις – Επιδείξεις – Επίσκεψη σε χώρο εργασίας (Βιομηχανία)- ατομική εργασία – ομαδική εργασία – προετοιμασία γραπτής εργασίας και jigsaw Σεμινάριο 3</p>	<p>a) Γραπτή <b>“Εργασία 3”</b> περιλαμβάνει: <i>έναν χώρο εργασίας – μία ανάλυση Υγιεινής και Υγείας και προτεινόμενες παρεμβάσεις για πρόληψη και λύσεις, βασισμένες στη Νομοθεσία</i></p> <p>b) <b>Jigsaw Σεμινάριο 3</b> - προφορική παρουσίαση της “Εργασίας 3”.</p> <p>c) Quiz πολλαπλών επιλογών</p>

		ασθένειας. Κατάλογος αναγνωρισμένων επαγγελματικών Ασθενειών. Αίτια εμφάνισης και μέτρα πρόληψης		
	<p>ILO 5.</p> <p>Ανασκόπηση των στάνταρ Ασφάλειας – των Περιβαλλοντικών στάνταρ και των Στοιχείων ελέγχου προστασίας</p>	<p><b>Ενότητα 4</b></p> <p>a) Βασικές υποδομές και απαιτήσεις υγιεινής</p> <p>b) Είδη σήμανσης υγείας και ασφάλειας στους χώρους εργασίας.</p> <p>c) Είδη φωτισμού. Ο μηχανισμός αντίληψης του φωτός. Τα χαρακτηριστικά του φωτός. Τύποι και πηγές φωτισμού.</p> <p>d) Ορισμός ποιότητας εσωτερικής ατμόσφαιρας και εξαερισμού. Συμπτώματα που συνδέονται με την κακή ποιότητα εσωτερικής ατμόσφαιρας</p> <p>e) Εισαγωγή στις ακτινοβολίες. Είδη ακτινοβολιών. Η έκθεση σε μη ιονίζουσες ακτινοβολίες</p> <p>f) Κανονισμοί και πρότυπα για το ηλεκτρικό ρεύμα. Ατυχήματα από τη χρήση του ηλεκτρισμού</p> <p>g) Ορισμός του θορύβου. Τα χαρακτηριστικά του θορύβου. Επιπτώσεις του θορύβου στην ανθρώπινη υγεία</p> <p>h) Ο άνθρωπος και οι θερμικές συνθήκες. Παθολογία και επαγγελματική έκθεση σε θερμικό περιβάλλον</p> <p>i) Εργαλεία που προκαλούν δονήσεις. Παθολογία και επαγγελματική έκθεση στις δονήσεις.</p> <p>j) Εξοικείωση με τις έννοιες της πυροπροστασίας και της</p>	<p>Διαλέξεις – Επιδείξεις – Επίσκεψη σε χώρο εργασίας (Βιομηχανία)- ατομική εργασία – ομαδική εργασία – προετοιμασία γραπτής εργασίας και jig-saw Σεμινάριο 4</p>	<p>a) Γραπτή <b>“Εργασία 4”</b> περιλαμβάνει: αξιολόγηση του χώρου εργασίας και αναφορά μετά από την επίσκεψη σε μεγάλη βιομηχανία με πολλά τμήματα παραγωγής</p> <p>b) <b>Jigsaw Σεμινάριο 4</b> - προφορική παρουσίαση της “Εργασίας 4”.</p> <p>c) Quiz πολλαπλών επιλογών</p>

		<p>πυρασφάλειας</p> <p>k) Χημικοί παράγοντες. Μορφή χημικών ουσιών στο εργασιακό περιβάλλον.</p> <p>l) Παραγωγή και διάθεση μέσω ατομικής προστασίας. Κατηγορίες μέσω ατομικής προστασίας</p> <p>m) Διαδικασίες επιθεώρησης. Μέθοδοι επιθεώρησης και καταγραφής κινδύνων</p> <p>n) Σύνταξη και περιεχόμενο μιας λίστας ελέγχου.</p> <p>o) Φόρμα αναφοράς ατυχήματος κατά την εργασία. Επιθεώρηση ατυχημάτων στον εργασιακό χώρο</p> <p>p) Εκτίμηση επαγγελματικού κινδύνου. Ταξινόμηση και ορισμός. Διαδικαστικές φάσεις εκτίμησης ΕΚ</p>		
--	--	---	--	--