

# Zdrowe i bezpieczne miejsce pracy

## **DŹWIGAJ Z GŁOWĄ**



#EUhealthyworkplaces

[www.healthy-workplaces.eu](http://www.healthy-workplaces.eu)

## **Konkurs Dobrych Praktyk pn. „Zdrowe i bezpieczne miejsce pracy”**

Zaproszenie do składania wniosków



Europejska Agencja  
Bezpieczeństwa  
i Zdrowia w Pracy



Zdrowe i bezpieczne  
miejsce pracy

# Zarządzanie problemem zaburzeń układu mięśniowo-szkieletowego w pracy

Zaburzenia układu mięśniowo-szkieletowego są w Europie jednym z najpowszechniej występujących problemów zdrowotnych związanych z pracą i należą do najczęstszych przyczyn niepełnosprawności, zwolnień chorobowych i przechodzenia na wcześniejszą emeryturę. W związku z tym zaburzenia te nie tylko obniżają jakość życia poszczególnych pracowników, ale są także bardzo niekorzystne dla przedsiębiorstw i gospodarek krajowych. Problem ten należy zatem rozwiązać, aby poprawić zdrowie i dobrostan pracowników, zwiększyć konkurencyjność przedsiębiorstw i zmniejszyć obciążenia krajowych systemów opieki zdrowotnej.

Celem niniejszej kampanii jest podniesienie świadomości na temat zaburzeń układu mięśniowo-szkieletowego związanych z pracą oraz tego, jak duże znaczenie ma współpraca pracodawców, kadry zarządzającej i pracowników na rzecz zapobiegania takim zaburzeniom i ich wyeliminowania. Kampania ma na celu wspieranie przedsiębiorstw w systematycznym zwalczaniu problemu zaburzeń układu mięśniowo-szkieletowego, przez dostarczanie praktycznych wskazówek i poradników oraz dobrych praktyk i studiów przypadków wraz z innymi materiałami i zasobami informacyjnymi.

Kampanii „Zdrowe i bezpieczne miejsce pracy” na lata 2020–2022 przyświecają następujące cele:

1. podniesienie świadomości na temat wagi i znaczenia profilaktyki zaburzeń układu mięśniowo-szkieletowego związanych z pracą, za pomocą przedstawienia faktów i danych liczbowych dotyczących narażenia na te problemy oraz ich skutków;
2. promowanie oceny ryzyka i proaktywnego zarządzania problemem zaburzeń układu mięśniowo-szkieletowego przez zapewnienie dostępu do zasobów informacji, praktycznych narzędzi, wskazówek i materiałów audiowizualnych;
3. wskazanie, m.in. przez dostarczanie przykładów dobrych praktyk, że zaburzenia układu mięśniowo-szkieletowego stanowią problem dla każdego pracownika, dotyczą wszystkich miejsc pracy oraz

wszystkich sektorów i że można im z powodzeniem zapobiegać;

4. podniesienie poziomu wiedzy na temat nowych i pojawiających się zagrożeń oraz innych zmian wpływających na zaburzenia układu mięśniowo-szkieletowego związane z pracą;
5. podniesienie świadomości na temat znaczenia reintegracji i utrzymania w pracy pracowników z przewlekłymi zaburzeniami układu mięśniowo-szkieletowego oraz sposobu, w jaki można tego dokonać w praktyce;
6. mobilizowanie i stymulowanie skutecznej współpracy pomiędzy zainteresowanymi stronami przez organizowanie spotkań i ułatwianie wymiany informacji, wiedzy i dobrych praktyk.

Więcej informacji na temat kampanii można znaleźć pod adresem <http://healthy-workplaces.eu>.

**Zaburzenia układu mięśniowo-szkieletowego są w Europie jednym z najpowszechniej występujących problemów zdrowotnych związanych z pracą.**



# Konkurs Dobrych Praktyk pn. „Zdrowe i bezpieczne miejsce pracy”

Europejska Agencja Bezpieczeństwa i Zdrowia w Pracy (EU-OSHA) wraz z państwami członkowskimi organizuje **Konkurs Dobrych Praktyk** pn. „Zdrowe i bezpieczne miejsce pracy”. Celem konkursu jest zidentyfikowanie przykładów właściwych działań w zakresie prewencji zaburzeń układu mięśniowo-szkieletowego i wskazanie korzyści płynących z zapewnienia należytego bezpieczeństwa i zdrowia w miejscu pracy. Ma on także służyć jako **platforma dzielenia się dobrymi praktykami i ich promowania w całej Europie**.

Szczególnym celem Konkursu Dobrych Praktyk jest wyróżnienie firm i organizacji, które szczególnie **aktywnie zapobiegają problemowi zaburzeń układu mięśniowo-szkieletowego w miejscu pracy i skutecznie zarządzają tym problemem**. EU-OSHA poszukuje przykładów wskazujących na **holistyczne podejście** do zarządzania bezpieczeństwem i ochroną zdrowia w pracy, gdzie **we współpracy**

**na rzecz zapobiegania zaburzeniom układu mięśniowo-szkieletowego zaangażowani są zarówno pracodawcy, jak i pracownicy**. Jury zwróci również szczególną uwagę na działania, których rezultaty są **trwałe i uniwersalne**.

EU-OSHA zaprasza do składania wniosków wszystkie zainteresowane organizacje i osoby fizyczne z całej Europy, a także pośredników, takich jak: partnerzy społeczni, osoby zajmujące się problematyką bezpieczeństwa i higieny pracy zawodowo i w praktyce, jak również specjaliści BHP.

Ogłoszenie wyników odbędzie się w kwietniu 2022 r., a dyplomy i nagrody zostaną wręczone podczas ceremonii, która odbędzie się w późniejszym terminie w tym samym roku. Będzie to także okazja, by wyrazić uznanie dla osiągnięć wszystkich organizacji, które wzięły udział w konkursie. Szczegółowe informacje na temat wszystkich nagrodzonych i wyróżnionych przykładów dobrych praktyk zostaną upowszechnione w całej Europie i opublikowane na stronie internetowej EU-OSHA.



# Jakie rodzaje dobrych praktyk można zgłaszać do konkursu?

Do udziału w konkursie są zaproszone wszystkie **rzeczywiste, już wdrożone działania, które charakteryzują się innowacyjnością i skutecznością w zakresie zapobiegania zaburzeniom układu mięśniowo-szkieletowego i zarządzania tym problemem**. W zgłoszeniu należy jasno **opisać, w jaki sposób dane działania zostały wprowadzone** w miejscu pracy oraz co udało się osiągnąć, uwzględniając przy tym takie aspekty, jak:

- kompleksowa i skuteczna organizacja procesu oceny ryzyka, z uwzględnieniem wszystkich poważnych zagrożeń i wszystkich grup pracowników;
- zachowanie prawidłowej hierarchii środków zapobiegawczych;
- sposób, w jaki zagrożenia związane z zaburzeniami układu mięśniowo-

szkieletowego zostały wyeliminowane za pomocą rozwiązań projektowych („ergonomiczny projekt”); szczególnie mile widziane jest przedstawianie przykładowych projektów stanowiska pracy, projektów sprzętu roboczego, procesów itp.;

- sposoby podnoszenia świadomości i budowania kultury bezpieczeństwa pracy i zapobiegania zagrożeniom;
- sposób, w jaki wdrożono środki wspierające, takie jak dostosowania i ulepszenia w miejscu pracy gwarantujące, że pracownik z zaburzeniami układu mięśniowo-szkieletowego będzie mógł kontynuować pracę lub będzie mógł wrócić do pracy, przy czym te zaburzenia nie muszą być związane z pracą.

*Rozwiązanie problemu zaburzeń układu mięśniowo-szkieletowego poprawi zdrowie i dobrostan pracowników, zwiększy konkurencyjność przedsiębiorstw i zmniejszy obciążenia krajowych systemów opieki zdrowotnej.*

# Co należy wykazać w zgłoszeniu?

Trójstronne jury będzie zwracać uwagę na:

- holistyczne podejście do bezpieczeństwa i zdrowia w miejscu pracy;
- rzeczywistą i widoczną poprawę w zakresie bezpieczeństwa i zdrowia, w kontekście zaburzeń układu mięśniowo-szkieletowego związanych z pracą;
- priorytetowe traktowanie działań zbiorowych w stosunku do interwencji jednostkowych;
- zaangażowanie i skuteczny udział pracowników oraz ich przedstawicieli (związków zawodowych);
- trwałość osiągniętych rezultatów w czasie;
- możliwość zastosowania rozwiązania w innych miejscach pracy (w innych

państwach członkowskich, sektorach i przedsiębiorstwach różnej wielkości);

- aktualność (działania powinny być nowe lub szeroko upowszechnione).

Ponadto rozwiązania przedstawione do konkursu powinny spełniać wymogi prawne państw członkowskich w których zostały wdrożone, a nawet, o ile to możliwe, przewyższać minimalne normy. Produkty, narzędzia i usługi opracowane w celach komercyjnych nie będą uwzględniane w konkursie.

Przykłady dobrych praktyk wyróżnionych w minionych latach można znaleźć na stronie internetowej: <https://healthy-workplaces.eu/pl/get-involved/good-practice-awards>.

***Zaburzenia układu mięśniowo-szkieletowego stanowią problem dla każdego pracownika, we wszystkich miejscach pracy oraz we wszystkich sektorach, ale można im z powodzeniem zapobiegać.***



# Kto może wziąć udział?

Dobre praktyki mogą zgłaszać wszystkie firmy i organizacje działające w państwach członkowskich UE, krajach kandydujących, potencjalnych krajach kandydujących oraz państwach należących do Europejskiego Stowarzyszenia Wolnego Handlu (EFTA), w tym:

- indywidualne przedsiębiorstwa lub organizacje dowolnej wielkości;
- organizatorzy szkoleń i podmioty z sektora edukacji;
- organizacje pracodawców, stowarzyszenia handlowe, związki zawodowe i organizacje pozarządowe;
- instytucje regionalne lub lokalne zajmujące się zapobieganiem zagrożeniom w obszarze bezpieczeństwa pracy, firmy świadczące usługi ubezpieczeniowe oraz inne organizacje.


# Jak wziąć udział w konkursie?

Wszystkie zgłoszenia są najpierw poddawane ocenie na szczeblu krajowym w sieci punktów centralnych EU-OSHA. Następnie laureaci krajowi biorą udział w konkursie ogólnoeuropejskim.

Szczegółowe informacje na temat udziału w konkursie można uzyskać od krajowego punktu centralnego w danym kraju. Aby dowiedzieć się, jak skontaktować się z krajowym punktem centralnym i sprawdzić krajowe terminy dotyczące konkursu, należy odwiedzić stronę <https://healthy-workplaces.eu/pl/get-involved/good-practice-awards>.

**Obserwuj kampanię  
w mediach społecznościowych:  
#EUhealthyworkplaces**



A woman with long dark hair, wearing a grey blazer over a white top, is shown from the chest up. She has her eyes closed and is stretching her neck with both hands behind her head. The background is a blurred office environment with a desk and a laptop. The image is overlaid with a semi-transparent green and blue gradient on the right side.

Europejska Agencja Bezpieczeństwa i Zdrowia w Pracy (EU-OSHA) zaprasza do zgłaszania wniosków konkursowych w ramach **piętnastej edycji Konkursu Dobrych Praktyk pn. „Zdrowe i bezpieczne miejsce pracy”**. Celem konkursu organizowanego w ramach prowadzonej w latach 2020–2022 kampanii pod hasłem **„Dźwigaj z głową”** jest nagrodzenie i wyróżnienie firm i organizacji, które podejmują wyjątkowe i innowacyjne działania na rzecz bezpieczeństwa i zdrowia w pracy i tych jego aspektów, które są związane z zapobieganiem zaburzeniom układu mięśniowo-szkieletowego.

**Europejska Agencja Bezpieczeństwa i Zdrowia w Pracy (EU-OSHA)** stawia sobie za cel uczynienie Europy bezpieczniejszym, zdrowszym i wydajniejszym miejscem pracy. Agencja została powołana przez Unię Europejską w 1994 r. i ma siedzibę w Bilbao, w Hiszpanii. Agencja bada, opracowuje i rozpowszechnia wiarygodne, wyważone i bezstronne informacje na temat bezpieczeństwa i higieny pracy oraz współpracuje z organizacjami z całej Europy w celu poprawienia warunków pracy.

Europejska Agencja Bezpieczeństwa i Zdrowia w Pracy prowadzi również kampanie z cyklu **„Zdrowe i bezpieczne miejsce pracy”**, wspierane przez instytucje Unii i europejskich partnerów społecznych oraz koordynowane na szczeblu krajowym za pośrednictwem sieci krajowych punktów centralnych Agencji. Celem zaplanowanej na lata 2020–2022 kampanii **„Dźwigaj z głową”** jest podniesienie świadomości problemów w zakresie zaburzeń układu mięśniowo-szkieletowego związanych z pracą, potrzeby zarządzania tym problemem oraz promowanie kultury bezpieczeństwa pracy i zapobiegania zagrożeniom.

## Europejska Agencja Bezpieczeństwa i Zdrowia w Pracy

C/Santiago de Compostela 12  
48003 Bilbao, HISZPANIA

E-mail: [information@osha.europa.eu](mailto:information@osha.europa.eu)

[www.healthy-workplaces.eu](http://www.healthy-workplaces.eu)

© Europejska Agencja Bezpieczeństwa i Zdrowia w Pracy, 2020

Powielanie materiałów dozwolone pod warunkiem podania źródła.

Kopiowanie lub korzystanie ze zdjęć, które nie są objęte prawami autorskimi EU-OSHA, wymaga uzyskania pozwolenia od właściciela praw autorskich.

Zdjęcia wykorzystane w niniejszym raporcie przedstawiają różne działania podejmowane podczas pracy. Nie wszystkie są przykładami dobrych praktyk czy przestrzegania wymogów prawnych.

