



ΕΛΛΗΝΙΚΟ
ΙΝΣΤΙΤΟΥΤΟ
ΥΓΙΕΙΝΗΣ ΚΑΙ
ΑΣΦΑΛΕΙΑΣ ΤΗΣ
ΕΡΓΑΣΙΑΣ



Το έργο συγχρηματοδοτείται από τον κρατικό προϋπολογισμό κατά 71,42% το οποίο αντιστοιχεί σε 75% από το Ευρωπαϊκό Ταμείο Περιφερειακής Ανάπτυξης και 25% από το Ελληνικό Δημόσιο και κατά 28,58% από πόρους του ΕΛ.ΙΝ.Υ.Α.Ε. (Λ.Α.Ε.Κ.)

ΕΡΓΑΛΕΙΑ ΔΙΕΡΕΥΝΗΣΗΣ ΘΕΜΑΤΩΝ ΑΣΦΑΛΕΙΑΣ ΚΑΙ ΕΡΓΟΝΟΜΙΚΩΝ ΠΑΡΑΓΟΝΤΩΝ

ΑΘΗΝΑ 2008

ΕΡΓΑΛΕΙΑ ΔΙΕΡΕΥΝΗΣΗΣ ΘΕΜΑΤΩΝ ΑΣΦΑΛΕΙΑΣ ΚΑΙ ΕΡΓΟΝΟΜΙΚΩΝ ΠΑΡΑΓΟΝΤΩΝ

ISBN: 978-960-6818-06-6

Α΄ Έκδοση: Οκτώβριος 2008

Copyright © Ελληνικό Ινστιτούτο Υγιεινής και Ασφάλειας της Εργασίας

Λιοσίων 143 και Θειρσίου 6, 104 45 ΑΘΗΝΑ

Τηλ.: 210 82 00 100

Φαξ: 210 82 00 222 – 210 88 13 270

Email: info@elinyae.gr

Internet: <http://www.elinyae.gr>

Απαγορεύεται η αναπαραγωγή μέρους ή όλου του εντύπου, με οποιονδήποτε τρόπο, χωρίς αναφορά της πηγής.

ΔΙΑΝΕΜΕΤΑΙ ΑΠΟ ΤΟ ΕΛ.ΙΝ.Υ.Α.Ε. • ΑΠΑΓΟΡΕΥΕΤΑΙ Η ΠΩΛΗΣΗ ΑΠΟ ΤΡΙΤΟΥΣ

ΔΙΟΙΚΗΤΙΚΟ ΣΥΜΒΟΥΛΙΟ ΕΛ.ΙΝ.Υ.Α.Ε.

- Πρόεδρος:** • Δραπανιώτης Ιωάννης
Αντιπρόεδροι: • Κολλάς Ανδρέας (Γ.Σ.Ε.Ε.)
• Πολίτης Ευστάθιος (ΣΕΒ, ΓΣΕΒΕΕ, ΕΣΕΕ)

- Μέλη:** • Αδαμάκης Ιωάννης (Γ.Σ.Ε.Ε.)
• Καλλιάνος Ιωάννης (ΓΣΕΕ)
• Σιούλας Κυριάκος (ΓΣΕΕ)
• Δέδες Θεόδωρος (ΣΕΒ)
• Κυριακόγονας Παύλος (ΣΕΒ)
• Παντελάκης Αναστάσιος (ΕΣΕΕ)

ΓΕΝΙΚΗ ΔΙΕΥΘΥΝΣΗ

Μηνάς Αναλυτής, Οικονομολόγος, PhD



Στην ανάπτυξη των λιστών ελέγχου και τη μετάφραση των εργονομικών ερωτηματολογίων συμμετείχαν οι:

- **Πανούση Παναγίωτα**, Μηχανολόγος Μηχανικός, που είχε και το συντονισμό της σύνταξης του υλικού, Παράρτημα ΕΛ.ΙΝ.Υ.Α.Ε. Τρίπολης.
- **Γεωργιάδου Εύη**, Χημικός Μηχανικός, Κέντρο Ασφάλειας ΕΛ.ΙΝ.Υ.Α.Ε.
- **Ζορμπά Κωνσταντίνα**, Μηχανικός Μεταλλείων-Μεταλλουργός, Παράρτημα ΕΛ.ΙΝ.Υ.Α.Ε. Ιωαννίνων
- **Καρακασίλης Κωνσταντίνος**, Μηχανολόγος Μηχανικός
- **Καραχάλιος Βαγγέλης**, Μηχανολόγος Μηχανικός, PhD
- **Κουκουλάκη Θεώνη**, Τοπογράφος Μηχανικός, Εργονόμος, Κέντρο Ασφάλειας ΕΛ.ΙΝ.Υ.Α.Ε.
- **Κρομούδας Στέφανος**, Τεχνολόγος Χημικός Μηχανικός Πετρελαίου, Παράρτημα ΕΛ.ΙΝ.Υ.Α.Ε. Ιωαννίνων
- **Κωστοπούλου Αναστασία**, Μηχανολόγος Μηχανικός, Msc
- **Λώμη Κωνσταντίνα**, Φυσικοθεραπεύτρια – Εργονόμος, Msc, Lic Med Res
- **Πάτρα Άννα Μαρία**, Πολιτικός Μηχανικός T.E.
- **Ταργουζίδης Αντώνης**, Μηχανολόγος Μηχανικός, PhD, Παράρτημα ΕΛ.ΙΝ.Υ.Α.Ε. Θεσσαλονίκης
- **Τσαρακλής Ζαχαρίας**, Ναυπηγός Μηχανολόγος Μηχανικός, Τεχνικός Επιθεωρητής Εργασίας

Τη συλλογή και τη θεματική παρουσίαση της νομοθεσίας για την ΥΑΕ, έκανε η **Δαΐκου Αφροδίτη**, Χημικός, Κέντρο Τεκμηρίωσης-Πληροφόρησης ΕΛ.ΙΝ.Υ.Α.Ε.

Επιμέλεια κειμένου και έκδοσης: **Καταγή Εβίτα**

Τμήμα Εκδόσεων, Κέντρο Τεκμηρίωσης-Πληροφόρησης ΕΛ.ΙΝ.Υ.Α.Ε.





ΠΕΡΙΕΧΟΜΕΝΑ

ΠΡΟΛΟΓΟΣ.....	7
ΕΙΣΑΓΩΓΗ.....	9
Ι. ΔΙΕΡΕΥΝΗΣΗ ΘΕΜΑΤΩΝ ΑΣΦΑΛΕΙΑΣ	
1. ΓΕΝΙΚΕΣ ΛΙΣΤΕΣ ΕΛΕΓΧΟΥ.....	13
1.1 ΛΙΣΤΑ ΕΛΕΓΧΟΥ ΓΙΑ ΗΛΕΚΤΡΙΚΕΣ ΕΓΚΑΤΑΣΤΑΣΕΙΣ	13
1.2 ΛΙΣΤΑ ΕΛΕΓΧΟΥ: ΠΥΡΟΠΡΟΣΤΑΣΙΑ – ΣΧΕΔΙΟ ΔΙΑΦΥΓΗΣ.....	15
1.3 ΓΕΝΙΚΗ ΛΙΣΤΑ ΕΛΕΓΧΟΥ: ΑΣΦΑΛΕΙΑ ΜΗΧΑΝΩΝ.....	21
1.4 ΛΙΣΤΑ ΕΛΕΓΧΟΥ: ΠΤΩΣΕΙΣ.....	31
2. ΓΕΝΙΚΕΣ ΛΙΣΤΕΣ ΕΛΕΓΧΟΥ ΑΝΑ ΚΛΑΔΟ ΟΙΚΟΝΟΜΙΚΗΣ ΔΡΑΣΤΗΡΙΟΤΗΤΑΣ.....	35
2.1 ΜΕΤΑΛΛΟΒΙΟΜΗΧΑΝΙΑ	35
2.1.1 ΛΙΣΤΑ ΕΛΕΓΧΟΥ ΜΗΧΑΝΩΝ ΜΗΧΑΝΟΥΡΓΕΙΟΥ	35
2.1.2 ΛΙΣΤΑ ΕΛΕΓΧΟΥ: ΗΛΕΚΤΡΟ – ΣΥΓΚΟΛΛΗΣΕΙΣ / ΚΟΠΕΣ.....	41
2.1.3 ΛΙΣΤΑ ΕΛΕΓΧΟΥ ΓΙΑ ΜΗΧΑΝΕΣ ΑΝΥΨΩΣΗΣ ΦΟΡΤΙΩΝ.....	46
2.1.4 ΛΙΣΤΑ ΕΛΕΓΧΟΥ ΚΟΠΤΙΚΩΝ ΜΗΧΑΝΩΝ.....	51
2.1.5 ΛΙΣΤΑ ΕΛΕΓΧΟΥ ΜΗΧΑΝΙΚΩΝ ΠΡΕΣΩΝ	54
2.1.6 ΛΙΣΤΑ ΕΛΕΓΧΟΥ ΥΔΡΑΥΛΙΚΩΝ ΠΡΕΣΩΝ.....	57
2.1.7 ΛΙΣΤΑ ΕΛΕΓΧΟΥ ΧΥΤΟΠΡΕΣΑΣ.....	61
2.1.8 ΛΙΣΤΑ ΕΛΕΓΧΟΥ ΦΟΥΡΝΟΥ ΤΗΞΕΩΣ ΜΕΤΑΛΛΟΥ.....	65
2.2 ΒΙΟΛΟΓΙΚΟΙ ΚΑΘΑΡΙΣΜΟΙ	68
2.2.1 ΛΙΣΤΑ ΕΛΕΓΧΟΥ ΓΙΑ ΕΚΡΗΚΤΙΚΕΣ ΑΤΜΟΣΦΑΙΡΕΣ	68
2.2.2 ΛΙΣΤΑ ΕΛΕΓΧΟΥ: ΑΝΤΛΙΕΣ- ΔΙΚΤΥΑ ΣΩΛΗΝΩΣΕΩΝ	73
2.2.3 ΛΙΣΤΑ ΕΛΕΓΧΟΥ: ΑΝΑΔΕΥΤΗΡΕΣ – ΦΥΣΗΤΗΡΕΣ.....	76
2.2.4 ΛΙΣΤΑ ΕΛΕΓΧΟΥ: ΠΤΩΣΕΙΣ ΣΕ ΒΙΟΛΟΓΙΚΟΥΣ ΚΑΘΑΡΙΣΜΟΥΣ.....	78
2.3 ΤΕΧΝΙΚΑ ΕΡΓΑ	80
2.3.1 ΛΙΣΤΑ ΕΛΕΓΧΟΥ ΔΙΑΧΕΙΡΙΣΗΣ ΘΕΜΑΤΩΝ ΕΠΑΓΓΕΛΜΑΤΙΚΗΣ ΑΣΦΑΛΕΙΑΣ ΚΑΙ ΥΓΕΙΑΣ ΣΤΟ ΕΡΓΟΤΑΞΙΟ	80
2.3.2 ΛΙΣΤΑ ΕΛΕΓΧΟΥ ΕΠΙΚΙΝΔΥΝΩΝ ΚΑΤΑΣΤΑΣΕΩΝ ΣΤΟ ΕΡΓΟΤΑΞΙΟ	84
2.3.3 ΛΙΣΤΑ ΕΛΕΓΧΟΥ ΣΧΕΔΙΟΥ ΚΑΙ ΦΑΚΕΛΟΥ ΑΣΦΑΛΕΙΑΣ ΚΑΙ ΥΓΕΙΑΣ.....	96
2.4 ΤΗΛΕΠΙΚΟΙΝΩΝΙΕΣ	99
2.4.1 ΛΙΣΤΑ ΕΛΕΓΧΟΥ: ΤΗΛΕΠΙΚΟΙΝΩΝΙΕΣ - ΣΤΑΘΜΟΙ ΒΑΣΗΣ ΚΙΝΗΤΗΣ ΤΗΛΕΦΩΝΙΑΣ	99
2.5 ΜΕΤΑΛΛΕΙΑ – ΟΡΥΧΕΙΑ	104
2.5.1 ΛΙΣΤΕΣ ΕΛΕΓΧΟΥ ΓΙΑ ΕΞΟΡΥΚΤΙΚΕΣ ΕΠΙΧΕΙΡΗΣΕΙΣ ΜΕ ΕΠΙΦΑΝΕΙΑΚΗ ΕΚΜΕΤΑΛΛΕΥΣΗ ΚΑΙ ΕΠΙΧΕΙΡΗΣΕΙΣ ΕΠΕΞΕΡΓΑΣΙΑΣ ΔΙΑΚΟΣΜΗΤΙΚΩΝ ΛΙΘΩΝ (ΣΧΙΣΤΗΡΙΑ).....	105
2.6 ΛΙΜΑΝΙΑ.....	135
2.6.1 ΛΙΣΤΑ ΕΛΕΓΧΟΥ ΔΙΑΧΕΙΡΙΣΗΣ ΘΕΜΑΤΩΝ ΕΠΑΓΓΕΛΜΑΤΙΚΗΣ ΑΣΦΑΛΕΙΑΣ ΚΑΙ ΥΓΕΙΑΣ ΣΕ ΛΙΜΑΝΙΑ.....	135
2.6.2 ΛΙΣΤΑ ΕΛΕΓΧΟΥ ΕΠΙΚΙΝΔΥΝΩΝ ΚΑΤΑΣΤΑΣΕΩΝ ΣΤΑ ΛΙΜΑΝΙΑ.....	138





II. ΔΙΕΡΕΥΝΗΣΗ ΕΡΓΟΝΟΜΙΚΩΝ ΠΑΡΑΓΟΝΤΩΝ

1. ΕΡΓΑΣΙΑ ΜΕ Η/Υ	149
1.1. ΛΙΣΤΑ ΕΛΕΓΧΟΥ ΓΙΑ ΘΕΣΗ ΕΡΓΑΣΙΑΣ ΜΕ Η/Υ	149
1.2. ΕΡΩΤΗΜΑΤΟΛΟΓΙΟ ΓΙΑ ΤΗΝ ΕΡΓΑΣΙΑ ΣΤΟΝ ΗΛΕΚΤΡΟΝΙΚΟ ΥΠΟΛΟΓΙΣΤΗ	153
2. ΨΥΧΟΚΟΙΝΩΝΙΚΟΙ ΠΑΡΑΓΟΝΤΕΣ	169
2.1 ΓΕΝΙΚΟ ΕΡΩΤΗΜΑΤΟΛΟΓΙΟ ΓΙΑ ΨΥΧΟΚΟΙΝΩΝΙΚΟΥΣ ΠΑΡΑΓΟΝΤΕΣ ΣΤΗΝ ΕΡΓΑΣΙΑ.....	169
3. ΕΡΓΑΣΙΕΣ ΧΕΙΡΩΝΑΚΤΙΚΗΣ ΔΙΑΧΕΙΡΙΣΗΣ	175
3.1 ΧΕΙΡΩΝΑΚΤΙΚΗ ΔΙΑΚΙΝΗΣΗ ΦΟΡΤΙΩΝ – ΠΡΟΣΔΙΟΡΙΣΜΟΣ ΚΙΝΔΥΝΩΝ - ΚΑΤΑΛΟΓΟΣ ΕΛΕΓΧΟΥ ΚΙΜ	175
3.2 ΑΞΙΟΛΟΓΗΣΗ ΕΡΓΑΣΙΩΝ ΧΕΙΡΩΝΑΚΤΙΚΗΣ ΔΙΑΚΙΝΗΣΗΣ ΒΑΣΕΙ ΒΑΣΙΚΩΝ ΔΕΙΚΤΩΝ (ΜΕΘΟΔΟΣ ΚΙΜ)	178
3.3 ΑΞΙΟΛΟΓΗΣΗ ΕΡΓΑΣΙΩΝ ΕΛΞΗΣ ΚΑΙ ΩΘΗΣΗΣ ΒΑΣΕΙ ΕΙΔΙΚΩΝ ΔΕΙΚΤΩΝ (ΜΕΘΟΔΟΣ ΚΙΜ).....	181
 ΒΑΣΙΚΗ ΝΟΜΟΘΕΣΙΑ ΥΑΕ	 185



ΠΡΟΛΟΓΟΣ

Η παρούσα έκδοση περιλαμβάνει ειδικές λίστες ελέγχου οι οποίες αποτελούν εργαλεία διερεύνησης θεμάτων ασφάλειας της εργασίας και εργονομικών παραγόντων.

Στόχος είναι να χρησιμεύσει ως εργαλείο σε όσους ασχολούνται με θέματα ασφάλειας της εργασίας και εργονομικούς παράγοντες και ειδικά στους Τεχνικούς Ασφάλειας, με σκοπό την καλύτερη εκτίμηση του επαγγελματικού κινδύνου.

Μερικά από τα εργαλεία που παρουσιάζονται αναπτύχθηκαν από το επιστημονικό προσωπικό του ΕΛ.ΙΝ.Υ.Α.Ε., ενώ άλλα ήδη υπήρχαν και προσαρμόστηκαν κατάλληλα ή μεταφράστηκαν.

Το ΕΛ.ΙΝ.Υ.Α.Ε. ευελπιστεί με την έκδοση αυτή να συμβάλει τόσο στη διεύρυνση της πληροφόρησης όσο και τη διευκόλυνση της εργασίας των ειδικών σε θέματα ασφάλειας της εργασίας.

Ιωάννης Δραπανιώτης
Πρόεδρος Δ.Σ. ΕΛ.ΙΝ.Υ.Α.Ε.







ΕΙΣΑΓΩΓΗ

Στα πλαίσια του Γ΄ Κοινοτικού Πλαισίου Στήριξης, το ΕΛ.ΙΝ.Υ.Α.Ε. υλοποίησε μελέτες εκτίμησης επαγγελματικού κινδύνου, για διάφορους κλάδους οικονομικής δραστηριότητας στην Ελλάδα. Για τη διεξαγωγή των παραπάνω μελετών, και ειδικότερα για τη διερεύνηση θεμάτων ασφάλειας της εργασίας, αναπτύχθηκαν ειδικές λίστες ελέγχου και μεταφράστηκαν διεθνώς αναγνωρισμένα ερωτηματολόγια για εργονομικούς παράγοντες.

Κρίθηκε σκόπιμο το υλικό αυτό να συγκεντρωθεί και να παρουσιαστεί σε μια ξεχωριστή έκδοση. Συμπληρωματικά παρατίθεται το γερμανικό εργαλείο Key Item Method (KIM) για την αξιολόγηση των εργασιών χειρωνακτικής διαχείρισης φορτίων. Το συγκεκριμένο εργαλείο επιλέχθηκε γιατί ψηφίστηκε από την Επιτροπή SLIC (**S**enior **L**abour **I**nspectors **C**ommittee) ως το εργαλείο που θα εκπαιδευτούν όλοι οι επιθεωρητές εργασίας στα κράτη-μέλη προκειμένου να το χρησιμοποιήσουν σε πιλοτικό πρόγραμμα εκτίμησης χειρωνακτικής διακίνησης φορτίων στους κλάδους των μεταφορών και της περιθάλψης.

Η παρούσα έκδοση έχει σαν στόχο της να αποτελέσει ουσιαστικό βοήθημα για τους Τεχνικούς Ασφάλειας οι οποίοι απασχολούνται σε επιχειρήσεις διαφόρων κλάδων. Πολλά από τα εργαλεία που παρουσιάζονται αφορούν συγκεκριμένες εργασίες και μηχανές ενώ αλλά μπορούν να χρησιμοποιηθούν ανεξάρτητα από τον κλάδο στον οποίον ανήκει η επιχείρηση.

Αξίζει να σημειωθεί ότι τα εργαλεία αυτά είναι ενδεικτικά και ο κάθε Τεχνικός Ασφάλειας μπορεί να τα προσαρμόσει κατάλληλα ή να τα εμπλουτίσει.

Το πρώτο μέρος της έκδοσης αφορά σε εργαλεία διερεύνησης θεμάτων ασφάλειας και περιλαμβάνει γενικές λίστες ελέγχου αλλά και ειδικές, για έξι κλάδους: μεταλλοβιομηχανία, βιολογικούς καθαρισμούς, τεχνικά έργα, τηλεπικοινωνίες, λιμάνια, μεταλλεία-ορυχεία. Οι λίστες αυτές περιέχουν βασικά σημεία ελέγχου για την ασφάλεια μιας μηχανής ή μιας επικίνδυνης εργασίας. Υπάρχουν και ορισμένες λίστες που εξετάζουν τη γενικότερη διαχείριση θεμάτων ΥΑΕ σε ένα κλάδο. Γενικά, οι θετικές απαντήσεις στις ερωτήσεις αντιστοιχούν σε σωστά μέτρα πρόληψης. Εξάιρεση αποτελούν ορισμένες εισαγωγικές ερωτήσεις που η θετική τους απάντηση απλά περιγράφει μια επικίνδυνη κατάσταση προκειμένου να εξεταστεί παρακάτω κατά πόσο ελέγχεται από την επιχείρηση (όπως π.χ. η παρουσία πηγών έναυσης στη λίστα πυροπροστασίας).

Το δεύτερο μέρος της έκδοσης αφορά σε εργαλεία διερεύνησης εργονομικών παραγόντων και περιλαμβάνει εργαλεία για εργασία με Η/Υ, για ψυχοκοινωνικούς παράγοντες και εργασίες χειρωνακτικής διαχείρισης φορτίων.





I. ΔΙΕΡΕΥΝΗΣΗ ΘΕΜΑΤΩΝ ΑΣΦΑΛΕΙΑΣ





ΓΕΝΙΚΕΣ ΛΙΣΤΕΣ ΕΛΕΓΧΟΥ

1.1 ΛΙΣΤΑ ΕΛΕΓΧΟΥ ΓΙΑ ΗΛΕΚΤΡΙΚΕΣ ΕΓΚΑΤΑΣΤΑΣΕΙΣ

A/A	ΕΡΩΤΗΣΗ	ΝΑΙ	ΟΧΙ	ΠΑΡΑΤΗΡΗΣΕΙΣ
1.	Η ηλεκτρική εγκατάσταση ανταποκρίνεται στις απαιτήσεις του Κ.Ε.Η.Ε. και των διατάξεων για ασφαλή εργασία;			
2.	Οι αγωγοί της όλης εγκατάστασης είναι τοποθετημένοι μόνιμα και σταθερά;			
3.	Φορητά καλώδια είναι σε καλή κατάσταση και ακολουθούν ασφαλή διαδρομή;			
4.	Πίνακες και υποπίνακες προστατεύονται από σκόνη και υγρασία και έχουν δυνατότητα ασφάλισης;			
5.	Σε χώρους με σκόνη, υγρούς, υποκείμενους σε έκρηξη ή πυρκαγιά, ηλεκτρικές εγκαταστάσεις και μηχανήματα ανταποκρίνονται στις ειδικές απαιτήσεις των Κανονισμών;			
6.	Η πρόσβαση στους ηλεκτρικούς πίνακες είναι ελεύθερη;			
7.	Εγκατάσταση, μηχανήματα, συσκευές, εργαλεία είναι γειωμένα;			
8.	Ο ηλεκτρικός εξοπλισμός είναι σε καλή κατάσταση και δεν υπάρχουν στοιχεία με ηλεκτρική τάση ακάλυπτα ή προσιτά;			
9.	Τα καπάκια των ηλεκτρικών πινάκων έχουν την κατάλληλη σηματοδότηση (σήμα του κεραυνού);			
10.	Οι κλεμμοσειρές των πινάκων καλύπτονται με plexiglass;			
11.	Οι πρίζες σε ύψος λιγότερο από 1 m από την επιφάνεια του δαπέδου ή δίπλα σε νιπτήρες είναι στεγανού τύπου;			
12.	Στον ηλεκτρικό πίνακα υπάρχει ρελέ διαφυγής;			
13.	Σε χώρους υγρούς ή πολύ αγωγίμους χρησιμοποιούνται εξαρτήματα τροφοδοτούμενα με πολύ χαμηλή τάση 42-36 V;			



Α/Α	ΕΡΩΤΗΣΗ	ΝΑΙ	ΟΧΙ	ΠΑΡΑΤΗΡΗΣΕΙΣ
14.	Η όλη ηλεκτρική εγκατάσταση, συσκευές, κινητήρες κ.λπ., ελέγχεται περιοδικά από αρμόδιο εγκαταστάτη;			
15.	Οι διακόπτες αναγράφουν τις περιοχές ή τα μηχανήματα που ελέγχουν;			
16.	Κατά τη χρήση διακοπών ή ηλεκτρικών συσκευών οι εργαζόμενοι έχουν χέρια στεγνά και όχι πολύ ιδρωμένα;			
17.	Για οποιαδήποτε αλλαγή, επιδιόρθωση του ηλ. εξοπλισμού γίνεται διακοπή ρεύματος και εξασφαλίζεται η αθέλητη επανασύνδεσή του;			
18.	Κατά την εργασία στην ηλ. εγκατάσταση οι τεχνίτες χρησιμοποιούν τα κατάλληλα ΜΑΠ (άρβυλα, βαμβακερές φόρμες, γάντια κ.λπ.);			
19.	Οι εργαζόμενοι έχουν εκπαιδευτεί σε θέματα ασφαλείας εργασίας με ηλεκτρισμό;			



1.2 ΛΙΣΤΑ ΕΛΕΓΧΟΥ: ΠΥΡΟΠΡΟΣΤΑΣΙΑ – ΣΧΕΔΙΟ ΔΙΑΦΥΓΗΣ

ΓΕΝΙΚΑ ΣΤΟΙΧΕΙΑ

ΕΠΙΧΕΙΡΗΣΗ/ΤΜΗΜΑ ΕΡΓΑΣΙΑΣ

.....

ΗΜΕΡΟΜΗΝΙΑ ΕΛΕΓΧΟΥ:

Σημείωση: Η λίστα ελέγχου είναι ενδεικτική. Ανάλογα με το είδος της δραστηριότητας και την εκτίμηση των κινδύνων πυρκαγιάς – έκρηξης, θα πρέπει να καταρτίζονται πιο αναλυτικές λίστες ελέγχου.

Α/Α	ΕΡΩΤΗΣΗ	ΝΑΙ	ΟΧΙ	ΠΑΡΑΤΗΡΗΣΕΙΣ
1	Έχει γίνει εκτίμηση των κινδύνων πυρκαγιάς ή έκρηξης και έχει ενσωματωθεί στη γραπτή εκτίμηση του επαγγελματικού κινδύνου;			
	Υπάρχουν και τηρούνται διαδικασίες ασφαλούς εργασίας για τα σχετικά θέματα;			
2	Αν απαιτείται, υπάρχει εγκεκριμένη μελέτη πυροπροστασίας (ΜΠ) σύμφωνα με τους κανονισμούς;			
3	Έχουν γίνει σημαντικές αλλαγές στους χώρους ή/και την παραγωγική διαδικασία σε σχέση με τα αναφερόμενα στη ΜΠ;			
	Αν ναι, έχουν γίνει οι απαραίτητες ενέργειες για την επικαιροποίηση της ΜΠ;			
4	Υπάρχει εγκεκριμένο «πιστοποιητικό πυρασφάλειας» σύμφωνα με τις προβλέψεις της νομοθεσίας;			
5	Υπάρχουν στην επιχείρηση εγκαταστάσεις υγρών ή αέριων καυσίμων (π.χ. δεξαμενές υγρών καυσίμων, δεξαμενές υγραερίου, εγκαταστάσεις τροφοδοσίας με φυσικό αέριο);			
	Αν ναι, η κατασκευή, λειτουργία και συντήρηση τους γίνεται με βάση τους αντίστοιχους κανονισμούς;			
6	Το πυροθερμικό φορτίο βρίσκεται εντός των προβλεπόμενων από τη ΜΠ (π.χ. υπέρβαση ορίων αποθήκευσης υλικών);			



Α/Α	ΕΡΩΤΗΣΗ	ΝΑΙ	ΟΧΙ	ΠΑΡΑΤΗΡΗΣΕΙΣ
7	Υπάρχει κίνδυνος μετάδοσης πυρκαγιάς από τον εξωτερικό χώρο της εγκατάστασης (π.χ. γειτονικό κτήριο/επιχείρηση, εγκαταστάσεις φυσικού αερίου, γραμμές ηλεκτρικού ρεύματος κ.λπ.);			
8	Έχουν καταγραφεί ατυχήματα που σχετίζονται με πυρκαγιές - εκρήξεις;			
9	Υπάρχουν εύφλεκτα υλικά (υγρά, αέρια, στερεά); (συνοπτική αναφορά)			
10	Υπάρχουν πιθανές πηγές ανάφλεξης (στατικός ηλεκτρισμός, κάπνισμα, ηλ. εγκαταστ., θερμές επιφάνειες κ.λπ.); (συνοπτική αναφορά)			
11	Υπάρχει κίνδυνος έκρηξης (εκρηκτικές ουσίες, κλειστά δοχεία/εγκαταστάσεις με εύφλεκτα υλικά κ.λπ.);			
12	Υπάρχουν εργαζόμενοι ή επισκέπτες που βρίσκονται σε άμεσο κίνδυνο από εκδήλωση πυρκαγιάς - έκρηξης; (συνοπτική αναφορά)			
13	Υπάρχει κίνδυνος δημιουργίας τοξικών προϊόντων κατά την καύση των υλικών;			
	Αν ναι, λαμβάνονται κατάλληλα μέτρα προστασίας (π.χ. σήμανση, ύπαρξη κατάλληλου εξοπλισμού ατομικής προστασίας);			
14	Έχει γίνει κατηγοριοποίηση ζωνών για την πιθανότητα δημιουργίας «εκρηκτικής ατμόσφαιρας»;			
	Αν απαιτείται, έχει συνταχθεί «έγγραφο προστασίας από εκρήξεις»;			
15	Οι χώροι που είναι επικίνδυνοι για πυρκαγιά ή έκρηξη και τα επικίνδυνα υλικά είναι επισημασμένοι;			
16	Στις επικίνδυνες ζώνες, λαμβάνονται μέτρα αποφυγής δημιουργίας «εκρηκτικής ατμόσφαιρας»;			



Α/Α	ΕΡΩΤΗΣΗ	ΝΑΙ	ΟΧΙ	ΠΑΡΑΤΗΡΗΣΕΙΣ
17	Στις επικίνδυνες ζώνες χρησιμοποιείται κατάλληλος εξοπλισμός (αντιεκρηκτικού τύπου);			
18	Λαμβάνονται μέτρα για τον έλεγχο των πιθανών πηγών ανάφλεξης; Π.χ. σε χώρους επικίνδυνους: απαγορεύεται το κάπνισμα και κάθε χρήση ελεύθερης φλόγας;			
19	Οι αποθηκεύσεις υλικών για τα οποία υπάρχει κίνδυνος πυρκαγιάς ή και αυτανάφλεξης, έχουν επιλεγεί μακριά από τις εγκαταστάσεις και τις θέσεις παραγωγής;			
20	Έχουν απομακρυνθεί τελείως οι μη απαραίτητες ποσότητες εύφλεκτων;			
21	Τα εύφλεκτα υγρά αποθηκεύονται σε κατάλληλα καλά κλεισμένα δοχεία;			
22	Άχρηστα υλικά που δεν έχουν ακόμα απομακρυνθεί, βρίσκονται σε θέσεις ασφαλείς από άποψη μετάδοσης τυχόν πυρκαγιάς;			
23	Στουπιά και ράκη λαδωμένα κ.λπ., τοποθετούνται σε ειδικά μεταλλικά δοχεία με καπάκι, που αδειάζουν σε ακίνδυνες θέσεις;			
24	Στις εγκαταστάσεις υπάρχει γενικά συνεχής μέριμνα καθαρισμών (θέσεων εργασίας, αποθηκών, καναλιών, καλωδίων-σωληνώσεων, χώρων κυκλοφορίας κ.α.);			
25	Διάφορες εγκαταστάσεις (ηλεκτρικές, θερμικές κ.α.) τίθενται εκτός τις ώρες που δεν λειτουργούν;			
26	Χώροι παραγωγής και αποθήκευσης αερίζονται κατάλληλα;			
27	Οι σωλήνες καυσίμων είναι στεγανοί;			





Α/Α	ΕΡΩΤΗΣΗ	ΝΑΙ	ΟΧΙ	ΠΑΡΑΤΗΡΗΣΕΙΣ
28	Σε περίπτωση διαρροής υπάρχουν συστήματα ασφαλείας (π.χ. βάνες διακοπής καυσίμου, κλίση στο έδαφος/λεκάνη κ.λπ.);			
29	Υπάρχει μέριμνα συντήρησης, τακτικές επιθεωρήσεις όλων των εγκαταστάσεων (και μετά το τέλος των εργασιών);			
30	Χρησιμοποιείται εξοπλισμός υπό πίεση;			
31	Αν ναι, ακολουθούνται οι κανονισμοί (σήμανση CE, αποστάσεις ασφαλείας κ.λπ.);			
32	Σε περιοχές με κίνδυνο πυρκαγιάς/έκρηξης, εφαρμόζεται διαδικασία «Άδειας Θερμής Εργασίας», προκειμένου να γίνει κοπή, κόλληση κ.λπ.;			
33	Φορητοί πυροσβεστήρες (προβλεπόμενος αριθμός και είδος από τη ΜΠ, απαιτήσεις ασφαλείας ανάλογα με το είδος και τις ποσότητες των εύφλεκτων υλικών και τις δραστηριότητες, υπάρχουσα κατάσταση):		
34	Πραγματοποιείται ο «οπτικός έλεγχος» των πυροσβεστήρων από τον ιδιοκτήτη, σύμφωνα με τις προβλέψεις της νομοθεσίας;			
35	Μόνιμες εγκαταστάσεις πυρόσβεσης (προβλεπόμενες από τη ΜΠ, απαιτήσεις ασφαλείας ανάλογα με το είδος και τις ποσότητες των εύφλεκτων υλικών και τις δραστηριότητες, υπάρχουσα κατάσταση):		
36	Οι θέσεις των πυροσβεστικών μέσων είναι επισημασμένες και εύκολα προσβάσιμες;			
37	Οι παραπάνω εγκαταστάσεις, μέσα κ.λπ., είναι σε καλή κατάσταση λειτουργίας, κατάλληλα συντηρημένες σύμφωνα με τους κανονισμούς κ.λπ.;			
38	Σύστημα συναγερμού πυρκαγιάς χειροκίνητο; (τί προβλέπεται από ΜΠ, υπάρχουσα κατάσταση)			



A/A	ΕΡΩΤΗΣΗ	ΝΑΙ	ΟΧΙ	ΠΑΡΑΤΗΡΗΣΕΙΣ
39	Υπάρχουν μέσα για τη σήμανση συναγερμού αντιληπτού πρακτικά στο σύνολο των εγκαταστάσεων και είναι επαρκή, επισημασμένα και ελεύθερα από εμπόδια;			
40	Σύστημα συναγερμού αυτόματο, με εφεδρική ενέργεια;			
41	Σύστημα ανίχνευσης πυρκαγιάς; (κλειστού χώρου, εύφλεκτων αερίων κ.λπ., είδος, προβλεπόμενο ή όχι από ΜΠ, υπάρχουσα κατάσταση)			
42	Υπάρχουν τα κατάλληλα βοηθητικά εργαλεία (δύσφλεκτα κουβέρτα, πέλεκυς, μάσκα αερίων κ.λπ.);			
43	Υπάρχει σύστημα απαγωγής καπνού;			
44	Οι παραπάνω εγκαταστάσεις, μέσα κ.λπ., είναι σε καλή κατάσταση λειτουργίας, κατάλληλα συντηρημένες σύμφωνα με τους κανονισμούς κ.λπ.;			
45	Προβλέπεται ύπαρξη ομάδας πυρασφάλειας από τη νομοθεσία;			
46	Αν ναι, υπάρχει και είναι εκπαιδευμένη;			
47	Γίνεται ενημέρωση και εκπαίδευση (ασκήσεις ετοιμότητας κ.λπ.) του προσωπικού για τους κινδύνους, τα μέτρα πρόληψης και αντιμετώπισης πυρκαγιάς ή έκρηξης;			
48	Υπάρχουν αναρτημένες σε εμφανείς θέσεις, οδηγίες για πρόληψη και αντιμετώπιση πυρκαγιάς ή έκρηξης;			
49	Υπάρχει σχέδιο διαφυγής;			
50	Είναι αναρτημένο στο χώρο εργασίας;			
51	Είναι ελεύθερες οι οδοί διαφυγής (ΟΔ) και οι εξοδοί κινδύνου (ΕΚ);			
52	Υπάρχει επαρκής αριθμός ΕΚ;			
53	Υπάρχει κατάλληλη σήμανση ΟΔ και ΕΚ;			
54	Στα πολυώροφα κτήρια, υπάρχει εξωτερική σκάλα;			



1.3 ΓΕΝΙΚΗ ΛΙΣΤΑ ΕΛΕΓΧΟΥ: ΑΣΦΑΛΕΙΑ ΜΗΧΑΝΩΝ

ΓΕΝΙΚΑ ΣΤΟΙΧΕΙΑ				
ΕΡΓΟΣΤΑΣΙΟ:				
ΗΜΕΡΟΜΗΝΙΑ ΕΛΕΓΧΟΥ:				
ΤΜΗΜΑ ΠΑΡΑΓΩΓΗΣ:				
ΤΥΠΟΣ ΜΗΧΑΝΗΣ:	Μηχανική	Ηλεκτρική	Υδραυλική	Πεπιεσμένου Αέρα
<ul style="list-style-type: none"> Περιγραφή 				
ΑΥΤΟΜΑΤΙΣΜΟΙ			ΝΑΙ	ΟΧΙ
<ul style="list-style-type: none"> Περιγραφή συστήματος 				
ΕΤΟΣ ΚΑΤΑΣΚΕΥΗΣ:				
ΧΡΟΝΟΣ ΛΕΙΤΟΥΡΓΙΑΣ (καινούρια, μεταχειρισμένη από αλλού κ.λπ.):				
ΣΗΜΑΝΣΗ CE;			ΝΑΙ	ΟΧΙ
ΥΠΑΡΧΕΙ ΣΗΜΑΝΣΗ ΑΣΦΑΛΕΙΑΣ;			ΝΑΙ	ΟΧΙ
(πάνω στη μηχανή, ηχητικό ή φωτεινό σύστημα προειδοποίησης κ.λπ.)				
<ul style="list-style-type: none"> Περιγραφή 				
ΕΧΟΥΝ ΓΙΝΕΙ ΜΕΤΑΤΡΟΠΕΣ ΣΤΗ ΜΗΧΑΝΗ ΑΠΟ ΤΟΝ ΕΡΓΟΔΟΤΗ;			ΝΑΙ	ΟΧΙ
<ul style="list-style-type: none"> Τι είδους; 				
Παρατηρήσεις:				

**ΓΕΝΙΚΗ ΚΑΤΑΣΤΑΣΗ ΤΗΣ ΜΗΧΑΝΗΣ**

Ποια είναι η γενική κατάσταση της μηχανής;	Καλή	Μέτρια	Κακή	Παρατηρήσεις
Υπάρχουν πρόχειρες επιδιορθώσεις σε σημεία της μηχανής;		ΝΑΙ	ΟΧΙ	
Είναι η μηχανή σταθερά τοποθετημένη;				
Υπάρχει κατάλληλος για την εργασία φωτισμός;				
Υπάρχει καθαριότητα και τάξη γύρω από τη μηχανή;				
Έχουν καταγραφεί ατυχήματα με τη μηχανή αυτή;				
<ul style="list-style-type: none">• Τι είδους; <p>.....</p> <p>.....</p>				

ΚΑΤΑΓΡΑΦΗ ΕΠΙΚΙΝΔΥΝΩΝ ΖΩΝΩΝ - ΚΙΝΔΥΝΩΝ

ΕΡΩΤΗΣΗ	ΝΑΙ	ΟΧΙ	ΠΑΡΑΤΗΡΗΣΕΙΣ
Κινητά στοιχεία:			
<ul style="list-style-type: none">• Σημείο λειτουργίας της μηχανής			
<ul style="list-style-type: none">• Σημείο μετάδοσης της ενέργειας			
<ul style="list-style-type: none">• Άλλα: <p>.....</p>			
Υπάρχουν αιχμηρά σημεία στη μηχανή (ακμές, γωνίες);			
Υπάρχουν θερμές ή πολύ ψυχρές επιφάνειες;			
Υπάρχει κίνδυνος εκτόξευσης υλικών, ρινισμάτων κ.λπ.;			
Υπάρχει κίνδυνος πυρκαγιάς ή έκρηξης;			



ΕΚΤΙΘΕΜΕΝΑ ΑΤΟΜΑ					
			ΝΑΙ	ΟΧΙ	
Χειριστής					
• Αριθμός χειριστών	1	2	3	4	5 - 8
Συντηρητής					
Άλλοι εργαζόμενοι:					

ΟΡΓΑΝΑ ΧΕΙΡΙΣΜΟΥ			
ΕΡΩΤΗΣΗ	ΝΑΙ	ΟΧΙ	ΠΑΡΑΤΗΡΗΣΕΙΣ
Τα όργανα χειρισμού είναι ευκρινή;			
Έχουν την κατάλληλη σήμανση;			
Τα όργανα χειρισμού είναι μακριά από τις επικίνδυνες ζώνες;			
Η θέση της μηχανής σε λειτουργία μπορεί να πραγματοποιείται μόνο με ηθελημένη ενέργεια;			
Υπάρχει κουμπί άμεσης παύσης λειτουργίας (μανιτάρι) για κάθε θέση εργασίας;			
Είναι εύκολα αναγνωρίσιμο;			
Είναι εύκολα προσπελάσιμο;			
Είναι τα όργανα χειρισμού ανθεκτικής κατασκευής; Είναι καλή η κατάστασή τους;			
Οι εργαζόμενοι κατά το χειρισμό και την παρακολούθηση των οργάνων ελέγχου υιοθετούν στάσεις εργασίας που δεν καταπονούν το μυοσκελετικό τους σύστημα; (παραδείγματα καταπόνησης: όρθια στάση χωρίς ανάπαυση, στάσεις εργασίας με αποκλίσεις από τις ουδέτερες, επαναλαμβανόμενες κινήσεις)			
Μπορεί ο χειριστής από την κύρια θέση χειρισμού να βεβαιώνεται ότι δεν υπάρχουν εκτεθειμένα άτομα στις επικίνδυνες ζώνες;			



ΕΡΩΤΗΣΗ		ΝΑΙ	ΟΧΙ	ΠΑΡΑΤΗΡΗΣΕΙΣ
Υπάρχει επιλογέας χειρισμού; (π.χ. για ρύθμιση, συντήρηση κ.λπ.)				
Πώς κρίνετε την εργονομία των οργάνων χειρισμού; (τοποθέτηση οργάνων, χρώματα, λογισμικό, σαφείς και όχι διφορούμενες πληροφορίες)	Καλή	Μέτρια	Κακή	
Παρατηρήσεις:				

ΠΡΟΦΥΛΑΚΤΗΡΕΣ ΚΑΙ ΣΥΣΤΗΜΑΤΑ ΕΛΕΓΧΟΥ

ΕΡΩΤΗΣΗ		ΝΑΙ	ΟΧΙ	ΠΑΡΑΤΗΡΗΣΕΙΣ
Τα κινούμενα μέρη της μηχανής (όργανα κοπής, κινητά όργανα επεξεργασίας, τροχαλίες, αλυσίδες, τροχοί) φέρουν κατάλληλους προφυλακτήρες;				
Βρίσκονται σε επαρκή απόσταση από την επικίνδυνη ζώνη;				
Κατά το χειρισμό και τις τυχόν επεμβάσεις του χειριστή (ρυθμίσεις, αλλαγή εργαλείων, καλουπιών κ.λπ.) έρχεται σε επαφή ο χειριστής με τα κινούμενα μέρη;				
Τι είδους προφυλακτήρες υπάρχουν;				
<ul style="list-style-type: none"> ΓΙΑ ΤΑ ΚΙΝΗΤΑ ΜΕΡΗ ΜΕΤΑΔΟΣΗΣ ΤΗΣ ΕΝΕΡΓΕΙΑΣ 	Σταθερός	Κινητός	Ρυθμιζόμενος	Προφυλακτήρας με συσκευές ενδομανδάλωσης (συνδεδεμένοι με τη λειτουργία της μηχανής, υδραυλικά, μηχανικά, ηλεκτρικά)
<ul style="list-style-type: none"> ΓΙΑ ΤΑ ΚΙΝΗΤΑ ΜΕΡΗ ΠΟΥ ΣΥΜΒΑΛΛΟΥΝ ΣΤΗΝ ΕΡΓΑΣΙΑ 	Σταθερός	Κινητός	Ρυθμιζόμενος	Προφυλακτήρας με συσκευές ενδομανδάλωσης (συνδεδεμένοι με τη λειτουργία της μηχανής, υδραυλικά, μηχανικά, ηλεκτρικά)
Για τους προφυλακτήρες ενδομανδάλωσης, μετά το άνοιγμα του προφυλακτήρα σταματάει <u>αμέσως</u> η μηχανή;				



ΕΡΩΤΗΣΗ				ΝΑΙ	ΟΧΙ	ΠΑΡΑΤΗΡΗΣΕΙΣ
Είναι οι προφυλακτήρες με συσκευές ενδομανδάλωσης που κλειδώνουν για να λειτουργήσει η μηχανή;						
Είναι οι προφυλακτήρες με συσκευές ενδομανδάλωσης και λειτουργία αυτόματης έναρξης;						
Οι προφυλακτήρες είναι ανθεκτικής κατασκευής;						
Οι προφυλακτήρες βρίσκονται στη θέση τους;						
<ul style="list-style-type: none"> Έχουν παρακαμφθεί; 						
<ul style="list-style-type: none"> Με ποιο τρόπο; <p>.....</p>						
<ul style="list-style-type: none"> Για ποιο λόγο; <p>.....</p>						
Ποια είναι η κατάσταση- σή τους;	Καλή	Μέτρια	Κακή			
<u>Υπάρχουν άλλα συστήματα ασφαλείας;</u>						
Τι είδους;						
.....						
Όργανα χειρισμού με δύο χέρια						
<ul style="list-style-type: none"> Σταματάει αυτόματα η μηχανή αν ο χειριστής τραβήξει τα χέρια του από τα χειριστήρια; 						
Άλλα φράγματα (π.χ. φωτοευαίσθητα συστήματα)						
Φωτοευαίσθητα συστήματα με λειτουργία αυτόματης έναρξης						
Άλλο σύστημα:						
.....						
Τα συστήματα λειτουργούσαν κανονικά την ημέρα του ελέγχου;						



ΕΝΕΡΓΕΙΑ				
Πώς τροφοδοτείται η μηχανή;	Ηλεκτρική	Υδραυλική	Άλλη	Παρατηρήσεις
<p>Τι γίνεται σε περίπτωση βλάβης του κυκλώματος τροφοδότησης της ενέργειας;</p> <p>.....</p> <p>.....</p>				
<ul style="list-style-type: none"> • Διακοπή; 				
<ul style="list-style-type: none"> • Διακοπή - Επανασύνδεση; 				
<p>Τι γίνεται σε περίπτωση βλάβης του ασφαλιστικού / βαλβίδας των συστημάτων ασφαλείας;</p> <p>.....</p> <p>.....</p>				
<p>Πώς προλαμβάνονται οι κίνδυνοι που προκύπτουν από τον ηλεκτρισμό;</p> <p>.....</p> <p>.....</p> <p>.....</p>				
ΕΡΩΤΗΣΗ	ΝΑΙ	ΟΧΙ	ΠΑΡΑΤΗΡΗΣΕΙΣ	
Είναι οι μηχανές και οι εγκαταστάσεις γειωμένες;				
Είναι οι μηχανές μονωμένες;				
Υπάρχουν γυμνά ή φθαρμένα καλώδια;				
Οι πίνακες είναι κλειδωμένοι;				
Η λειτουργία της μηχανής υπόκειται σε ορισμένα όρια τάσης;				
Εφαρμόζεται η ισχύουσα νομοθεσία;				
Εάν η μηχανή λειτουργεί σε εκρηκτική ατμόσφαιρα, είναι το ηλεκτρολογικό υλικό κατάλληλο (αντι-εκρηκτικού τύπου) ;				
<p>Πώς προλαμβάνονται οι κίνδυνοι που προκύπτουν από άλλη πηγή ενέργειας;</p> <p>.....</p> <p>.....</p> <p>.....</p>				



ΕΚΠΟΜΠΕΣ					
ΕΡΩΤΗΣΗ			ΝΑΙ	ΟΧΙ	ΠΑΡΑΤΗΡΗΣΕΙΣ
Υπάρχουν εκπομπές ρύπων;					
• Τι είδους;	Σκόνη	Αέρια	Ατμοί	Άλλο	
Υπάρχει σύστημα συγκράτησης ή απορρόφησης;					
Υπάρχει σύστημα εξαερισμού;					
• Τι είδους;	Γενικός	Τοπικός			
Υπάρχουν απαγωγοί σ' όλα τα σημεία εκπομπής;					
• Κοντά στο σημείο εκπομπής;					
• Λειτουργούν την ημέρα της επιθεώρησης;					
Υπάρχει εκπομπή θορύβου;					
Υπάρχει σύστημα μείωσης του θορύβου;					
• Στην πηγή;					
• Στο χώρο;					
Υπάρχει εκπομπή δονήσεων;					
Υπάρχει σύστημα απόσβεσης των δονήσεων;					
Υπάρχουν ακτινοβολίες;					
Υπάρχουν συστήματα προστασίας;					
• Τι είδους;					
Στο βιβλίο του κατασκευαστή αναφέρονται οι τιμές εκπομπών;					
• Ποιες είναι αυτές;					





Μ.Α.Π. - ΕΚΠΑΙΔΕΥΣΗ

ΕΡΩΤΗΣΗ					ΝΑΙ	ΟΧΙ	ΠΑΡΑΤΗΡΗΣΕΙΣ
Οι χειριστές έχουν εκπαιδευτεί για τη χρήση της μηχανής;							
Υπάρχουν γραπτές οδηγίες από τον κατασκευαστή;							
• στα ελληνικά;							
Οι χειριστές πρέπει να χρησιμοποιούν Μ.Α.Π.;							
• Οι χειριστές έχουν εκπαιδευτεί για τη χρήση των Μ.Α.Π.;							
Υπάρχει κατάλληλη σήμανση (στη μηχανή και το χώρο);							
Τι είδους Μ.Α.Π.;	Γάντια	Ασπίδιο	Ωτοασπίδες	Παπούτσια	Μάσκα	Άλλο	
Τα Μ.Α.Π. μπορεί να αποτελέσουν κίνδυνο στον εργαζόμενο; (π.χ. χρήση γαντιών όπου μπορεί να εγκλωβιστεί το χέρι στη μηχανή)							
Τη μέρα της επιθεώρησης φορούσαν οι χειριστές Μ.Α.Π.;							
Φορούν τα κατάλληλα για τον κίνδυνο Μ.Α.Π.;							
Τα Μ.Α.Π. έχουν σήμανση CE;							
Είναι μέσα στα χρονικά όρια που δίνει ο κατασκευαστής;							

ΣΥΝΤΗΡΗΣΗ - ΚΑΘΑΡΙΣΜΟΣ

ΕΡΩΤΗΣΗ				ΝΑΙ	ΟΧΙ	ΠΑΡΑΤΗΡΗΣΕΙΣ
Υπάρχει για το σύστημα των μηχανών πρόγραμμα:						
• Συντήρησης;						
• Καθαρισμού;						
Έχει ο συντηρητής την απαραίτητη για την εργασία άδεια;						



ΕΡΩΤΗΣΗ	ΝΑΙ	ΟΧΙ	ΠΑΡΑΤΗΡΗΣΕΙΣ
• Υπάρχει βιβλίο συντήρησης;			
• Ενημερώνεται συχνά;			
Ακολουθούνται οι οδηγίες του κατασκευαστή όταν πραγματοποιείται πρόγραμμα:			
• συντήρησης;			
• καθαρισμού;			
Υπάρχει καταγεγραμμένη διαδικασία συντήρησης;			
Τι γίνεται σε περίπτωση αναπάντεχης βλάβης; Από ποιόν γίνεται η αποκατάσταση;			
Κλειδώνονται οι ηλεκτρικοί διακόπτες και γενικά απομονώνονται όλες οι πηγές ενέργειας των μηχανών:			
• πριν τη συντήρηση;			
• πριν τον καθαρισμό;			
Πραγματοποιούνται με διακοπή της μηχανής:			
• οι εργασίες συντήρησης;			
• οι εργασίες καθαρισμού;			
Εάν όχι, οι προφυλακτήρες και τα συστήματα ασφαλείας λειτουργούν:			
• κατά τη συντήρηση;			
• κατά τον καθαρισμό;			
Εάν όχι, οι προφυλακτήρες και τα συστήματα ασφαλείας λειτουργούν με τον επιλογέα χειρισμού (π.χ. χαμηλές στροφές):			
• κατά τη συντήρηση;			
• κατά τον καθαρισμό;			
Υπάρχει κίνδυνος εγκλωβισμού μέσα στη μηχανή;			
Υπάρχει σύστημα ενημέρωσης και βοήθειας από τον εγκλωβισμό;			
Υπάρχει κίνδυνος πτώσης από τη μηχανή;			
Υπάρχουν μέτρα προστασίας;			





ΟΔΗΓΙΕΣ ΚΑΤΑΣΚΕΥΑΣΤΗ

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

ΓΕΝΙΚΑ ΣΧΟΛΙΑ

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....



1.4 ΛΙΣΤΑ ΕΛΕΓΧΟΥ: ΠΤΩΣΕΙΣ

ΓΕΝΙΚΑ ΣΤΟΙΧΕΙΑ:

Εταιρεία:

Ωρα:

Αριθμός εργαζομένων:

Ειδικότητες:

.....

.....

Θέση εργασίας:

A/A	ΕΡΩΤΗΣΗ	ΝΑΙ	ΟΧΙ	ΠΑΡΑΤΗΡΗΣΕΙΣ
1	Υπάρχουν σημεία με κίνδυνο πτώσης (σε εργασίες κανονικής λειτουργίας, καθαρισμού, συντήρησης);			
2	Προσπαθήσατε να μειώσετε σε αριθμό αυτές τις θέσεις εργασίας;			
3	Επισημαίνονται κατάλληλα τα σημεία αυτά;			
4	Υπάρχουν προστατευτικά κιγκλιδώματα ή άλλες διατάξεις ασφαλείας στα σημεία αυτά;			
5	Απαγορεύετε να διεξάγονται εργασίες σε μεγάλα ύψη υπό αντίξοες καιρικές συνθήκες έστω και με τη βοήθεια γερανού;			
6	Υπάρχουν εξωτερικές κατακόρυφες σκάλες για την επίσκεψη ψηλών κατασκευών;			
7	Οι σκάλες είναι ασφαλείς;			
8	Τα σκαλιά έχουν αρκετό πλάτος;			
9	Υπάρχουν χειρολαβές και από τις 2 μεριές;			





Α/Α	ΕΡΩΤΗΣΗ	ΝΑΙ	ΟΧΙ	ΠΑΡΑΤΗΡΗΣΕΙΣ
10	Οι χειρολαβές συνεχίζονται για 0,75 μ πάνω από τη στάθμη πρόσβασης;			
11	Υπάρχουν διατάξεις ασφαλείας που περιζώνουν τον αναβάτη;			
12	Για σκάλες >6 μ φοράει ο εργαζόμενος προστατευτικό εξοπλισμό;			
13	Η σκάλες ελέγχονται πριν τη χρήση όσον αφορά την ολισθηρότητά τους;			
14	Οι σκάλες ελέγχονται κάθε χρόνο;			
15	Γίνεται τακτική συντήρηση;			
16	Υπάρχουν θυρίδες επίσκεψης ή καταπακτές σε δάπεδα;			
17	Επιβάλλεται να χρησιμοποιούνται ειδικά εργαλεία ή διατάξεις για την ανύψωση, τη στήριξη και την ασφάλιση των βαρέων καλυμμάτων θυρίδων, φρεατίων ή καταπακτών προκειμένου να προστατευτούν τα άκρα των εργαζομένων από τραυματισμούς;			
18	Όταν αφαιρούνται τα καλύμματά τους βάζετε ευκρινή σήμανση;			
19	Επανατοποθετείτε τα σκεπάσματα μόλις περατωθεί;			
20	Απαγορεύεται σε εργαζόμενους να ανεβαίνουν σε καπνοδόχο που δεν είναι εφοδιασμένη με επαρκώς αγκυλωμένες κινητές σκάλες ή σκαλοπάτια;			
21	Απαγορεύεται σε εργαζόμενους να ανεβαίνουν σε καπνοδόχο που λειτουργεί;			



A/A	ΕΡΩΤΗΣΗ	ΝΑΙ	ΟΧΙ	ΠΑΡΑΤΗΡΗΣΕΙΣ
22	Εξετάζετε εάν κατά τη μεταφορά ελαφρών μεν αλλά ογκωδών αντικειμένων με τα χέρια, οι εργαζόμενοι έχουν καλή ορατότητα στο χώρο που κινούνται;			
23	Υπάρχει τάξη κατά τη στοίβαξη υλικών και λαμβάνεται μέριμνα ώστε να μην κυλίσουν, διαρρεύσουν ή να πέσουν;			
24	Οι εργαζόμενοι που εργάζονται σε δάπεδα (π.χ. δάπεδο στο οποίο έχει χυθεί πολυηλεκτρολύτης) με κίνδυνο ολισθηρότητας φορούν κατάλληλα υποδήματα;			
25	Τα δάπεδα εργασίας και οι προσπελάσεις σε αυτά είναι κατασκευασμένα από αντιολισθητικά υλικά;			
26	Γίνεται συχνός καθαρισμός των δαπέδων;			
27	Επιτρέπεται η άνοδος σε στέγες με ελαφρά επικάλυψη μόνο όταν υπάρχουν κατάλληλη σήμανση, ανθεκτικοί διάδρομοι επίσκεψης, ασφαλείς προσβάσεις και ισχυρή προστασία με δίχτυ από κάτω τους;			
28	Υπάρχουν σημεία στα οποία υπάρχει κίνδυνος από πτώση αντικειμένων;			
29	Προσπαθήσατε να μειώσετε τον αριθμό των σημείων αυτών;			
30	Επισημαίνονται και απομονώνονται κατάλληλα τα σημεία αυτά;			
31	Έχετε τοποθετήσει δίκτυα ή άλλες κατάλληλες προστατευτικές διατάξεις (σοβατεπί 0,15εκ.) που αποτρέπουν τον κίνδυνο;			





Α/Α	ΕΡΩΤΗΣΗ	ΝΑΙ	ΟΧΙ	ΠΑΡΑΤΗΡΗΣΕΙΣ
32	Σε σημαντικές εργασίες συντήρησης του κινούμενου μηχανολογικού εξοπλισμού σταματάει η λειτουργία του;			
33	Σε περίπτωση επισκευής ή συντήρησης, χρησιμοποιείται προσωρινή μονή σκάλα;			
34	Η μονή σκάλα είναι ασφαλής;			
35	Η προεξοχή της σκάλας από τη θέση εξόδου είναι 1 μ;			
36	Η κεφαλή και η βάση της σκάλας έχουν επαρκή στερέωση (δέσιμο στην κορυφή, έδραση σε σταθερή βάση);			
37	Το μήκος της σκάλας δεν υπερβαίνει τα 6 μ; (διαφορετικά απαιτείται άλλου είδους σκάλα)			
38	Το ύψος των σκαλοπατιών είναι <28 εκ.;			
39	Υπάρχουν δύο εργαζόμενοι όταν γίνεται χρήση της σκάλας με τον ένα σε θέση φύλαξης του άλλου;			
40	Ο εργαζόμενος έχει τα εργαλεία του σε ειδικό σακίδιο ή σε ζώνη κατά τη χρήση της σκάλας;			
41	Υπάρχει επαρκής φυσικός ή τεχνητός φωτισμός;			

ΓΕΝΙΚΕΣ ΠΑΡΑΤΗΡΗΣΕΙΣ – ΣΧΟΛΙΑ

.....

.....

.....

.....

.....

.....

ΓΕΝΙΚΕΣ ΛΙΣΤΕΣ ΕΛΕΓΧΟΥ ΑΝΑ ΚΛΑΔΟ ΟΙΚΟΝΟΜΙΚΗΣ ΔΡΑΣΤΗΡΙΟΤΗΤΑΣ

2.1 ΜΕΤΑΛΛΟΒΙΟΜΗΧΑΝΙΑ

2.1.1 ΛΙΣΤΑ ΕΛΕΓΧΟΥ ΜΗΧΑΝΩΝ ΜΗΧΑΝΟΥΡΓΕΙΟΥ



ΓΕΝΙΚΑ

Τι μηχανήματα χρησιμοποιούνται;	ΤΥΠΟΣ	ΠΑΡΑΤΗΡΗΣΕΙΣ
• Τόρνοι		
• Φρέζες		
• Ρεκτιφιέ		
• Σταθεροί τροχοί		
• Σταθερά δρόπανα		
• Χειρωνακτική εργασία σε πάγκο		
•		

ΠΗΓΕΣ ΚΙΝΔΥΝΟΥ

Μηχανικοί

- Εγκλωβισμός άνω άκρων μεταξύ κινούμενων και ακίνητων μερών των μηχανών
- Κόψιμο ή και σύνθλιψη άνω άκρων από τα κινούμενα μέρη των μηχανών
- Εκσφενδονισμός εργαλείων
- Εκσφενδονισμός κομματιών προς κατεργασία
- Εκσφενδονισμός ρινημάτων από την κατεργασία

Εργονομία

- Φόρτωμα - ξεφόρτωμα εργαλείων, κομματιών προς κατεργασία
- Στάσεις κατά την εργασία

Θόρυβος

- Κατά την κατεργασία
- Από αντλίες, τροχαλίες και άλλα μέσα μετάδοσης της κίνησης

Χημικοί από υγρά κοπής

- Από εκσφενδονισμό κατά την κατεργασία
- Κατά τη διάρκεια καθαρισμού - συντήρησης
- Κατά το γέμισμα, απόρριψη

Μηχανή		Τύπος		Ημερομηνία
A/A	ΕΡΩΤΗΣΗ	ΝΑΙ	ΟΧΙ	ΠΑΡΑΤΗΡΗΣΕΙΣ
1	Υπάρχουν προστατευτικά καλύμματα / προφυλακτήρες γύρω από την περιοχή κατεργασίας;			
	• για γρέζια			
	• για υγρά κοπής			
	• για το κομμάτι προς κατεργασία			
2	Οι προφυλακτήρες αυτοί κλειδώνουν με χειροκίνητη λειτουργία ή υπάρχει μηχανισμός υποβοήθησης (υδραυλικός, αέρος, ηλεκτρικός);			
3	Τα πλαστικά προστατευτικά καλύμματα (polycarbonate) είναι κατάλληλης αντοχής και όχι πολυκαιρισμένα;			
4	Όταν δεν χρησιμοποιούνται τα προστατευτικά καλύμματα η μηχανή λειτουργεί με μειωμένες στροφές και σε χειροκίνητη θέση λειτουργίας με δύο χέρια και συνεχή πίεση των εντολέων (κουμπιών / μοχλών) (two hand control - hold to run control);			
5	Τηρούνται τα μέγιστα όρια στροφών κατά την κατεργασία καθώς και τα μέγιστα όρια βάρους - μήκους των αντικειμένων προς κατεργασία;			
6	Πριν την εκκίνηση γίνεται έλεγχος ότι απομακρύνθηκαν όλα τα εργαλεία που χρησιμοποιήθηκαν για το δέσιμο του κομματιού προς κατεργασία;			
	Υπάρχει αυτόματος μηχανισμός ελέγχου για το ανωτέρω;			
7	Το δέσιμο του κομματιού γίνεται με χειροκίνητη λειτουργία ή υπάρχει μηχανισμός υποβοήθησης (υδραυλικός, αέρος, ηλεκτρικός);			
8	Γίνεται έλεγχος για το σωστό δέσιμο του κομματιού χρησιμοποιώντας χαμηλές στροφές κατά την εκκίνηση;			
9	Η τοποθέτηση των εργαλείων γίνεται μόνο όταν η μηχανή βρίσκεται εκτός λειτουργίας;			
10	Υπάρχει μηχανισμός ελέγχου της συγκράτησης των εργαλείων και σύστημα προειδοποίησης / διακοπής λειτουργίας σε περίπτωση μη σωστής τοποθέτησης;			



Α/Α	ΕΡΩΤΗΣΗ	ΝΑΙ	ΟΧΙ	ΠΑΡΑΤΗΡΗΣΕΙΣ
11	Τα εργαλεία είναι σωστά ακονισμένα και κατάλληλα για την εργασία ανάλογα με το υλικό προς κατεργασία;			
12	Γίνεται χρήση κάποιου προστατευτικού (βαμβακερό ύφασμα) κατά την τοποθέτηση ή μεταφορά εργαλείων;			
13	Γίνεται χρήση λίμας ή και γυαλόχαρτου κατά τη διάρκεια της κατεργασίας;			
14	Γίνεται τακτικό καθάρισμα της μηχανής από γρέζια, μόνο αφού η μηχανή έχει σταματήσει εντελώς;			
15	Οι μετρήσεις στα προς κατεργασία κομμάτια γίνονται μόνο αφού η μηχανή έχει σταματήσει εντελώς;			
16	Υπάρχει κουμπί άμεσης παύσης λειτουργίας (μινιτάρι);			
17	Τα όργανα χειρισμού είναι μακριά από τις επικίνδυνες περιοχές;			
18	Τα κουμπιά εκκίνησης και παύσης λειτουργίας βρίσκονται σε εργονομική / εύκολη σε πρόσβαση θέση ως προς τη θέση του χειριστή;			
19	Υπάρχουν άλλα αντικείμενα γύρω / επάνω στην περιοχή κατεργασίας ή τη μηχανή γενικότερα;			
20	Το δάπεδο είναι καθαρό από λάδια, υγρά κοπής;			
21	Με ποια μέσα γίνεται το φόρτωμα των προς κατεργασία αντικειμένων;			
22	Υπάρχει δυνατότητα να χαλαρώσει ο μηχανισμός συγκράτησης με χειροκίνητη ή αυτόματη εντολή κατά τη διάρκεια της κατεργασίας;			
23	Σε περίπτωση διακοπής παροχής ενέργειας ο μηχανισμός συγκράτησης του κομματιού προς κατεργασία χαλαρώνει τη δύναμη συγκράτησης;			
24	Σε περίπτωση επαναφοράς της ενέργειας η μηχανή ξεκινά αυτόματα;			
25	Σε μηχανές με προφυλακτήρες ενδομανδά-λωσης ή φωτοκύτταρα διακόπτεται αμέσως η λειτουργία όλης της μηχανής (συμπεριλαμβανομένης και της παροχής υγρών κοπής) μόλις ενεργοποιηθεί το ασφαλιστικό;			



A/A	ΕΡΩΤΗΣΗ	ΝΑΙ	ΟΧΙ	ΠΑΡΑΤΗΡΗΣΕΙΣ
26	Στην παραπάνω κατάσταση ο μηχανισμός συγκράτησης του κομματιού προς κατεργασία χαλαρώνει τη δύναμη συγκράτησης;			
27	Με το κλείσιμο του προφυλακτήρα ή την επιβεβαίωση του φωτοκύτταρου η μηχανή ξεκινά αυτόματα;			
28	Υπάρχει κίνδυνος εγκλωβισμού του εργαζόμενου μέσα στη μηχανή;			
	Υπάρχουν οδηγίες απεγκλωβισμού;			
29	Υπάρχει δυνατότητα ανάστροφης λειτουργίας της μηχανής;			
30	Υπάρχουν βαλβίδες εκτόνωσης της πίεσης υδραυλικών, αέρος και χαλάρωσης των φρένων μετά από διακοπή εκτάκτου ανάγκης;			
31	Υπάρχει δημιουργία νεφών σκόνης ή ατμών κατά τη κατεργασία;			
	Υπάρχει απαγωγή αερίων σε περιπτώσεις που δημιουργούνται νέφη σκόνης ή ατμών κατά την κατεργασία;			
32	Έχουν γίνει μετρήσεις για τα επίπεδα θορύβου;			
	Ποιες οι κύριες πηγές θορύβου;			
33	Είναι κατάλληλες οι συνθήκες φωτισμού;			
34	Υπάρχουν δονήσεις / κραδασμοί;			
35	Οι μηχανές είναι ελεγχμένες για κινδύνους από το ηλεκτρικό ρεύμα;			
36	Η μηχανές είναι εργονομικά σχεδιασμένες;			
37	Υπάρχουν κίνδυνοι από πτώση;			
38	Εκτελούνται εργασίες συντήρησης σύμφωνα με τις οδηγίες του κατασκευαστή;			
39	Γίνεται χρήση οργάνων laser για τη ρύθμιση των μηχανών;			
39	Σε μηχανές τροχίσματος οι προφυλακτήρες καλύπτουν το λιγότερο το μισό τροχό;			
40	Χρησιμοποιούνται τα κατάλληλα Μ.Α.Π.;			



ΟΔΗΓΙΕΣ ΑΣΦΑΛΕΙΑΣ

ΜΑΠ

Μην φοράτε:

- γάντια (εκτός από τη διαδικασία φόρτωσης κοφτερών εργαλείων)
- δαχτυλίδια
- ρολόγια
- χαλαρά ρούχα

Δέστε τα μακριά μαλλιά

Να γίνεται χρήση:

- γυαλιών
- προστατευτικών παπουτσιών

ΠΡΟΦΥΛΑΚΤΗΡΕΣ

Στην περίπτωση που χρησιμοποιούνται κινητοί προφυλακτήρες:

- το κλείσιμο αυτών δεν θα πρέπει να συνεπάγεται αυτόματο ξεκίνημα της μηχανής
- όταν οι κινητοί προφυλακτήρες είναι ανοιχτοί θα πρέπει να ακινητοποιούνται όλα τα μέρη της μηχανής
- μετά το σταμάτημα της μηχανής από ηθελημένη ενέργεια (πάτημα κουμπιού ακινητοποίησης - STOP), η μηχανή θα πρέπει να παραμένει σταματημένη στην περίπτωση που υπάρξει άνοιγμα των κινητών προφυλακτών
- κουμπί ακινητοποίησης (STOP) θα πρέπει να υπάρχει σε κάθε σημείο που θα μπορούσε να βρίσκεται ο χειριστής:
 - στο κεντρικό σημείο ελέγχου
 - σε κάποιο κινητό σημείο ελέγχου
 - στο σημείο φορτώματος των αντικειμένων προς κατεργασία
 - κοντά στα σημεία που βρίσκονται τα εργαλεία (εάν αυτά είναι χωριστά από την περιοχή κατεργασίας)
- οι πλαστικοί (polycarbonate) προφυλακτήρες χάνουν την αντοχή τους με το χρόνο λόγω επαφής με τα υγρά κοπής και τα σωματίδια που προσπίπτουν επάνω σε αυτά. Γι' αυτό θα πρέπει να αντικαθίστανται σε τακτά χρονικά διαστήματα.

ΛΟΓΙΣΜΙΚΟ

- Στην περίπτωση που επιτρέπονται αλλαγές στο προγραμματιστικό κομμάτι του λογισμικού, θα πρέπει να υπάρχει «κλείδωμα» με κωδικό ασφαλείας για αποφυγή χρήσης από μη εξουσιοδοτημένα άτομα.
- Το λογισμικό θα πρέπει να είναι σε θέση να ελέγξει τυχόν σφάλματα προγραμματισμού που θα μπορούσαν να προκαλέσουν σοβαρή βλάβη (π.χ. πρόσκρουση εργαλείου με σταθερό σημείο της μηχανής, υπερβολική ταχύτητα περιστροφής εργαλείων / προώθησης κοπής) και να αποτρέψει την εκτέλεση τέτοιων εντολών
- Δεν θα πρέπει να είναι δυνατό από το χρήστη να παρακάμπτει τα συστήματα ασφαλείας μέσω του λογισμικού.





ΚΑΤΑ ΤΗ ΔΙΑΡΚΕΙΑ ΛΕΙΤΟΥΡΓΙΑΣ

- Μην σκύβετε προς τη μηχανή.
- Κρατείστε το πρόσωπο και τα μάτια μακριά από την περιοχή που εκτινάσσονται τα γρέζια.
- Μην κάνετε μετρήσεις στο προς κατεργασία κομμάτι καθώς η μηχανή κινείται.
- Η ταχύτητα κοπής εξαρτάται από:
 - το είδος του προς κοπή υλικού
 - τον τύπο του εργαλείου κοπής
 - το επιθυμητό επιφανειακό τελείωμα
 - το βάθος κοπής
 - τη στιβαρότητα της βάσης στήριξης και του κομματιού.
- Πρέπει να υπάρχει δυνατότητα λειτουργίας της μηχανής σε αυτόματα (για παραγωγή) και χειροκίνητη (για ρυθμίσεις) κατάσταση.
- Στην αυτόματη κατάσταση:
 - όταν οι κινητοί προφυλακτήρες είναι ανοιχτοί:
 - πρέπει να είναι δυνατό μόνο το άνοιγμα και το κλείσιμο του εργαλείου δεσίματος του προς κατεργασία κομματιού.
- Στην χειροκίνητη λειτουργία:
 - όταν οι κινητοί προφυλακτήρες είναι ανοιχτοί:
 - η κίνηση της μηχανής πρέπει να επιτρέπεται σε πολύ αργή ταχύτητα και μόνο με συνεχή πίεση κουμπιού (hold to run control)
 - σε περίπτωση χειροκίνητης κατεργασίας η κίνηση επιτρέπεται μόνο στην περίπτωση που και τα δύο χέρια του εργαζόμενου είναι μακριά από την επικίνδυνη περιοχή (two hand control) και μόνο με συνεχή πίεση κουμπιού (hold to run control).
- Σε περίπτωση ανεπαρκούς πίεσης (αέρα / λαδιού) ή πτώσης τάσης η μηχανή θα πρέπει να διακόπτεται τη λειτουργία της αυτόματα.
- Σε περιπτώσεις διακοπής της ισχύος δεν θα πρέπει ο μηχανισμός συγκράτησης του κομματιού να χαλαρώνει μέχρις ότου η μηχανή φτάσει σε πλήρη ακινητοποίηση.
- Επαναφορά της ισχύος δεν θα πρέπει να συνεπάγεται αυτόματη επανεκκίνηση της μηχανής.
- Σε περίπτωση θραύσης κάποιας γραμμής (ρεύματος, υδραυλικών κ.λπ.) δεν θα πρέπει να απενεργοποιούνται τα συστήματα ασφαλείας.
- Πρέπει να υπάρχει σύστημα ελέγχου των στροφών και της προώθησης των εργαλείων και σε περίπτωση απόκλισης από προγραμματισμένες τιμές η μηχανή να διακόπτει αυτόματα τη λειτουργία της.
- Δεν θα πρέπει να υπάρχει δυνατότητα να χαλαρώσει ο μηχανισμός συγκράτησης με χειροκίνητη ή αυτόματη εντολή κατά τη διάρκεια της κατεργασίας.
- Θα πρέπει να υπάρχει μηχανισμός ελέγχου για την αποφυγή της εκκίνησης της μηχανής εφόσον υπάρχουν εργαλεία που χρησιμοποιήθηκαν για το δέσιμο του κομματιού στην περιοχή κατεργασίας.
- Θα πρέπει να υπάρχει μηχανισμός ελέγχου της συγκράτησης των εργαλείων και σύστημα προειδοποίησης / διακοπής λειτουργίας σε περίπτωση μη σωστής τοποθέτησης.



2.1.2 ΛΙΣΤΑ ΕΛΕΓΧΟΥ: ΗΛΕΚΤΡΟ – ΣΥΓΚΟΛΛΗΣΕΙΣ / ΚΟΠΕΣ



1. ΓΕΝΙΚΑ

A/A	ΕΡΩΤΗΣΗ	ΝΑΙ	ΟΧΙ	ΠΑΡΑΤΗΡΗΣΕΙΣ
1.1	Τι είδος συγκόλλησης / κοπής εκτελείται;			
	• Gas Tungsten Arc Welding (GTAW) - Ηλεκτροσυγκόλληση βολφραμίου			
	• Gas Metal Arc Welding (GMAW) - Ηλεκτροσυγκόλληση με σύρμα και αδρανή αέρια			
	• Flux Core Arc Welding (FCAW) - Ηλεκτροσυγκόλληση με ηλεκτρόδιο			
	• Plasma Arc Welding (PAW / PAC) - Ηλεκτροσυγκόλληση/κοπή πλάσματος			
	• Shielded Metal Arc Welding (SMAW)			
	• Resistance Welding - Ηλεκτροπόντα			
	Οξυγονοκόλληση / κοπή			
	• Laser			
	• Άλλο			
1.2	Τι αέρια συγκόλλησης / κοπής χρησιμοποιούνται			
	– Αδρανή: διοξείδιο του άνθρακα, argon, corgon, ήλιο			
	– Εύφλεκτα: ασετυλίνη, προπάνιο, βουτάνιο, οξυγόνο, υδρογόνο			
	Τι υλικά συγκολλούνται;			
1.2	Υπάρχει μόλυβδος, μαγγάνιο, αλουμίνιο;			



A/A	ΕΡΩΤΗΣΗ	ΝΑΙ	ΟΧΙ	ΠΑΡΑΤΗΡΗΣΕΙΣ
1.3	Ο εξοπλισμός βρίσκεται σε καλή κατάσταση;			
1.4	Ο χώρος εργασίας βρίσκεται σε καλή κατάσταση;			
1.5	Υπάρχει πρόγραμμα συντήρησης / καθαρισμού / τακτοποίησης του εξοπλισμού - χώρων εργασίας;			
1.6	Εκτελούνται άλλες εργασίες στο χώρο (τροχίσματος, σφυρηλάτησης, κοπής με δισκοπρίονα);			
1.7	Υπάρχουν προστατευτικές διατάξεις (προφυλακτήρες) στα ανωτέρω;			
1.8	Υπάρχουν εύφλεκτα υλικά στο χώρο που εκτελούνται συγκολλήσεις;			
2. ΕΚΠΟΜΠΕΣ / ΑΚΤΙΝΟΒΟΛΙΑ				
2.1	Υπάρχει έκθεση σε ακτινοβολία;			
2.2	Έχουν γίνει μετρήσεις ακτινοβολίας στο χώρο εργασίας;			
2.3	Υπάρχει κατάλληλος εξαερισμός για προστασία από τα αέρια συγκόλλησης (τοπικός, γενικός);			
2.4	Υπάρχουν επιστρώματα στα υλικά προς συγκόλληση (π.χ. χρώμα, γαλβάνισμα, νικέλιο, κάδμιο, προστατευτικά λάδια, λάδια κοπής, πλαστικά);			
2.5	Γίνεται αφαίρεση των επιστρωμάτων πριν από τη συγκόλληση και με ποιες μεθόδους;			
2.6	Επηρεάζονται οι γύρω χώροι εργασίας; (εκπομπή αερίων, σπίθες από ηλεκτροπόνητα, τρόχισμα)			
2.7	Υπάρχουν παραπετάσματα ενδιάμεσα στις θέσεις εργασίας για προστασία από τα ανωτέρω;			
3. ΧΡΗΣΗ ΦΙΑΛΩΝ ΑΕΡΙΩΝ ΥΠΟ ΠΙΕΣΗ				
3.1	Γίνεται χρήση			
	• αερίων υπό πίεση			
	• εύφλεκτων αερίων			
	• εκρηκτικών αερίων;			



A/A	ΕΡΩΤΗΣΗ	ΝΑΙ	ΟΧΙ	ΠΑΡΑΤΗΡΗΣΕΙΣ
3.2	Οι φιάλες είναι προστατευμένες από πτώση;			
3.3	Υπάρχει καταγεγραμμένη η διαδικασία αλλαγής φιάλης για κάθε διαφορετικό αέριο που χρησιμοποιείται;			
3.4	Έχουν γίνει τυχόν τροποποιήσεις σε φιάλες ή και ρυθμιστές πίεσης;			
3.5	Υπάρχει ευκρινής σήμανση για το είδος αερίου που περιέχεται στη φιάλη;			
3.6	Υπάρχουν τυπωμένα τα απαραίτητα χαρακτηριστικά ασφαλείας επάνω στις φιάλες (specifications, serial No, κατασκευαστής, ημερομηνία τελευταίου ελέγχου, πίεση λειτουργίας κ.λπ.);			
3.7	Έχει γίνει η απαραίτητη εκπαίδευση των εργαζομένων για τη χρήση των ανωτέρω;			
3.8	Υπάρχουν τα δελτία δεδομένων ασφαλείας (MSDS) των ανωτέρω αερίων;			
3.9	Υπάρχουν μηχανικές διατάξεις ασφαλείας για αποφυγή αύξησης πίεσης στο εσωτερικό των φιαλών (π.χ. βαλβίδα εκτόνωσης, διάφραγμα, εύτηκτα βύσματα);			
3.10	Υπάρχουν αντεπίστροφες βαλβίδες “φλογοπαγίδες” μετά το μειωτήρα πίεσης σε φιάλες με εύφλεκτα αέρια;			
3.11	Υπάρχει σχέδιο διαφυγής, ομάδα πυρασφάλειας, συναγερμός, σε περίπτωση εκτάκτου ανάγκης (έκρηξη);			
3.12	Υπάρχει <ul style="list-style-type: none"> • κουτί πρώτων βοηθειών; • κάποιος υπεύθυνος σε περίπτωση φωτιάς (Π.Β για εγκαύματα, χημικά) 			
3.13	Υπάρχουν μέτρα κατά των ηλεκτροστατικών φορτίων;			
	Είναι γειωμένος ο εξοπλισμός;			



A/A	ΕΡΩΤΗΣΗ	ΝΑΙ	ΟΧΙ	ΠΑΡΑΤΗΡΗΣΕΙΣ
4. ΦΥΛΑΞΗ ΦΙΑΛΩΝ ΑΕΡΙΩΝ ΥΠΟ ΠΙΕΣΗ				
4.1	Υπάρχει ειδικός χώρος για τη φύλαξη των φιαλών αερίων;			
4.2	Γίνεται διαχωρισμός σε φιάλες αδρανών αερίων, οξειδωτικών αερίων, εκρηκτικών αερίων;			
4.3	Οι άδειες φιάλες φυλάσσονται σε ξεχωριστό χώρο;			
	Έχουν την κατάλληλη σήμανση;			
4.4	Υπάρχουν κατάλληλες συνθήκες υγρασίας, αερισμού, θερμοκρασίας στο χώρο φύλαξης;			
4.5	Υπάρχει κατάλληλη σήμανση του χώρου αποθήκευσης;			
4.6	Απαγορεύεται το κάπνισμα στην περιοχή;			
4.7	Οι φιάλες είναι προστατευμένες από πτώση;			
4.8	Είναι προστατευμένα τα στόμια των φιαλών με τα ανάλογα καπάκια;			
4.9	Οι ρυθμιστές πίεσης είναι φυλαγμένοι σε κατάλληλο χώρο και μακριά από λάδια, γράσα, σκόνες;			
4.10	Η μετακίνηση των φιαλών γίνεται με κατάλληλα μέσα;			
5. ΕΡΓΟΝΟΜΙΑ				
5.1	Γίνεται μετακίνηση βαρέων αντικειμένων;			
5.2	Εκτελούνται εργασίες σε κλειστό χώρο;			
5.3	Εκτελούνται εργασίες σε ύψος;			
5.4	Εκτελούνται εργασίες σε άβολη θέση, για μεγάλο χρονικό διάστημα;			
5.5	Η κάθε θέση εργασίας είναι εργονομικά σχεδιασμένη με δυνατότητα ρύθμισης στα σωματικά χαρακτηριστικά του κάθε εργαζόμενου;			
5.6	Υπάρχουν επαναλαμβανόμενες κινήσεις για μεγάλο χρονικό διάστημα;			



A/A	ΕΡΩΤΗΣΗ	ΝΑΙ	ΟΧΙ	ΠΑΡΑΤΗΡΗΣΕΙΣ
5.7	Ιδιαίτερα σε εργασία ποδοκίνητης ηλεκτροπό- ντας γίνεται αλλαγή ποδιού;			
5.8	Έχουν ληφθεί μέτρα για την αποφυγή της χει- ρωνακτικής διακίνησης φορτίων;			
5.9	Έχει γίνει εκπαίδευση των εργαζομένων στη χειρωνακτική διακίνηση φορτίων;			
6. ΦΥΣΙΚΕΣ ΣΥΝΘΗΚΕΣ				
6.1	Υπάρχουν πηγές θορύβου στο χώρο εργασίας;			
6.2	Έχουν γίνει μετρήσεις για τα επίπεδα θορύ- βου στο χώρο εργασίας;			
6.3	Έχουν γίνει μετρήσεις για τα επίπεδα θερμο- κρασίας στο χώρο εργασίας;			
6.4	Υπάρχει κατάλληλος φωτισμός στο χώρο ερ- γασίας;			
7. ΜΕΣΑ ΑΤΟΜΙΚΗΣ ΠΡΟΣΤΑΣΙΑΣ				
7.1	Γίνεται χρήση Μ.Α.Π.;			
7.2	Είναι τα κατάλληλα για την εργασία που εκτελείται κάθε φορά;			
7.3	Γίνεται τακτική συντήρηση / καθαρισμός των ΜΑΠ;			
7.4	Φυλάσσονται σε ασφαλή και καθαρό χώρο;			



2.1.3 ΛΙΣΤΑ ΕΛΕΓΧΟΥ ΓΙΑ ΜΗΧΑΝΕΣ ΑΝΥΨΩΣΗΣ ΦΟΡΤΙΩΝ



Μηχανή	Τύπος	Ημερομηνία

A/A	ΕΡΩΤΗΣΗ	ΝΑΙ	ΟΧΙ	ΠΑΡΑΤΗΡΗΣΕΙΣ
1	Τι είδους εξοπλισμός χρησιμοποιείται για τη μεταφορά των αντικειμένων; <ul style="list-style-type: none"> • Γερανογέφυρες σταθερές (με άρθρωση) • Γερανογέφυρες κινητές • Περονοφόρα • Μεταφορικοί ιμάντες - ράουλα • Παλετοφόρα • Άλλα 	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
		<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
		<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
		<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
		<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
		<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
2	Ποια είναι η πηγή ισχύος; <ul style="list-style-type: none"> • Ηλεκτρικό • Πετρελαιοκίνητο • Γκάζι 	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
		<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
		<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
3	Ποιο το μέγιστο φορτίο ανύψωσης σε συνδυασμό με τη μέγιστη ακτίνα δράσης; Υπάρχει ευκρινής σήμανση για το ανωτέρω; Υπάρχει μηχανισμός που να διακόπτει αυτόματα τη λειτουργία του μηχανήματος σε περίπτωση υπερφόρτωσης;	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
		<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
4	Τα ανυψωτικά μηχανήματα είναι εδρασμένα καλά; Τα στοιχεία τους προσεγγίζουν αγωγούς ηλεκτρικών δικτύων;	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
		<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>



A/A	ΕΡΩΤΗΣΗ	ΝΑΙ	ΟΧΙ	ΠΑΡΑΤΗΡΗΣΕΙΣ
5	Υπάρχει σύστημα μείωσης των κραδασμών που προκαλούνται είτε στο τέλος της διαδρομής από σύγκρουση είτε από απότομη πέδηση;			
6	Τί αντικείμενα μεταφέρονται κυρίως και σε τί μορφή (ρολά, φύλλα, δοκάρια, σωλήνες κ.λπ.);			
7	Τί εξαρτήματα χρησιμοποιούνται; • Αλυσίδες • Σχοινιά • Ιμάντες • Συρματόσχοινα • Γάντζοι • Μαγνήτες			
8	Όπου χρησιμοποιούνται γάντζοι, είναι τύπου ασφαλείας;			
	Τα άγκιστρα είναι κατασκευασμένα με σύστημα εξουδετέρωσης των στροφών (για αποφυγή συστροφής των συρματόσχοινων / σχοινιών);			
9	Υπάρχουν κατάλληλα βοηθητικά εξαρτήματα (για γρήγορη ασφάλιση του φορτίου, γρήγορο - εύκολο δέσιμο - λύσιμο);			
10	Οι χειριστές έχουν την απαιτούμενη άδεια από το νόμο για χρήση των μηχανημάτων που χειρίζονται;			
11	Έχει γίνει κατάλληλη εκπαίδευση για το συγκεκριμένο χώρο εργασίας και τα αντίστοιχα φορτία που μετακινούνται;			
12	Υπάρχουν παράγοντες που αναγκάζουν τους χειριστές να λειτουργούν κάτω από συνθήκες πίεσης χρόνου - άγχους;			
13	Υπάρχουν κατάλληλα μέσα για την επικοινωνία μεταξύ χειριστή και κουμανταδόρου (ειδικά σε περιπτώσεις που υπάρχει θόρυβος);			
14	Κατά τη διάρκεια της μεταφοράς του φορτίου εμποδίζεται το οπτικό πεδίο του χειριστή;			
15	Οι κινήσεις προς όλες τις κατευθύνσεις γίνονται με αργές - σταθερές κινήσεις;			
	Υπάρχει απαγόρευση για ελεύθερη αιώρηση φορτίου;			



Α/Α	ΕΡΩΤΗΣΗ	ΝΑΙ	ΟΧΙ	ΠΑΡΑΤΗΡΗΣΕΙΣ
16	Οι εργαζόμενοι έχουν κατανοήσει τη σημασία του αρκετού μήκους αρτάνης (γωνία κορυφής <math><90^\circ</math>);			
17	Οι διάδρομοι έχουν οριζόντια σήμανση;			
18	Οι διάδρομοι είναι καθαροί και ελεύθεροι από εμπόδια (διάφορα αντικείμενα, νερά, λάδια, λακκούβες, ανωμαλίες);			
19	Υπάρχουν κεκλιμένα επίπεδα, ράμπες άλλα εμπόδια που πρέπει να υπερπηδηθούν στο χώρο κίνησης περονοφόρων / παλετοφόρων;			
20	Γίνεται χρήση άλλων μέσων αποθήκευσης (παλέτες, κουτιά, καλάθια);			
	Είναι αυτά κατάλληλης αντοχής και σε καλή κατάσταση;			
21	Όταν γίνεται τοποθέτηση αντικειμένων σε παλέτες τηρείται κάποιο μέγιστο ύψος φόρτωσης;			
22	Η αποθήκευση των πρώτων υλών ή ετοιμών αντικειμένων γίνεται με σωστό τρόπο, ανάλογα με το αντικείμενο, ώστε να αποφεύγονται καταστάσεις ασταθούς ισορροπίας;			
23	Τα αποθηκευμένα αντικείμενα εγκυμονούν κινδύνους (κοφτερές ακμές, προεξέχοντα κομμάτια πλησίον διαδρόμων);			
24	Υπάρχουν εργαζόμενοι στο χώρο φόρτωσης / εκφόρτωσης ή σε περιοχές που κινούνται περονοφόρα μηχανήματα, παλετοφόρα;			
25	Τηρείται η απαγόρευση διακίνησης φορτίου πάνω από άλλους εργαζόμενους;			
26	Τηρείται η απαγόρευση μεταφοράς / ανύψωσης προσωπικού;			
27	Υπάρχει επαρκής φωτισμός του χώρου;			
28	Υπάρχει κατάλληλη σήμανση του χώρου;			



A/A	ΕΡΩΤΗΣΗ	ΝΑΙ	ΟΧΙ	ΠΑΡΑΤΗΡΗΣΕΙΣ
29	Υπάρχουν “τυφλά” σημεία σε γωνίες / στροφές στους διαδρόμους;			
30	Τηρούνται συγκεκριμένες διαδικασίες κατά τη φόρτωση / εκφόρτωση;			
	Περιγράψτε:			
			
31	Γίνεται έλεγχος του φορτίου προ της μετακίνη-σής του (για τυχόν φθορές / μετακινήσεις προστατευτικών κα-τά τη μεταφορά του);			
32	Χειριστής και βοηθοί βρίσκονται σε ασφαλές σημείο μακριά από το φορτίο πριν αρχίσει η διαδικασία ανύ-ψωσης και καθ’ όλη τη διαδικασία μεταφοράς μέχρι της καθήλωσής του;			
33	Μετά την κάθοδο του φορτίου ελέγχεται ότι τα σχοι-νιά / συρματόσχοινα είναι ελεύθερα από τάσεις (χαλα-ρά) προτού γίνει προσπάθεια αφαίρεσής τους;			
34	Χρησιμοποιούνται προστατευτικά υλικά στα σημεία τριβής των σχοινιών / μιάντων με κοφτερές ακμές του αντικειμένου προς μεταφορά;			
35	Υπάρχουν κατάλληλοι χώροι / ράφια για την αποθή-κευση πρώτων υλών ή άλλων αντικειμένων;			
	Είναι αυτά επαρκούς αντοχής;			
36	Γίνεται ανακύκλωση των υπολειμμάτων (scrap);			
	Σε τι χώρο;			
	Πως γίνεται η αποκομιδή;			
37	Σε περίπτωση εισόδου περονοφόρου μέσα σε άλλο όχημα / ανελκυστήρα για φόρτωση, έχει προηγηθεί έλεγχος ως προς την αντοχή του πατώματος στο συν-δυασμένο βάρος περονοφόρου / φορτίου;			
38	Σε περίπτωση εισόδου μη ηλεκτροκίνητου περονοφό-ρου σε κλειστό χώρο υπάρχει κατάλληλος εξαερισμός του χώρου;			



Α/Α	ΕΡΩΤΗΣΗ	ΝΑΙ	ΟΧΙ	ΠΑΡΑΤΗΡΗΣΕΙΣ
39	Υπάρχει κίνδυνος από πτώσεις (εργασία πάνω σε πλατφόρμα);			
	Υπάρχουν προστατευτικά κιγκλιδώματα;			
40	Υπάρχουν περιπτώσεις όπου γίνεται χρήση των περονοφόρων μηχανημάτων σε συνδυασμό με παλέτες σαν αυτοσχέδιες πλατφόρμες για εργασία σε ύψος;			
41	Σε περιπτώσεις που εκτελούνται εργασίες σε εξωτερικό χώρο υπάρχει αντιολισθητικό δάπεδο στα σημεία φόρτωσης / εκφόρτωσης;			
42	Το χειριστήριο έχει τη δυνατότητα να βρίσκεται σε απόσταση από το αντικείμενο προς μεταφορά (π.χ. μακρύ καλώδιο), ώστε ο χειρισμός να γίνεται από ασφαλή απόσταση;			



2.1.4 ΛΙΣΤΑ ΕΛΕΓΧΟΥ ΚΟΠΤΙΚΩΝ ΜΗΧΑΝΩΝ



ΚΟΠΤΙΚΕΣ ΜΗΧΑΝΕΣ

Ημερομηνία:

Επιθεωρούμενο Τμήμα:

A/A	ΕΡΩΤΗΣΗ	ΝΑΙ	ΟΧΙ	ΠΑΡΑΤΗΡΗΣΕΙΣ
1	Σε περίπτωση διακοπής της παροχής ισχύος η κίνηση του κοπτικού εργαλείου σταματά αμέσως;			
2	Υπάρχει κίνδυνος υπερθέρμανσης;			
3	Υπάρχει σύστημα που να εξασφαλίζει ότι η πίεση λειτουργίας των πνευματικών ή υδραυλικών συστημάτων δεν θα ξεπεράσει το επιτρεπόμενο όριο;			
4	Οι συνδέσεις των σωλήνων είναι τέτοιες ώστε να αποφεύγεται η καταστροφή τους σε περίπτωση απότομης αλλαγής της πίεσης;			
5	Το σύστημα λίπανσης των μερών ή των βαλβίδων πνευματικών συστημάτων είναι αυτόματο;			
6	Οι βαλβίδες, οι ρυθμιστές, οι συσκευές και οι διακόπτες είναι καθαροί από λάδια και λιπαντικά;			
7	Τα κοπτικά εργαλεία είναι καθαρά από γρέζια;			
8	Υπάρχουν κατάλληλα διαφανή καλύμματα (γυάλινα ή πλαστικά) ώστε να αποφευχθεί ο τραυματισμός από ιπτάμενα σωματίδια, χωρίς να επηρεάζεται η ορατότητα του χειριστή;			
9	Υπάρχουν ημιαυτόματοι ή αυτόματοι μηχανισμοί τροφοδότησης και αφαίρεσης υλικών;			
10	Υπάρχει ποδομοχλός;			

A/A	ΕΡΩΤΗΣΗ	ΝΑΙ	ΟΧΙ	ΠΑΡΑΤΗΡΗΣΕΙΣ
11	Ποια συστήματα προφύλαξης από τα παρακάτω υπάρχουν;			
	• Ενδομανδάλωσης			
	• Κλειστά εργαλεία			
	• Σύστημα χρήσης δύο χεριών			
	• Σταθεροί προφυλακτήρες			
	• Χρήση φωτοκύτταρου			
	• Σύστημα περιορισμού κίνησης των χεριών			
	• Καλύμματα προειδοποίησης (κυκλικά πριόνια μετάλλων)			
12	Τα συστήματα προφύλαξης είναι σωστά ρυθμισμένα και τοποθετημένα;			
13	Τα ηλεκτρικά και ηλεκτρονικά μέρη του εξοπλισμού είναι κλειδωμένα;			
14	Τα συστήματα ελέγχου είναι ασφαλή, σε καλή κατάσταση και διακριβωμένα;			
15	Οι μηχανισμοί, οι οδοντωτοί τροχοί, οι άξονες, οι συνδέσεις κινητήρων και οι ρυθμιστές κοπτικού είναι προφυλαγμένοι;			
16	Υπάρχει κουμπί άμεσης παύσης λειτουργίας (μανιτάρι);			
17	Υπάρχουν οδηγίες χειρισμού και συντήρησης του μηχανήματος;			
18	Υπάρχει πρόγραμμα προληπτικής συντήρησης;			
19	Γίνεται τακτική συντήρηση σύμφωνα με τις οδηγίες του κατασκευαστή;			
20	Ενημερώνεται το βιβλίο συντήρησης;			
21	Υπάρχει γραπτή διαδικασία ρύθμισης των κοπτικών εργαλείων;			
22	Το μηχάνημα είναι καθαρό και σε καλή κατάσταση;			
23	Ο χειριστής είναι εκπαιδευμένος;			
	Υπάρχει τεκμηρίωση;			



A/A	ΕΡΩΤΗΣΗ	ΝΑΙ	ΟΧΙ	ΠΑΡΑΤΗΡΗΣΕΙΣ
24	Υπάρχουν μέσα προφύλαξης για αποφυγή κινδύνων από πτώσεις;			
25	Ο χειριστής του μηχανήματος εκτίθεται σε ακτινοβολούμενη θερμότητα;			
26	Η ένταση θορύβου είναι σε επιτρεπτά όρια;			
27	Είναι επαρκής ο φωτισμός στη θέση εργασίας;			
28	Υπάρχει εξοπλισμός ώστε να αποφεύγονται οι κίνδυνοι από το ηλεκτρικό ρεύμα;			
29	Είναι ικανοποιητικό το σύστημα εξαερισμού του μηχανήματος;			
30	Η έδραση της μηχανής απορροφά τους κραδασμούς;			
31	Το μηχάνημα είναι εργονομικά σχεδιασμένο;			



2.1.5 ΠΙΝΑΚΑΣ ΕΛΕΓΧΟΥ ΜΗΧΑΝΙΚΩΝ ΠΡΕΣΣΩΝ



ΜΗΧΑΝΙΚΕΣ ΠΡΕΣΣΕΣ

Ημερομηνία:

Επιθεωρούμενο Τμήμα:

Α/Α	ΕΡΩΤΗΣΗ	ΝΑΙ	ΟΧΙ	ΠΑΡΑΤΗΡΗΣΕΙΣ
1	Το έμβολο μπορεί να σταματήσει σε οποιαδήποτε φάση του κύκλου λειτουργίας του ή πρέπει να ολοκληρωθεί αυτός ο κύκλος για να σταματήσει;			
2	Σε περίπτωση μείωσης της υδραυλικής πίεσης ή της πίεσης αέρα υπάρχει εναλλακτικός τρόπος φρεναρίσματος;			
3	Υπάρχει κίνδυνος υπερθέρμανσης;			
4	Υπάρχει ασφαλιστική διάταξη για την αποφυγή εισχώρησης λιπαντικού στις επιφάνειες των φρένων τριβής;			
5	Σε περίπτωση διακοπής της ηλεκτρικής ή υδραυλικής ή αέριας παροχής, ο συμπλέκτης θα απενεργοποιηθεί και το φρένο θα λειτουργήσει αμέσως;			
6	Υπάρχει σύστημα που να εξασφαλίζει ότι η πίεση λειτουργίας των πνευματικών ή υδραυλικών συστημάτων δεν θα ξεπεράσει το επιτρεπόμενο όριο;			
7	Οι συνδέσεις των σωλήνων είναι τέτοιες ώστε να αποφεύγεται η καταστροφή τους σε περίπτωση απότομης αλλαγής της πίεσης;			
8	Το σύστημα λίπανσης των μερών ή των βαλβίδων πνευματικών συστημάτων είναι αυτόματο;			



A/A	ΕΡΩΤΗΣΗ	ΝΑΙ	ΟΧΙ	ΠΑΡΑΤΗΡΗΣΕΙΣ
9	Υπάρχουν ημιαυτόματοι ή αυτόματοι μηχανισμοί τροφοδότησης και αφαίρεσης υλικών;			
10	Υπάρχει ποδομοχλός;			
11	Ποιά συστήματα προφύλαξης από τα παρακάτω υπάρχουν;			
	• Ενδομανδάλωσης			
	• Κλειστά εργαλεία			
	• Σύστημα χρήσης δύο χεριών			
	• Σταθεροί προφυλακτήρες			
	• Χρήση φωτοκύτταρου			
	• Σύστημα περιορισμού κίνησης των χεριών			
12	Τα συστήματα προφύλαξης είναι στη σωστή απόσταση σε σχέση με το χρόνο απόκρισης (σταματήματος) της πρέσας;			
13	Τα συστήματα ελέγχου είναι ασφαλή σε καλή κατάσταση και διακριβωμένα;			
14	Υπάρχει κουμπί άμεσης παύσης λειτουργίας (μανιτάρι);			
15	Υπάρχουν οδηγίες χειρισμού και συντήρησης του μηχανήματος;			
16	Γίνεται τακτική συντήρηση σύμφωνα με τις οδηγίες του κατασκευαστή;			
17	Υπάρχει πρόγραμμα προληπτικής συντήρησης;			
18	Ενημερώνεται το βιβλίο συντήρησης;			
19	Υπάρχει γραπτή διαδικασία ρύθμισης των καλουπιών;			
20	Το μηχάνημα είναι καθαρό και σε καλή κατάσταση;			
21	Ο χειριστής είναι εκπαιδευμένος;			
	Υπάρχει τεκμηρίωση;			



Α/Α	ΕΡΩΤΗΣΗ	ΝΑΙ	ΟΧΙ	ΠΑΡΑΤΗΡΗΣΕΙΣ
22	Υπάρχουν μέσα προφύλαξης για αποφυγή κινδύνων από πτώσεις;			
23	Ο χειριστής του μηχανήματος εκτίθεται σε ακτινοβολούμενη θερμότητα;			
24	Η ένταση θορύβου είναι σε επιτρεπτά όρια;			
25	Είναι επαρκής ο φωτισμός στη θέση εργασίας;			
26	Υπάρχει εξοπλισμός ώστε να αποφεύγονται οι κίνδυνοι από το ηλεκτρικό ρεύμα;			
27	Είναι ικανοποιητικό το σύστημα εξαερισμού του μηχανήματος;			
28	Η έδραση της πρέσας απορροφά τους κραδασμούς;			
29	Το μηχάνημα είναι εργονομικά σχεδιασμένο;			



2.1.6 ΛΙΣΤΑ ΕΛΕΓΧΟΥ ΥΔΡΑΥΛΙΚΩΝ ΠΡΕΣΣΩΝ



ΥΔΡΑΥΛΙΚΕΣ ΠΡΕΣΣΕΣ	Ημερομηνία:	
Επιθεωρούμενο Τμήμα:		

Α/Α	ΕΡΩΤΗΣΗ	ΝΑΙ	ΟΧΙ	ΠΑΡΑΤΗΡΗΣΕΙΣ
1	Υπάρχει σύστημα περιορισμού της διαδρομής του εμβόλου:			
	• μηχανικό			
	• υδραυλικό			
	• συνδυασμός τους			
2	Το σύστημα περιορισμού της διαδρομής του εμβόλου λειτουργεί αυτόματα;			
3	Τα υδραυλικά συστήματα επιτρέπουν στην πίεση του υγρού να ελαττώνεται όταν η μονάδα παραγωγής πίεσης αποσυνδέεται από την παροχή ισχύος;			
4	Σε περίπτωση μείωσης της υδραυλικής πίεσης υπάρχει εναλλακτικός τρόπος φρεναρίσματος;			
5	Υπάρχει κίνδυνος υπερθέρμανσης;			
6	Υπάρχει σύστημα που να εξασφαλίζει ότι η πίεση λειτουργίας των πνευματικών ή υδραυλικών συστημάτων δεν θα ξεπεράσει το επιτρεπόμενο όριο;			
7	Υπάρχει ασφαλιστική διάταξη για την αποφυγή εισχώρησης λιπαντικού στις επιφάνειες των φρένων τριβής;			



A/A	ΕΡΩΤΗΣΗ	ΝΑΙ	ΟΧΙ	ΠΑΡΑΤΗΡΗΣΕΙΣ
8	Οι συνδέσεις των σωλήνων είναι τέτοιες ώστε να αποφεύγεται η καταστροφή τους σε περίπτωση απότομης αλλαγής της πίεσης;			
9	Όλες οι εγκαταστάσεις σωληνώσεων, τα εξαρτήματα σύνδεσης των σωλήνων, οι αγωγοί, οι δεξαμενές αποθήκευσης είναι ελεύθερες από γρέζια και ξένες ουσίες;			
10	Το σύστημα λίπανσης των μερών ή των βαλβίδων πνευματικών συστημάτων είναι αυτόματο;			
11	Υπάρχουν ημιαυτόματοι ή αυτόματοι μηχανισμοί τροφοδότησης και αφαίρεσης υλικών;			
12	Υπάρχει ποδομοχλός;			
13	Ποιά συστήματα προφύλαξης από τα παρακάτω υπάρχουν;			
	• ενδομανδάλωσης			
	• κλειστά εργαλεία			
	• σύστημα χρήσης δύο χεριών			
	• σταθεροί προφυλακτήρες			
	• χρήση φωτοκύτταρου			
	• σύστημα περιορισμού κίνησης των χεριών			
14	Τα συστήματα προφύλαξης είναι στη σωστή απόσταση σε σχέση με το χρόνο απόκρισης (σταματήματος) της πρέσας;			
15	Τα συστήματα ελέγχου είναι ασφαλή σε καλή κατάσταση και διακριβωμένα;			
16	Υπάρχει κουμπί άμεσης παύσης λειτουργίας (μανιτάρι);			
17	Υπάρχουν οδηγίες χειρισμού και συντήρησης του μηχανήματος;			
18	Γίνεται τακτική συντήρηση σύμφωνα με τις οδηγίες του κατασκευαστή;			



A/A	ΕΡΩΤΗΣΗ	ΝΑΙ	ΟΧΙ	ΠΑΡΑΤΗΡΗΣΕΙΣ
19	Υπάρχει πρόγραμμα προληπτικής συντήρησης;			
20	Ενημερώνεται το βιβλίο συντήρησης;			
21	Υπάρχει γραπτή διαδικασία ρύθμισης των καλουπιών;			
22	Το μηχάνημα είναι καθαρό και σε καλή κατάσταση;			
23	Ο χειριστής είναι εκπαιδευμένος; Υπάρχει τεκμηρίωση;			
24	Υπάρχουν μέσα προφύλαξης για αποφυγή κινδύνων από πτώσεις;			
25	Ο χειριστής του μηχανήματος εκτίθεται σε ακτινοβολούμενη θερμότητα;			
26	Η ένταση θορύβου είναι σε επιτρεπτά όρια;			
27	Είναι επαρκής ο φωτισμός στη θέση εργασίας;			
28	Υπάρχει εξοπλισμός ώστε να αποφεύγονται οι κίνδυνοι από το ηλεκτρικό ρεύμα;			
29	Είναι ικανοποιητικό το σύστημα εξαερισμού του μηχανήματος;			
30	Η έδραση της πρέσας απορροφά τους κραδασμούς;			
31	Το μηχάνημα είναι εργονομικά σχεδιασμένο;			



2.1.7 ΛΙΣΤΑ ΕΛΕΓΧΟΥ ΧΥΤΟΠΡΕΣΑΣ



ΥΔΡΑΥΛΙΚΕΣ ΧΥΤΟΠΡΕΣΕΣ	Ημερομηνία:
Επιθεωρούμενο Τμήμα:	

Α/Α	ΕΡΩΤΗΣΗ	ΝΑΙ	ΟΧΙ	ΠΑΡΑΤΗΡΗΣΕΙΣ
1	ΚΑΛΟΥΠΙ (ΤΥΠΟΣ)			
1.1	Κλείνει καλά και δεν πετάει μέταλλο;			
1.2	Γίνεται συχνό καθάρισμα του καλουπιού;			
1.3	Κατά την τοποθέτηση του καλουπιού:			
	➤ οι μάπες είναι καλά βιδωμένες			
	➤ οι αλυσίδες ή τα συρματόσχοινα είναι φθαρμένα			
	➤ οι αλυσίδες ή τα συρματόσχοινα έχουν πιαστεί στο άγκιστρο ανάρτησης;			
	Μοιράζεται το βάρος εξίσου στις αλυσίδες;			
2	ΣΤΑΘΕΡΟ ΜΕΡΟΣ ΤΟΥ ΚΑΛΟΥΠΙΟΥ			
2.1	Ελέγχεται τακτικά η μήτρα (εάν έχει ρωγμές, έχει σκάσει) ώστε να αποφευχθεί η διαρροή του νερού ψύξης;			
2.2	Η κοιλότητα της μήτρας ελέγχεται εάν έχει πιάσει μάκα (από τις αλοιφές);			
2.3	Ελέγχονται τακτικά οι βίδες συγκράτησης της μήτρας;			
2.4	Γίνεται τακτικός έλεγχος των πείρων οδηγών, των δακτυλιδιών τροφοδοσίας και των οργάνων ελέγχου;			



A/A	ΕΡΩΤΗΣΗ	ΝΑΙ	ΟΧΙ	ΠΑΡΑΤΗΡΗΣΕΙΣ
2.5	Γίνεται τακτικός έλεγχος της βάσης (βασικής) της μήτρας ώστε να μην έχει εξογκώματα, παραμορφώσεις, στράβωμα και να μπορεί να δεχτεί καλά τη μήτρα ή τις μήτρες;			
2.6	Τα σωληνάκια ψύξης είναι τοποθετημένα καλά, ώστε να υπάρχει στεγανοποίηση;			
3	ΚΙΝΗΤΟ ΜΕΡΟΣ ΤΟΥ ΚΑΛΟΥΠΙΟΥ			
3.1	Έχει σωληνωτούς εξολκείς;			
3.2	Γίνεται έλεγχος της μήτρας για σκασίματα, ρωγμές, αποκόλληση μικρών τεμαχίων ατσαλιού;			
3.3	Γίνεται έλεγχος της βασικής (ομαλή, σε καλή κατάσταση, εξογκώματα, παραμορφώσεις, στράβωμα);			
4	ΛΙΠΑΝΣΗ ΤΗΣ ΜΗΧΑΝΗΣ			
4.1	Γίνεται ημερήσιος έλεγχος: <ul style="list-style-type: none"> στάθμης λαδιού στη δεξαμενή λίπανσης στις συνδέσεις σωληνώσεων, σωλήνες καλής λειτουργίας συστήματος λίπανσης στις μπάρες και τις γλίστρες της μηχανής (εάν υπάρχει φιλμ λιπαντικού); 			
4.2	Γίνεται εβδομαδιαίος έλεγχος: <ul style="list-style-type: none"> της στάθμης λαδιού στα δοχεία λίπανσης του μηχανισμού κλειστικού του καλουπιού της λίπανσης του άξονα των τερματοδιακοπών; 			
4.3	Γίνεται μηνιαίος έλεγχος: <ul style="list-style-type: none"> γρασαρίσματος του σταθερού πλατό και των μπαρών; γρασαρίσματος του κινητού πλατό και των μπαρών; 			
4.4	Γίνεται εξαμηνιαίος έλεγχος: <ul style="list-style-type: none"> γρασαρίσματος του ρουλεμάν του μοτέρ γρασαρίσματος του ρουλεμάν της αντλίας; 			



Α/Α	ΕΡΩΤΗΣΗ	ΝΑΙ	ΟΧΙ	ΠΑΡΑΤΗΡΗΣΕΙΣ
5	ΦΙΛΤΡΑ ΚΑΙ ΥΔΡΑΥΛΙΚΟ ΥΓΡΟ (ΛΑΔΙ)			
5.1	Ελέγχεται το υδραυλικό φίλτρο ημερησίως;			
5.2	Ελέγχεται το φίλτρο εισόδου του λαδιού εβδομαδιαία;			
5.3	Καθαρίζονται τα φίλτρα καθαρισμού του αέρα;			
5.4	Ελέγχεται η χημική σύνθεση του λαδιού;			
6	ΥΔΡΑΥΛΙΚΟ ΚΑΙ ΠΝΕΥΜΑΤΙΚΟ ΣΥΣΤΗΜΑ			
6.1	Ελέγχεται η πίεση: <ul style="list-style-type: none"> • του κλειστικού • της εξόλκευσης • της παροχής αέρα στο σύστημα λίπανσης • της παροχής αέρα στη λίπανση εμβόλου • της παροχής αέρα στο λιπαντικό καλουπιού; 			
7	ΥΔΡΑΥΛΙΚΟ ΛΑΔΙ			
7.1	Ελέγχονται: <ul style="list-style-type: none"> • η θερμοκρασία • η στάθμη λαδιού • το χρώμα λαδιού; 			
8	ΔΙΑΡΡΟΕΣ			
8.1	Ελέγχονται τακτικά: <ul style="list-style-type: none"> • υδραυλικές σωληνώσεις (σπειρώματα, φλάντζες, κολλήσεις) • υδραυλικές βαλβίδες • συσσωρευτής αζώτου; 			
9	ΑΝΤΛΙΑ			
9.1	Υπάρχουν ασυνήθιστοι θόρυβοι των ρουλεμάν;			
9.2	Υπάρχει φθορά στα πτερύγια;			



A/A	ΕΡΩΤΗΣΗ	ΝΑΙ	ΟΧΙ	ΠΑΡΑΤΗΡΗΣΕΙΣ
10	ΨΥΓΕΙΑ			
10.1	Γίνεται τακτικός καθαρισμός;			
10.2	Γίνεται έλεγχος νερού και λαδιού;			
11	ΗΛΕΚΤΡΟΛΟΓΙΚΑ			
11.1	Είναι κλειστή η πόρτα του κεντρικού πίνακα;			
11.2	Είναι τα καλώδια σε καλή κατάσταση (όχι κομμένα ή φθαρμένα, ξεφτισμένες ενώσεις και συνδέσεις);			
11.3	Ελέγχονται τα προειδοποιητικά λαμπάκια;			
11.4	Διατηρούνται καθαρά τα μπουτόν και οι διακόπτες;			
11.5	Ελέγχονται τα πηνία;			
12	ΠΟΡΤΑ ΑΣΦΑΛΕΙΑΣ			
12.1	Οι πόρτες ασφαλείας στερεώνονται σωστά και λειτουργούν καλά (στηρίγματα, εδράσεις);			
12.2	Υπάρχει συσσώρευση μετάλλου στην πόρτα ασφαλείας;			
12.3	Ελέγχεται ο τερματοδιακόπτης της πόρτας;			
12.4	Ελέγχεται ο αισθητήρας;			
12.5	Ελέγχονται οι καλωδιώσεις;			
12.6	Τα προστατευτικά είναι σε καλή κατάσταση και τοποθετημένα σωστά στη θέση τους;			
12.7	Ελέγχονται τα συστήματα ασφαλείας: <ul style="list-style-type: none"> • ηλεκτρικών • υδραυλικών • πνευματικών και μηχανικών; 			
12.8	Λειτουργεί σωστά ο διακόπτης ασφαλείας (κόκκινος);			



Α/Α	ΕΡΩΤΗΣΗ	ΝΑΙ	ΟΧΙ	ΠΑΡΑΤΗΡΗΣΕΙΣ
13	ΜΗΧΑΝΙΚΑ ΜΕΡΗ			
13.1	Ελέγχεται η ευθυγράμμιση του συστήματος εμβολισμού;			
13.2	Ελέγχεται η ευθύτητα του άξονα;			
13.3	Ελέγχεται η παραλληλότητα του άξονα;			
13.4	Ελέγχονται οι μπάρες για χτυπήματα ή ρωγμές;			
14	Υπάρχουν οδηγίες χειρισμού και συντήρησης του μηχανήματος;			
15	Γίνεται τακτική συντήρηση σύμφωνα με τις οδηγίες του κατασκευαστή;			
16	Υπάρχει πρόγραμμα προληπτικής συντήρησης;			
17	Ενημερώνεται το βιβλίο συντήρησης;			
18	Υπάρχει γραπτή διαδικασία ρύθμισης των καλουπιών;			
19	Το μηχάνημα είναι καθαρό και σε καλή κατάσταση;			
20	Ο χειριστής είναι εκπαιδευμένος;			
	Υπάρχει τεκμηρίωση;			
21	Υπάρχουν μέσα προφύλαξης για αποφυγή κινδύνων από πτώσεις;			
22	Ο χειριστής του μηχανήματος εκτίθεται σε ακτινοβολούμενη θερμότητα;			
23	Η ένταση θορύβου είναι σε επιτρεπτά όρια;			
24	Είναι επαρκής ο φωτισμός στη θέση εργασίας;			
25	Είναι ικανοποιητικό το σύστημα εξαερισμού του μηχανήματος;			
26	Η έδραση της πρέσας απορροφά τους κραδασμούς;			
27	Το μηχάνημα είναι εργονομικά σχεδιασμένο;			



2.1.8 ΛΙΣΤΑ ΕΛΕΓΧΟΥ ΦΟΥΡΝΟΥ ΘΕΞΕΩΣ ΜΕΤΑΛΛΟΥ



ΦΟΥΡΝΟΣ ΘΕΞΕΩΣ ΜΕΤΑΛΛΟΥ

Ημερομηνία:

Επιθεωρούμενο Τμήμα:

A/A	ΕΡΩΤΗΣΗ	ΝΑΙ	ΟΧΙ	ΠΑΡΑΤΗΡΗΣΕΙΣ
	ΚΙΝΗΤΑ ΜΕΡΗ ΠΡΟΦΥΛΑΞΗΣ			
1	Υπάρχει τρόπος ανίχνευσης και ελέγχου των κινητών μερών προφύλαξης (π.χ. κατά τον εφοδιασμό ή τον καθαρισμό του φούρνου) στις ζώνες κινδύνου;			
2	Έχει προβλεφθεί διακοπή του ηλεκτρικού ρεύματος ή της παροχής καυσίμου όταν τα κινητά μέρη προφύλαξης ή οι θύρες του φούρνου είναι ανοιχτά;			
3	Στις επικίνδυνες περιοχές οι προφυλάξεις κλειδώνονται;			
4	Τα όργανα λειτουργίας του φούρνου βρίσκονται κοντά στις επικίνδυνες περιοχές;			
5	Υπάρχει κίνδυνος εγκλωβισμού ή παγίδευσης του εργαζόμενου που θα συντηρήσει ή θα καθαρίσει το φούρνο;			
6	Υπάρχει κίνδυνος πτώσεων ή γλιστρήματος του εργαζόμενου που θα συντηρήσει ή θα καθαρίσει το φούρνο;			
7	Υπάρχει κίνδυνος εγκαύματος από λιωμένο μέταλλο για τον εργαζόμενο που θα συντηρήσει ή θα καθαρίσει το φούρνο;			
8.1	Οι θύρες στερεώνονται σωστά και λειτουργούν καλά (στηρίγματα, εδράσεις);			

A/A	ΕΡΩΤΗΣΗ	ΝΑΙ	ΟΧΙ	ΠΑΡΑΤΗΡΗΣΕΙΣ
8.2	Υπάρχει συσσώρευση μετάλλου στη θύρα;			
8.3	Ελέγχεται ο τερματοδιακόπτης της πόρτας;			
8.4	Ελέγχεται ο αισθητήρας, εάν υπάρχει;			
8.5	Ελέγχονται οι καλωδιώσεις;			
8.6	Τα προστατευτικά είναι σε καλή κατάσταση και τοποθετημένα σωστά στη θέση τους;			
8.7	Ελέγχονται τα συστήματα ασφαλείας;			
9	ΗΛΕΚΤΡΟΛΟΓΙΚΑ			
9.1	Είναι κλειστή η πόρτα του κεντρικού πίνακα;			
9.2	Είναι τα καλώδια σε καλή κατάσταση (όχι κομμένα ή φθαρμένα, ξεφτισμένες ενώσεις και συνδέσεις);			
9.3	Ελέγχονται τα προειδοποιητικά λαμπάκια;			
9.4	Διατηρούνται καθαρά τα μπουτόν και οι διακόπτες;			
9.5	Ελέγχονται τα πηνία;			
10	Υπάρχουν οδηγίες χειρισμού και συντήρησης του φούρνου και ελέγχεται η τήρησή τους;			
11	Γίνεται τακτική συντήρηση σύμφωνα με τις οδηγίες του κατασκευαστή;			
12	Υπάρχει πρόγραμμα προληπτικής συντήρησης;			
13	Ενημερώνεται το βιβλίο συντήρησης;			
14	Ο εργαζόμενος είναι εκπαιδευμένος;			
	Υπάρχει τεκμηρίωση;			
15	Ο εργαζόμενος εκτίθεται σε ακτινοβολούμενη θερμότητα;			
16	Η ένταση θορύβου είναι σε επιτρεπτά όρια (λόγω της ύπαρξης του εξωτερικού κομπρεσέρ ψύξεως ή των άλλων μηχανών του χώρου εργασίας);			
17	Είναι επαρκής ο φωτισμός στη θέση εργασίας;			
18	Είναι ικανοποιητικό το σύστημα εξαερισμού του χώρου (λόγω της ύπαρξης των ατμών τετηγμένου μετάλλου);			



A/A	ΕΡΩΤΗΣΗ	ΝΑΙ	ΟΧΙ	ΠΑΡΑΤΗΡΗΣΕΙΣ
19	Κατά την τροφοδοσία, καθαρισμό ή συντήρηση του φούρνου υπάρχει κίνδυνος κακής στάσης του σώματος του εργαζόμενου;			
20	Ο εργαζόμενος χρησιμοποιεί τα προτεινόμενα ΜΑΠ;			

2.2 ΒΙΟΛΟΓΙΚΟΙ ΚΑΘΑΡΙΣΜΟΙ

2.2.1 ΛΙΣΤΑ ΕΛΕΓΧΟΥ ΓΙΑ ΕΚΡΗΚΤΙΚΕΣ ΑΤΜΟΣΦΑΙΡΕΣ

ΜΕΤΡΑ ΠΡΟΣΤΑΣΙΑΣ

ΠΡΟΛΗΨΗ ΔΗΜΙΟΥΡΓΙΑΣ ΕΚΡΗΚΤΙΚΩΝ ΑΤΜΟΣΦΑΙΡΩΝ				
Α/Α	ΕΡΩΤΗΣΗ	ΝΑΙ	ΟΧΙ	ΠΑΡΑΤΗΡΗΣΕΙΣ
ΟΡΓΑΝΩΤΙΚΑ ΜΕΤΡΑ				
1	Έχει γίνει εκπαίδευση των εργαζομένων; • πληροφορίες αντιμετώπισης έκτακτης ανάγκης • οδηγίες προφύλαξης • πληροφορίες ουσιών και κινδύνων αυτών			
2	Υπάρχουν γραπτές οδηγίες εκτέλεσης εργασιών;			
3	Έχουν χορηγηθεί άδειες για εκτέλεση επικίνδυνων εργασιών;			
ΤΕΧΝΙΚΑ ΜΕΤΡΑ				
1	ΜΕΤΡΑ ΓΙΑ ΤΗΝ ΑΣΦΑΛΕΙΑ ΚΑΙ ΤΗΝ ΥΓΕΙΑ ΤΩΝ ΕΡΓΑΖΟΜΕΝΩΝ <i>Περιγράψτε τα μέτρα που εφαρμόζονται:</i>			
ΑΠΟΦΥΓΗ ΑΝΑΦΛΕΞΗΣ ΕΚΡΗΚΤΙΚΩΝ ΑΤΜΟΣΦΑΙΡΩΝ				
1	Γίνεται έλεγχος για: • φλόγες • θερμές επιφάνειες • σπινθήρες • συγκόλληση • ηλεκτροστατικές ενώσεις • κάπνισμα • άλλο			



A/A	ΕΡΩΤΗΣΗ	ΝΑΙ	ΟΧΙ	ΠΑΡΑΤΗΡΗΣΕΙΣ
2	<p>Γίνεται έλεγχος κινδύνου έκρηξης από τη λειτουργία:</p> <ul style="list-style-type: none"> • εγκαταστάσεων • εξοπλισμού • συστημάτων ασφαλείας • συνδετήριων συσκευών 			
ΜΕΙΩΣΗ ΕΠΙΒΛΑΒΩΝ ΣΥΝΕΠΕΙΩΝ ΕΚΡΗΞΗΣ				
1	<p>ΜΕΣΑ ΠΥΡΟΠΡΟΣΤΑΣΙΑΣ</p> <p><i>Περιγράψτε τα μέσα που χρησιμοποιούνται:</i></p> <p>.....</p> <p>.....</p> <p>.....</p> <p>.....</p>			
2	<p>ΚΑΤΑΛΛΗΛΑ Μ.Α.Π.</p> <p><i>Περιγράψτε τα μέσα που χρησιμοποιούνται:</i></p> <p>.....</p> <p>.....</p> <p>.....</p> <p>.....</p>			
3	<p>ΜΕΤΡΑ ΚΑΤΑ ΤΗΣ ΕΞΑΠΛΩΣΗΣ ΤΗΣ ΕΚΡΗΞΗΣ</p> <p><i>Περιγράψτε τα μέτρα που εφαρμόζονται:</i></p> <p>.....</p> <p>.....</p> <p>.....</p> <p>.....</p>			
4	Απομόνωση χώρου έκρηξης			
5	<p>ΚΑΤΑΣΤΑΛΤΙΚΟΣ ΕΞΟΠΛΙΣΜΟΣ</p> <p><i>Περιγράψτε τα μέσα που χρησιμοποιούνται:</i></p> <p>.....</p> <p>.....</p> <p>.....</p> <p>.....</p>			
6	Πρόβλεψη ελάχιστου αριθμού εκτιθεμένων σε περίπτωση έκρηξης			
7	Σχεδιασμός εγκατάστασης για αντοχή στην πίεση έκρηξης			





Α/Α	ΕΡΩΤΗΣΗ	ΝΑΙ	ΟΧΙ	ΠΑΡΑΤΗΡΗΣΕΙΣ
8	Λήψη προστατευτικών μέτρων μέγιστου κινδύνου αν περιέχονται πολλά είδη ουσιών που μπορεί να δημιουργήσουν εκρηκτική ατμόσφαιρα			
ΑΠΑΡΑΙΤΗΤΗ ΠΡΟΣΤΑΣΙΑ				
1	ΜΕΤΡΑ ΑΣΦΑΛΟΥΣ ΕΡΓΑΣΙΑΣ ΣΕ ΠΕΡΙΒΑΛΛΟΝ ΕΚΡΗΚΤΙΚΗΣ ΑΤΜΟΣΦΑΙΡΑΣ <i>Περιγράψτε τα μέτρα που εφαρμόζονται:</i>			
2	ΕΠΟΠΤΕΙΑ ΤΗΣ ΕΡΓΑΣΙΑΣ ΣΕ ΠΕΡΙΒΑΛΛΟΝ ΕΚΡΗΚΤΙΚΗΣ ΑΤΜΟΣΦΑΙΡΑΣ <i>Περιγράψτε τα τεχνικά μέσα που χρησιμοποιούνται:</i>			
ΠΡΟΣΤΑΣΙΑ ΑΠΟ ΕΚΡΗΞΕΙΣ				
1	Προειδοποιητική σήμανση στα σημεία εισόδου επικίνδυνων χώρων			
2	Έξοδοι διαφυγής • αριθμός • ελεύθερη πρόσβαση • καμία			
3	ΕΠΑΡΚΗΣ ΑΕΡΙΣΜΟΣ <i>Περιγράψτε τα τεχνικά μέσα που χρησιμοποιούνται:</i>			
4	Σε περίπτωση διακοπής παροχής ενέργειας βρίσκονται σε κατάσταση ασφαλούς λειτουργίας ο εξοπλισμός και τα συστήματα προστασίας;			



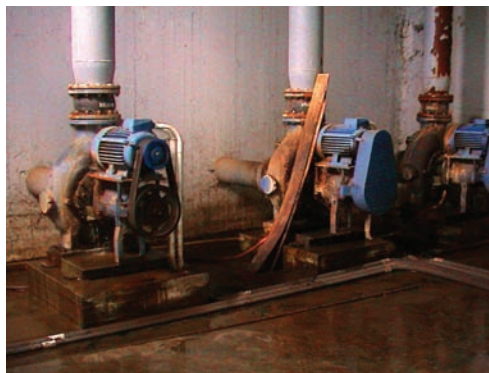
A/A	ΕΡΩΤΗΣΗ	ΝΑΙ	ΟΧΙ	ΠΑΡΑΤΗΡΗΣΕΙΣ
5	Υπάρχει δυνατότητα χειρωνακτικής παρέμβασης διακοπής λειτουργίας συσκευών και συστημάτων προστασίας που ενσωματώνονται σε αυτόματες διαδικασίες όταν παύουν να λειτουργούν με τους προκαθορισμένους όρους;			
6	Σε περίπτωση ενεργοποίησης του συστήματος διακοπής έκτακτης ανάγκης η συσσωρευμένη ενέργεια:			
	<ul style="list-style-type: none"> • διαχέεται με τον ταχύτερο και ασφαλέστερο τρόπο 			
	<ul style="list-style-type: none"> • απομονώνεται και δεν αποτελεί πλέον πηγή κινδύνου • κανένα από τα παραπάνω. 			
7	Γίνεται επαλήθευση συνολικά της ασφάλειας έναντι των εκρήξεων πριν τη χρήση του χώρου ώστε να πληρούνται όλες οι προϋποθέσεις προστασίας;			
8	<p>ΕΛΕΓΧΟΣ ΑΤΜΟΣΦΑΙΡΑΣ ΠΡΙΝ ΤΗΝ ΕΙΣΟΔΟ</p> <p><i>Περιγράψτε τους ελέγχους και τις μετρήσεις που γίνονται:</i></p> <p>.....</p> <p>.....</p> <p>.....</p> <p>.....</p> <p>.....</p>			
9	Υπάρχει προειδοποίηση απομάκρυνσης;			
	<ul style="list-style-type: none"> • οπτική 			
	<ul style="list-style-type: none"> • ηχητική • καμία 			
10	Υπάρχει εκτροπή ή κατάλληλη μεταφορά σε ασφαλή χώρο κάθε διαρροής ή/και έκλυσης;			
11	Γίνεται ασφαλής συγκράτηση ή η εκρηκτική ατμόσφαιρα καθίσταται ακίνδυνη;			





Α/Α	ΕΡΩΤΗΣΗ	ΝΑΙ	ΟΧΙ	ΠΑΡΑΤΗΡΗΣΕΙΣ
12	<p>ΑΣΚΗΣΕΙΣ ΕΚΤΑΚΤΗΣ ΑΝΑΓΚΗΣ</p> <p>Σημειώστε κάθε πότε γίνονται ασκήσεις έκτακτης ανάγκης:</p> <p>.....</p> <p>.....</p> <p>.....</p> <p>.....</p> <p>.....</p>			

2.2.2 ΛΙΣΤΑ ΕΛΕΓΧΟΥ: ΑΝΤΛΙΕΣ - ΔΙΚΤΥΑ ΣΩΛΗΝΩΣΕΩΝ



ΓΕΝΙΚΑ ΣΤΟΙΧΕΙΑ

ΕΠΙΧΕΙΡΗΣΗ/ ΤΜΗΜΑ ΕΡΓΑΣΙΑΣ

ΗΜΕΡΟΜΗΝΙΑ ΕΛΕΓΧΟΥ:

A/A	ΕΡΩΤΗΣΗ	ΝΑΙ	ΟΧΙ	ΠΑΡΑΤΗΡΗΣΕΙΣ
1	Ο κινητήρας της αντλίας είναι κατάλληλος για την παροχή ρεύματος με την οποία πρόκειται να συνδεθεί (μονοφασικός, τριφασικός);			
2	Πριν τεθεί σε λειτουργία η αντλία γίνεται εξαέρωση και πλήρωση αυτής με το αντλούμενο ρευστό;			
3	Τηρούνται οι προδιαγραφές ασφαλούς λειτουργίας της αντλίας (μέγιστη επιτρεπόμενη πίεση, θερμοκρασία, ΡΗ αντλούμενου ρευστού);			
4	Υπάρχει δυνατότητα άμεσης διακοπής της λειτουργίας των αντλιών (Emergency Stop);			
	Ελέγχεται προγραμματισμένα;			
5	Υπάρχει αρίθμηση των αντλιών και ενδείξεις για τη χρήση τους;			
6	Υπάρχουν εφεδρικές αντλίες;			



Α/Α	ΕΡΩΤΗΣΗ	ΝΑΙ	ΟΧΙ	ΠΑΡΑΤΗΡΗΣΕΙΣ
7	Είναι η ηλεκτρική εγκατάσταση (εξαρτήματα, κυτία διακλαδώσεων, διακόπτες κ.λπ.) κατάλληλη για το χώρο που βρίσκονται και τα μέσα που αντλούν (στεγανά, αντιακρηκτικά);			
8	Υπάρχουν διαρροές από φλάντζες, βάννες κ.λπ.;			
9	Προστατεύεται η αντλία με διακόπτη παροχής από ξηρά λειτουργία (μικρή ή καθόλου παροχή ρευστού);			
10	Υπάρχει βαλβίδα ανεπιστροφής στην αντλία για αποφυγή υδραυλικού πλήγματος;			
11	Υπάρχει φίλτρο στο σωλήνα αναρρόφησης για αποφυγή αστοχίας της αντλίας από πέτρες φύλλα κ.λπ.;			
	Καθαρίζεται προγραμματισμένα;			
12	Υπάρχει επαρκής παροχή αέρα στον κινητήρα της αντλίας για αποφυγή υπερθέρμανσης;			
13	Υπάρχουν αντικραδασμικά εξαρτήματα τοποθετημένα στις βάσεις των αντλιών για μείωση θορύβου και κραδασμών;			
14	Εφαρμόζεται προγραμματισμένη συντήρηση των αντλιών;			
15	Γίνεται η απαιτούμενη λίπανση σύμφωνα με τις οδηγίες του κατασκευαστή;			
16	Πριν από κάθε αποσυναρμολόγηση της αντλίας αποστραγγίζεται αυτή; Διακόπτεται η παροχή ρεύματος και εξασφαλίζεται η μη τυχαία επανασύνδεση;			
17	Κατά τη συντήρηση αντλιών που βρίσκονται σε φρεάτια γίνεται έλεγχος για ύπαρξη τοξικών ή αναφλέξιμων αερίων;			



A/A	ΕΡΩΤΗΣΗ	ΝΑΙ	ΟΧΙ	ΠΑΡΑΤΗΡΗΣΕΙΣ
18	Στην παραπάνω περίπτωση υπάρχει προειδοποιητική σήμανση και λαμβάνονται τα απαραίτητα Μ.Α.Π. (αναπνευστικές μάσκες, αποφυγή φλόγας κ.λπ.);			
19	Υπάρχουν κατάλληλες πυροσβεστικές διατάξεις;			
	Είναι επισημασμένες;			
20	Η οδός διαφυγής από το φρεάτιο είναι ελεύθερη εμποδίων;			
21	Υπάρχει κατάλληλος ανυψωτικός μηχανισμός για τοποθέτηση και απεγκατάσταση αντλιών σε φρεάτια;			
22	Έχουν τα δίκτυα σωληνώσεων επαρκή αποφρακτικά όργανα, φίλτρα κ.λπ. για απομόνωση, συντήρηση, αντικατάσταση;			
23	Υπάρχουν πινακίδες με οδηγίες χρήσης στα αποφρακτικά όργανα;			
	Γίνεται συντήρηση;			
24	Οι σωληνώσεις μεγάλου μήκους υποστηρίζονται με κατάλληλα έδρανα πριν και μετά την αντλία;			
25	Χρησιμοποιείται διαφορετικός χρωματισμός για κάθε δίκτυο σωληνώσεων;			
26	Εξασφαλίζεται ο έλεγχος διαρροών σε υπόγεια δίκτυα σωληνώσεων;			

ΓΕΝΙΚΕΣ ΠΑΡΑΤΗΡΗΣΕΙΣ

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....



2.2.3 ΛΙΣΤΑ ΕΛΕΓΧΟΥ: ΑΝΑΔΕΥΤΗΡΕΣ – ΦΥΣΗΤΗΡΕΣ

ΓΕΝΙΚΑ ΣΤΟΙΧΕΙΑ

ΕΠΙΧΕΙΡΗΣΗ/ΤΜΗΜΑ ΕΡΓΑΣΙΑΣ

.....

ΗΜΕΡΟΜΗΝΙΑ ΕΛΕΓΧΟΥ:.....

A/A	ΕΡΩΤΗΣΗ	ΝΑΙ	ΟΧΙ	ΠΑΡΑΤΗΡΗΣΕΙΣ
1	Εργάζονται τουλάχιστον δύο εργαζόμενοι μαζί;			
2	Χρησιμοποιείται πάντα πρόσδεση ανύψωσης, σχοινί ασφαλείας και αναπνευστήρας;			
3	Ελέγχεται αν υπάρχει αρκετό οξυγόνο και δεν υπάρχουν δηλητηριώδη αέρια;			
4	Ελέγχεται αν υπάρχει κίνδυνος έκρηξης πριν από συγκόλληση και πριν τη χρήση ηλεκτρικών εργαλείων;			
5	Ανυψώνεται το μηχάνημα πάντα με τον ανυψωτικό μηχανισμό και ποτέ από το καλώδιο του κινητήρα;			
6	Ο μηχανισμός ανύψωσης είναι καλά αγκυρωμένος;			
7	Τοποθετείται προστατευτικό κιγκλίδωμα γύρω από το χώρο εργασίας;			
8	Ελέγχεται αν ο δρόμος διαφυγής είναι ελεύθερος;			
9	Χρησιμοποιούνται κράνος ασφαλείας, προστατευτικά γυαλιά και παπούτσια ασφαλείας;			
10	Υπάρχει κοντά στο χώρο εργασίας κουτί πρώτων βοηθειών;			
11	Υπάρχει κατάλληλη σήμανση για περιστρεφόμενες έλικες και μηχανήματα που τίθενται σε λειτουργία αυτόματα;			



Α/Α	ΕΡΩΤΗΣΗ	ΝΑΙ	ΟΧΙ	ΠΑΡΑΤΗΡΗΣΕΙΣ
12	Η περιοχή γύρω από τα μηχανήματα είναι περιφραγμένη;			
13	Ελέγχεται αν υπάρχει κίνδυνος το καλώδιο του κινητήρα να μπερδευτεί στην έλικα;			
14	Ελέγχεται ο κίνδυνος ηλεκτρικών ατυχημάτων;			
15	Οι εργαζόμενοι είναι εξειδικευμένοι και σωστά εκπαιδευμένοι για τις συγκεκριμένες εργασίες που εκτελούν;			
16	Πριν την έναρξη εργασιών, το μηχάνημα έχει αποσυνδεθεί από την παροχή ρεύματος και δεν μπορεί να τεθεί σε λειτουργία;			
17	Κρατάτε ένα πανί πάνω από την τάπα του λαδιού όταν την ξεβιδώνετε; Κίνδυνος μόλυνσης.			
18	Γίνεται τακτικός έλεγχος και προληπτική συντήρηση;			
19	Έχει γίνει σωστή στερέωση και ευθυγράμμιση του φυσητήρα ώστε να αποφεύγονται οι κραδασμοί;			

ΓΕΝΙΚΕΣ ΠΑΡΑΤΗΡΗΣΕΙΣ

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....



2.2.4 ΛΙΣΤΑ ΕΛΕΓΧΟΥ: ΠΤΩΣΕΙΣ ΣΕ ΒΙΟΛΟΓΙΚΟΥΣ ΚΑΘΑΡΙΣΜΟΥΣ



Α/Α	ΕΡΩΤΗΣΗ	ΝΑΙ	ΟΧΙ	ΠΑΡΑΤΗΡΗΣΕΙΣ
1	Υπάρχουν σημεία με κίνδυνο πτώσης (σε εργασίες κανονικής λειτουργίας, καθαρισμού, συντήρησης);			
2	Υπάρχουν προστατευτικά κιγκλιδώματα ή άλλες διατάξεις ασφαλείας στα σημεία αυτά (δεξαμενές, γέφυρες κ.λπ.);			
3	Όπου υπάρχει κίνδυνος πνιγμού υπάρχουν σωσίβια και εξοπλισμός διάσωσης;			
4	Υπάρχουν εξωτερικές κατακόρυφες σκάλες για την επίσκεψη των δεξαμενών;			
5	Οι σκάλες είναι ασφαλείς;			
6	- Τα σκαλιά έχουν αρκετό πλάτος;			
7	- Υπάρχουν χειρολαβές και από τις δυο μεριές;			
8	- Οι χειρολαβές συνεχίζονται για 0,75 μ πάνω από τη στάθμη πρόσβασης;			
9	- Υπάρχουν διατάξεις ασφαλείας που περιζώνουν τον αναβάτη;			
10	Για σκάλες >6 μ φοράει ο εργαζόμενος προστατευτικό εξοπλισμό;			
11	Η σκάλες ελέγχονται πριν τη χρήση όσον αφορά την ολισθηρότητά τους;			
12	Οι σκάλες ελέγχονται κάθε χρόνο;			
13	Γίνεται τακτική συντήρηση;			



A/A	ΕΡΩΤΗΣΗ	ΝΑΙ	ΟΧΙ	ΠΑΡΑΤΗΡΗΣΕΙΣ
14	Οι εργαζόμενοι που εργάζονται σε δάπεδα (π.χ. δάπεδο στο οποίο έχει χυθεί πολυηλεκτρολύτης) με κίνδυνο ολισθηρότητας φορούν κατάλληλα υποδήματα;			
15	Γίνεται συχνός καθαρισμός των δαπέδων;			
16	Οι εργασίες καθαρισμού των περιμετρικών καναλιών των δεξαμενών γίνονται με ασφάλεια (κίνδυνος πτώσης μέσα και πίσω από τη δεξαμενή);			
17	Τι συμβαίνει όταν πέσει κάποιος σε δεξαμενές με κινούμενο εξοπλισμό (π.χ. ξέστρο); Συνεχίζει η λειτουργία του;			
18	Σε σημαντικές εργασίες συντήρησης του κινούμενου μηχανολογικού εξοπλισμού των δεξαμενών εξάμμιωσης, καθίζησης και πάχυνσης ιλύος σταματάει η κίνηση της γέφυρας;			
19	Σε περίπτωση καθόδου εντός της δεξαμενής μετά την εκκένωσή της για επισκευή ή συντήρηση, χρησιμοποιείται προσωρινή μονή σκάλα;			
20	Η μονή σκάλα είναι ασφαλής;			
21	Η προεξοχή της σκάλας από τη θέση εξόδου είναι 1 μ;			
22	Η κεφαλή και η βάση της σκάλας έχουν επαρκή στερέωση (δέσιμο στην κορυφή, έδραση σε σταθερή βάση);			
23	Το μήκος της σκάλας είναι < 6 μ; (διαφορετικά απαιτείται άλλου είδους σκάλα)			
24	Το ύψος των σκαλοπατιών είναι < 28 εκ.;			
25	Υπάρχουν δύο εργαζόμενοι όταν γίνεται κατάβαση με τον ένα να μένει πάνω;			
26	Ο εργαζόμενος έχει τα εργαλεία του σε ειδικό σακίδιο κατά την κατάβαση;			
27	Υπάρχει επαρκής φυσικός ή τεχνητός φωτισμός;			



2.3 ΤΕΧΝΙΚΑ ΕΡΓΑ

2.3.1 ΛΙΣΤΑ ΕΛΕΓΧΟΥ ΔΙΑΧΕΙΡΙΣΗΣ ΘΕΜΑΤΩΝ ΕΠΑΓΓΕΛΜΑΤΙΚΗΣ ΑΣΦΑΛΕΙΑΣ ΚΑΙ ΥΓΕΙΑΣ ΣΤΟ ΕΡΓΟΤΑΞΙΟ

Στοιχεία Εργοταξίου	
Είδος κατασκευής έργου :	Οικοδομή
	Οδοποιία
	Τεχνικό Έργο
Επωνυμία:	Κωδ.Μηχαν.Υποστ:
Διεύθυνση:	Τηλέφωνο:
Fax:	Email:
Αρ. Υπεργολάβων:	Κωδ.Μηχαν.Επιθ/σης:
Στοιχεία Υπεργολάβου	
Όνομα:	Κωδ.Μηχαν.:
Αρ. Εργαζόμενων:	
Στοιχεία Υπεργολάβου	
Όνομα:	Κωδ.Μηχαν.:
Αρ. Εργαζόμενων:	
Στοιχεία Υπεργολάβου	
Όνομα:	Κωδ.Μηχαν.:
Αρ. Εργαζόμενων:	
Στοιχεία Υπεργολάβου	
Όνομα:	Κωδ.Μηχαν.:
Αρ. Εργαζόμενων:	
Στοιχεία Υπεργολάβου	
Όνομα:	Κωδ.Μηχαν.:
Αρ. Εργαζόμενων:	
Στοιχεία Υπεργολάβου	
Όνομα:	Κωδ.Μηχαν.:
Αρ. Εργαζόμενων:	



1. Γενικά θέματα ασφάλειας στο εργοτάξιο

A/A	ΕΡΩΤΗΣΗ	ΝΑΙ	ΟΧΙ	
1.1	Το έργο έχει γνωστοποιηθεί στις αρμόδιες Υπηρεσίες και υπάρχει η εκ των προτέρων Γνωστοποίηση αναρτημένη κατά τρόπο εμφανή στο εργοτάξιο;			
1.2	Υπάρχει Συντονιστής για θέματα Ασφάλειας και Υγείας κατά την εκτέλεση του έργου και έχει αυτός τα προσόντα που απαιτούνται από τη Νομοθεσία;			
1.3	Έχουν οριστεί Τεχνικοί Ασφάλειας και Ιατρός Εργασίας και έχουν τα προσόντα που απαιτούνται από τη Νομοθεσία;			
1.4	Υπάρχουν καθορισμένες διαδικασίες για τη συνεργασία μεταξύ εργολάβων, υπεργολάβων και αυτοπασχολουμένων;			
1.5	Οι εργαζόμενοι είναι ενήμεροι για τα μέτρα που πρέπει να λαμβάνονται όσον αφορά στην ασφάλεια και υγεία στο εργοτάξιο;			
1.6	Υπάρχει Επιτροπή Υγείας και Ασφάλειας της Εργασίας (Ε.Υ.Α.Ε.);			
1.7	Τα μέλη της Επιτροπής Υγείας και Ασφάλειας της Εργασίας έχουν εκπαιδευθεί κατάλληλα;			
1.8	Η Επιτροπή Υγείας και Ασφάλειας της Εργασίας συνεδριάζει τακτικά και έχει ενεργό συμμετοχή;			
1.9	Τα μέλη της Επιτροπής Υγείας και Ασφάλειας της Εργασίας ενημερώνονται για τα μέτρα που έχουν ληφθεί ή πρόκειται να ληφθούν;			
1.10	Υπάρχει κατάλληλη και ικανοποιητική περιφραγή του χώρου εργασίας του εργοταξίου ώστε να επιτρέπεται η είσοδος μόνο σε πρόσωπα που έχουν σχετική άδεια;			
1.11	Τηρείται Ημερολόγιο Μέτρων Ασφάλειας (ΗΜΑ);			
1.12	Έχει γίνει γραπτή εκτίμηση επαγγελματικού κινδύνου;			



2. Ελάχιστες προδιαγραφές ασφάλειας και υγείας για τα ικριώματα

A/A	ΕΡΩΤΗΣΗ	ΝΑΙ	ΟΧΙ	ΠΑΡΑΤΗΡΗΣΕΙΣ
2.1	Υπάρχει βεβαίωση εξέτασης τύπου του επιλεγέντος ικριώματος;			
2.2	Σε αντίθετη περίπτωση έχει γίνει μελέτη υπολογισμού ευστάθειας και αντοχής;			
2.3	Υπάρχει σχέδιο για τη συναρμολόγηση και χρήση των ικριωμάτων;			
2.4	Η συναρμολόγηση, μετατροπή και η αποσυναρμολόγηση των ικριωμάτων γίνεται από εργαζόμενους με ειδική εκπαίδευση και πείρα, με την επίβλεψη αρμόδιου προσώπου;			
2.5	Υπάρχουν ασφαλή μέσα πρόσβασης προς τα ικριώματα, όπως κατάλληλες σκάλες στερεωμένες με ασφάλεια πάνω στα ικριώματα;			
2.6	Υπάρχουν μέτρα αποτροπής του κινδύνου πτώσης κατά την πρόσβαση στο ικρίωμα;			
2.7	Όλες οι βάσεις των ορθοστατών είναι εφοδιασμένες με κατάλληλα μεταλλικά πέλματα τα οποία εδράζονται πάνω σε κατάλληλα μαδέρια ή έχουν ληφθεί οποιαδήποτε άλλα μέτρα ώστε ν' αποφεύγεται η ολίσθηση ή βύθισή τους στο έδαφος;			
2.8	Όλα τα κατακόρυφα ή οριζόντια στοιχεία του ικριώματος (ορθοστάτες, δοκοί ζεύξεως, διαζεύγματα, πλαίσια κ.λπ.) είναι τοποθετημένα κατάλληλα στη θέση τους;			
2.9	Οι ορθοστάτες επεκτείνονται τουλάχιστον κατά 1,00 μ. πάνω από το τελευταίο δάπεδο εργασίας;			
2.10	Τα ικριώματα συνδέονται ακλόνητα με το κτήριο ή άλλη μόνιμη κατασκευή με κατάλληλους και επαρκείς συνδέσμους ή έχουν ληφθεί άλλα κατάλληλα μέτρα ώστε να διασφαλίζεται η ευστάθειά τους;			
2.11	Υπάρχουν κατάλληλα προστατευτικά κιγκλιδώματα και παραπέτα ή άλλα κατάλληλα εμπόδια σε όλα τα άκρα από τα οποία υπάρχει κίνδυνος πτώσης;			



A/A	ΕΡΩΤΗΣΗ	ΝΑΙ	ΟΧΙ	ΠΑΡΑΤΗΡΗΣΕΙΣ
2.12	Τα κιγκλιδώματα ή παραπέτα έχουν τις κατάλληλες διαστάσεις και είναι τοποθετημένα ασφαλώς;			
2.13	Υπάρχουν υγιή και ικανοποιητικής αντοχής δάπεδα (όπως π.χ. μαδέρια) σε όλο το πλάτος της σκαλωσιάς, με ομαλή επιφάνεια, τοποθετημένα και στερεωμένα έτσι ώστε ν' αποφεύγονται τα κενά, η μετατόπιση και υπερβολική κάμψη τους;			
2.14	Τα δάπεδα των ικριωμάτων υπερβαίνουν το πέρασ των τοίχων κατά 0,60 εκατοστά;			
2.15	Τα δάπεδα έχουν το απαιτούμενο κατά περίπτωση πλάτος και φορτίζονται ανάλογα με την αντοχή τους;			
2.16	Το κενό μεταξύ δαπέδου εργασίας και οικοδομής είναι μικρότερο των 30 εκ.;			
2.17	Υπάρχουν ευκρινείς προειδοποιητικές απαγορευτικές πινακίδες και έχουν τοποθετηθεί αποτελεσματικά εμπόδια που να αποτρέπουν τους εργαζόμενους να χρησιμοποιούν ημιτελείς σκαλωσιές;			
2.18	Απαγορεύεται η χρήση ικριωμάτων σε ιδιαίτερα κακές καιρικές συνθήκες (πολύ δυνατός άνεμος ή θύελλα);			
2.19	Αρμόδιο πρόσωπο επιθεωρεί τα ικριώματα πριν την έναρξη της εργασίας και σε τακτά χρονικά διαστήματα όπως π.χ. μια φορά τη βδομάδα, μετά από μετατροπή τους, μετά από άσχημες καιρικές συνθήκες (ανεμοθύελλα, σεισμό κ.λπ.) και τα αποτελέσματα της επιθεώρησης σημειώνονται και τηρούνται σε σχετικό φάκελο του εργοταξίου;			



2.3.2 ΛΙΣΤΑ ΕΛΕΓΧΟΥ ΕΠΙΚΙΝΔΥΝΩΝ ΚΑΤΑΣΤΑΣΕΩΝ ΣΤΟ ΕΡΓΟΤΑΞΙΟ

A/A	ΕΡΩΤΗΣΗ	ΝΑΙ	ΟΧΙ	ΠΑΡΑΤΗΡΗΣΕΙΣ
1. Κυκλοφορία πεζών και οχημάτων				
1.1	Έχουν ληφθεί μέτρα για την προστασία του κοινού, όπως π.χ. των διερχομένων κοντά από χώρο εργασιών;			
1.2	Υπάρχει κατάλληλη σήμανση (π.χ. οδοί διέλευσης, εξουσιοδοτημένο προσωπικό);			
1.3	Αν πρόκειται για έργο οδοποιίας στο οποίο παράλληλα κινούνται οχήματα: υπάρχουν κυκλοφοριακοί κώνοι;			
1.4	Υπάρχουν πινακίδες οριοθέτησης για τη διαχείτευση κυκλοφορίας;			
1.5	Υπάρχουν αναλάμποντες φανοί κίτρινου χρώματος;			
1.6	Τοποθετούνται άλλα στοιχεία, όπως «μάτια γάτας» και άλλα αντανακλαστικά στοιχεία σήμανσης;			
1.7	Τοποθετούνται προσωρινά στηθαία από σκυρόδεμα ή άλλο υλικό για αλλαγή κατεύθυνσης ή αποκλεισμού;			
1.8	Έχει προβλεφθεί δίοδος προσπέλασης για καταστάσεις έκτακτης ανάγκης (ασθενοφόρα, πυροσβεστικά κ.λπ.);			
1.9	Έχουν όλα τα μηχανήματα, πινακίδα μηχανήματος έργου (ME);			
2. Τάξη – Υγιεινή – Ευημερία – Οργάνωση Πυροπροστασίας				
2.1	Το εργοτάξιο είναι καθαρό, επαρκώς φωτιζόμενο και κατάλληλα διαρρυθμισμένο;			
2.2	Υπάρχουν κατάλληλοι χώροι αποθήκευσης ανάλογα με το είδος του υλικού (π.χ. εύφλεκτα, εκρήξιμα υλικά);			



A/A	ΕΡΩΤΗΣΗ	ΝΑΙ	ΟΧΙ	ΠΑΡΑΤΗΡΗΣΕΙΣ
2.3	Υπάρχουν επαρκείς και κατάλληλοι χώροι διευκολύνσεων (υγιεινής, καθαρισμοί, αποδυτηρίων, λήψης γευμάτων) για τους εργαζόμενους;			
2.4	Οι χώροι εστίασης έχουν άμεση οπτική επαφή με το εξωτερικό περιβάλλον;			
2.5	Υπάρχουν διευκολύνσεις για την παροχή πρώτων βοηθειών;			
2.6	Υπάρχει μέριμνα για τον καθαρισμό και τη συγκέντρωση και αποκομιδή απορριμμάτων;			
2.7	Διαχωρίζεται το νερό χρήσης από το πόσιμο;			
2.8	Έχουν ληφθεί κατάλληλα μέτρα πυροπροστασίας (π.χ. πυροσβεστήρες, οδοί διαφυγής);			
2.9	Υπάρχουν υπεύθυνοι Πυρόσβεσης & και είναι γνωστά τα ονόματά τους;			
2.10	Γίνονται ασκήσεις;			
3. Κίνδυνοι καταπλάκωσης				
3.1	Πριν την έναρξη της εκσκαφής έχει ελεγχθεί η ύπαρξη δικτύων ΟΚΩ (ηλεκτρικό τηλέφωνο κ.λπ.);			
3.2	Έχουν απομακρυνθεί ή επισημανθεί τα δίκτυα;			
3.3	Έχει ελεγχθεί η ύπαρξη προγενέστερης εκσκαφής;			
3.4	Οι εκσκαφές έχουν επαρκή αντιστήριξη ή είναι διαμορφωμένες κατά τρόπο ώστε να ελαχιστοποιούν τον κίνδυνο κατάρρευσης;			
3.5	Υπάρχει μελέτη αντιστήριξης των πρανών εκσκαφής;			
3.6	Τα κεκλιμένα πρανή έχουν τέτοια κλίση ώστε να αποφεύγεται η κατάρρευσή τους;			
3.7	Έχετε αντιστηρίξει τα όμορα κτίσματα;			
3.8	Έχετε αντιστηρίξει τις κατασκευές;			



Α/Α	ΕΡΩΤΗΣΗ	ΝΑΙ	ΟΧΙ	ΠΑΡΑΤΗΡΗΣΕΙΣ
3.9	Έχετε αντιστηρίξει τις κατασκευές κ.λπ. που πιθανόν κλονίστηκαν από τις εργασίες της εκσκαφής (π.χ. στύλους, μαντρότοιχους, δένδρα κ.λπ.);			
3.10	Αντλείτε και αποχετεύετε τα όμβρια ή και τα ύδατα της εκσκαφής;			
3.11	Λαμβάνετε υπόψη της συνέπειες της άντλησης επί της ευστάθειας των ομόρων κτισμάτων;			
3.12	Έχετε εφοδιάσει με κατάλληλα για την περίπτωση Μ.Α.Π., όπως υποδήματα, τους εργαζόμενους στην εκσκαφή;			
3.13	Δώσατε αδιάβροχα υποδήματα στους εργαζόμενους στο νερό;			
3.14	Υπάρχει προστασία που αποτρέπει την πτώση οχημάτων και ατόμων στα σημεία που γίνονται εκσκαφές;			
3.15	Έχουν επισημανθεί με κατάλληλη σήμανση οι χώροι κάθε εκσκαφής;			
3.16	Υλικά και μηχανήματα έχουν τοποθετηθεί σε κατάλληλες αποστάσεις από το χείλος της εκσκαφής;			
3.17	Υπάρχει αρμόδιο πρόσωπο που επιθεωρεί τακτικά τις εκσκαφές(στην αρχή κάθε βάρδιας και μετά από καιρικά φαινόμενα ή αστοχίες);			
4. Κίνδυνοι από Ηλεκτρικό Ρεύμα				
4.1	Είναι εντοπισμένα τα σημεία εγκατάστασης των ηλεκτρικών γραμμών (υπόγειων ή εναέριων) και λαμβάνονται μέτρα προστασίας;			
4.2	Τα ηλεκτρικά δίκτυα και οι εγκαταστάσεις ακολουθούν τις προβλέψεις διατάξεων και τις απαιτήσεις ισχύος;			
4.3	Τυχόν μεταφερόμενες καλωδιώσεις (μετά τον ηλεκτρικό πίνακα) έχουν αυξημένη μηχανική αντοχή και επαρκείς μονώσεις και ανταποκρίνονται στις καταναλώσεις;			



A/A	ΕΡΩΤΗΣΗ	ΝΑΙ	ΟΧΙ	ΠΑΡΑΤΗΡΗΣΕΙΣ
4.4	Δίκτυα, κυκλώματα, ηλεκτρικοί πίνακες, εγκαταστάσεις, συσκευές, εργαλεία και μηχανήματα γενικά είναι σε καλή κατάσταση, γειωμένα και συντηρούνται σε τακτά χρονικά διαστήματα και εκτάκτως σε περίπτωση βλάβης;			
4.5	Οι ηλεκτρικοί πίνακες είναι στεγανού τύπου και κλειδώνουν;			
	Είναι ελεύθερη η πρόσβαση σε αυτούς;			
	Σημαίνονται κατάλληλα;			
	Οι διακόπτες αναγράφουν τις περιοχές ή τα μηχανήματα που ελέγχουν;			
4.6	Οι μεταφορές υλικών και η διέλευση υψηλών οχημάτων ή μηχανημάτων πραγματοποιούνται μακριά από θέσεις όπου υπάρχουν δίκτυα ή άλλοι ηλεκτροφόροι αγωγοί;			
4.7	Πριν από κάθε εκσκαφή έχει διερευνηθεί ενδεχόμενο ύπαρξης στην περιοχή υπόγειων καλωδίων και έχουν εντοπισθεί αυτά;			
4.8	Τα φορητά καλώδια τροφοδοσίας, ακολουθούν διαδρομές που δεν δημιουργούν κινδύνους, έχουν, δε, αυτά επισημανθεί;			
4.9	Λαμβάνονται προφυλάξεις που διασφαλίζουν ότι τα ηλεκτρικά συστήματα διατηρούνται σε ασφαλή κατάσταση (όπως π.χ. με την εγκατάσταση ρελέ διαφυγής υψηλής ευαισθησίας 30mA);			
4.10	Οι χρησιμοποιούμενοι ρευματοδότες και ρευματολήπτες είναι στεγανού τύπου;			
4.11	Σε περιβάλλον εύφλεκτο, όπως αποθήκες εύφλεκτων, εκρηκτικών κ.λπ., έχουν τοποθετηθεί εγκαταστάσεις και φωτιστικά στεγανά ή όπως προβλέπουν οι ειδικοί κανονισμοί;			
4.12	Εγκατάσταση, μηχανήματα, συσκευές, εργαλεία είναι γειωμένα;			
4.13	Για οποιαδήποτε αλλαγή, επιδιόρθωση του ηλεκ. εξοπλισμού γίνεται διακοπή ρεύματος και εξασφαλίζεται ότι δεν μπορεί να επανασυνδεθεί αθέλητα;			



A/A	ΕΡΩΤΗΣΗ	ΝΑΙ	ΟΧΙ	ΠΑΡΑΤΗΡΗΣΕΙΣ
5. Κίνδυνοι από μηχανικά μέσα				
5.1	Τα παλαιότερα μηχανήματα και οι εγκαταστάσεις διαθέτουν τις απαιτούμενες συσκευές ασφάλειας (όπως ηχητική προειδοποίηση, προφυλακτήρες);			
5.2	Τα νέα μηχανήματα και εξοπλισμοί φέρουν την ένδειξη CE με την κατάλληλη επισήμανση;			
5.3	Τα χρησιμοποιούμενα μηχανήματα, συσκευές, εργαλεία κ.λπ. ανταποκρίνονται στις προβλέψεις της Μελέτης Ασφαλείας, τις εντολές του Συντονιστή Ασφαλείας στο έργο και έχουν τις διατάξεις ασφαλείας που προβλέπουν οι Νόμοι και Κανονισμοί;			
5.4	Στα ίδια, οι ενδείξεις λειτουργίας και ασφάλειας αναγράφονται στα ελληνικά;			
5.5	Έχουν πινακίδες με πλήρη τεχνικά και κατασκευαστικά στοιχεία, προειδοποιητικές σημάνσεις κ.λπ. στα ελληνικά;			
5.6	Τα ίδια συνοδεύονται από εγχειρίδιο οδηγιών λειτουργίας, συντήρησης και ασφάλειας στα ελληνικά;			
5.7	Ο χειρισμός πραγματοποιείται από άτομα ενήλικα, υγιή, με καλή όραση και ακοή, εκπαιδευμένα, έμπειρα με άδεια χειριστού – όπου απαιτείται από το Νόμο;			
5.8	Γίνεται καλή συντήρηση του εξοπλισμού και των μηχανημάτων για να είναι ασφαλής η χρήση τους και τηρούνται στοιχεία για τη συντήρησή τους;			
5.9.	Ο εξοπλισμός έχει ασφαλή έδραση;			
5.10	Ο χειριστής έχει επαρκή ορατότητα για τον οπτικό έλεγχο του μηχανήματος;			
5.11	Αν όχι, υπάρχει κουμανταδόρος;			
	Περιφράσσεται και επισημαίνεται η ζώνη κινδύνου;			



A/A	ΕΡΩΤΗΣΗ	ΝΑΙ	ΟΧΙ	ΠΑΡΑΤΗΡΗΣΕΙΣ
5.12	Οι γερανοί είναι επιθεωρημένοι και διαθέτουν «Πιστοποιητικό Επιθεώρησης Γερανού»;			
5.13	Τι είδους εξοπλισμός χρησιμοποιείται για τη μεταφορά των αντικειμένων;			
	• γερανογέφυρες σταθερές (με άρθρωση)			
	• γερανογέφυρες κινητές			
	• περονοφόρα			
	• μεταφορικοί ιμάντες - ράουλα			
	• παλετοφόρα			
	• άλλα			
5.14	Ποιο το μέγιστο φορτίο ανύψωσης σε συνδυασμό με τη μέγιστη ακτίνα δράσης;			
	• Υπάρχει ευκρινής σήμανση για το ανωτέρω;			
	• Υπάρχει μηχανισμός που να διακόπτει αυτόματα τη λειτουργία του μηχανήματος σε περίπτωση υπερφόρτωσης;			
5.15	• Τα ανυψωτικά μηχανήματα είναι εδρασμένα καλά;			
	• Τα στοιχεία τους προσεγγίζουν αγωγούς ηλεκτρικών δικτύων;			
5.16	Τι εξαρτήματα χρησιμοποιούνται;			
	• Αλυσίδες			
	• Σχοινιά			
	• Ιμάντες			
	• Συρματόσχοινα			
	• Γάντζοι			
	• Μαγνήτες			
5.17	Όπου χρησιμοποιούνται γάντζοι, είναι τύπου ασφαλείας;			



A/A	ΕΡΩΤΗΣΗ	ΝΑΙ	ΟΧΙ	ΠΑΡΑΤΗΡΗΣΕΙΣ
5.18	Τα άγκιστρα είναι κατασκευασμένα με σύστημα εξουδετέρωσης των στροφών (για αποφυγή συστροφής των συρματόσχοινων / σχοινιών);			
5.19	Υπάρχουν κατάλληλα βοηθητικά εξαρτήματα (για γρήγορη ασφάλιση του φορτίου, γρήγορο - εύκολο δέσιμο - λύσιμο);			
5.20	Οι χειριστές έχουν την απαιτούμενη άδεια από το νόμο (Π.Δ. 31/90) για χρήση των μηχανημάτων που χειρίζονται;			
5.21	Έχει γίνει κατάλληλη εκπαίδευση για το συγκεκριμένο χώρο εργασίας και τα αντίστοιχα φορτία που μετακινούνται;			
5.22	Υπάρχουν κατάλληλα μέσα για την επικοινωνία μεταξύ χειριστή και κουμανταδόρου (ειδικά σε περιπτώσεις που υπάρχει θόρυβος ή ο χειριστής βρίσκεται πολύ ψηλά);			
5.23	Κατά τη διάρκεια της μεταφοράς του φορτίου εμποδίζεται το οπτικό πεδίο του χειριστή;			
5.24	Οι κινήσεις προς όλες τις κατευθύνσεις γίνονται με αργές - σταθερές κινήσεις;			
	Υπάρχει απαγόρευση για ελεύθερη αιώρηση φορτίου;			
5.25	Οι εργαζόμενοι έχουν κατανοήσει την σημασία του αρκετού μήκους αρτάνης (γωνία κορυφής <math><90^\circ</math>);			
5.26	Υπάρχουν εργαζόμενοι στο χώρο φόρτωσης / εκφόρτωσης ή σε περιοχές που κινούνται περνοφόρα μηχανήματα, παλετοφόρα;			
5.27	Τηρείται η απαγόρευση διακίνησης φορτίου πάνω από άλλους εργαζόμενους;			
5.28	Τηρείται η απαγόρευση μεταφοράς / ανύψωσης προσωπικού;			
5.29	Γίνεται έλεγχος του φορτίου προ της μετακίνησής του (για τυχόν φθορές / μετακινήσεις προστατευτικών κατά τη μεταφορά του);			



A/A	ΕΡΩΤΗΣΗ	ΝΑΙ	ΟΧΙ	ΠΑΡΑΤΗΡΗΣΕΙΣ
5.30	Χειριστής και βοηθοί βρίσκονται σε ασφαλές σημείο μακριά από το φορτίο, πριν αρχίσει η διαδικασία ανύψωσης και καθ' όλη τη διαδικασία μεταφοράς μέχρι της καθήλωσής του;			
5.31	Χρησιμοποιούνται προστατευτικά υλικά στα σημεία τριβής των σχοινιών / ιμάντων με κοφτερές ακμές του αντικειμένου προς μεταφορά;			
5.32	<ul style="list-style-type: none"> • Γίνεται τακτική συντήρηση των μηχανημάτων μόνο από εξειδικευμένο προσωπικό; • Υπάρχει θεωρημένο βιβλίο; 			
5.33	Γίνονται οι απαιτούμενοι από το νόμο περιοδικοί έλεγχοι / πιστοποιήσεις από αρμόδιους φορείς τόσο για τα μηχανήματα όσο και για τα εξαρτήματα που χρησιμοποιούνται με αυτά τουλάχιστον μία φορά το χρόνο;			
5.34	<p>Υπάρχουν ήχο-φωτεινά συστήματα προειδοποίησης:</p> <ul style="list-style-type: none"> • πριν την εκκίνηση • κατά τη διάρκεια της μεταφοράς • κατά τη διάρκεια ανάστροφης κίνησης; 			
5.35	Υπάρχει σύστημα άμεσης διακοπής λειτουργίας του μηχανήματος (μανιτάρι);			
5.36	Κατά την κίνηση των περονοφόρων οι περόνες είναι σηκωμένες περίπου 20εκ. από το έδαφος;			
5.37	Τηρείται μέγιστο όριο ταχύτητας για τον αυτοκινούμενο εξοπλισμό;			
5.38	Η λειτουργία του μηχανήματος γίνεται με “συνεχή πίεση κουμπιού” (hold to run control);			
6. Κίνδυνοι πτώσης				
6.1	Λαμβάνονται μέτρα για την αποτροπή πτώσης αντικειμένων και εργαζομένων;			
6.2	Κατά τη διάρκεια διεξαγωγής εργασιών σε ύψη, η περιοχή γύρω από το έργο περιφράσσεται σε ασφαλή απόσταση;			



A/A	ΕΡΩΤΗΣΗ	ΝΑΙ	ΟΧΙ	ΠΑΡΑΤΗΡΗΣΕΙΣ
6.3	Έχουν διασφαλισθεί με κατάλληλα κιγκλιδώματα ή άλλα ισοδύναμα μέτρα ασφάλειας, ανά όροφο:			
	• η περίμετρος της οικοδομής και τα όρια των ξυλοτύπων			
	• τα φρέατα των ανελκυστήρων, οι οπές και τα ανοίγματα στα δάπεδα, οι οπές και τα ανοίγματα στους τοίχους			
	• τα κλιμακοστάσια			
	• οι εργασίες σε ύψη (π.χ. στέγες);			
6.4	Οι προστατευτικές διατάξεις ασφάλειας ελέγχονται περιοδικά ως προς την αντοχή τους;			
6.5	Τα δάπεδα εργασίας και οι προσπελάσεις στους ανωτέρω χώρους, είναι καθαρές, απαλλαγμένες από σκουπίδια, ολισθηρά υλικά (λάδια, νερά), διάφορα αντικείμενα (υλικά, εργαλεία κ.λπ.), που μπορούν να γίνουν αντικείμενο προσκόμματος ή ολισθήματος;			
6.6	Τα δάπεδα εργασίας και οι προσπελάσεις σε αυτά διαθέτουν δάπεδο εργασίας με το κατάλληλο ανάλογα με τη φύση της εργασίας, πλάτος και αντοχή;			
6.7	Καταπακτές και ανοίγματα κλιμάκων κ.λπ., καλυμμένες με κινητά καλύμματα ή θυρίδες, διαθέτουν επιπλέον και προστατευτικό στηθαίο;			
6.8	Έχουν σαφώς εντοπιστεί και σημειωθεί κατάλληλα οι εύθραυστες οροφές και τα μέρη τους (όπως σε φωταγωγούς);			
6.9	Προστατεύονται τα ανοίγματα με κατάλληλη σήμανση και καλύπτονται με σταθερά καλύμματα για να αποφεύγονται οι πτώσεις;			
7. Έκθεση σε χημικούς παράγοντες				
7.1	Εξετάζονται οι βλαπτικές ιδιότητες των οικοδομικών υλικών και λοιπών χημικών ουσιών που χρησιμοποιούνται;			



A/A	ΕΡΩΤΗΣΗ	ΝΑΙ	ΟΧΙ	ΠΑΡΑΤΗΡΗΣΕΙΣ
7.2	Έχουν ζητηθεί από τον εισαγωγέα ή τον προμηθευτή γραπτές πληροφορίες για τη δράση των παραγόντων ή των υλικών στην υγεία των εργαζομένων;			
7.3	Έχει γίνει εκτίμηση των κινδύνων;			
7.4	Έχει εξετασθεί η δυνατότητα χρήσης άλλων υλικών λιγότερο επικίνδυνων;			
7.5	Εισάγονται και διακινούνται τα υλικά με κατάλληλες συσκευασίες και επισήμανση;			
7.6	Γίνονται μετρήσεις για τη συγκέντρωση των παραγόντων στο εργασιακό περιβάλλον;			
7.7	Συγκρίνονται τα αποτελέσματα των μετρήσεων με τις οριακές τιμές;			
7.8	Παραπέμπονται οι εργαζόμενοι που εκτίθενται σε ιατρικό έλεγχο, όταν προβλέπεται από τη νομοθεσία;			
7.9	Έχουν πληροφορηθεί οι εργαζόμενοι για τους κινδύνους των χημικών ουσιών που χρησιμοποιούν και για τους τρόπους προφύλαξης;			
7.10	Εφοδιάζονται οι εργαζόμενοι με μέσα ατομικής προστασίας;			
7.11	Έχει προβλεφθεί λήψη έκτακτων μέτρων για τις περιπτώσεις υπερβάσεων των οριακών τιμών;			
7.12	Έχουν ενημερωθεί οι εργαζόμενοι για το περιεχόμενο και τις διαδικασίες λήψης των έκτακτων μέτρων;			
7.13	Η αποθήκευση και χρήση των επικίνδυνων ουσιών γίνεται με σωστό τρόπο;			
7.14	Υπάρχουν οι κάρτες δεδομένων χημικής ασφάλειας (MSDS);			
8. Έκθεση σε Φυσικούς Παράγοντες				
8.1	Κατά την επιλογή και προμήθεια εξοπλισμών έχει ληφθεί πρόνοια να είναι εφοδιασμένοι με συστήματα απόσβεσης θορύβου και κραδασμών;			



A/A	ΕΡΩΤΗΣΗ	ΝΑΙ	ΟΧΙ	ΠΑΡΑΤΗΡΗΣΕΙΣ
8.2	Έχουν ελεγχθεί και εκτιμηθεί τα επίπεδα θορύβου στα οποία εκτίθενται οι εργαζόμενοι;			
8.3	Η έκθεση εργαζομένων στο θόρυβο (ηχοέκθεση), κατά τη διάρκεια της ημερησίας εργασίας του μήπως ξεπερνά τα προβλεπόμενα όρια;			
8.4	Λαμβάνονται τα κατάλληλα προληπτικά και επανορθωτικά μέτρα για τον περιορισμό της στάθμης του θορύβου;			
8.5	Υπάρχει κατάλληλη οργάνωση της εργασίας, ώστε η έκθεση των εργαζομένων στο θόρυβο να περιορίζεται στα επιτρεπόμενα επίπεδα;			
8.6	Όταν είναι πιθανό η ηχοέκθεση να υπερβεί τα 80 dB(A) τίθενται στην διάθεση των εργαζομένων ατομικά ηχοπροστατευτικά μέσα;			
8.7	Οι εργαζόμενοι έχουν ενημερωθεί για την ορθή χρήση των μέσων αυτών;			
	Γίνονται έλεγχοι για την ορθή χρήση;			
8.8	Τα ατομικά μέσα προστασίας που χορηγούνται είναι προσαρμοσμένα στα ατομικά χαρακτηριστικά του κάθε εργαζόμενου και τις συνθήκες εργασίας του;			
8.9	Έχει ελεγχθεί μήπως η χρήση των ατομικών μέτρων προστασίας της ακοής οδηγεί σε αύξηση του συνολικού κινδύνου για την υγεία των εργαζομένων από άλλες αιτίες;			
8.10	Λαμβάνονται οργανωτικά ή τεχνικά μέτρα για τις περιπτώσεις υψηλών ή χαμηλών θερμοκρασιών;			
9. Μέσα Ατομικής Προστασίας (ΜΑΠ)				
9.1	Φέρουν όλα τα Μ.Α.Π. την ένδειξη CE με την κατάλληλη σήμανση;			
9.2	Έχει γίνει αξιολόγηση των Μέσων Ατομικής Προστασίας (Μ.Α.Π.) (κράνη, υποδήματα ασφαλείας κ.λπ.) όπως επιβάλλουν οι σχετικοί κανονισμοί, είναι αυτά κατάλληλα και χρησιμοποιούνται από όλους τους εργαζομένους;			



Α/Α	ΕΡΩΤΗΣΗ	ΝΑΙ	ΟΧΙ	ΠΑΡΑΤΗΡΗΣΕΙΣ
9.3	Οι εργαζόμενοι φέρουν σε κάθε περίπτωση κράνη και παπούτσια ασφαλείας και φασφορίζον γιλέκο;			
9.4	Έχουν ενημερωθεί οι εργαζόμενοι για την αναγκαιότητα των Μ.Α.Π. και τους τρόπους χρήσης της;			
9.5	Τα Μ.Α.Π. καθαρίζονται, συντηρούνται και αποθηκεύονται σωστά;			
9.6	Τα Μ.Α.Π. είναι εντός των ορίων διάρκειας ζωής που ορίζει ο κατασκευαστής;			



2.3.3 ΛΙΣΤΑ ΕΛΕΓΧΟΥ ΣΧΕΔΙΟΥ ΚΑΙ ΦΑΚΕΛΟΥ ΑΣΦΑΛΕΙΑΣ ΚΑΙ ΥΓΕΙΑΣ

A/A	ΕΡΩΤΗΣΗ	ΝΑΙ	ΟΧΙ	ΠΑΡΑΤΗΡΗΣΕΙΣ
ΜΕΡΟΣ 1 – Γενικά				
1.1	Υπάρχει Σχέδιο Ασφάλειας και Υγείας (ΣΑΥ) για το έργο;			
	Διατίθεται ολοκληρωμένο αντίγραφο στο εργοτάξιο;			
1.2	Το ΣΑΥ αναπροσαρμόζεται σε συνάρτηση με την πρόοδο των εργασιών και τις τυχόν τροποποιήσεις;			
1.3	Υπάρχει Φάκελος Ασφάλειας και Υγείας (ΦΑΥ) με πληροφορίες και χρήσιμα στοιχεία για τις ενδεχόμενες μεταγενέστερες εργασίες;			
1.4	Ο ΦΑΥ συμπληρώνεται με την πρόοδο των εργασιών;			
1.5	Όλοι οι εργολάβοι, υπεργολάβοι και αυτοαπασχολούμενοι είναι ενήμεροι για το περιεχόμενο του Σχεδίου Ασφάλειας και Υγείας που τους αφορά;			
ΜΕΡΟΣ 2 – Περιεχόμενα ΣΑΥ				
<i>Το Σχέδιο Ασφάλειας και Υγείας περιλαμβάνει:</i>				
2.1	Όλες τις φάσεις εργασιών που πρόκειται να λάβουν χώρα;			
2.2	Ανάλυση των μεθόδων εργασίας κατά φάση;			
2.3	Περιγραφή και γραπτή εκτίμηση όλων των κινδύνων κάθε φάσης και πρόταση μέτρων για την αποτροπή ή μείωσή τους;			



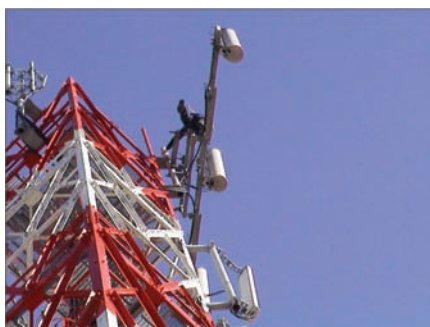
A/A	ΕΡΩΤΗΣΗ	ΝΑΙ	ΟΧΙ	ΠΑΡΑΤΗΡΗΣΕΙΣ
2.4	Συσχέτιση με το χρονοδιάγραμμα του έργου και ενδεχόμενη αναφορά των εργασιών που δεν πρέπει να συμπίπτουν για λόγους ασφαλείας;			
2.5	Λεπτομέρειες για τους κινδύνους που δεν έγινε δυνατό να αποφευχθούν στο στάδιο της μελέτης;			
2.6	Καθορισμένες διαδικασίες για τις εργασίες που ενέχουν ειδικούς κινδύνους για την Ασφάλεια και Υγεία στην εργασία;			
2.7	Διευθετήσεις για την προσπέλαση στο εργοτάξιο και την ασφαλή πρόσβαση στις θέσεις εργασίας;			
2.8	Διευθετήσεις για την κυκλοφορία πεζών και οχημάτων εντός εργοταξίου;			
2.9	Καθορισμό των χώρων αποθήκευσης των υλικών και τρόπου αποκομιδής αχρήστων;			
2.10	Διευθετήσεις για την αποκομιδή των επικίνδυνων υλικών;			
2.11	Διευθετήσεις για τους χώρους υγιεινής, λήψης γευμάτων και πρώτων βοηθειών;			
2.12	Μελέτη ανέγερσης και εγκατάστασης των κριωμάτων;			
2.13	Διευθετήσεις για την τροχαία κίνηση στην περίπτωση που αυτή επηρεάζεται από τις εργασίες;			
2.14	Διευθετήσεις για την ασφαλή πρόσβαση στις θέσεις εργασίας;			
2.15	Διευθετήσεις για τη διακίνηση των πεζών εκτός του εργοταξίου;			
2.16	Αποκλεισμό και σήμανση επικινδύνων περιοχών;			
2.17	Διευθετήσεις για την αποτροπή πτώσεως από ύψος ατόμων ή υλικών;			



Α/Α	ΕΡΩΤΗΣΗ	ΝΑΙ	ΟΧΙ	ΠΑΡΑΤΗΡΗΣΕΙΣ
2.18	Καταγραφή των μηχανικών μέρων που θα λάβουν μέρος στην κατασκευή και των αδειών ή παραστατικών στοιχείων που τα συνοδεύουν;			
2.19	Εξέταση των υλικών κατασκευής και των τυχόν επιπτώσεων της χρήσης τους στην υγεία των εργαζομένων;			
2.20	Εξέταση της ευστάθειας προσωρινών θέσεων εργασίας;			
ΜΕΡΟΣ 3 – Περιεχόμενα ΦΑΥ				
<i>Ο Φάκελος Ασφάλειας και Υγείας περιλαμβάνει:</i>				
3.1	Το μητρώο του έργου (σχέδια και τεχνική περιγραφή του έργου);			
3.2	Οδηγίες και χρήσιμα στοιχεία σε θέματα ΥΑ-Ε για ενδεχόμενες μεταγενέστερες εργασίες (όπως εργασίες συντήρησης, μετατροπής καθαρισμού, κ.λ.π);			
3.3	Οι οδηγίες αναφέρονται μεταξύ άλλων σε:			
	- ασφαλή τρόπο εκτέλεσης των μεταγενέστερων εργασιών			
	- μέτρα αποφυγής κινδύνων από διάφορα δίκτυα			
	- πυρασφάλεια			

2.4 ΤΗΛΕΠΙΚΟΙΝΩΝΙΕΣ

2.4.1 ΛΙΣΤΑ ΕΛΕΓΧΟΥ: ΤΗΛΕΠΙΚΟΙΝΩΝΙΕΣ - ΣΤΑΘΜΟΙ ΒΑΣΗΣ ΚΙΝΗΤΗΣ ΤΗΛΕΦΩΝΙΑΣ



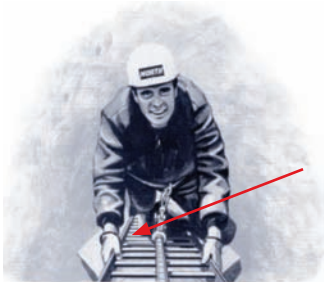

ΓΕΝΙΚΑ ΣΤΟΙΧΕΙΑ

ΕΠΙΧΕΙΡΗΣΗ/ΓΜΗΜΑ ΕΡΓΑΣΙΑΣ

ΗΜΕΡΟΜΗΝΙΑ ΕΛΕΓΧΟΥ:

ΕΙΔΙΚΟΤΗΤΑ ΕΡΓΑΖΟΜΕΝΟΥ:

A/A	ΕΡΩΤΗΣΗ	ΝΑΙ	ΟΧΙ	ΠΑΡΑΤΗΡΗΣΕΙΣ
Κίνδυνοι από πτώσεις				
1	Υπάρχουν «πατάρια» για την πρόληψη πτώσης στο κενό, στους πυλώνες; 			
2	Υπάρχουν κιγκλιδώματα ασφαλείας στις σκάλες στους πυλώνες; 			

Α/Α	ΕΡΩΤΗΣΗ	ΝΑΙ	ΟΧΙ	ΠΑΡΑΤΗΡΗΣΕΙΣ
3	<p>Υπάρχει σταθερό σύστημα κάθετης ράγας στη σκάλα όπου προσδένεται με rail lock ο εργαζόμενος;</p> 			
4	<p>Υπάρχει ο Φάκελος Ασφάλειας και Υγείας (ΦΑΥ) από τον κατασκευαστή του σταθμού βάσης για ασφαλή συντήρηση;</p>			
5	<p>Οι εργασίες σε ύψος αναλαμβάνονται από εκπαιδευμένα άτομα, ψυχολογικά και φυσικά υγιή;</p>			
	<p>Γίνεται τακτικός ιατρικός έλεγχος;</p>			
6	<p>Όλα τα άτομα που εργάζονται σε ύψος είναι εφοδιασμένα με τα κατάλληλα μέσα προστασίας όπως ζώνες ασφαλείας, κράνη, υποδήματα;</p>			
7	<p>Τα Μ.Α.Π. έχουν ολόσωμη πρόσδεση με ανακόπτη πτώσης;</p> 			
8	<p>Τα Μ.Α.Π. έχουν CE;</p>			
9	<p>Υπάρχουν οδηγίες χειρισμού;</p>			



A/A	ΕΡΩΤΗΣΗ	ΝΑΙ	ΟΧΙ	ΠΑΡΑΤΗΡΗΣΕΙΣ
10	Είναι εκπαιδευμένοι οι εργαζόμενοι για τη χρήση των Μ.Α.Π.;			
11	Γίνεται σωστή συντήρηση των Μ.Α.Π.;			
12	Απαγορεύεται να εργάζονται μόνοι και απομονωμένοι;			
13	Απαγορεύεται η εργασία σε ύψος όταν οι καιρικές συνθήκες δεν το επιτρέπουν (δυνατοί άνεμοι, παγωνιά, ομίχλη, καταιγίδα);			
14	Υπάρχει επαρκής φωτισμός κατά τη διάρκεια των εργασιών (φυσικός ή τεχνητός) ώστε οι εργαζόμενοι να κινούνται με ασφάλεια και με πλήρη ορατότητα των ορίων και των εμποδίων του χώρου που εργάζονται;			
	Υπάρχει σύστημα διαφυγής και διάσωσης σε περίπτωση τραυματισμού ή ασθένειας εργαζόμενων;			
Κίνδυνοι από ακτινοβολίες				
1	Σε τι συχνότητα λειτουργεί ο σταθμός;			
	Πόσους πομποδέκτες φέρει;			
2	Έχουν μετρηθεί δειγματοληπτικά μεγέθη όπως η ένταση ηλεκτρικού πεδίου (E), η ένταση μαγνητικού πεδίου (H) και η πυκνότητα ισχύος (S) του σταθμού, ώστε να προσδιοριστεί αν υπερβαίνουν τα προβλεπόμενα επίπεδα αναφοράς για τη συχνότητα λειτουργίας;			
3	Οι παραπάνω μετρήσεις επαναλαμβάνονται περιοδικά;			
4	Έχει βρεθεί υπέρβαση ορίων στους χώρους που κινούνται οι εργαζόμενοι, λόγω συνεγκατάστασης διπλών σταθμών;			





Α/Α	ΕΡΩΤΗΣΗ	ΝΑΙ	ΟΧΙ	ΠΑΡΑΤΗΡΗΣΕΙΣ
5	Έχει γίνει κατηγοριοποίηση των περιοχών γύρω από την κεραία με βάση τα επίπεδα Η/Μ ακτινοβολίας;			
	Έχουν διαβαθμιστεί οι περιοχές;			
6	Υπάρχει ενδεικτική σήμανση σε κάθε ζώνη;			
7	Έχουν ενημερωθεί οι εργαζόμενοι για τον κίνδυνο από την Η/Μ ακτινοβολία και τα απαραίτητα μέσα προστασίας για πρόσβαση σε κάθε ζώνη;			
8	Οι εργαζόμενοι που εισέρχονται σε περιοχή με εκπομπές Η/Μ ακτινοβολίας πάνω από τα επίπεδα αναφοράς, έχουν τα κατάλληλα Μ.Α.Π. και εξοπλισμό (ειδική στολή, δοσίμετρα);			
9	Έχουν εκπαιδευτεί για τη σωστή χρήση και συντήρηση των Μ.Α.Π.;			
10	Ο λοβός ακτινοβολίας της κεραίας διευθύνεται σε άλλη κατεύθυνση από αυτή που εργάζονται οι εργαζόμενοι;			
11	Απενεργοποιείται η κεραία κατά τις εργασίες συντήρησης;			
	Ελέγχεται αν υπάρχουν εκπομπές από διπλές κεραίες;			
12	Αν δεν είναι δυνατή η απενεργοποίηση της κεραίας, οι εργασίες γίνονται πίσω από τα ακτινοβολούντα στοιχεία της, όπου το πεδίο είναι ασθενέστερο;			
13	Οι καμπίνες εγκατάστασης των πομποδεκτών έχουν την κατάλληλη θωράκιση;			
14	Έχουν δοθεί στο προσωπικό γραπτές οδηγίες ασφαλούς λειτουργίας των εγκαταστάσεων;			
	Υπάρχει βιβλίο καταγραφής των δραστηριοτήτων;			
	Υπάρχει πινακίδιο με οδηγίες χρήσης στο σταθμό βάσης;			

2.5 ΜΕΤΑΛΛΕΙΑ – ΟΡΥΧΕΙΑ

2.5.1 ΛΙΣΤΕΣ ΕΛΕΓΧΟΥ ΓΙΑ ΕΞΟΡΥΚΤΙΚΕΣ ΕΠΙΧΕΙΡΗΣΕΙΣ ΜΕ ΕΠΙΦΑΝΕΙΑΚΗ ΕΚΜΕΤΑΛΛΕΥΣΗ ΚΑΙ ΕΠΙΧΕΙΡΗΣΕΙΣ ΕΠΕΞΕΡΓΑΣΙΑΣ ΔΙΑΚΟΣΜΗΤΙΚΩΝ ΛΙΘΩΝ (ΣΧΙΣΤΗΡΙΑ)

2.5.1.1 Λίστα ελέγχου για τους επαγγελματικούς κινδύνους σε εξορυκτικές επιχειρήσεις με επιφανειακή εκμετάλλευση



1. ΓΕΝΙΚΑ				
Α/Α	ΕΡΩΤΗΣΗ	ΝΑΙ	ΟΧΙ	ΠΑΡΑΤΗΡΗΣΕΙΣ
1.1	Έχει συνταχθεί το έγγραφο ασφάλειας και υγείας;			
1.2	Το έγγραφο αναθεωρείται όταν στο χώρο εργασίας επέρχονται αλλαγές, επεκτάσεις ή σημαντικές μετατροπές;			
1.3	Υπάρχουν γραπτές οδηγίες σε κάθε χώρο για τους κανόνες που πρέπει να τηρούνται για την ασφάλεια και την υγεία των εργαζομένων και την ασφαλή χρήση του εξοπλισμού;			
1.4	Καταρτίζεται κατάλληλο πρόγραμμα που προβλέπει τη συστηματική επιθεώρηση, τη συντήρηση και όπου απαιτείται τη δοκιμή του μηχανολογικού, ηλεκτρολογικού εξοπλισμού και των εγκαταστάσεων;			
1.5	Η συντήρηση, η επιθεώρηση και η δοκιμή οποιουδήποτε τμήματος της εγκατάστασης ή του εξοπλισμού εκτελείται από αρμόδιο πρόσωπο;			
1.6	Υπάρχουν αρχειοθετημένα αρχεία των δελτίων επιθεωρήσεων και δοκιμών;			



A/A	ΕΡΩΤΗΣΗ	ΝΑΙ	ΟΧΙ	ΠΑΡΑΤΗΡΗΣΕΙΣ
1.7	Γίνεται επίβλεψη της υγείας των εργαζομένων σύμφωνα με την ισχύουσα Νομοθεσία;			
1.8	Υπάρχουν οδηγίες για περίπτωση ατυχήματος και τα απαραίτητα τηλέφωνα και διευθύνσεις ανάγκης (αρμόδιοι προϊστάμενοι, γιατροί, νοσοκομεία, πυροσβεστική κ.λπ.);			
1.9	Υπάρχει η κατάλληλη σήμανση ασφαλείας και απεικονίζεται με τις επεξηγήσεις της σημασίας της σε συγκεντρωτικούς πίνακες;			
1.10	Γίνεται εκπαίδευση των εργαζομένων σε θέματα ΥΑΕ;			
1.11	Υπάρχει το θεωρημένο σχετικό βιβλίο για τα εκπαιδευτικά σεμινάρια και αναγράφονται σε αυτό τα σεμινάρια και τα ονόματα των εργαζομένων που τα παρακολούθησαν;			
1.12	Κοντά στις θέσεις εργασίας υπάρχει πόσιμο νερό;			
1.13	Υπάρχουν τα κατάλληλα συστήματα επικοινωνίας προειδοποίησης και συναγερμού που όταν χρειαστεί επιτρέπουν την άμεση έναρξη των επιχειρήσεων άμεσου βοήθειας εκκένωσης και διάσωσης;			
1.14	Στις θέσεις εργασίας όπου εργάζονται μεμονωμένα άτομα έχουν την κατάλληλη παρακολούθηση ή τη δυνατότητα να διατηρούν επαφή μέσω τηλεπικοινωνιακών μέσων;			
1.15	Υπάρχουν διαλείμματα κατά την εργασία;			
1.16	Υπάρχουν οι κατάλληλες εγκαταστάσεις για παροχή πρώτων βοηθειών σύμφωνα με τη Νομοθεσία;			
1.17	Υπάρχουν χώροι υγιεινής σύμφωνα με την ισχύουσα Νομοθεσία;			
1.18	Υπάρχουν χώροι ανάπαυσης όπου απαιτείται σύμφωνα με την ισχύουσα Νομοθεσία;			
1.19	Πραγματοποιούνται ασκήσεις ασφάλειας;			



Α/Α	ΕΡΩΤΗΣΗ	ΝΑΙ	ΟΧΙ	ΠΑΡΑΤΗΡΗΣΕΙΣ
1.20	Υπάρχουν τα κατάλληλα μέσα εκκένωσης και διάσωσης;			
1.21	Διατίθενται στους εργαζόμενους ο κατάλληλος εξοπλισμός ατομικής προστασίας σύμφωνα με την ισχύουσα νομοθεσία;			
1.22	Υπάρχουν άλλες εγκαταστάσεις;			
	Αποθήκες			
	Γραφεία			
	Σκυροθραυστική μονάδα			
	Άλλη			

2. ΕΡΓΑΣΙΕΣ ΕΚΜΕΤΑΛΛΕΥΣΗΣ

Α/Α	ΕΡΩΤΗΣΗ	ΝΑΙ	ΟΧΙ	ΠΑΡΑΤΗΡΗΣΕΙΣ
2.1	Έχει οριοθετηθεί ο χώρος για τον οποίο έχει δοθεί η άδεια εκμετάλλευσης με τεχνητά και μόνιμα ορόσημα;			
2.2	Η μέθοδος εκμετάλλευσης είναι σύμφωνη με τη μελέτη;			
2.3	Το ύψος και η κλίση των μετώπων είναι σύμφωνα με τη Νομοθεσία;			
2.4	Το πλάτος των βαθμίδων όπου κινούνται τροχοφόρα μηχανήματα είναι το λιγότερο 12 μέτρα;			
2.5	Το πλάτος, η κλίση και η ακτίνα καμπυλότητας των οδών εξωτερικής και εσωτερικής προσπέλασης είναι σύμφωνα με τη νομοθεσία;			
2.6	Το ύψος, η κλίση των μετώπων και το πλάτος των εγκαταλειπόμενων βαθμίδων είναι σύμφωνα με τη νομοθεσία;			
2.7	Σε περίπτωση δημιουργίας απόκρημνων περιοχών, απομονώνονται αυτές σύμφωνα με τη νομοθεσία;			
2.8	Υπάρχει κίνδυνος ολίσθησης υλικών, πετρωμάτων κ.λπ. από τα πρανή;			



A/A	ΕΡΩΤΗΣΗ	ΝΑΙ	ΟΧΙ	ΠΑΡΑΤΗΡΗΣΕΙΣ
2.9	Κατά τη διάρκεια των εργασιών ξεσκαρώματος πληρούνται όλες οι προϋποθέσεις ασφάλειας;			
2.10	Ο χώρος και ο τρόπος εναπόθεσης των στείρων υλικών είναι σύμφωνος με τη μελέτη;			
2.11	Η εναπόθεση των στείρων υλικών δημιουργεί κίνδυνο για την ασφάλεια των εργαζομένων;			
2.12	Παραμένουν στείρα υλικά σε μη εγκεκριμένους χώρους απόθεσης;			
2.13	Η φόρτωση, εκφόρτωση και μεταφορά των υλικών γίνεται κατά τρόπο ώστε να μην εκτίθενται σε κίνδυνο πρόσωπα;			
2.14	Λαμβάνονται μέτρα ώστε σε περίπτωση απόληξης συσσωρευμένου υλικού, υποκείμενου σε κατολίσθηση (χώμα, άμμος κ.λπ.) να μη δημιουργούνται απότομα πρανή ή να μην υπονομεύεται τούτο;			

3. ΑΠΟΘΗΚΕΥΣΗ - ΜΕΤΑΦΟΡΑ ΚΑΙ ΧΡΗΣΗ ΕΚΡΗΚΤΙΚΩΝ ΥΛΩΝ

A/A	ΕΡΩΤΗΣΗ	ΝΑΙ	ΟΧΙ	ΠΑΡΑΤΗΡΗΣΕΙΣ
3.1	Αν υπάρχει αποθήκη εκρηκτικών στο έργο, έχει κατασκευαστεί σύμφωνα με τις σχετικές προδιαγραφές;			
3.2	Υπάρχουν ξεχωριστές αποθήκες εκρηκτικών και καψυλλίων;			
3.3	Τηρούνται οι αποστάσεις ασφαλείας που προβλέπονται από τη νομοθεσία, μεταξύ των αποθηκών;			
3.4	Υπάρχει το ειδικό βιβλίο «προμήθειας και κατανάλωσης εκρηκτικών υλών» που προβλέπεται από τη νομοθεσία;			
3.5	Γίνεται απογραφή του υλικού της αποθήκης σε τακτά χρονικά διαστήματα και ενημερώνεται το παραπάνω σχετικό βιβλίο;			
3.6	Τηρούνται οι κανόνες ασφαλείας κατά τη διαχείριση των εκρηκτικών υλών εντός της αποθήκης;			



A/A	ΕΡΩΤΗΣΗ	ΝΑΙ	ΟΧΙ	ΠΑΡΑΤΗΡΗΣΕΙΣ
3.7	Απαγορεύεται το κάπνισμα, η χρήση φλόγας και κάθε εργασία που είναι δυνατόν να δημιουργήσει σπινθήρα, σε χώρο όπου υπάρχουν εκρηκτικές ύλες;			
3.8	Η ποσότητα εκρηκτικών που μεταφέρεται σε μία ημέρα στο έργο, είναι ίση με την ημερήσια κατανάλωση;			
3.9	Η διεύθυνση του έργου έχει αναθέσει έγγραφα σε ειδικευμένα άτομα τη διαχείριση, φύλαξη, μεταφορά, έλεγχο και χρησιμοποίηση των εκρηκτικών υλών και των μέσων έναυσης και πυροδότησης;			
3.10	Τηρούνται οι κανόνες ασφάλειας κατά τη φόρτωση και μεταφορά των εκρηκτικών υλών;			
3.11	Τα οχήματα μεταφοράς εκρηκτικών υλών πληρούν τις προδιαγραφές ασφάλειας;			
3.12	Όταν γίνεται χειρωνακτική μεταφορά, η μεταφερόμενη ποσότητα ανά άτομο είναι μικρότερη των 25 κιλών;			
3.13	Η εκτέλεση εργασιών γόμωσης και πυροδότησης γίνεται από εργαζόμενους που έχουν άδεια γομωτή – πυροδότη;			
3.14	Γίνεται έλεγχος ως προς την ποιότητα των χρησιμοποιούμενων εκρηκτικών υλών πριν τη χρήση;			
3.15	Έχει τοποθετηθεί η απαραίτητη σήμανση που να προειδοποιεί για τη χρήση εκρηκτικών στο έργο;			
3.16	Έχει εξεταστεί αν οι εκρήξεις πρόκειται να θέσουν σε κίνδυνο λειτουργίες και εγκαταστάσεις της περιοχής;			
3.17	Με ευθύνη του αρμοδίου προσώπου έχουν αποκλειστεί όλες οι δίοδοι και προσπελάσεις προς τον τόπο της έκρηξης;			
3.18	Έχουν τοποθετηθεί σε κατάλληλα σημεία υπεύθυνα άτομα;			



A/A	ΕΡΩΤΗΣΗ	ΝΑΙ	ΟΧΙ	ΠΑΡΑΤΗΡΗΣΕΙΣ
3.19	Έχουν τοποθετηθεί κατάλληλες προειδοποιητικές πινακίδες και ενδεικτικά σήματα κινδύνου με επεξηγήσεις, κοντά στο μέτωπο αλλά και μακριά από το σημείο της έκρηξης;			
3.20	Απαγορεύεται η διέλευση εργαζομένων στην περιοχή που προετοιμάζεται έκρηξη ακόμα και κατά τη διάρκεια που πραγματοποιείται η γόμωση των διατηρημάτων;			
3.21	Πριν την έκρηξη, δίνεται ευκρινές σήμα (ηχητικό προειδοποιητικό σήμα) γνωστό σε όλους και εξακριβώνεται ότι όλοι κατέφυγαν σε ασφαλείς-προκαθορισμένες θέσεις;			
3.22	Η απαγόρευση προσέγγισης - κυκλοφορίας, τηρείται αυστηρά και μετά την έκρηξη, μέχρις ότου διαπιστωθεί η έλλειψη κινδύνου και επιτραπεί η προσέγγιση με ηχητικό σήμα (διαφορετικό από το πρώτο);			
3.23	Για τον υπολογισμό της απόστασης ασφαλείας για κάλυψη του προσωπικού σε ανοικτό χώρο λαμβάνεται υπόψη, η ποσότητα της εκρηκτικής ύλης και ο τύπος των αναμενόμενων θραυσμάτων;			
3.24	Τηρούνται οι προβλεπόμενες διαδικασίες ασφάλειας κατά τη γόμωση, την πυροδότηση και τον έλεγχο των υπονόμων μετά τη διαδικασία της πυροδότησης;			
3.25	Εφόσον προβλέπεται εκτίναξη λίθων, γίνεται κάλυψη της επιφάνειας του διατηρήματος ώστε να αντιμετωπισθεί ο κίνδυνος αυτός;			
3.26	Στις επιφανειακές ανατινάξεις καθαρίζεται όλη η επιφάνεια από οτιδήποτε μπορεί να εκτιναχθεί (πέτρες κ.α.);			
3.27	Στη θέση που προετοιμάζεται έκρηξη, μεταφέρονται μόνο οι άμεσα απαιτούμενες ποσότητες εκρηκτικών, καψυλλίων κ.λπ. και η αποσυσκευασία τους γίνεται μόνο πριν την άμεση χρήση τους;			
3.28	Απαγορεύεται η χρήση ασυρμάτων ή κινητών τηλεφώνων κατά τις εργασίες γόμωσης με χρήση ηλεκτρικών καψυλλίων;			



Α/Α	ΕΡΩΤΗΣΗ	ΝΑΙ	ΟΧΙ	ΠΑΡΑΤΗΡΗΣΕΙΣ
3.29	Όταν διαπιστωθεί μετά την έκρηξη, ύπαρξη υπονόμων που δεν έχουν εκραγεί ακολουθούνται οι προβλεπόμενες διαδικασίες ασφάλειας;			
3.30	Καταχωρούνται τα στοιχεία αυτά στο θεωρημένο ειδικό βιβλίο αποτυχημένων υπονόμων;			
3.31	Ο χειρισμός και η χρήση εκρηκτικών σταματά όταν πλησιάζει κακοκαιρία, θύελλα κ.λπ.;			
3.32	Ακατάλληλες εκρηκτικές ύλες και καψύλλια, επιστρέφονται στον προμηθευτή ή καταστρέφονται από αρμόδιο/εξουσιοδοτημένο άτομο που έχει άδεια να το κάνει;			

4. ΜΗΧΑΝΟΛΟΓΙΚΟΣ ΕΞΟΠΛΙΣΜΟΣ

Α/Α	ΕΡΩΤΗΣΗ	ΝΑΙ	ΟΧΙ	ΠΑΡΑΤΗΡΗΣΕΙΣ
4.1	Τα μηχανήματα τα χειρίζονται εξουσιοδοτημένα άτομα που έχουν τις κατάλληλες άδειες όπου απαιτείται σύμφωνα με τη Νομοθεσία;			
4.2	Υπάρχουν για τα μηχανήματα οι άδειες χρήσης;			
4.3	Όλα τα μηχανήματα έχουν τις διατάξεις ασφαλείας που προβλέπει η Νομοθεσία;			
4.4	Τα μηχανήματα φέρουν τις απαραίτητες για την ασφάλεια των εργαζομένων προειδοποιητικές ενδείξεις και σημάνσεις;			
4.5	Οι πληροφορίες και οι οδηγίες χρήσης είναι κατανοητές από τους ενδιαφερόμενους εργαζομένους;			
4.6	Τηρούνται τα όρια λειτουργίας και φόρτισης κάθε μηχανήματος που υπάρχουν στα επίσημα prospecta ή προδιαγραφές του κατασκευαστή;			
4.7	Τηρούνται οι κανόνες ασφαλούς μεταφοράς υλικών εντός και εκτός χώρου σύμφωνα με την ισχύουσα νομοθεσία;			



A/A	ΕΡΩΤΗΣΗ	ΝΑΙ	ΟΧΙ	ΠΑΡΑΤΗΡΗΣΕΙΣ
4.8	Οι περιοχές και τα σημεία όπου γίνεται εργασία ή συντήρηση του εξοπλισμού φωτίζονται κατάλληλα ανάλογα με τις προς εκτέλεση εργασίες;			
4.9	Γίνεται τακτική συντήρηση από εξειδικευμένο προσωπικό ή έκτακτα όπου απαιτηθεί;			
4.10	Τηρείται ενημερωμένο το βιβλιário συντήρησης (προγραμματισμένης, προληπτικής συντήρησης, συνήθους συντήρησης και επισκευών) κάθε εξοπλισμού που διαθέτει τέτοιο βιβλιário;			
4.11	Κατά τη συντήρηση, τηρούνται οι κανόνες ασφάλειας σύμφωνα με τη Νομοθεσία;			
4.12	Οποιαδήποτε εργασία γίνει κατά τη συντήρηση ή επισκευή, χρησιμοποιείται εξοπλισμός ατομικής προστασίας;			
4.13	Αν κατά τη λειτουργία, διαπιστωθεί βλάβη, διακόπτεται αμέσως η λειτουργία του, ειδοποιείται ο υπεύθυνος και επισκευάζεται;			
4.14	Ο θάλαμος οδήγησης είναι επαρκής, έχει καλή ορατότητα, προστατεύεται από καιρικές συνθήκες;			
4.15	Ο χειριστής έχει καλή ορατότητα της ζώνης εργασίας ή συνεργάζεται με άλλο άτομο;			
4.16	Τα αυτοκινούμενα μηχανήματα είναι εφοδιασμένα με πυροσβεστήρες και κουτί πρώτων βοηθειών;			
4.17	Οι αεροσυμπιεστές και οι αερόσφυρες είναι αντιθρομβικού τύπου;			
4.18	Οι χειρολαβές των αεροσφυρών διαθέτουν σύστημα απορρόφησης κραδασμών;			
4.19	Οι εργαζόμενοι σε αυτά κάνουν χρήση εξοπλισμού ατομικής προστασίας;			
4.20	Τα ηλεκτρικά εργαλεία ελέγχονται πριν τη χρήση τους όσον αφορά στα καλώδια τροφοδοσίας και τη μόνωση;			



5. ΠΡΟΣΤΑΣΙΑ ΑΠΟ ΗΛΕΚΤΡΙΚΟ ΡΕΥΜΑ

A/A	ΕΡΩΤΗΣΗ	ΝΑΙ	ΟΧΙ	ΠΑΡΑΤΗΡΗΣΕΙΣ
5.1	Είναι εντοπισμένα τα σημεία εγκατάστασης των ηλεκτρικών γραμμών (υπόγειων ή εναέριων) και λαμβάνονται μέτρα προστασίας;			
5.2	Τα ηλεκτρικά δίκτυα και οι εγκαταστάσεις ακολουθούν τις προβλέψεις διατάξεων και τις απαιτήσεις ισχύος;			
5.3	Τυχόν μεταφερόμενες καλωδιώσεις έχουν αυξημένη μηχανική αντοχή και επαρκείς μονώσεις και ανταποκρίνονται στις καταναλώσεις;			
5.4	Δίκτυα, κυκλώματα, ηλεκτρικοί πίνακες, εγκαταστάσεις, συσκευές, εργαλεία και μηχανήματα γενικά είναι σε καλή κατάσταση, γειωμένα και συντηρούνται σε τακτά χρονικά διαστήματα και εκτάκτως σε περίπτωση βλάβης;			
5.5	Οι ηλεκτρικοί πίνακες είναι τύπου στεγανού και κλειδώνουν;			
5.6	Οι μεταφορές υλικών και η διέλευση υψηλών οχημάτων ή μηχανημάτων πραγματοποιούνται μακριά από θέσεις όπου υπάρχουν δίκτυα ή άλλοι ηλεκτροφόροι αγωγοί;			
5.7	Τα φορητά καλώδια τροφοδοσίας, ακολουθούν διαδρομές που δεν δημιουργούν κινδύνους, έχουν, δε, αυτά επισημανθεί;			
5.8	Λαμβάνονται προφυλάξεις που διασφαλίζουν ότι τα ηλεκτρικά συστήματα διατηρούνται σε ασφαλή κατάσταση;			
5.9	Οι χρησιμοποιούμενοι ρευματοδότες και ρευματολήπτες είναι στεγανού τύπου;			
5.10	Σε περιβάλλον εύφλεκτο, όπως αποθήκες εκρηκτικών κ.λπ., έχουν τοποθετηθεί εγκαταστάσεις, εξοπλισμός και φωτιστικά αντικρηκτικού τύπου ή όπως προβλέπουν οι ειδικοί Κανονισμοί;			



6. ΕΞΟΠΛΙΣΜΟΣ ΑΤΟΜΙΚΗΣ ΠΡΟΣΤΑΣΙΑΣ

A/A	ΕΡΩΤΗΣΗ	ΝΑΙ	ΟΧΙ	ΠΑΡΑΤΗΡΗΣΕΙΣ
6.1	Η επιχείρηση διαθέτει στους εργαζόμενους τον κατάλληλο εξοπλισμό ατομικής προστασίας σύμφωνα με τη Νομοθεσία;			
6.2	Εξασφαλίζεται η σωστή αποθήκευση, συντήρηση και καθαρισμός των εξοπλισμών ατομικής προστασίας;			
6.3	Οι οδηγίες χρήσης των εξοπλισμών ατομικής προστασίας είναι σαφείς και κατανοητές στους εργαζόμενους;			
6.4	Γίνεται εκπαίδευση των εργαζομένων στη σωστή χρήση των εξοπλισμών ατομικής προστασίας, όπου απαιτείται;			
6.5	Πραγματοποιείται έλεγχος αν οι εργαζόμενοι σε κάθε περίπτωση χρησιμοποιούν τον εξοπλισμό ατομικής προστασίας που απαιτείται στην εργασία τους;			
6.6	Γίνεται ενημέρωση των εργαζομένων για τους κινδύνους από τους οποίους τους προστατεύει η χρήση του εξοπλισμού ατομικής προστασίας;			

7. ΣΥΝΕΡΓΕΙΑ ΟΧΗΜΑΤΩΝ – ΜΗΧΑΝΗΜΑΤΩΝ ΕΡΓΟΥ

A/A	ΕΡΩΤΗΣΗ	ΝΑΙ	ΟΧΙ	ΠΑΡΑΤΗΡΗΣΕΙΣ
7.1	Οι οδοί διαφυγής και οι διάδρομοι κυκλοφορίας – σκάλες είναι ελεύθερες από τυχόν εμπόδια;			
7.2	Έχουν τοποθετηθεί οι προβλεπόμενες πινακίδες «Ασφάλειας» καθώς και οδηγίες με τα απαραίτητα τηλέφωνα σε περίπτωση ατυχήματος – πυρκαγιάς;			
7.3	Τα δάπεδα είναι απαλλαγμένα από λάδια και άλλες ουσίες;			
7.4	Υπάρχει σύστημα διαχείρισης χρησιμοποιημένων λιπαντικών;			



A/A	ΕΡΩΤΗΣΗ	ΝΑΙ	ΟΧΙ	ΠΑΡΑΤΗΡΗΣΕΙΣ
7.5	Είναι εκτός λειτουργίας όλες οι συσκευές ηλεκτροσυγκόλλησης που δεν χρησιμοποιούνται;			
7.6	Υπάρχει γείωση στη συσκευή ηλεκτροσυγκόλλησης και οι ακροδέκτες είναι σε καλή κατάσταση από πλευράς μόνωσης;			
7.7	Είναι κλειστές οι φιάλες πεπιεσμένων αερίων και τα λάστιχα μαζεμένα όταν δεν χρησιμοποιούνται;			
7.8	Υπάρχουν βαλβίδες αντεπιστροφής, κατάλληλα μανόμετρα και είναι σε καλή κατάσταση;			
7.9	Η μεταφορά και αποθήκευση των φιαλών γίνεται με ασφαλή τρόπο;			
7.10	Απομακρύνονται όλες οι άχρηστες ουσίες σε ειδικούς κάδους;			
7.11	Τηρείται η διαδικασία για ύπαρξη μέγιστης ποσότητας για ημερήσια μόνο κατανάλωση εντός του συνεργείου;			
7.12	Υπάρχει κατάλληλη αποθήκη εύφλεκτων και χημικών ουσιών;			
7.13	Τηρούνται οι πρόνοιες για μέγιστες επιτρεπόμενες ποσότητες χημικών ουσιών εκτός αποθήκης;			
7.14	Οι ράμπες ελέγχου των οχημάτων είναι καλυμμένες, όταν δεν χρησιμοποιούνται;			
7.15	Υπάρχει η κατάλληλη σήμανση (σήμανση εισόδου - εξόδου οχήματος, θέση ράμπας);			
7.16	Υπάρχει μόνιμο σύστημα ανύψωσης (γερανογέφυρα);			
7.17	Είναι πιστοποιημένο το μόνιμο σύστημα ανύψωσης (γερανογέφυρα);			
7.18	Επιθεωρείται ο ανυψωτικός εξοπλισμός του (ιμάντες, συρματόσχοινα κ.λπ.);			
7.19	Ο χειρισμός του ανυψωτικού μηχανήματος γίνεται από εξουσιοδοτημένο προσωπικό;			
7.20	Τηρούνται οι κανόνες ασφάλειας όταν γίνεται χρήση πεπιεσμένου αέρα;			



A/A	ΕΡΩΤΗΣΗ	ΝΑΙ	ΟΧΙ	ΠΑΡΑΤΗΡΗΣΕΙΣ
7.21	Υπάρχει ικανοποιητικός φωτισμός και εξαερισμός του χώρου εργασίας;			
7.22	Ο χρησιμοποιούμενος ηλεκτρολογικός εξοπλισμός είναι σε καλή κατάσταση (πίνακας, καλώδια);			
7.23	Υπάρχει στον ηλεκτρικό πίνακα ρελέ διαφυγής;			
7.24	Τα εργαλεία χειρός (π.χ. τροχοί) έχουν τις απαιτούμενες ασφαλιστικές και προστατευτικές διατάξεις;			
7.25	Υπάρχει ασφαλής αποθήκευση των υλικών και των εργαλείων στους πάγκους εργασίας;			
7.26	Υπάρχει κατάλληλος πυροσβεστικός εξοπλισμός;			
7.27	Υπάρχει κουτί πρώτων βοηθειών καλά εξοπλισμένο σε προσιτό σημείο με την κατάλληλη σήμανση;			
7.28	Οι εργαζόμενοι χρησιμοποιούν τον προβλεπόμενο, ανάλογα με την εργασία, εξοπλισμό ατομικής προστασίας;			
7.29	Έχουν ενημερωθεί και εκπαιδευτεί για τα μέτρα ασφάλειας και υγείας;			

8. ΕΡΓΑΣΙΕΣ ΣΤΗ ΣΚΥΡΟΘΡΑΥΣΤΙΚΗ ΜΟΝΑΔΑ

A/A	ΕΡΩΤΗΣΗ	ΝΑΙ	ΟΧΙ	ΠΑΡΑΤΗΡΗΣΕΙΣ
8.1	Λειτουργεί η μονάδα σύμφωνα με τις προδιαγραφές του κατασκευαστή;			
8.2	Εάν ΝΑΙ, πώς επιβεβαιώνεται η λειτουργία σύμφωνα με τις προδιαγραφές;			
8.3	Τηρούνται οι όροι της άδειας λειτουργίας της μονάδας;			
8.4	Οι εργαζόμενοι έχουν ενημερωθεί - εκπαιδευθεί κατάλληλα για την ασφαλή πραγματοποίηση της εργασίας;			



Α/Α	ΕΡΩΤΗΣΗ	ΝΑΙ	ΟΧΙ	ΠΑΡΑΤΗΡΗΣΕΙΣ
8.5	Υπάρχει πρόγραμμα συντήρησης της μονάδας;			
8.6	Διακόπτεται η λειτουργία κατά τη διάρκεια συντήρησης ή επισκευής του συγκροτήματος;			
	Σ' αυτή την περίπτωση εκδίδεται άδεια εκτέλεσης εργασιών;			
8.7	Όταν διακόπτεται η λειτουργία της μονάδας για τις εργασίες συντήρησης - επισκευής, τοποθετούνται οι σχετικές προειδοποιητικές πινακίδες;			
8.8	Έχουν εντοπισθεί - επισημανθεί τα επικίνδυνα σημεία της εγκατάστασης;			
8.9	Υπάρχουν κατάλληλα προστατευτικά σε όλα τα κινούμενα μέρη της εγκατάστασης;			
8.10	Υπάρχουν ασφαλιστικοί μηχανισμοί σε περιπτώσεις ανάγκης έκτακτης διακοπής λειτουργίας;			
8.11	Υπάρχει επαρκής φωτισμός;			
8.12	Έχει ληφθεί μέριμνα για την πυροπροστασία της μονάδας;			
8.13	Υπάρχει κατάλληλη σήμανση ασφάλειας;			
8.14	Υπάρχει η κατάλληλη σήμανση για απαγόρευση παρουσίας εργαζομένων εντός ή κοντά στις εγκαταστάσεις κατά τη διάρκεια λειτουργία τους;			
8.15	Υπάρχει περίφραξη - απαγόρευση πρόσβασης στα επικίνδυνα σημεία της μονάδας;			
8.16	Χρησιμοποιείται ο απαραίτητος εξοπλισμός ατομικής προστασίας;			
8.17	Δεσμεύεται η παραγόμενη σκόνη;			
8.18	Γίνεται καθαρισμός - συντήρηση στα τμήματα του υφιστάμενου οδικού δικτύου που γειτνιάζουν με τη μονάδα;			



A/A	ΕΡΩΤΗΣΗ	ΝΑΙ	ΟΧΙ	ΠΑΡΑΤΗΡΗΣΕΙΣ
8.19	Ο χειριστής έχει καλή ορατότητα της ζώνης εργασίας ή έστω βοηθείται για αυτό από κατάλληλο βοηθό;			
8.20	Υπάρχουν αναρτημένα τα τηλέφωνα έκτακτης ανάγκης;			
8.21	Έχει γίνει κατάλληλη εφαρμογή μέσων και μεθόδων που να επιτρέπουν το χειρισμό των θορυβωδών μηχανημάτων από χώρους ή θέσεις εργασίας ηχητικά μονωμένους;			
8.22	Υπάρχει φαρμακείο;			

9. ΠΡΟΣΤΑΣΙΑ ΑΠΟ ΦΥΣΙΚΟΥΣ ΠΑΡΑΓΟΝΤΕΣ

A/A	ΕΡΩΤΗΣΗ	ΝΑΙ	ΟΧΙ	ΠΑΡΑΤΗΡΗΣΕΙΣ
9.1 Θόρυβος				
9.1.1	Έχουν γίνει μετρήσεις των επιπέδων θορύβου στα οποία εκτίθενται οι εργαζόμενοι;			
9.1.2	Έχει γίνει καταγραφή των αποτελεσμάτων των μετρήσεων αυτών;			
9.1.3	Λαμβάνονται τα κατάλληλα τεχνικά και οργανωτικά μέτρα για τον περιορισμό της στάθμης του θορύβου σ' ένα χώρο και για κάθε θέση εργασίας;			
9.1.4	Όταν το επίπεδο ημερήσιας ηχοέκθεσης είναι ενδεχόμενο να υπερβεί τα 80 dB (A) διατίθενται στους εργαζόμενους εξοπλισμός προστασίας της ακοής;			
9.1.5	Όταν το επίπεδο ημερήσιας ηχοέκθεσης είναι πιθανό να υπερβεί τα 85 dB (A) καθίσταται υποχρεωτική η χρήση του εξοπλισμού ατομικής προστασίας της ακοής;			
9.1.6	Έχουν ενημερωθεί οι εργαζόμενοι για την ορθή χρήση των μέσων και παρακολουθείται αυτή;			



Α/Α	ΕΡΩΤΗΣΗ	ΝΑΙ	ΟΧΙ	ΠΑΡΑΤΗΡΗΣΕΙΣ
9.1.7	Ο εξοπλισμός ατομικής προστασίας που χορηγείται είναι προσαρμοσμένος στα ατομικά χαρακτηριστικά του κάθε εργαζόμενου και τις συνθήκες εργασίας του;			
9.1.8	Ελέγχεται μήπως η χρήση του εξοπλισμού προστασίας της ακοής μπορεί να δημιουργήσει κίνδυνο για την υγεία των εργαζομένων από άλλες αιτίες (π.χ. ωτίτιδες);			
9.1.9	Έχουν την κατάλληλη σήμανση οι χώροι εργασίας, όπου βάση της εκτίμησης των κινδύνων, οι εργαζόμενοι ενδέχεται να εκτεθούν σε επίπεδα θορύβου που υπερβαίνουν τις ανώτερες τιμές για ανάληψη δράσης;			
9.1.10	Υπάρχει μέριμνα για ιατρική παρακολούθηση του εργαζομένου όταν αυτό κρίνεται απαραίτητο από τα αποτελέσματα της εκτίμησης και των μετρήσεων των επιπέδων του θορύβου;			
9.1.11	Επιλέγονται μηχανήματα και εργαλεία τα οποία έχουν κατασκευαστεί με τρόπο ώστε να προκαλούν θορύβους κάτω από τα επιτρεπόμενα όρια ή έχουν την κατάλληλη επένδυση για την απορρόφηση του θορύβου;			
9.1.12	Γίνεται μόνωση με κατάλληλα ηχομονωτικά μέσα των θορυβωδών μηχανημάτων ή εργασιών από τους υπόλοιπους χώρους όπου απασχολούνται εργαζόμενοι;			
9.1.13	Γίνεται τακτική συντήρηση των θορυβωδών μηχανημάτων ή εργαλείων;			
9.2 Φωτισμός				
9.2.1	Στις θέσεις εργασίας υπάρχει επαρκής φυσικός φωτισμός;			
9.2.2	Εάν όχι, διατίθεται ικανοποιητικός τεχνητός φωτισμός (σταθερός και φορητός) ομοιόμορφος, ανάλογος με τις απαιτήσεις της εργασίας και της κυκλοφορίας στο χώρο;			



A/A	ΕΡΩΤΗΣΗ	ΝΑΙ	ΟΧΙ	ΠΑΡΑΤΗΡΗΣΕΙΣ
9.2.3	Ο τεχνητός φωτισμός που χρησιμοποιείται είναι διάχυτος (μη θαμβωτικός και δεν δημιουργεί ενοχλητικές σκιές);			
9.2.4	Μήπως οι εργαζόμενοι ενοχλούνται από το φωτισμό γειτονικών θέσεων; Υπάρχουν εργαζόμενοι που παραπονιούνται για «θάμβωση»;			
9.2.5	Διατίθεται φωτισμός για την ασφαλή κίνηση σε σκοτεινούς δρόμους και άλλες θέσεις του έργου και φωτισμός έκτακτης ανάγκης (εκκένωσης του έργου) για την περίπτωση γενικής διακοπής;			
9.2.6	Σε περίπτωση βλάβης του συστήματος φωτισμού έκτακτης ανάγκης διαθέτουν οι εργαζόμενοι ατομικό εξοπλισμό φωτισμού όπου είναι απαραίτητο;			
9.2.7	Οι λάμπες προστατεύονται από θραύση με προστατευτικό πλέγμα;			
9.2.8	Στις περιπτώσεις χρήσης τεχνητού φωτισμού, φροντίζετε για τον καθαρισμό των λαμπτήρων;			
3. Κραδασμοί - Δονήσεις				
9.3.1	Έχουν γίνει μετρήσεις των επιπέδων έκθεσης σε κραδασμούς, στα οποία εκτίθενται οι εργαζόμενοι;			
9.3.2	Έχει γίνει καταγραφή των αποτελεσμάτων των μετρήσεων αυτών;			
9.3.3	Σε περίπτωση υπέρβασης των τιμών έκθεσης για ανάληψη δράσης λαμβάνονται τα κατάλληλα τεχνικά και οργανωτικά μέτρα για τον περιορισμό της έκθεσης σε κραδασμούς σε ένα χώρο και για κάθε θέση εργασίας;			
9.3.4	Διατίθεται στους εργαζόμενους ατομικός προστατευτικός εξοπλισμός;			



Α/Α	ΕΡΩΤΗΣΗ	ΝΑΙ	ΟΧΙ	ΠΑΡΑΤΗΡΗΣΕΙΣ
9.3.5	Έχουν ενημερωθεί οι εργαζόμενοι για την ορθή χρήση του εξοπλισμού και παρακολουθείται αυτή;			
9.3.6	Ο εξοπλισμός ατομικής προστασίας που χορηγείται είναι προσαρμοσμένος στα ατομικά χαρακτηριστικά του κάθε εργαζόμενου και τις συνθήκες εργασίας του;			
9.3.7	Οι θέσεις χειρισμού των οχημάτων έχουν συστήματα απόσβεσης δονήσεων;			
9.3.8	Υπάρχει διαδικασία εκπαίδευσης σε σχέση με την ορθή χρήση του εξοπλισμού ατομικής προστασίας;			
9.3.9	Έχουν την κατάλληλη σήμανση χώροι εργασίας όπου βάση της εκτίμησης των κινδύνων οι εργαζόμενοι ενδέχεται να εκτεθούν σε επίπεδα κραδασμών που υπερβαίνουν τις ανώτερες τιμές για ανάληψη δράσης;			
9.3.10	Υπάρχει μέριμνα για ιατρική παρακολούθηση του εργαζόμενου όταν αυτό κρίνεται απαραίτητο από τα αποτελέσματα της εκτίμησης και των μετρήσεων των επιπέδων των κραδασμών;			
9.3.11	Εφαρμόζονται κατάλληλα προγράμματα εργασίας που να περιορίζουν τη διάρκεια και την ένταση της έκθεσης στους κραδασμούς;			
9.3.12	Εφαρμόζονται προγράμματα για την καλύτερη οργάνωση του ωραρίου εργασίας προβλέποντας επαρκείς περιόδους ανάπαυσης;			
9.3.13	Επιλέγεται κατάλληλος εξοπλισμός εργασίας ο οποίος είναι ορθά σχεδιασμένος από εργονομική άποψη και παράγει λαμβάνοντας υπόψη την πραγματοποιούμενη εργασία τους ελάχιστους δυνατούς κραδασμούς;			
9.3.14	Εφαρμόζονται κατάλληλα προγράμματα συντήρησης έτσι ώστε να διασφαλίζεται η καλή λειτουργία του εξοπλισμού εργασίας;			



A/A	ΕΡΩΤΗΣΗ	ΝΑΙ	ΟΧΙ	ΠΑΡΑΤΗΡΗΣΕΙΣ
9.3.15	Παρέχεται βοηθητικός εξοπλισμός που περιορίζει τους κινδύνους βλαβών που οφείλονται στους κραδασμούς π.χ. καθίσματα που μειώνουν αποτελεσματικά τους κραδασμούς που μεταδίδονται σε ολόκληρο το σώμα κ.λπ.;			
9.3.16	Γίνεται επαρκής ενημέρωση και κατάρτιση ώστε οι εργαζόμενοι να χρησιμοποιούν ορθά και με ασφαλή τρόπο τον εξοπλισμό εργασίας για να περιορίζουν στο ελάχιστο την έκθεσή τους σε μηχανικούς κραδασμούς;			
4. Θερμικό περιβάλλον				
9.4.1	Λαμβάνονται οργανωτικά ή τεχνικά μέτρα για τις περιπτώσεις υψηλών ή χαμηλών θερμοκρασιών;			
9.4.2	Διατίθενται ο κατάλληλος εξοπλισμός ατομικής προστασίας στους εργαζόμενους;			
9.4.3	Είναι αυτός προσαρμοσμένος στο θερμικό περιβάλλον εργασίας;			

10. ΠΡΟΣΤΑΣΙΑ ΑΠΟ ΧΗΜΙΚΟΥΣ ΠΑΡΑΓΟΝΤΕΣ

A/A	ΕΡΩΤΗΣΗ	ΝΑΙ	ΟΧΙ	ΠΑΡΑΤΗΡΗΣΕΙΣ
10.1	Έχει γίνει εκτίμηση των κινδύνων σε εργασίες όπου οι εργαζόμενοι εκτίθενται σε περιβάλλον επιβαρυνόμενο με σκόνες;			
10.2	Έγιναν μετρήσεις όπου κρίθηκε απαραίτητο και έχει γίνει καταγραφή των αποτελεσμάτων των μετρήσεων αυτών;			
10.3	Οι εργαζόμενοι έχουν εφοδιαστεί με τον κατάλληλο εξοπλισμό ατομικής προστασίας για προστασία από σκόνη (μάσκα, γυαλιά κ.λπ.);			
10.4	Πραγματοποιείται έλεγχος αν οι εργαζόμενοι χρησιμοποιούν τον εξοπλισμό ατομικής προστασίας που απαιτείται;			
10.5	Υπάρχει στα διατηρητικά μηχανήματα, εφόσον δεν γίνεται υγρή διάτρηση, κονιοσυλλέκτης;			



A/A	ΕΡΩΤΗΣΗ	ΝΑΙ	ΟΧΙ	ΠΑΡΑΤΗΡΗΣΕΙΣ
10.6	Λαμβάνονται άλλα μέτρα καταστολής της σκόνης (π.χ. κατάβρεγμα δρόμων κ.λπ.);			
10.7	Εξετάζονται κατά πόσο κάποιες από τις ιδιότητες υλικών που χρησιμοποιούνται μπορεί να προκαλέσουν βλάβες σε εργαζόμενους;			
10.8	Έχουν ζητηθεί από τον εισαγωγέα ή προμηθευτή τα δελτία δεδομένων ασφάλειας των υλικών που χρησιμοποιούνται;			
10.9	Έχει εξετασθεί η δυνατότητα χρήσης άλλων υλικών λιγότερο επικίνδυνων;			
10.10	Τα υλικά που χρησιμοποιούνται βρίσκονται στις κατάλληλες συσκευασίες και υπάρχει αναρτημένη η κατάλληλη επισήμανση σχετικά με την επικινδυνότητα της ουσίας;			
10.11	Παραπέμπονται οι εργαζόμενοι που εκτίθενται, σε ιατρικό έλεγχο, όπου απαιτείται;			
10.12	Έχουν πληροφορηθεί οι εργαζόμενοι για τους κινδύνους των χημικών ουσιών που χρησιμοποιούν και για τους τρόπους προφύλαξης;			
10.13	Εφοδιάζονται οι εργαζόμενοι με τον κατάλληλο εξοπλισμό ατομικής προστασίας;			
10.14	Γνωρίζουν οι εργαζόμενοι τη χρησιμότητα των εξοπλισμών αυτών και έχουν εκπαιδευτεί στη χρήση τους;			
10.15	Έχει προβλεφθεί λήψη έκτακτων μέτρων για τις περιπτώσεις υπερβάσεων των οριακών τιμών;			
10.16	Έχουν ενημερωθεί οι εργαζόμενοι για το περιεχόμενο και τις διαδικασίες λήψης των έκτακτων μέτρων;			
10.17	Η αποθήκευση και χρήση των επικίνδυνων ουσιών γίνεται με σωστό τρόπο;			

2.5.1.2 Λίστα ελέγχου για τους επαγγελματικούς κινδύνους σε επιχειρήσεις επεξεργασίας διακοσμητικών λίθων (Σχιστήρια)



1. ΓΕΝΙΚΑ

A/A	ΕΡΩΤΗΣΗ	ΝΑΙ	ΟΧΙ	ΠΑΡΑΤΗΡΗΣΕΙΣ
1.1	Υπάρχουν γραπτές οδηγίες σε κάθε χώρο για τους κανόνες που πρέπει να τηρούνται για την ασφάλεια, την υγεία των εργαζομένων και την ασφαλή χρήση του εξοπλισμού;			
1.2	Καταρτίζεται κατάλληλο πρόγραμμα συντήρησης του μηχανολογικού, ηλεκτρολογικού εξοπλισμού και των εγκαταστάσεων;			
1.3	Η συντήρηση, οποιουδήποτε τμήματος της εγκατάστασης ή του εξοπλισμού εκτελείται από αρμόδιο πρόσωπο;			
1.4	Υπάρχουν αρχειοθετημένα αρχεία των δελτίων συντήρησης;			
1.5	Γίνεται επίβλεψη της υγείας των εργαζομένων σύμφωνα με την ισχύουσα Νομοθεσία;			
1.6	Υπάρχουν οδηγίες για περίπτωση ατυχήματος και τα απαραίτητα τηλέφωνα και διευθύνσεις ανάγκης (αρμόδιοι προϊστάμενοι, γιατροί, νοσοκομεία, πυροσβεστική κ.λπ.);			
1.7	Υπάρχει η κατάλληλη σήμανση ασφαλείας και απεικονίζεται με τις επεξηγήσεις της σημασίας της σε συγκεντρωτικούς πίνακες;			
1.8	Γίνεται εκπαίδευση των εργαζομένων σε θέματα ΥΑΕ;			
1.9	Υπάρχουν διαλείμματα κατά την εργασία;			

A/A	ΕΡΩΤΗΣΗ	ΝΑΙ	ΟΧΙ	ΠΑΡΑΤΗΡΗΣΕΙΣ
1.10	Διατίθεται στους εργαζόμενους ο κατάλληλος εξοπλισμός ατομικής προστασίας σύμφωνα με την ισχύουσα νομοθεσία;			
1.11	Υπάρχουσες άλλες εγκαταστάσεις;			
	Αποθήκες			
	Γραφεία			
	Άλλη			

2. ΚΤΗΡΙΑΚΕΣ ΕΓΚΑΤΑΣΤΑΣΕΙΣ

A/A	ΕΡΩΤΗΣΗ	ΝΑΙ	ΟΧΙ	ΠΑΡΑΤΗΡΗΣΕΙΣ
2.1	Παρουσιάζουν τα δάπεδα κίνδυνους ολίσθησης;			
2.2	Υπάρχουν προστατευτικά καλύμματα σε όλα τα ανοίγματα του δαπέδου (κανάλια, φρεάτια);			
2.3	Υπάρχουν κατάλληλα φράγματα και πλευρικοί ορθοστάτες σε σκάλες κοντά σε ανοίγματα του εδάφους, σε επικίνδυνες μηχανές ή διαδικασίες;			
2.4	Υπάρχουν έξοδοι διαφυγής σε κάθε πάτωμα ή μεγάλο χώρο εργασίας και διατηρούνται ελεύθερες από εμπόδια οι οδοί διαφυγής που οδηγούν στις εξόδους κινδύνου;			
2.5	Καθαρίζονται οι χώροι εργασίας από τα μη αναγκαία απορρίμματα και υλικά και γίνεται χρήση ειδικών δοχείων συλλογής αυτών κοντά στις θέσεις εργασίας;			
2.6	Εξασφαλίζεται επαρκής φυσικός εξαερισμός των χώρων και γίνεται χρήση εξαεριστήρων, ανεμιστήρων για ανανέωση του ατμοσφαιρικού αέρα όπου κρίνεται αναγκαίο ανάλογα με τη φύση της εργασίας;			
2.7	Υπάρχουν οι απαραίτητοι χώροι διαλείμματος;			
2.8	Υπάρχει η απαιτούμενη υγιεινή στις τουαλέτες;			
2.9	Υπάρχει επαρκής σήμανση στους χώρους εργασίας;			
2.10	Έχουν τις προβλεπόμενες διαστάσεις οι σκάλες και οι διάδρομοι κυκλοφορίας;			



A/A	ΕΡΩΤΗΣΗ	ΝΑΙ	ΟΧΙ	ΠΑΡΑΤΗΡΗΣΕΙΣ
2.11	Είναι εμφανής η πορεία διαφυγής προς τις σκάλες και τους διαδρόμους κυκλοφορίας;			
2.12	Είναι επαρκής ο φωτισμός που παρέχεται στις σκάλες και τους διαδρόμους κυκλοφορίας;			
2.13	Όσες σκάλες ενώνουν δάπεδα διαφορετικών επιπέδων, φέρουν πλευρικά κάγκελα;			
2.14	Στις σκάλες που ενώνουν δάπεδα διαφορετικών επιπέδων υπάρχουν τοποθετημένα υλικά προϊόντα που περιορίζουν το πλάτος τους;			
2.15	Είναι επαρκής η σήμανση των διαδρόμων κυκλοφορίας;			
2.16	Αποφεύγεται η διέλευση οχημάτων από τους διαδρόμους κυκλοφορίας των εργαζόμενων;			
2.17	Είναι καθαρό το δάπεδο των διαδρόμων κυκλοφορίας;			

3. ΠΑΡΟΧΗ Α΄ ΒΟΗΘΕΙΩΝ

A/A	ΕΡΩΤΗΣΗ	ΝΑΙ	ΟΧΙ	ΠΑΡΑΤΗΡΗΣΕΙΣ
3.1	Διαθέτουν οι χώροι εργασίας επιτοίχια κιβώτια υγειονομικού υλικού;			
3.2	Ελέγχεται η πληρότητα των κιβωτίων υγειονομικού υλικού;			
3.3	Υπάρχει η κατάλληλη σήμανση;			
3.4	Πραγματοποιείται περιοδική επιμόρφωση των εργαζόμενων σε θέματα παροχής α΄ βοθησιών;			

4. ΦΩΤΙΣΜΟΣ

A/A	ΕΡΩΤΗΣΗ	ΝΑΙ	ΟΧΙ	ΠΑΡΑΤΗΡΗΣΕΙΣ
4.1	Στις θέσεις εργασίας υπάρχει επαρκής φυσικός φωτισμός;			
4.2	Εάν όχι, διατίθεται ικανοποιητικός τεχνητός φωτισμός ομοιόμορφος, ανάλογος με τις απαιτήσεις της εργασίας στο χώρο εργασίας;			



A/A	ΕΡΩΤΗΣΗ	ΝΑΙ	ΟΧΙ	ΠΑΡΑΤΗΡΗΣΕΙΣ
4.3	Υπάρχει κανονική/ικανή κατανομή σημείων ελέγχου του τεχνητού φωτισμού;			
4.4	Είναι σωστά αναρτημένος ο τεχνητός φωτισμός;			
4.5	Αποκλείονται οι εναλλαγές και οι αντιθέσεις φωτεινότητας κατά τη χρησιμοποίηση του τεχνητού φωτισμού;			
4.6	Ο τεχνητός φωτισμός που χρησιμοποιείται είναι διάχυτος (μη θαμβωτικός δεν δημιουργεί ενοχλητικές σκιές);			
4.7	Στις περιπτώσεις χρήσης τεχνητού φωτισμού, κάθε πότε φροντίζετε για τον καθαρισμό των λαμπτήρων;			
4.8	Υπάρχει φωτισμός έκτακτης ανάγκης σε περίπτωση διακοπής του ηλεκτρικού ρεύματος;			
4.9	Λειτουργεί ο φωτισμός έκτακτης ανάγκης;			
4.10	Είναι κατάλληλος ο φωτισμός στα κλιμακοστάσια και τις οδούς κυκλοφορίας;			
4.11	Οι διακόπτες γενικού φωτισμού και τοπικού φωτισμού είναι σε προσιτά σημεία;			

5. ΑΠΟΘΗΚΕΥΤΙΚΟΙ ΧΩΡΟΙ

A/A	ΕΡΩΤΗΣΗ	ΝΑΙ	ΟΧΙ	ΠΑΡΑΤΗΡΗΣΕΙΣ
5.1	Πραγματοποιείται ελεύθερα η μετακίνηση των εργαζόμενων στις αποθήκες υλικού;			
5.2	Είναι τα υλικά κατάσβεσης της πυρκαγιάς τοποθετημένα σωστά στους χώρους αποθήκευσης υλικού;			
5.3	Είναι επαρκής ο χώρος αποθήκευσης υλικού;			
5.4	Διατηρούνται καθαροί οι διάδρομοι και το δάπεδο της αποθήκης υλικού;			
5.5	Διατηρούνται σε καλή κατάσταση οι κλίμακες που χρησιμοποιούνται για τα ράφια της αποθήκης;			
5.6	Λειτουργεί ο τεχνητός αερισμός της αποθήκης υλικών;			
5.7	Είναι σωστή η τοποθέτηση υλικών στο χώρο αποθήκευσής τους (τα βαριά υλικά στο κάτω μέρος και τα ελαφρά στο πάνω);			
5.8	Υπάρχει ο κατάλληλος φωτισμός στο χώρο της αποθήκης;			



6. ΗΛΕΚΤΡΙΚΕΣ ΕΓΚΑΤΑΣΤΑΣΕΙΣ

Α/Α	ΕΡΩΤΗΣΗ	ΝΑΙ	ΟΧΙ	ΠΑΡΑΤΗΡΗΣΕΙΣ
6.1	Υπάρχουν στοιχεία με ηλεκτρική τάση ακάλυπτα ή προσιτά που θα μπορούσαν να αποτελέσουν πηγή κίνδυνου;			
6.2	Τα καλώδια της εγκατάστασης ακολουθούν ασφαλείς διαδρομές χωρίς να εκτίθενται σε μηχανικές φθορές, διαβρωτικά χημικά, καύσιμα, υπερβολική ζεστή ή άλλες καταπονήσεις;			
6.3	Έχουν οι ηλεκτρικοί πίνακες και υποπίνακες δυνατότητα ασφάλισης (κλειδώματος);			
6.4	Είναι γειωμένα τα μηχανήματα, τα εργαλεία, οι συσκευές και γενικότερα οι εγκαταστάσεις;			
6.5	Υπάρχει ρελέ διαφυγής;			
6.6	Στους χώρους με αυξημένο κίνδυνο έκρηξης, υπάρχουν οι προβλεπόμενες αντιεκρηκτικού τύπου προδιαγραφές, τα φωτιστικά σώματα, τα μηχανήματα και γενικότερα η εγκατάσταση;			
6.7	Διακόπτεται η παροχή ρεύματος σε κυκλώματα ή μηχανήματα που δεν χρησιμοποιούνται πλέον;			

7. ΠΥΡΑΣΦΑΛΕΙΑ

Α/Α	ΕΡΩΤΗΣΗ	ΝΑΙ	ΟΧΙ	ΠΑΡΑΤΗΡΗΣΕΙΣ
7.1	Οι φορητοί πυροσβεστήρες είναι κατάλληλου τύπου και επαρκείς σε αριθμό;			
7.2	Υπάρχουν πινακίδες σήμανσης των μέσων πυρόσβεσης;			
7.3	Γίνεται εύκολα και ανεμπόδιστα η πρόσβαση στους χώρους τοποθέτησης των πυροσβεστήρων;			
7.4	Έχουν αναρτηθεί πινακίδες σε εμφανή σημεία της εγκατάστασης με οδηγίες πρόληψης πυρκαγιάς και τρόπους δράσης του προσωπικού της επιχείρησης, σε περίπτωση έναρξης πυρκαγιάς;			
7.5	Εφαρμόζεται πρόγραμμα εκπαίδευσης του προσωπικού για την αντιμετώπιση περιπτώσεων εμφάνισης πυρκαγιάς;			



A/A	ΕΡΩΤΗΣΗ	ΝΑΙ	ΟΧΙ	ΠΑΡΑΤΗΡΗΣΕΙΣ
7.6	Υπάρχει ομάδα πυρόσβεσης;			
7.7	Αναγομώνονται τακτικά και υπάρχει η σχετική ένδειξη;			
7.8	Ελέγχεται η κατάστασή τους τακτικά;			
7.9	Αν υπάρχει εσωτερικό σύστημα πυρόσβεσης με σωληνώσεις ελέγχεται τακτικά;			
	Σε τι κατάσταση βρίσκεται;			
7.10	Αν υπάρχει σύστημα συναγερμού και αυτόματο σύστημα πυρόσβεσης ελέγχονται τακτικά;			
7.11	Υπάρχει η κατάλληλη σήμανση και η σωστή αποθήκευση των τυχόν υπαρχόντων επικίνδυνων ουσιών στο χώρο εργασίας;			
7.12	Υπάρχουν φιάλες με αέρια υπό πίεση;			
7.13	Αποθηκεύονται σε ξεχωριστό χώρο κατάλληλα προφυλαγμένες σε όρθια θέση και καλά στερεωμένες;			
7.14	Υπάρχει σήμανση στις οδούς διαφυγής και τις εξόδους κινδύνου;			
7.15	Διατηρούνται οι οδοί διαφυγής και οι εξοδοί κινδύνου συνεχώς καθαρές και χωρίς εμπόδια;			
7.16	Απομακρύνονται τα διάφορα άχρηστα υλικά από τους χώρους και τους διαδρόμους εργασίας;			

8. ΣΤΑΘΕΡΟΣ ΕΞΟΠΛΙΣΜΟΣ ΕΡΓΑΣΙΑΣ

A/A	ΕΡΩΤΗΣΗ	ΝΑΙ	ΟΧΙ	ΠΑΡΑΤΗΡΗΣΕΙΣ
8.1	Φέρει κάθε μηχανή σήμανση «CE»;			
8.2	Υπάρχει ενδεχόμενο ακούσιας λειτουργίας κάποιου εξοπλισμού;			
8.3	Διαθέτει ο εξοπλισμός διάταξη επείγουσας διακοπής λειτουργίας του (stop);			
8.4	Υπάρχει προστασία των εργαζόμενων από τα κινούμενα μηχανικά στοιχεία μέσω προφυλακτήρων ή συστημάτων αυτόματης διακοπής της κίνησης των επικίνδυνων μερών;			



A/A	ΕΡΩΤΗΣΗ	ΝΑΙ	ΟΧΙ	ΠΑΡΑΤΗΡΗΣΕΙΣ
8.5	Διαθέτει ο εξοπλισμός κατάλληλο φωτισμό στα σημεία χειρισμού και συντήρησης;			
8.6	Διακόπτεται η λειτουργία του εξοπλισμού κατά τις εργασίες συντήρησης;			
8.7	Τηρείται αρχείο με το πρόγραμμα συντήρησης του κατασκευαστή και καταχωρούνται οι έκτατες βλάβες που αντιμετωπίστηκαν;			
8.8	Υπάρχουν αναρτημένες απαγορευτικές πινακίδες για την είσοδο σε χώρους όπου δεν επιτρέπεται η πρόσβαση λόγω υψηλού κίνδυνου;			
8.9	Προστατεύονται οι εργαζόμενοι από κίνδυνους άμεσης ή έμμεσης επαφής με το ηλεκτρικό ρεύμα, κατά τη λειτουργία του εξοπλισμού;			

9. ΦΟΡΗΤΑ ΗΛΕΚΤΡΙΚΑ ΕΡΓΑΛΕΙΑ

A/A	ΕΡΩΤΗΣΗ	ΝΑΙ	ΟΧΙ	ΠΑΡΑΤΗΡΗΣΕΙΣ
9.1	Φέρει κάθε εργαλείο σήμανση «CE»;			
9.2	Λειτουργούν οι προφυλακτήρες των κοπτικών εργαλείων;			
9.3	Διατηρούνται καθαρά τα ηλεκτρικά εργαλεία;			
9.4	Αποθηκεύονται τα ηλεκτρικά εργαλεία στη θέση αποθήκευσής τους μετά τη χρήση;			
9.5	Ελέγχεται η συμβατότητά τους ως προς το περιβάλλον εργασίας;			
9.6	Αντικαθίστανται αμέσως τα εργαλεία τα οποία έχει διαπιστωθεί ότι έχουν φθαρεί;			

10. ΕΡΓΟΝΟΜΙΑ ΘΕΣΕΩΝ ΕΡΓΑΣΙΑΣ

A/A	ΕΡΩΤΗΣΗ	ΝΑΙ	ΟΧΙ	ΠΑΡΑΤΗΡΗΣΕΙΣ
10.1	Γίνεται χρήση, τροχαλιών ή άλλων μέσων σε δύσκολες ή επίπονες εργασίες καθώς και μηχανικών μέσων για τη μετακίνηση βαρέων φορτίων;			



A/A	ΕΡΩΤΗΣΗ	ΝΑΙ	ΟΧΙ	ΠΑΡΑΤΗΡΗΣΕΙΣ
10.2	Είναι σωστά σχεδιασμένα ως προς το ύψος ο εξοπλισμός εργασίας, τα χειριστήρια και οι επιφάνειες εργασίας, ώστε να αποφεύγονται στάσεις κάμψεις για όρθιους εργαζόμενους;			
10.3	Παρέχονται πάγκοι εργασίας κατάλληλου ύψους ανάλογα με τη θέση εργασίας;			
10.4	Υπάρχουν διαθέσιμα ράφια για υλικά και εργαλεία δίπλα από τις θέσεις εργασίας ώστε να μην περιορίζεται ο ελεύθερος χώρος εργασίας και να επιτυγχάνεται καλύτερη οργάνωση της εργασίας;			

11. ΕΞΟΠΛΙΣΜΟΣ ΑΤΟΜΙΚΗΣ ΠΡΟΣΤΑΣΙΑΣ

A/A	ΕΡΩΤΗΣΗ	ΝΑΙ	ΟΧΙ	ΠΑΡΑΤΗΡΗΣΕΙΣ
11.1	Καταβάλλεται προσπάθεια για λήψη τεχνικών μέτρων περιορισμού των κινδύνων, στην πηγή τους ανεξάρτητα από τη χρήση εξοπλισμού ατομικής προστασίας;			
11.2	Η επιχείρηση διαθέτει στους εργαζόμενους τον κατάλληλο εξοπλισμό ατομικής προστασίας σύμφωνα με τη Νομοθεσία;			
11.3	Εξασφαλίζεται η σωστή αποθήκευση, συντήρηση και καθαρισμός των εξοπλισμών ατομικής προστασίας;			
11.4	Οι οδηγίες χρήσης των εξοπλισμών ατομικής προστασίας είναι σαφείς και κατανοητές στους εργαζόμενους;			
11.5	Γίνεται εκπαίδευση των εργαζομένων στην σωστή χρήση των εξοπλισμών ατομικής προστασίας, όπου απαιτείται;			
11.6	Πραγματοποιείται έλεγχος αν οι εργαζόμενοι, σε κάθε περίπτωση, χρησιμοποιούν τον εξοπλισμό ατομικής προστασίας που απαιτείται στην εργασία τους;			
11.7	Γίνεται ενημέρωση των εργαζομένων για τους κινδύνους από τους οποίους τους προστατεύει η χρήση του εξοπλισμού ατομικής προστασίας;			



A/A	ΕΡΩΤΗΣΗ	ΝΑΙ	ΟΧΙ	ΠΑΡΑΤΗΡΗΣΕΙΣ
11.8	Υπάρχει αναρτημένη σήμανση υποχρέωσης χρήσης των ανάλογων εξοπλισμών ατομικής προστασίας σε κάθε θέση εργασίας και ελέγχονται οι εργαζόμενοι για τη χρήση αυτών;			

12. ΚΙΝΟΥΜΕΝΑ ΜΗΧΑΝΗΜΑΤΑ

A/A	ΕΡΩΤΗΣΗ	ΝΑΙ	ΟΧΙ	ΠΑΡΑΤΗΡΗΣΕΙΣ
12.1	Αναγράφονται στα κινητά μηχανήματα οι δυνατότητές τους, ώστε να μη γίνεται υπέρβαση αυτών και ενδεχόμενο ατύχημα;			
12.2	Υπάρχει σύστημα ηχητικής ή/και οπτικής προειδοποίησης στους χώρους εργασίας όπου χρησιμοποιούνται κινητά μηχανήματα;			
12.3	Διαθέτουν οι χειριστές την ανάλογη άδεια;			
12.4	Τα περονοφόρα οχήματα φέρουν σκέπαστρο πάνω από τη θέση του χειριστή;			
12.5	Λαμβάνονται μέτρα ώστε να μη χειρίζονται τα κινητά μηχανήματα μη αδειούχοι εργαζόμενοι;			

13. ΓΕΡΑΝΟΙ

A/A	ΕΡΩΤΗΣΗ	ΝΑΙ	ΟΧΙ	ΠΑΡΑΤΗΡΗΣΕΙΣ
13.1	Έχουν την κατάλληλη άδεια τα άτομα που χειρίζονται τους γερανούς;			
13.2	Ελέγχονται τα παλάγκα, τα συρματόσχοινα, τα κλειδιά και οι πείροι για την εμφάνιση πιθανών φθορών πριν την ανύψωση φορτίου;			
13.3	Απομακρύνονται τα άτομα που δε συμμετέχουν στην εκτέλεση της εργασίας;			
13.4	Ελέγχεται το βάρος των φορτίων που πρόκειται να ανυψωθούν ώστε να μην υπερβαίνει το επιτρεπόμενο φορτίο λειτουργίας του γερανού;			
13.5	Υπάρχει μηχανισμός που να διακόπτει αυτόματα τη λειτουργία του μηχανήματος σε περίπτωση υπερφόρτωσης;			



A/A	ΕΡΩΤΗΣΗ	ΝΑΙ	ΟΧΙ	ΠΑΡΑΤΗΡΗΣΕΙΣ
13.6	Τα ανυψωτικά μηχανήματα είναι εδρασμένα με σωστό τρόπο;			
13.7	Όπου χρησιμοποιούνται γάντζοι, είναι τύπου ασφαλείας;			
13.8	Τα στοιχεία τους προσεγγίζουν αγωγούς ηλεκτρικών δικτύων;			
13.9	Υπάρχει σύστημα μείωσης των κραδασμών που προκαλούνται είτε στο τέλος της διαδρομής από σύγκρουση είτε από απότομη πέδησης;			
13.10	Τα άγκιστρα είναι κατασκευασμένα με σύστημα εξουδετέρωσης των στροφών (για αποφυγή συστροφής των συρματόσχοινων/σχοινιών);			
13.11	Κατά τη διάρκεια της μεταφοράς του φορτίου εμποδίζεται το οπτικό πεδίο του χειριστή;			
13.12	Παρακολουθούν συνεχώς οι χειρίστες των γερανών, το φορτίο ανύψωσης;			
13.13	Τηρείται η απαγόρευση τραβήγματος των βαρών από πλάγια;			
13.14	Παραμένει ο χειριστής του γερανού στο χώρο του χειριστηρίου όταν υπάρχουν αντικείμενα τα οποία είναι αναρτημένα;			
13.15	Λειτουργεί ο κώδωνας προειδοποίησης κατά την κίνηση του γερανού;			
13.16	Μετά την κάθοδο του φορτίου ελέγχεται ότι τα σχοινιά/συρματόσχοινα είναι ελεύθερα από τάσεις (χαλαρά) προτού γίνει προσπάθεια αφαίρεσής τους;			

14. ΣΚΟΝΗ

A/A	ΕΡΩΤΗΣΗ	ΝΑΙ	ΟΧΙ	ΠΑΡΑΤΗΡΗΣΕΙΣ
14.1	Υπάρχουν μέσα συλλογής, καθαρισμού, αερισμού και μείωσης της σκόνης;			
14.2	Παρέχεται στο προσωπικό της επιχείρησης ο κατάλληλος εξοπλισμός ατομικής προστασίας;			



A/A	ΕΡΩΤΗΣΗ	ΝΑΙ	ΟΧΙ	ΠΑΡΑΤΗΡΗΣΕΙΣ
14.3	Έχουν ενημερωθεί οι εργαζόμενοι για την ορθή χρήση των μέσων και παρακολουθείται αυτή;			
14.4	Υπάρχει σηματοδότηση για τη χρησιμοποίηση των εξοπλισμών ατομικής προστασίας;			
14.5	Έχουν γίνει μετρήσεις για το είδος και την ποσότητα της σκόνης στο χώρο εργασίας;			
14.6	Έχει γίνει καταγραφή των αποτελεσμάτων των μετρήσεων αυτών;			
14.7	Υπάρχει μέριμνα για ιατρική παρακολούθηση του εργαζομένου όταν αυτό κρίνεται απαραίτητο από τα αποτελέσματα της εκτίμησης και των μετρήσεων των επιπέδων του θορύβου;			

15. ΘΟΡΥΒΟΣ

A/A	ΕΡΩΤΗΣΗ	ΝΑΙ	ΟΧΙ	ΠΑΡΑΤΗΡΗΣΕΙΣ
15.1	Έχουν γίνει μετρήσεις των επιπέδων θορύβου στα οποία εκτίθενται οι εργαζόμενοι;			
15.2	Έχει γίνει καταγραφή των αποτελεσμάτων των μετρήσεων αυτών;			
15.3	Λαμβάνονται τα κατάλληλα τεχνικά και οργανωτικά μέτρα για τον περιορισμό της στάθμης του θορύβου σ' ένα χώρο και για κάθε θέση εργασίας;			
15.4	Όταν το επίπεδο ημερήσιας ηχοέκθεσης είναι ενδεχόμενο να υπερβεί τα 80 dB (A) διατίθεται στους εργαζόμενους εξοπλισμός προστασίας της ακοής;			
15.5	Όταν το επίπεδο ημερήσιας ηχοέκθεσης είναι ενδεχόμενο να υπερβεί τα 85 dB (A) καθίσταται υποχρεωτική η χρήση του εξοπλισμού ατομικής προστασίας της ακοής;			
15.6	Έχουν ενημερωθεί οι εργαζόμενοι για την ορθή χρήση των εξοπλισμών ατομικής προστασίας και παρακολουθείται αυτή;			
15.7	Ο εξοπλισμός ατομικής προστασίας που χορηγείται είναι προσαρμοσμένος στα ατομικά χαρακτηριστικά του κάθε εργαζόμενου και τις συνθήκες εργασίας του;			

A/A	ΕΡΩΤΗΣΗ	ΝΑΙ	ΟΧΙ	ΠΑΡΑΤΗΡΗΣΕΙΣ
15.8	Ελέγχεται μήπως η χρήση του εξοπλισμού προστασίας της ακοής μπορεί να δημιουργήσει κίνδυνο για την υγεία των εργαζομένων από άλλες αιτίες (π.χ. ωτίτιδες);			
15.9	Έχουν την κατάλληλη σήμανση χώροι εργασίας, όπου βάση της εκτίμησης των κινδύνων, οι εργαζόμενοι ενδέχεται να εκτεθούν σε επίπεδα θορύβου που υπερβαίνουν τις ανώτερες τιμές για ανάληψη δράσης;			
15.10	Υπάρχει μέριμνα για ιατρική παρακολούθηση του εργαζομένου όταν αυτό κρίνεται απαραίτητο από τα αποτελέσματα της εκτίμησης και των μετρήσεων των επιπέδων του θορύβου;			
15.11	Επιλέγονται μηχανήματα και εργαλεία τα οποία έχουν κατασκευαστεί με τρόπο ώστε να προκαλούν θορύβους κάτω από τα επιτρεπόμενα όρια ή έχουν την κατάλληλη επένδυση για την απορρόφηση του θορύβου;			
15.12	Γίνεται μόνωση με κατάλληλα ηχομονωτικά μέσα των θορυβωδών μηχανημάτων ή εργασιών από τους υπόλοιπους χώρους όπου απασχολούνται εργαζόμενοι;			
15.13	Γίνεται τακτική συντήρηση των θορυβωδών μηχανημάτων ή εργαλείων;			



2.6 ΛΙΜΑΝΙΑ

2.6.1 ΛΙΣΤΑ ΕΛΕΓΧΟΥ ΔΙΑΧΕΙΡΙΣΗΣ ΘΕΜΑΤΩΝ ΕΠΑΓΓΕΛΜΑΤΙΚΗΣ ΑΣΦΑΛΕΙΑΣ ΚΑΙ ΥΓΕΙΑΣ ΣΕ ΛΙΜΑΝΙΑ

Στοιχεία Εργοδότη	
Όνομα:	Κωδ. Μηχ.:
Αντικείμενο εργασιών:	Λοιπές εγκαταστάσεις:
Αρ. Εργαζομένων:	Αυτοαπασχολούμενοι:
Διεύθυνση:	Τηλέφωνο:
Φαξ:	Email:
Εργολάβοι:	

Ενέργειες	
Υποδείξεις - Παρατηρήσεις:	
Προθεσμία συμμόρφωσης:	
Κλήση σε απολογία:	
Διοικητικές κυρώσεις (πρόστιμο):	
Μήνυση:	

A/A	ΕΡΩΤΗΣΗ	ΝΑΙ	ΟΧΙ	ΠΑΡΑΤΗΡΗΣΕΙΣ
1	Έχουν διανεμηθεί σε όλες τις Διευθύνσεις και τα Τμήματα του λιμανιού οδηγίες για τη διαχείριση των επαγγελματικών κινδύνων;			
2	Υπάρχουν σε κάθε Διεύθυνση/Τμήμα ο/οι αρμόδιος/οι για την παρακολούθηση της εφαρμογής τους;			
3	Υπάρχει σύστημα επανατροφοδότησης και βελτίωσης του συστήματος;			
4	Υπάρχουν καθορισμένες διαδικασίες για την συνεργασία σε θέματα επαγγελματικής υγείας και ασφάλειας μεταξύ των διαφόρων Διευθύνσεων/Τμημάτων στο λιμάνι;			



A/A	ΕΡΩΤΗΣΗ	ΝΑΙ	ΟΧΙ	ΠΑΡΑΤΗΡΗΣΕΙΣ
5	Υπάρχει καθορισμένη διαδικασία ενημέρωσης για τα θέματα επαγγελματικής υγείας και ασφάλειας για τους τρίτους (οδηγούς φορητών, εκτελωνιστές κ.λπ.) που αναλαμβάνουν εργασίες μέσα στο λιμάνι;			
6	Εάν ναι, υπάρχει έλεγχος τήρησης των μέτρων ΥΑΕ και επιβολής κυρώσεων στους παραβάτες;			
7	Υπάρχουν διαδικασίες για συνοδεία επισκεπτών στους χώρους του λιμανιού (μαθητές, πελάτες κ.λπ.);			
8	Υπάρχει νοσοκομειακή μονάδα στο λιμάνι;			
9	Εάν ναι, είναι στελεχωμένη και εξοπλισμένη σωστά;			
10	Υπάρχει εκτίμηση επικινδυνότητας για θέματα ασφάλειας και υγείας, πυρασφάλειας και εκτάκτου ανάγκης των λιμενικών χώρων;			
11	Υπάρχει σχέδιο δράσης για περιπτώσεις εκτάκτου ανάγκης;			
12	Εάν ναι, έχει κοινοποιηθεί στις αρμόδιες Διευθύνσεις/ Τμήματα και τους αρμόδιους φορείς;			
13	Υπάρχει κατάλληλα εκπαιδευμένο προσωπικό για επέμβαση σε περιπτώσεις εκτάκτου ανάγκης;			
14	Υπάρχει σχέδιο δράσης για πυροσβεστική επέμβαση στους λιμενικούς χώρους;			
15	Εάν ναι, έχει κοινοποιηθεί στις αρμόδιες Διευθύνσεις/ Τμήματα και τους αρμόδιους φορείς;			
16	Υπάρχουν τα κατάλληλα μέσα πυρόσβεσης, ώστε να αντιμετωπισθεί κάθε περίπτωση πυρκαγιάς ή έκρηξης;			
17	Υπάρχει κατάλληλα εκπαιδευμένο προσωπικό για τέτοιου είδους επεμβάσεις;			
18	Υπάρχει σύστημα ασύρματης επικοινωνίας μεταξύ των αρμοδίων Υπηρεσιών του Λιμένος για περιπτώσεις ανάγκης;			
19	Υπάρχουν γραπτές οδηγίες ασφαλούς εργασίας για κάθε μια δραστηριότητα του φορέα;			
20	Υπάρχει σύστημα γνωστοποίησης και διερεύνησης των παρ' ολίγον ατυχημάτων;			



A/A	ΕΡΩΤΗΣΗ	ΝΑΙ	ΟΧΙ	ΠΑΡΑΤΗΡΗΣΕΙΣ
21	Εάν ναι, λαμβάνονται τα κατάλληλα μέτρα για την αποτροπή επανάληψής τους;			
22	Γίνονται οι απαιτούμενοι από το νόμο περιοδικοί έλεγχοι/πιστοποιήσεις από αρμόδιους φορείς τόσο για τα μηχανήματα όσο και για τα εξαρτήματα που χρησιμοποιούνται σε αυτά;			
23	Υπάρχουν μητρώα προληπτικής συντήρησης των γερανογεφυρών και των κινητών γερανών;			
24	Υπάρχουν μητρώα προληπτικής συντήρησης του λοιπού εξοπλισμού του λιμένος;			
25	Οι χειριστές έχουν την απαιτούμενη άδεια από το νόμο για χρήση των μηχανημάτων που χειρίζονται;			



2.6.2 ΛΙΣΤΑ ΕΛΕΓΧΟΥ ΕΠΙΚΙΝΔΥΝΩΝ ΚΑΤΑΣΤΑΣΕΩΝ ΣΤΑ ΛΙΜΑΝΙΑ

Α/Α	ΕΡΩΤΗΣΗ	ΝΑΙ	ΟΧΙ	ΠΑΡΑΤΗΡΗΣΕΙΣ
1. Ελλιμενισμός πλοίων				
1.1	Λαμβάνονται όλα τα μέτρα ασφαλείας κατά την πρόσδεση και τον απόπλου των πλοίων;			
1.2	Είναι σε καλή κατάσταση οι προφυλακτήρες (dock bumpers) των αποβαθρών;			
1.3	Υπάρχει ο κατάλληλος εξοπλισμός πρόσβασης στα πλοία (σκάλες, δίκτυα, φωτισμός κ.λπ.);			
1.4	Υπάρχει ο κατάλληλος εξοπλισμός για την τροφοδοσία των πλοίων σε ηλεκτρικό ρεύμα, καύσιμα, τρόφιμα και λοιπά αναλώσιμα;			
1.5	Λαμβάνονται όλα τα μέτρα ασφαλείας κατά τη διάρκεια τροφοδοσίας των πλοίων σε καύσιμα;			
1.6	Υπάρχει έτοιμος μηχανισμός και ομάδες πυρασφάλειας για την αντιμετώπιση πυρκαγιάς κατά τη διάρκεια τροφοδοσίας των πλοίων σε καύσιμα;			
1.7	Υπάρχει ο κατάλληλος χώρος και οι υποδομές για να αντιμετωπισθούν βλάβες που μπορεί και να ακινητοποιήσουν πλοία;			
2. Κυκλοφορία				
2.1	Υπάρχει έλεγχος εισερχομένων στην είσοδο του λιμανιού;			
2.2	Εκδίδονται δελτία εισόδου;			
2.3	Υπάρχει σηματοδότηση των οδών κυκλοφορίας μέσα στο λιμάνι;			
2.4	Υπάρχουν σηματοδοτημένες διαβάσεις πεζών και διασταυρώσεις ζέβρας (όπου είναι απαραίτητο);			
2.5	Υπάρχουν οι κατάλληλες πινακίδες κυκλοφορίας στα κατάλληλα σημεία;			



A/A	ΕΡΩΤΗΣΗ	ΝΑΙ	ΟΧΙ	ΠΑΡΑΤΗΡΗΣΕΙΣ
2.6	Υπάρχουν πινακίδες με τα όρια ταχύτητας που ισχύουν σε κάθε περιοχή και για κάθε τύπο οχήματος ή μηχανήματος;			
2.7	Γίνεται έλεγχος των κυκλοφοριακών συνθηκών και επιβολή των αναγκαίων κυρώσεων;			
3. Κίνηση επιβατών				
3.1	Υπάρχουν αποκλειστικοί δρόμοι για τους επιβάτες;			
3.2	Υπάρχουν οχήματα για τη μεταφορά των επιβατών σε ή από απομακρυσμένα σημεία επιβίβασης ή αποβίβασης;			
3.3	Υπάρχει ο κατάλληλος εξοπλισμός για τη μεταφορά και φόρτωση ή εκφόρτωση των αποσκευών των επιβατών;			
3.4	Οχήματα και μηχανήματα λειτουργούν σε περιοχές μακριά από επιβάτες;			
3.5	Η πρόσβαση για τους επιβάτες στις περιοχές εργασίας περιορίζεται από εμπόδια;			
3.6	Υπάρχουν διαβάσεις επιβατών και διασταυρώσεις ζέβρας (όπου είναι απαραίτητο);			
3.7	Υπάρχει άτομο που επιβλέπει την εκπεριτροπής κίνηση πεζών και οχημάτων (όπου είναι απαραίτητο);			
3.8	Οι όποιες αλλαγές στο σχέδιο των χώρων (ή το σχεδιάγραμμα) κοινοποιούνται σε όλες τις αρμόδιες Διευθύνσεις/Τμήματα;			
3.9	Οι χώροι παραμονής και διακίνησης επιβατών διαθέτουν τα κατάλληλα πυροσβεστικά μέσα;			
3.10	Οι χώροι παραμονής και διακίνησης επιβατών διαθέτουν διαδρόμους διαφυγής και εξόδους κινδύνου;			



A/A	ΕΡΩΤΗΣΗ	ΝΑΙ	ΟΧΙ	ΠΑΡΑΤΗΡΗΣΕΙΣ
3.11	Τα πυροσβεστικά μέσα, οι διάδρομοι διαφυγής και οι έξοδοι κινδύνου έχουν επισημανθεί με τα κατάλληλα σήματα;			
3.12	Υπάρχουν ομάδες πυρασφάλειας με ειδικά εκπαιδευμένους εργαζόμενους στην πυρόσβεση και τη διαχείριση κοινού;			
3.13	Υπάρχει καθημερινή καθαριότητα των κτηρίων επιβατών;			
3.14	Τα δοχεία απορριμμάτων εκκενώνονται καθημερινά;			
4. Αποβάθρες φόρτωσης				
4.1	Υπάρχουν τα κατάλληλα σήματα στα διάφορα σημεία των αποβάθρων και κυρίως στις άκρες τους;			
4.2	Το οδόστρωμα και τα δάπεδα των αποβάθρων είναι ομαλά, χωρίς λακκούβες και εμπόδια;			
4.3	Υπάρχει ο κατάλληλος φωτισμός για τις ώρες λειτουργίας των αποβάθρων;			
4.4	Υπάρχει ο κατάλληλος φωτισμός ασφαλείας όταν το λιμάνι δεν εργάζεται;			
4.5	Υπάρχει σύστημα ελέγχου, περίφραξης και καθαρισμού των διαρροών λαδιού από τα διάφορα οχήματα και μηχανήματα;			
4.6	Υπάρχουν διαγραμμισμένες οι θέσεις του ρυμουλκών οχημάτων για την φορτοεκφόρτωση;			
4.7	Τα ρυμουλκά οχήματα στις αποβάθρες τοποθετούν υποστηρίγματα μπροστά από τους τροχούς τους κατά τη διάρκεια εργασιών φορτοεκφόρτωσης;			
4.8	Υπάρχουν δύο υποστηρίγματα τροχών για κάθε ρυμουλκό όχημα;			
4.9	Υπάρχει καθημερινή καθαριότητα των χώρων των αποβάθρων;			



A/A	ΕΡΩΤΗΣΗ	ΝΑΙ	ΟΧΙ	ΠΑΡΑΤΗΡΗΣΕΙΣ
4.10	Τα δοχεία απορριμμάτων εκκενώνονται καθημερινά;			
5. Αποθήκες εμπορευμάτων				
5.1	Υπάρχει επαρκής εξαερισμός στις αποθήκες εμπορευμάτων;			
5.2	Υπάρχει μέριμνα για την κίνηση εντός των αποθηκών μόνο ηλεκτροκίνητων περονοφόρων ανυψωτικών μηχανημάτων;			
5.3	Οι περιοχές εργασίας στις αποθήκες εμπορευμάτων είναι καθαρές και χωρίς εμπόδια;			
5.4	Οι διάδρομοι στις αποθήκες εμπορευμάτων είναι καθορισμένοι, σηματοδοτημένοι με λωρίδες κυκλοφορίας και δεν εμποδίζουν τις εργασίες αποθήκευσης;			
5.5	Υπάρχει επαρκής φωτισμός στις περιοχές εργασίας;			
5.6	Τα εμπορεύματα συσσωρεύονται κατάλληλα ώστε να εξασφαλίζεται ή μη πτώση τους;			
5.7	Τα εμπορεύματα ασφαρίζονται και δεν αφήνονται στις άκρες των ραφιών;			
5.8	Υπάρχουν καθορισμένες περιοχές για εύφλεκτα υλικά;			
5.9	Υπάρχουν καθορισμένες περιοχές για επικίνδυνα εμπορεύματα;			
5.10	Υπάρχει η κατάλληλη σήμανση και διαδικασίες απαγόρευσης εισόδου μη εξουσιοδοτημένων ατόμων στις περιοχές αυτές;			
5.11	Υπάρχουν κατάλληλες συσκευές μέτρησης ή ανίχνευσης επικίνδυνων ουσιών;			
5.12	Υπάρχουν κατάλληλα εκπαιδευμένα άτομα για το χειρισμό των πιο πάνω συσκευών;			
5.13	Υπάρχει πάντοτε η κατάλληλη σήμανση των επικίνδυνων εμπορευμάτων;			



A/A	ΕΡΩΤΗΣΗ	ΝΑΙ	ΟΧΙ	ΠΑΡΑΤΗΡΗΣΕΙΣ
5.14	Υπάρχει αρμόδιος για τον έλεγχο ύπαρξης ή/και της ορθότητας αυτής της σήμανσης;			
5.15	Έχουν εκπαιδευθεί όλοι οι εργαζόμενοι σε χώρους όπου υπάρχει κίνδυνος διαρροής επικίνδυνων ουσιών για την αντιμετώπιση του προβλήματος;			
5.16	Έχουν εκπαιδευθεί όλοι οι εργαζόμενοι σε χώρους όπου υπάρχει κίνδυνος διαρροής επικίνδυνων ουσιών για την παροχή πρώτων βοηθειών σε θύματα ατυχήματος;			
5.17	Υπάρχουν προστατευτικά κιγκλιδώματα σε κάθε υπερυψωμένη θέση εργασίας ή διάδρομο κυκλοφορίας;			
5.18	Οι παλέτες, τα ράφια και κάθε άλλος εξοπλισμός αποθήκευσης είναι σε καλή κατάσταση;			
5.19	Υπάρχει ο κατάλληλος εξοπλισμός πυροπροστασίας και πυρόσβεσης;			
5.20	Τα πυροσβεστικά μέσα είναι σε μόνιμες θέσεις και υπάρχει η κατάλληλη σήμανση;			
5.21	Οι θέσεις των πυροσβεστικών μέσων είναι προσβάσιμες και δεν εμποδίζονται από αποθηκευμένα υλικά;			
5.22	Τα πυροσβεστικά μέσα είναι κατάλληλα για κάθε είδος πυρκαγιάς των διαφόρων εμπορευμάτων;			
5.23	Έχουν εκπαιδευθεί όλοι οι εργαζόμενοι στις αποθήκες εμπορευμάτων στη χρήση των πυροσβεστικών μέσων;			
5.24	Υπάρχει καθημερινή καθαριότητα των χώρων των αποθηκών;			
5.25	Τα δοχεία απορριμμάτων εκκενώνονται καθημερινά;			
6. Αποθήκευση εμπορευματοκιβωτίων				
6.1	Το οδόστρωμα των χώρων αποθήκευσης είναι ομαλό, χωρίς λακκούβες και εμπόδια;			
6.2	Υπάρχει ο κατάλληλος φωτισμός;			



A/A	ΕΡΩΤΗΣΗ	ΝΑΙ	ΟΧΙ	ΠΑΡΑΤΗΡΗΣΕΙΣ
6.3	Υπάρχουν διαγραμμισμένες οι θέσεις αποθήκευσης των εμπορευματοκιβωτίων;			
6.4	Οι παροχές ηλεκτρικού ρεύματος για τα εμπορευματοκιβώτια – ψυγεία είναι σε άριστη κατάσταση;			
6.5	Υπάρχει καθημερινή καθαριότητα των χώρων αποθήκευσης;			
6.6	Υπάρχει κατάλληλη σήμανση των επικίνδυνων εμπορευμάτων;			
6.7	Υπάρχει αρμόδιος για τον έλεγχο ύπαρξης ή/ και της ορθότητας αυτής της σήμανσης;			
6.8	Έχουν εκπαιδευθεί οι εργαζόμενοι σε χώρους αποθήκευσης εμπορευματοκιβωτίων όπου υπάρχει κίνδυνος διαρροής επικίνδυνων ουσιών για την αντιμετώπιση του προβλήματος;			
6.9	Έχουν εκπαιδευθεί όλοι οι εργαζόμενοι σε χώρους αποθήκευσης εμπορευματοκιβωτίων όπου υπάρχει κίνδυνος διαρροής επικίνδυνων ουσιών για την παροχή πρώτων βοηθειών σε θύματα ατυχήματος;			
7. Φορτοεκφόρτωση εμπορευμάτων				
7.1	Εξασφαλίζεται η κατάλληλη πρόσβαση στα πλοία (σκάλες, δίκτυα, φωτισμός, κ.λπ.);			
7.2	Λαμβάνονται όλα τα μέτρα ασφάλειας για την είσοδο στα αμπάρια και τους άλλους χώρους των πλοίων (gas-free, μετρήσεις οξυγόνου κ.λπ.);			
7.3	Ενημερώνονται οι εργαζόμενοι για το είδος και τους κινδύνους των φορτίων;			
7.4	Παρέχονται και χρησιμοποιούνται τα κατά περίπτωση απαραίτητα ΜΑΠ;			
7.5	Υπάρχει και χρησιμοποιείται ο κατάλληλος βοηθητικός εξοπλισμός φορτοεκφόρτωσης (π.χ. αρτάνες, παπουτσάκια, συρματόσχοινα κ.λπ.);			
7.6	Έχει γίνει προσπάθεια για αποφυγή εργασίας σε ύψος;			



A/A	ΕΡΩΤΗΣΗ	ΝΑΙ	ΟΧΙ	ΠΑΡΑΤΗΡΗΣΕΙΣ
7.7	Εάν όχι, οι εργαζόμενοι προστατεύονται από τον κίνδυνο πτώσης;			
7.8	Ενημερώνονται οι εργαζόμενοι για τη λειτουργία των ανυψωτικών μέσων του πλοίου και για τυχόν προβλήματα που παρουσιάζουν αυτά;			
7.9	Υπάρχει εποπτεία απομονωμένων θέσεων εργασίας;			
8. Ανυψωτικά και μεταφορικά μέσα				
8.1	Έχει γίνει κατάλληλη εκπαίδευση για το συγκεκριμένο χώρο εργασίας και τα αντίστοιχα φορτία που μετακινούνται;			
8.2	Οι εργαζόμενοι έχουν κατανοήσει την σημασία του αρκετού μήκους αρτάνης (γωνία κορυφής <math><90^\circ</math>);			
8.3	Υπάρχουν παράγοντες που αναγκάζουν τους χειριστές να λειτουργούν κάτω από συνθήκες πίεσης χρόνου - άγχους;			
8.4	Υπάρχουν κατάλληλα μέσα για την επικοινωνία μεταξύ χειριστή και κουμανταδόρου (ειδικά σε περιπτώσεις που υπάρχει θόρυβος);			
8.5	Τα ανυψωτικά μηχανήματα είναι εδρασμένα καλά;			
	Υπάρχει σύστημα μείωσης των κραδασμών που προκαλούνται είτε στο τέλος της διαδρομής από σύγκρουση είτε από απότομη πέδηση;			
8.6	Υπάρχει ευκρινής σήμανση για το μέγιστο φορτίο ανύψωσης σε συνδυασμό με τη μέγιστη ακτίνα δράσης σε κάθε μηχανήμα;			
8.7	Υπάρχει μηχανισμός που να διακόπτει αυτόματα τη λειτουργία του μηχανήματος σε περίπτωση υπερφόρτωσης σε κάθε μηχανήμα;			
8.8	Τα εξαρτήματα που χρησιμοποιούνται (αλυσίδες, σχοινιά, ιμάντες, συρματόσχοινα, γάντζοι, μαγνήτες κ.λπ.) είναι σε άριστη κατάσταση;			



A/A	ΕΡΩΤΗΣΗ	ΝΑΙ	ΟΧΙ	ΠΑΡΑΤΗΡΗΣΕΙΣ
8.9	Υπάρχουν διαδικασίες ελέγχου της κατάστασης των εξαρτημάτων και αντικατάστασης των ελαττωματικών;			
8.10	Όπου χρησιμοποιούνται γάντζοι, είναι τύπου ασφαλείας;			
8.11	Τα άγκιστρα είναι κατασκευασμένα με σύστημα εξουδετέρωσης των στροφών (για αποφυγή συστροφής των συρματόσχοινων/σχοινιών);			
8.12	Υπάρχουν κατάλληλα βοηθητικά εξαρτήματα (για γρήγορη ασφάλιση του φορτίου, γρήγορο - εύκολο δέσιμο - λύσιμο);			
8.13	Οι κινήσεις προς όλες τις κατευθύνσεις γίνονται με αργές - σταθερές κινήσεις;			
8.14	Υπάρχει απαγόρευση για λοξό τράβηγμα;			
8.15	Υπάρχει απαγόρευση για ελεύθερη αιώρηση φορτίου;			
8.16	Τηρείται η απαγόρευση διακίνησης φορτίου πάνω από άλλους εργαζόμενους;			
8.17	Τηρείται η απαγόρευση μεταφοράς/ανύψωσης προσωπικού;			
8.18	Μετά την κάθοδο του φορτίου ελέγχονται τα σχοινιά/συρματόσχοινα ότι είναι ελεύθερα από τάσεις (χαλαρά) προτού γίνει προσπάθεια αφαίρεσής τους;			
8.19	Χρησιμοποιούνται προστατευτικά υλικά στα σημεία τριβής των σχοινιών/ιμάντων με κοφτερές ακμές του αντικειμένου προς μεταφορά;			
8.20	Είναι τα περονοφόρα ανυψωτικά κατάλληλα για το μέγεθος και το είδος των φορτίων που μεταφέρουν;			
8.21	Διαθέτουν προστασία του οδηγού έναντι πτώσεως φορτίων;			
8.22	Διαθέτουν φωτεινό και ηχητικό σήμα για την όπισθεν;			
	Λειτουργούν;			



Α/Α	ΕΡΩΤΗΣΗ	ΝΑΙ	ΟΧΙ	ΠΑΡΑΤΗΡΗΣΕΙΣ
8.23	Διαθέτει ζώνη ασφαλείας;			
	Χρησιμοποιείται;			
8.24	Διαθέτει κάθισμα με προστασία έναντι δονήσεων;			
8.25	Οι χειριστές γνωρίζουν όλα τα απαραίτητα σχετικά με την ανύψωση και τη μεταφορά των φορτίων;			
8.26	Τηρούνται τα όρια ταχύτητας και γενικά οι κανόνες κυκλοφορίας;			

II. ΔΙΕΡΕΥΝΗΣΗ ΕΡΓΟΝΟΜΙΚΩΝ ΠΑΡΑΓΟΝΤΩΝ



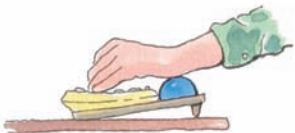











1. ΕΡΓΑΣΙΑ ΜΕ Η/Υ

1.1. ΛΙΣΤΑ ΕΛΕΓΧΟΥ ΓΙΑ ΘΕΣΗ ΕΡΓΑΣΙΑΣ ΜΕ Η/Υ

A/A	ΕΡΩΤΗΣΗ	ΝΑΙ	ΟΧΙ	ΠΑΡΑΤΗΡΗΣΕΙΣ
ΕΞΟΠΛΙΣΜΟΣ				
1	<p>Η οθόνη είναι χαμηλής ακτινοβολίας;</p> <p>Έχει ειδική πιστοποίηση για χαμηλή ακτινοβολία;</p>			
2	Είναι ρυθμιζόμενη σε κλίση, ύψος, λαμπρότητα και άλλα χαρακτηριστικά;			
3	<p>Είναι τοποθετημένη:</p> <ul style="list-style-type: none"> • ακριβώς μπροστά στο χρήστη 			
	 <ul style="list-style-type: none"> • στο σωστό ύψος για τα μάτια και τη στάση σώματος 			
	 <ul style="list-style-type: none"> • στη σωστή απόσταση από το χρήστη, ανάλογα με το μέγεθός της (50-80 cm); 			
4	<p>Το πληκτρολόγιο:</p> <ul style="list-style-type: none"> • είναι ρυθμιζόμενο • έχει τέτοια κλίση ώστε τα χέρια να είναι σε ευθεία γραμμή; • Αν όχι, χρησιμοποιείται υποστήριξη; 			
				

Α/Α	ΕΡΩΤΗΣΗ	ΝΑΙ	ΟΧΙ	ΠΑΡΑΤΗΡΗΣΕΙΣ
5	<p>Το ποντίκι:</p>  <ul style="list-style-type: none"> • είναι στο ίδιο ύψος με το πληκτρολόγιο • κοντά στο χρήστη; 			
	<p>Είναι το χέρι σε ευθεία γραμμή;</p> <p>Αν όχι, χρησιμοποιείται υποστήριξη;</p> 			
6	<p>Το γραφείο:</p>  <ul style="list-style-type: none"> • είναι ρυθμιζόμενο 			
	 <ul style="list-style-type: none"> • έχει επαρκή επιφάνεια εργασίας (180X80); 			
7	<p>Το κάθισμα είναι ρυθμιζόμενο ως προς την κλίση και το ύψος;</p> 			
	<p>Γνωρίζει ο εργαζόμενος τον τρόπο ρύθμισης;</p>			



A/A	ΕΡΩΤΗΣΗ	ΝΑΙ	ΟΧΙ	ΠΑΡΑΤΗΡΗΣΕΙΣ
8	Υπάρχει αναλόγιο;	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	
	Είναι το αναλόγιο και άλλος εξοπλισμός (π.χ. τηλέφωνο) κοντά στην οθόνη και το χρήστη;	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	
ΘΕΣΗ ΕΡΓΑΣΙΑΣ				
9	Υπάρχει αρκετός χώρος στη θέση του εργαζόμενου (τουλάχιστον $12 m^3$);	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	
ΦΩΤΙΣΜΟΣ				
10	Είναι σωστά τοποθετημένη (παράλληλα) η οθόνη ως προς τα φωτιστικά σώματα και τα παράθυρα ώστε να αποφεύγονται οι αντανακλάσεις;	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	
11	Έχει αποφευχθεί η θάμβωση στη θέση εργασίας;	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	
	Αν όχι, έχουν εντοπιστεί οι πηγές θάμβωσης για να ληφθούν τα απαραίτητα μέτρα;	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	
12	Είναι επαρκής ο φωτισμός στη θέση εργασίας; ($500 - 700 Lux$)	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	
13	Είναι σωστές οι αντιθέσεις λαμπρότητας στη θέση εργασίας;	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	
	<i>Η αντίθεση λαμπρότητας μεταξύ επιφανειών στο κεντρικό οπτικό πεδίο του χρήστη πρέπει να είναι < 3: 1. Το κεντρικό οπτικό πεδίο του χρήστη είναι τα αντικείμενα που βλέπει στο γραφείο του (γραφείο, πληκτρολόγιο, οθόνη, κ.α.)</i>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	
ΘΟΡΥΒΟΣ				
14	Το υπόβαθρο θορύβου από τον εξοπλισμό είναι $< 50 dB$;	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	
	Η γενική ένταση θορύβου είναι $< 55 dB$;	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	
15	Οι πηγές θορύβου έχουν, κατά το δυνατό, απομονωθεί;	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	
16	Σε ανοικτά συστήματα εργασίας υπάρχουν ηχοπετάσματα μπροστά από τις θέσεις εργασίας;	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	
ΜΙΚΡΟΚΛΙΜΑ				
17	Η θερμοκρασία είναι ανεκτή από όλους τους εργαζόμενους ($20-22^\circ C$ χειμώνα, $23-25^\circ C$ καλοκαίρι);	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	



Α/Α	ΕΡΩΤΗΣΗ	ΝΑΙ	ΟΧΙ	ΠΑΡΑΤΗΡΗΣΕΙΣ
18	Ο αερισμός στο χώρο εργασίας είναι επαρκής; (Ταχύτητα αέρα 0,1 m/sec για 20 °C, 0,3 m/sec για 26 °C)			
19	Σε χώρους με Η/Υ η σχετική υγρασία είναι ικανοποιητική; (50% - 70%, ελάχιστο > 45%)			
20	Κατά την εργασία με οθόνη:			
	<ul style="list-style-type: none"> • γίνονται τα απαραίτητα διαλείμματα (15 λεπτά κάθε 2 ώρες) ή γίνεται εναλλαγή καθηκόντων; 			
	<ul style="list-style-type: none"> • σε κάθε περίπτωση δεν εργάζεται κάποιος συνεχόμενα ποτέ πάνω από 4 h 			
21	Οι εργαζόμενοι έχουν εκπαιδευτεί στο λογισμικό που χρησιμοποιούν;			
ΙΑΤΡΙΚΗ ΠΑΡΑΚΟΛΟΥΘΗΣΗ				
22	Ο εργαζόμενος, όπως ορίζει η νομοθεσία, υπόκειται σε ιατρικές εξετάσεις:			
	<ul style="list-style-type: none"> • όρασης 			
	<ul style="list-style-type: none"> • μυοσκελετικού συστήματος; 			



1.2. ΕΡΩΤΗΜΑΤΟΛΟΓΙΟ ΓΙΑ ΤΗΝ ΕΡΓΑΣΙΑ ΣΤΟΝ ΗΛΕΚΤΡΟΝΙΚΟ ΥΠΟΛΟΓΙΣΤΗ

Πληροφορίες για αυτούς που θα συμπληρώσουν αυτό το ερωτηματολόγιο

Το ερωτηματολόγιο αυτό διερευνά τις εργονομικές συνθήκες κατά την εργασία στον Η/Υ καθώς και τις Μυοσκελετικές ενοχλήσεις/συμπτώματα που σχετίζονται με την εργασία στον Η/Υ.

Σας παρακαλούμε να το συμπληρώσετε όσο πιο προσεκτικά μπορείτε. Οι περισσότερες ερωτήσεις έχουν δεδομένες εναλλακτικές απαντήσεις. **Σημειώστε την εναλλακτική απάντηση που είναι πιο σωστή για σας. Ελέγξτε κάθε φορά που αλλάζετε σελίδα ότι δεν έχετε ξεχάσει να απαντήσετε σε κάποια ερώτηση.**

Κάποιες ερωτήσεις είναι ίσως δύσκολο να απαντηθούν αμέσως. Προτείνουμε να διαβάσετε πρώτα το ερωτηματολόγιο και πριν απαντήσετε, να παρατηρήσετε/εκτιμήσετε κάποιες παραμέτρους για ένα εύλογο χρονικό διάστημα κατά τη διάρκεια της εργασίας σας.

Κατά την επεξεργασία του ερωτηματολογίου διασφαλίζεται η ανωνυμία. Τα στοιχεία που θα προκύψουν θα χρησιμοποιηθούν αποκλειστικά για το σκοπό της μελέτης του ΕΛ.ΙΝ.Υ.Α.Ε

Σας ευχαριστούμε για την συμμετοχή σας!



ΓΕΝΙΚΕΣ ΕΡΩΤΗΣΕΙΣ

1. Ημερομηνία _____
2. Έτος γέννησης _____
3. Φύλο: Ανδρας ₁ Γυναίκα ₂
4. Ύψος _____ εκατοστά
5. Βάρος _____ κιλά
6. Είσαστε ₁ Δεξιόχειρας ₂ Αριστερόχειρας ₃ Και τα δύο
7. Παρούσα οικογενειακή κατάσταση ₁ Παντρεμένος/η ή συζείτε
₂ Χωρισμένος/η ή Διαζευγμένος/η και μένετε μόνος/η
₃ Χήρος/α και μένετε μόνος/η
₄ Δεν έχετε παντρευτεί ποτέ ή δεν έχετε συζήσει ποτέ
8. Έχετε παιδιά που μένουν μαζί σας; Όχι ₂ Ναι ₁ Ηλικίας από 0-6 ετών _____ Πόσα; _____
Ηλικίας από 7 και άνω _____
9. Καπνίζετε καθημερινά ή σχεδόν καθημερινά κατά τη διάρκεια του τελευταίου μήνα; Όχι ₂ Ναι ₁
10. Απασχολείστε με κάποια δραστηριότητα - χόμπι τουλάχιστον για πέντε ώρες την εβδομάδα κατά τη διάρκεια του τελευταίου μήνα; Όχι ₂ Ναι ₁ Παρακαλώ προσδιορίστε _____
11. Κατά τη διάρκεια του τελευταίου μήνα ασκηθήκατε ή κάνατε κάποιου είδους δραστηριότητα που αύξησε τη θερμοκρασία του σώματός σας και το σφυγμό σας (π.χ. ζωηρό βόδιμα, τρέξιμο, ποδηλασία, γυμναστική, χορό, τένις, ιπασία ή κάτι ανάλογο); Όχι ₂ Ναι ₁ Πόσες φορές ασκηθήκατε τον τελευταίο μήνα; _____ φορές
Πόση ώρα κατά μέσο όρο τη φορά; _____ ώρα/φορά
12. Κατά τη διάρκεια του τελευταίου μήνα έχετε κάνει ασκήσεις φυσικής κατάστασης χρησιμοποιώντας συγκεκριμένο εξοπλισμό (π.χ. κωπηλατική μηχανή, όργανα γυμναστικής); Όχι ₂ Ναι ₁ Πόσες φορές ασκηθήκατε τον τελευταίο μήνα; _____ φορές
Πόση ώρα κατά μέσο όρο τη φορά; _____ ώρα/φορά
13. Μορφωτικό επίπεδο ₁ Δημοτικό
₂ Γυμνάσιο
₃ Λύκειο
₄ Επαγγελματική σχολή
₅ ΤΕΙ
₆ ΑΕΙ
₇ Μεταπτυχιακό



ΕΡΓΑΣΙΑΚΕΣ ΣΥΝΘΗΚΕΣ

14. Ειδικότητα _____
15. Πόσα χρόνια συνολικά έχετε τα τωρινά εργασιακά σας καθήκοντα στην παρούσα ή και σε προηγούμενη δουλειά σας; _____ χρόνια _____ μήνες
16. Πόσες ώρες την εβδομάδα εργάζεστε (σε κανονικές συνθήκες εργασίας); _____ ώρες/εβδομ.

ΕΡΓΑΣΙΑΚΕΣ ΣΥΝΘΗΚΕΣ ΤΟΝ ΤΕΛΕΥΤΑΙΟ ΜΗΝΑ

17. Έχετε κάνει υπερωρίες τον τελευταίο μήνα; Όχι ₂ Ναι ₁ Σύνολο ωρών _____ ώρες
18. Ποια από τις επόμενες δραστηριότητες αποτελούν μέρος της εργασίας σας κατά τη διάρκεια του *τελευταίου μήνα*; Αναφέρετε, με όσο το δυνατόν μεγαλύτερη ακρίβεια μπορείτε, το χρόνο για κάθε δραστηριότητα, ως ποσοστό του συνολικού χρόνου εργασίας σας. Οι δραστηριότητες που θα αναφέρετε αποτελούν συνολικά το 100% του χρόνου εργασίας σας. Αν είστε πλήρως απασχολούμενος/η, η 1 ημέρα/εβδομάδα αποτελεί το 20% του χρόνου εργασίας σας, οι 2 ώρες/εβδομάδα το 5%, οι 4 ώρες/ημέρα το 50% και τα 15 λεπτά/ημέρα το 3% του χρόνου εργασίας σας.

	Όχι	Ναι	% χρόνου εργασίας
i. Εργασία στον Η/Υ (χρήση ηλεκτρολογίου ή άλλης συσκευής του υπολογιστή, συμπεριλαμβανόμενου του χρόνου που κάνετε διάλειμμα για να σκεφτείτε ή να διαβάσετε από την οθόνη.)	<input type="checkbox"/> ₂	<input type="checkbox"/> ₁	_____ %
ii. Δακτυλογράφηση (γραφομηχανή, όχι υπολογιστής)	<input type="checkbox"/> ₂	<input type="checkbox"/> ₁	_____ %
iii. Δουλειά γραφείου (αλληλογραφία, εκθέσεις, γράψιμο, υπολογισμοί ή σχέδιο με το χέρι)	<input type="checkbox"/> ₂	<input type="checkbox"/> ₁	_____ %
iv. Διδασκαλία	<input type="checkbox"/> ₂	<input type="checkbox"/> ₁	_____ %
v. Συναντήσεις, συνδιασκέψεις (επίσημες)	<input type="checkbox"/> ₂	<input type="checkbox"/> ₁	_____ %
vi. Συζητήσεις με συναδέλφους (ανεπίσημες)	<input type="checkbox"/> ₂	<input type="checkbox"/> ₁	_____ %
vii. Τηλεφωνήματα	<input type="checkbox"/> ₂	<input type="checkbox"/> ₁	_____ %
viii. Φωτοτυπίες, μετακίνηση αντικειμένων	<input type="checkbox"/> ₂	<input type="checkbox"/> ₁	_____ %
ix. Μικρά διαλείμματα για καφέ κ.λπ. (κατά τη διάρκεια της εργασίας, όχι διάλειμμα για φαγητό)	<input type="checkbox"/> ₂	<input type="checkbox"/> ₁	_____ %
x. Άλλο	<input type="checkbox"/> ₂	<input type="checkbox"/> ₁	_____ %
Παρακαλώ προσδιορίστε _____			_____ %
<i>Συνολικός χρόνος εργασίας</i>			<u>100%</u>

19. Αναφέρετε τον ακριβή χρόνο στην εργασία κατά τη διάρκεια του *τελευταίου μήνα* που στέκεστε/περπατάτε _____ %





20. Έχετε εκτελέσει κατά τη διάρκεια του *τελευταίου μήνα* εργασιακά καθήκοντα κατά τα οποία τα χέρια σας ήταν πάνω από το επίπεδο των ώμων για συνολικά περισσότερο από μισή ώρα την ημέρα;
- ₄ Ποτέ ή σχεδόν ποτέ
 - ₃ Ναι, μερικές μέρες το μήνα
 - ₂ Ναι, μερικές μέρες την εβδομάδα
 - ₁ Ναι, καθημερινά ή σχεδόν καθημερινά
- Ποιος είναι ο μέσος χρόνος/ημέρα; % χρόνου εργασίας _____%
21. Έχετε εκτελέσει κατά τη διάρκεια του *τελευταίου μήνα* εργασιακά καθήκοντα ακριβείας (π.χ. εργασία με ποιντική Η/Υ ή παρόμοια) συνολικά περισσότερο από μισή ώρα την ημέρα;
- ₄ Ποτέ ή σχεδόν ποτέ
 - ₃ Ναι, μερικές μέρες το μήνα
 - ₂ Ναι, μερικές μέρες την εβδομάδα
 - ₁ Ναι, καθημερινά ή σχεδόν καθημερινά
- Ποιος είναι ο μέσος χρόνος/ημέρα; % χρόνου εργασίας _____%
22. Έχετε εκτελέσει κατά τη διάρκεια του *τελευταίου μήνα* εργασιακά καθήκοντα κατά τα οποία επαναλαμβάνονται κινήσεις του ίδιου χεριού ή δαχτύλων πολλές φορές το λεπτό (π.χ. δακτυλογράφηση, δουλειά στο πληκτρολόγιο, ταξινόμηση εγγράφων) για συνολικά περισσότερο από μισή ώρα την ημέρα;
- ₄ Ποτέ ή σχεδόν ποτέ
 - ₃ Ναι, μερικές μέρες το μήνα
 - ₂ Ναι, μερικές μέρες την εβδομάδα
 - ₁ Ναι, καθημερινά ή σχεδόν καθημερινά
- Ποιος είναι ο μέσος χρόνος την ημέρα; % χρόνου εργασίας _____%
23. Πώς έχουν προσαρμοστεί οι απαιτήσεις των εργασιακών σας καθηκόντων στις ικανότητές σας κατά τη διάρκεια του *τελευταίου μήνα*;
- ₁ Σημαντικά πάνω από το επίπεδο των ικανοτήτων σας
 - ₂ Λίγο πάνω από το επίπεδο των ικανοτήτων σας
 - ₃ Ανταποκρίνονται στο επίπεδο των ικανοτήτων σας
 - ₄ Λίγο κάτω από το επίπεδο των ικανοτήτων σας
 - ₅ Πολύ κάτω από το επίπεδο των ικανοτήτων σας
 - ₆ Δε γνωρίζω
24. Πόσο υψηλή χρειάζεται να είναι η ένταση της εργασίας ούτως ώστε να πληρούνται οι απαιτήσεις ποιότητας και τα χρονικά όρια που έχετε για τα τρέχοντα εργασιακά σας καθήκοντα;
- ₁ Πολύ υψηλή ένταση εργασίας
 - ₂ Αρκετά υψηλή ένταση εργασίας
 - ₃ Μέτριο επίπεδο έντασης εργασίας
 - ₄ Αρκετά χαμηλή ένταση εργασίας
 - ₅ Πολύ χαμηλή ένταση εργασίας
 - ₆ Δε γνωρίζω



25. Πόσο πιθανό θεωρείτε ότι είναι να προλάβετε τα *χρονικά όρια* των τρεχόντων εργασιακών καθηκόντων που έχετε αναλάβει;

- | | |
|---|--|
| <input type="checkbox"/> ₁ Πολύ πιθανό | <input type="checkbox"/> ₄ Απίθανο |
| <input type="checkbox"/> ₂ Αρκετά πιθανό | <input type="checkbox"/> ₅ Δε γνωρίζω |
| <input type="checkbox"/> ₃ Όχι πολύ πιθανό | |

26. Πόσο πιθανό θεωρείτε ότι είναι να επιτευχθούν οι *απαιτήσεις ποιότητας* για τα τρέχοντα εργασιακά καθήκοντα που έχετε αναλάβει;

- | |
|---|
| <input type="checkbox"/> ₁ Πολύ πιθανό |
| <input type="checkbox"/> ₂ Αρκετά πιθανό |
| <input type="checkbox"/> ₃ Όχι πολύ πιθανό |
| <input type="checkbox"/> ₄ Απίθανο |
| <input type="checkbox"/> ₅ Δε γνωρίζω |

Απαντήστε στην επόμενη ερώτηση μόνο αν έχετε επιλέξει τις εναλλακτικές απαντήσεις 3 ή 4 στις ερωτήσεις 24 και/ή 25

27. Αν θεωρείτε ότι δεν είναι πολύ πιθανό να εκτελέσετε τα εργασιακά καθήκοντα που έχετε αναλάβει προς το παρόν με τα *χρονικά όρια* και τις *απαιτήσεις ποιότητας* που απαιτούνται, από ποιον/ποιους παράγοντες πιστεύετε ότι εξαρτάται (σημειώστε με «X» για «όχι» ή «ναι» για κάθε ισχυρισμό);

	Όχι	Ναι
i. Πολύ μεγάλος όγκος εργασίας σε σχέση με τα χρονικά όρια	<input type="checkbox"/> ₂	<input type="checkbox"/> ₁
ii. Πολύ δύσκολα εργασιακά καθήκοντα για το έργο	<input type="checkbox"/> ₂	<input type="checkbox"/> ₁
iii. Προβλήματα των υπολογιστών/προγραμμάτων/δικτύου	<input type="checkbox"/> ₂	<input type="checkbox"/> ₁
iv. Επιμέρους εργασίες/παραδόσεις τρίτων για το έργο σας που παρεμποδίζουν/καθυστερούν το δικό σας έργο	<input type="checkbox"/> ₂	<input type="checkbox"/> ₁
v. Ανεπάρκεια στη διοίκηση/συντονισμό του έργου	<input type="checkbox"/> ₂	<input type="checkbox"/> ₁
vi. Πολλές άλλες εργασίες που δε σχετίζονται άμεσα με το παρόν κύριο έργο (π.χ. εκκρεμότητες άλλων έργων, άλλα γενικότερα εργασιακά καθήκοντα)	<input type="checkbox"/> ₂	<input type="checkbox"/> ₁
vii. Απουσία λόγω ασθένειας	<input type="checkbox"/> ₂	<input type="checkbox"/> ₁
viii. Άλλη απουσία π.χ. λόγω ασθένειας παιδιών	<input type="checkbox"/> ₂	<input type="checkbox"/> ₁
ix. Άλλη αιτία	<input type="checkbox"/> ₂	<input type="checkbox"/> ₁
Αναφέρετε ποια _____		

Αν δεν χρησιμοποιείτε ηλεκτρονικό υπολογιστή στην εργασία σας («Όχι» στην ερώτηση 18i), παρακαλώ προχωρήστε κατευθείαν στην ερώτηση 44.

28. Ποιο έτος ξεκινήσατε να χρησιμοποιείτε ηλεκτρονικό υπολογιστή στην εργασία σας;



Εργασία στον υπολογιστή κατά τη διάρκεια του τελευταίου μήνα

29. Εργάζεστε συστηματικά σε περισσότερους από έναν υπολογιστές κατά τη διάρκεια του τελευταίου μήνα;

Όχι ₂ Ναι ₁

30. Μοιράζεστε συστηματικά τον υπολογιστή σας με κάποιον άλλο κατά τη διάρκεια του τελευταίου μήνα;

Όχι ₂ Ναι ₁

31. Ποια στάση κυρίως έχει το σώμα σας όταν εργάζεστε κατά τη διάρκεια του τελευταίου μήνα;

Κάθεστε ₁ Στέκεστε ₂ Κάθεστε και στέκεστε εξίσου ₃

32. Τι είδους εργασία εκτελέσατε στον υπολογιστή σας κατά τη διάρκεια του τελευταίου μήνα; Αναφέρετε το χρόνο, με όσο το δυνατό μεγαλύτερη ακρίβεια μπορείτε, ως ποσοστό του συνολικού **χρόνου εργασίας σας στον υπολογιστή**. Οι εργασίες στον υπολογιστή που θα αναφέρετε αποτελούν συνολικά το 100% του χρόνου εργασίας σας στον υπολογιστή. Παρακαλώ, αναφέρετε επίσης και ποιο/ποια προγράμματα, χρησιμοποιείται για τα διάφορα εργασιακά σας καθήκοντα.

	Όχι	Ναι	% χρόνου εργασίας στον Η/Υ	Πρόγραμμα υπολογιστή
i. Καταχώρηση δεδομένων ή κειμένου σύμφωνα με κάποια προκαθορισμένη φόρμα	<input type="checkbox"/> ₂	<input type="checkbox"/> ₁	_____ %	_____
ii. Συγγραφή και επεξεργασία δικών σας κειμένων	<input type="checkbox"/> ₂	<input type="checkbox"/> ₁	_____ %	_____
iii. Σχεδιαγράμματα, γραφήματα	<input type="checkbox"/> ₂	<input type="checkbox"/> ₁	_____ %	_____
iv. Κατασκευές, σχέδιο	<input type="checkbox"/> ₂	<input type="checkbox"/> ₁	_____ %	_____
v. Αναφορές, π.χ. οικονομικές, προσωπικού	<input type="checkbox"/> ₂	<input type="checkbox"/> ₁	_____ %	_____
vi. Επεξεργασία στοιχείων, στατιστική	<input type="checkbox"/> ₂	<input type="checkbox"/> ₁	_____ %	_____
vii. Προγραμματισμός	<input type="checkbox"/> ₂	<input type="checkbox"/> ₁	_____ %	_____
viii. Εσωτερική, εξωτερική επικοινωνία – αλληλογραφία	<input type="checkbox"/> ₂	<input type="checkbox"/> ₁	_____ %	_____
ix. Αναζήτηση πληροφοριών, π.χ. Internet	<input type="checkbox"/> ₂	<input type="checkbox"/> ₁	_____ %	_____
x. Άλλο	<input type="checkbox"/> ₂	<input type="checkbox"/> ₁	_____ %	_____
Παρακαλώ προσδιορίστε _____			_____ %	_____
<u>Συνολικός χρόνος εργασίας στον Η/Υ</u>			100%	_____



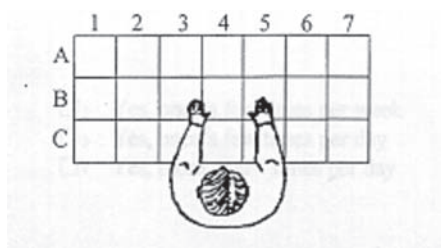
33. Ποιο/ποια επιπλέον εξαρτήματα στον Η/Υ έχετε χρησιμοποιήσει κατά τη διάρκεια του τελευταίου μήνα; Αναφέρετε το χρόνο, με όσο το δυνατόν μεγαλύτερη ακρίβεια μπορείτε, ως ποσοστό του συνολικού χρόνου εργασίας σας στον υπολογιστή κατά τον οποίο το χέρι σας είναι τοποθετημένο στο αντίστοιχο εξάρτημα. Το/τα εξαρτήματα που αναφέρετε χρησιμοποιούνται συνολικά 100% του χρόνου εργασίας σας στον υπολογιστή. Εάν, για παράδειγμα, χρησιμοποιείτε μόνο το πληκτρολόγιο ως εξάρτημα, αναφέρετε 100% για το πληκτρολόγιο και εάν χρησιμοποιείτε ποντίκι $\frac{3}{4}$ του χρόνου εργασίας στον υπολογιστή και το πληκτρολόγιο $\frac{1}{4}$ του χρόνου, αναφέρετε 75% για το ποντίκι και 25% για το πληκτρολόγιο. Αναφέρετε, επίσης, ποιο έτος αρχίσατε να χρησιμοποιείτε το εξάρτημα.

	Όχι	Ναι	% χρόνου εργασίας στον Η/Υ	Ποιο έτος αρχίσατε να χρησιμοποιείτε το εξάρτημα
i. Πληκτρολόγιο	<input type="checkbox"/> ₂	<input type="checkbox"/> ₁	_____ %	_____
Άλλα εξαρτήματα:	<input type="checkbox"/> ₂	<input type="checkbox"/> ₁	_____ %	_____
ii. Οπτικό (optical) ποντίκι	<input type="checkbox"/> ₂	<input type="checkbox"/> ₁	_____ %	_____
iii. Οπτικό ποντίκι με ροδάκι στο κέντρο	<input type="checkbox"/> ₂	<input type="checkbox"/> ₁	_____ %	_____
iv. Οπτικό ποντίκι με πέντε κουμπιά	<input type="checkbox"/> ₂	<input type="checkbox"/> ₁	_____ %	_____
v. Ποντίκι	<input type="checkbox"/> ₂	<input type="checkbox"/> ₁	_____ %	_____
vi. Ιχνόσφαιρα (trackball)	<input type="checkbox"/> ₂	<input type="checkbox"/> ₁	_____ %	_____
vii. Πινακίδα αφής (touch pad)	<input type="checkbox"/> ₂	<input type="checkbox"/> ₁	_____ %	_____
viii. Χειριστήριο παιχνιδιών (joy stick)	<input type="checkbox"/> ₂	<input type="checkbox"/> ₁	_____ %	_____
ix. Φωνητικός έλεγχος (voice control)	<input type="checkbox"/> ₂	<input type="checkbox"/> ₁	_____ %	_____
x. Άλλο	<input type="checkbox"/> ₂	<input type="checkbox"/> ₁	_____ %	_____
Παρακαλώ προσδιορίστε _____			_____ %	_____
<u>Συνολικός χρόνος εργασίας στον Η/Υ</u>			100%	_____

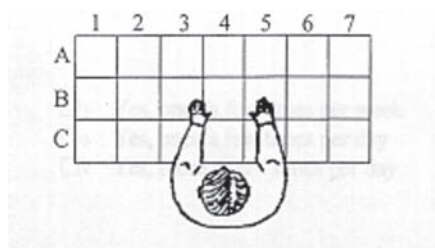
34. Με ποιο χέρι χρησιμοποιείτε συνήθως κάποιο από τα παραπάνω εξαρτήματα (εκτός πληκτρολογίου);

- ₁ Δεξί
₂ Αριστερό
₃ Εναλλακτικά δεξί ή αριστερό
₄ Και τα δύο ταυτόχρονα

35. Σημειώστε με ένα X το τετράγωνο στο οποίο έχετε το κέντρο του πληκτρολογίου σας όταν εργάζεστε τον τελευταίο μήνα



36. Σημειώστε με ένα X το τετράγωνο στο οποίο συνήθως τοποθετείτε το ποντίκι (ή άλλο εξάρτημα) όταν εργάζεστε τον τελευταίο μήνα





37. Χρησιμοποιήσατε Η/Υ στο σπίτι σας κατά τη διάρκεια του τελευταίου μήνα;

- Όχι ₂ Ναι ₁ → i. Για εργασιακά καθήκοντα που αποτελούν μέρος της εργασίας σας. _____ ώρες
ii. Για άλλη εργασία στον Η/Υ (συμπεριλαμβανομένων παιχνιδιών και παρομοίων) _____ ώρες

38. Ποια είναι η μεγαλύτερη χρονική διάρκεια που έχετε εργαστεί στον Η/Υ χωρίς διάλειμμα κατά τη διάρκεια του τελευταίου μήνα; Ως διαλείμματα θεωρούνται παύσεις μεγαλύτερες των 15 λεπτών

- ₇ Λιγότερο από μία ώρα ₄ 3-4 ώρες ₂ 5-6 ώρες
₆ 1-2 ώρες ₃ 4-5 ώρες ₁ Περισσότερες από 6 ώρες
₅ 2-3 ώρες

39. Πόσο συχνά κατά τη διάρκεια του τελευταίου μήνα εργαστήκατε στον Η/Υ σας για τη χρονική περίοδο που σημειώσατε στην προηγούμενη ερώτηση (ερώτηση 38);

- ₄ Πολύ συχνά ₂ Μερικές φορές την εβδομάδα
₃ Μερικές φορές το μήνα ₁ Καθημερινά ή σχεδόν καθημερινά

40. Πόσο άνετο ήταν το εργασιακό σας περιβάλλον όσον αφορά την εργασία σας στον Η/Υ κατά τη διάρκεια του τελευταίου μήνα; (Βάλτε σε κύκλο έναν αριθμό της παρακάτω κλίμακας).

		Πάρα πολύ κακό/ή							Πάρα πολύ καλό/ή	
		-4	-3	-2	-1	0	1	2	3	4
i.	Γενικός φωτισμός (φώτα στο ταβάνι)	-4	-3	-2	-1	0	1	2	3	4
ii.	Φωτισμός στο σταθμό εργασίας	-4	-3	-2	-1	0	1	2	3	4
iii.	Εκτυφλωτικό φως και αντανακλάσεις στην οθόνη	-4	-3	-2	-1	0	1	2	3	4
iv.	Επίπεδο θορύβου	-4	-3	-2	-1	0	1	2	3	4
v.	Εσωτερικός κλιματισμός	-4	-3	-2	-1	0	1	2	3	4
vi.	Κάθισμα	-4	-3	-2	-1	0	1	2	3	4
vii.	Στάση εργασίας	-4	-3	-2	-1	0	1	2	3	4
viii.	Χώρος εργασίας	-4	-3	-2	-1	0	1	2	3	4
ix.	Θέση οθόνης	-4	-3	-2	-1	0	1	2	3	4
x.	Θέση πληκτρολογίου	-4	-3	-2	-1	0	1	2	3	4
xi.	Θέση ποντικιού	-4	-3	-2	-1	0	1	2	3	4

41. Πώς εκτιμάτε ότι έχει λειτουργήσει ο Η/Υ σας συμπεριλαμβανομένων των προγραμμάτων και του δικτύου τον τελευταίο μήνα;



42. Εναλλασσόταν η στάση σας μεταξύ καθιστικής και όρθιας ενώ δουλεύατε στον Η/Υ σας κατά τη διάρκεια του τελευταίου μήνα;

- ₁ Όχι, ποτέ ή σπάνια ₃ Ναι μία/μερικές φορές την ημέρα
₂ Ναι μία/μερικές φορές την εβδομάδα ₄ Ναι περισσότερες από 4 φορές την ημέρα

43. Πόσο επίπονη αισθανθήκατε την εργασία σας στον Η/Υ κατά τη διάρκεια του τελευταίου μήνα στο τέλος μιας συνηθισμένης μέρας; Αναφέρατε το βαθμό καταπόνησης για κάθε μέρος του σώματος στο παρακάτω σχήμα (ακόμα και αν δεν έχετε αισθανθεί καθόλου καταπόνηση) σημειώνοντας το κατάλληλο νούμερο σύμφωνα με την κλίμακα στα αριστερά. Αν, για παράδειγμα, η καταπόνηση στον δεξιό σας ώμο είναι μεταξύ του «πολύ ελαφριά» και «αρκετά ελαφριά», σημειώστε 4 στο αντίστοιχο διάστημα.

Βαθμός καταπόνησης

- 0
 1 Πάρα πολύ ελαφριά
 2
 3 Πολύ ελαφριά
 4
 5 Αρκετά ελαφριά
 6
 7 Κάπως έντονη
 8
 9 Έντονη
 10
 11 Πολύ έντονη
 12
 13 Πάρα πολύ έντονη
 14

	Μάτια	Βαθμός καταπόνησης	
	Αυχένιας	_____	
	Ώμος/ωμοπλάτη	_____	_____
	Ώμος/βραχιόνας	_____	_____
	Θωρακική περιοχή	_____	_____
	Αγκώνας/πήχης	_____	_____
	Καρπός	_____	_____
	Χέρι/δάχτυλα	_____	_____
	Μέση	_____	_____
		Αριστερό	Δεξί

ΨΥΧΟΛΟΓΙΚΕΣ ΚΑΙ ΚΟΙΝΩΝΙΚΕΣ ΣΥΝΘΗΚΕΣ ΕΡΓΑΣΙΑΣ ΚΑΤΑ ΤΗ ΔΙΑΡΚΕΙΑ ΤΟΥ ΤΕΛΕΥΤΑΙΟΥ ΜΗΝΑ

	Ναι, συχνά	Ναι, μερικές φορές	Όχι, σπάνια	Όχι, σχεδόν ποτέ
44. Απαιτεί η εργασία σας να εργάζεστε πολύ γρήγορα;	<input type="checkbox"/> ₁	<input type="checkbox"/> ₂	<input type="checkbox"/> ₃	<input type="checkbox"/> ₄
45. Απαιτεί η εργασία σας να εργάζεστε πολύ σκληρά;	<input type="checkbox"/> ₁	<input type="checkbox"/> ₂	<input type="checkbox"/> ₃	<input type="checkbox"/> ₄
46. Απαιτεί η εργασία σας υπερβολική προσπάθεια;	<input type="checkbox"/> ₁	<input type="checkbox"/> ₂	<input type="checkbox"/> ₃	<input type="checkbox"/> ₄
47. Έχετε αρκετό χρόνο για να ολοκληρώνετε τα εργασιακά σας καθήκοντά;	<input type="checkbox"/> ₁	<input type="checkbox"/> ₂	<input type="checkbox"/> ₃	<input type="checkbox"/> ₄
48. Υπάρχουν συχνά αντικρουόμενες απαιτήσεις;	<input type="checkbox"/> ₁	<input type="checkbox"/> ₂	<input type="checkbox"/> ₃	<input type="checkbox"/> ₄
49. Έχετε την ευκαιρία να μάθετε καινούρια πράγματα στη δουλειά σας;	<input type="checkbox"/> ₁	<input type="checkbox"/> ₂	<input type="checkbox"/> ₃	<input type="checkbox"/> ₄
50. Απαιτεί η εργασία σας ικανότητες;	<input type="checkbox"/> ₁	<input type="checkbox"/> ₂	<input type="checkbox"/> ₃	<input type="checkbox"/> ₄
51. Απαιτεί ή εργασία σας να είσατε ευρηματικοί;	<input type="checkbox"/> ₁	<input type="checkbox"/> ₂	<input type="checkbox"/> ₃	<input type="checkbox"/> ₄
52. Χρειάζεται να επαναλαμβάνετε στην εργασία σας τα ίδια πράγματα ξανά και ξανά;	<input type="checkbox"/> ₁	<input type="checkbox"/> ₂	<input type="checkbox"/> ₃	<input type="checkbox"/> ₄
53. Έχετε την ελευθερία να αποφασίσετε πώς θα εκτελέσετε την εργασία σας;	<input type="checkbox"/> ₁	<input type="checkbox"/> ₂	<input type="checkbox"/> ₃	<input type="checkbox"/> ₄
54. Έχετε την ελευθερία να αποφασίσετε τι θα κάνετε στην εργασία σας;	<input type="checkbox"/> ₁	<input type="checkbox"/> ₂	<input type="checkbox"/> ₃	<input type="checkbox"/> ₄
55. Ανησυχείτε μήπως η εργασιακή σας κατάσταση αλλάξει εξαιτίας αναδιοργανώσεων, εντελώς νέων μεθόδων εργασίας, ή παρόμοια;	<input type="checkbox"/> ₁	<input type="checkbox"/> ₂	<input type="checkbox"/> ₃	<input type="checkbox"/> ₄
	Συμφωνώ απόλυτα	Συμφωνώ	Διαφωνώ	Διαφωνώ απόλυτα
56. Στην εργασία σας επικρατεί μια ήρεμη και ευχάριστη ατμόσφαιρα	<input type="checkbox"/> ₁	<input type="checkbox"/> ₂	<input type="checkbox"/> ₃	<input type="checkbox"/> ₄
57. Υπάρχουν καλές συναδελφικές σχέσεις	<input type="checkbox"/> ₁	<input type="checkbox"/> ₂	<input type="checkbox"/> ₃	<input type="checkbox"/> ₄
58. Οι συνάδελφοί μου με υποστηρίζουν	<input type="checkbox"/> ₁	<input type="checkbox"/> ₂	<input type="checkbox"/> ₃	<input type="checkbox"/> ₄
59. Δείχνουν κατανόηση αν έχω μια άσχημη μέρα	<input type="checkbox"/> ₁	<input type="checkbox"/> ₂	<input type="checkbox"/> ₃	<input type="checkbox"/> ₄
60. Τα πηγαίνω καλά με τους προϊσταμένους μου	<input type="checkbox"/> ₁	<input type="checkbox"/> ₂	<input type="checkbox"/> ₃	<input type="checkbox"/> ₄
61. Είναι ευχάριστη η συναναστροφή με τους συναδέλφους μου	<input type="checkbox"/> ₁	<input type="checkbox"/> ₂	<input type="checkbox"/> ₃	<input type="checkbox"/> ₄



ΕΡΩΤΗΣΕΙΣ ΓΙΑ ΤΗ ΔΙΟΙΚΗΣΗ

Οι ακόλουθες ερωτήσεις αφορούν τη σχέση σας με τον άμεσο προϊστάμενό σας κατά τη διάρκεια του *τελευταίου* μήνα

	Συμφωνώ απόλυτα			Διαφωνώ απόλυτα
62. Μπορώ να συζητήσω για δυσκολίες στην εργασία μου με τον άμεσο προϊστάμενό μου	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
63. Έχω την ενθάρρυνση και την υποστήριξη που χρειάζομαι από τον άμεσα προϊστάμενό μου	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
64. Ο άμεσος προϊστάμενός μου, μου παρέχει τις πληροφορίες για τις συνθήκες στον εργασιακό χώρο που χρειάζομαι για να φέρω σε πέρας τα εργασιακά μου καθήκοντά	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
65. Ο άμεσος προϊστάμενός μου με πληροφορεί συνήθως για τις αλλαγές που μπορεί να είναι σημαντικές για την εργασία μου	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
66. Ο άμεσος προϊστάμενός μου έχει την ίδια άποψη με εμένα όσον αφορά τις ικανότητές μου	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
67. Ο άμεσος προϊστάμενός μου, μου δίνει τις απαραίτητες πληροφορίες έτσι ώστε να γνωρίζω αν κάνω ή όχι καλή δουλειά	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
68. Ο άμεσος προϊστάμενός μου είναι κάποιος στον οποίο μπορώ να απευθυνθώ σε κρίσιμες καταστάσεις	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
69. Ο άμεσος προϊστάμενος παρέχει καλές προϋποθέσεις για να εξελιχθώ στη δουλειά	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>



ΕΡΩΤΗΣΕΙΣ ΓΙΑ ΤΟΝ ΚΟΙΝΩΝΙΚΟ ΠΕΡΙΓΥΡΟ ΚΑΤΑ ΤΗ ΔΙΑΡΚΕΙΑ ΤΟΥ ΤΕΛΕΥΤΑΙΟΥ ΜΗΝΑ

Μας ενδιαφέρει πώς λειτουργεί ο κοινωνικός περίγυρος στον εργασιακό χώρο. Αυτές οι ερωτήσεις αφορούν τα άτομα με τα οποία συνεργάζεστε. Σκεφτείτε το πολύ πέντε άτομα με τα οποία συζητάτε σημαντικά ζητήματα στο χώρο εργασίας σας. Εάν σας διευκολύνει, για να μην μπερδέψετε τα άτομα μπορείτε, *αν επιθυμείτε*, να σημειώσετε τα αρχικά των συναδέλφων σας στην πρώτη σειρά.

	Αρχικά				
	Άτομο 1	Άτομο 2	Άτομο 3	Άτομο 4	Άτομο 5
70. Το άτομο είναι					
1. Άνδρας	<input type="checkbox"/> ₁	<input type="checkbox"/> ₁	<input type="checkbox"/> ₁	<input type="checkbox"/> ₁	<input type="checkbox"/> ₁
2. Γυναίκα	<input type="checkbox"/> ₂	<input type="checkbox"/> ₂	<input type="checkbox"/> ₂	<input type="checkbox"/> ₂	<input type="checkbox"/> ₂
71. Πόσο συχνά μιλάτε με αυτό το άτομο;					
1. Μία φορά το μήνα	<input type="checkbox"/> ₁	<input type="checkbox"/> ₁	<input type="checkbox"/> ₁	<input type="checkbox"/> ₁	<input type="checkbox"/> ₁
2. Μία φορά την εβδομάδα	<input type="checkbox"/> ₂	<input type="checkbox"/> ₂	<input type="checkbox"/> ₂	<input type="checkbox"/> ₂	<input type="checkbox"/> ₂
3. 2-3 φορές την εβδομάδα	<input type="checkbox"/> ₃	<input type="checkbox"/> ₃	<input type="checkbox"/> ₃	<input type="checkbox"/> ₃	<input type="checkbox"/> ₃
4. κάθε μέρα	<input type="checkbox"/> ₄	<input type="checkbox"/> ₄	<input type="checkbox"/> ₄	<input type="checkbox"/> ₄	<input type="checkbox"/> ₄
72. Σας έχει αναφέρει αυτό το άτομο ότι έχει πό- νους στους μύες, τις αρθρώσεις ή τη μέση;					
1. Ναι	<input type="checkbox"/> ₁	<input type="checkbox"/> ₁	<input type="checkbox"/> ₁	<input type="checkbox"/> ₁	<input type="checkbox"/> ₁
2. Όχι	<input type="checkbox"/> ₂	<input type="checkbox"/> ₂	<input type="checkbox"/> ₂	<input type="checkbox"/> ₂	<input type="checkbox"/> ₂
3. Δεν ξέρω	<input type="checkbox"/> ₃	<input type="checkbox"/> ₃	<input type="checkbox"/> ₃	<input type="checkbox"/> ₃	<input type="checkbox"/> ₃
73. Έχετε συζητήσει με αυτό το άτομο τι μπορεί να γίνει στην εργασία για να αποτραπούν οι πόνοι στους μύες, στις αρθρώσεις ή στη μέση;					
1. Ναι	<input type="checkbox"/> ₁	<input type="checkbox"/> ₁	<input type="checkbox"/> ₁	<input type="checkbox"/> ₁	<input type="checkbox"/> ₁
2. Όχι	<input type="checkbox"/> ₂	<input type="checkbox"/> ₂	<input type="checkbox"/> ₂	<input type="checkbox"/> ₂	<input type="checkbox"/> ₂
74. Έχετε συζητήσει με αυτό το άτομο τι μπορεί να γίνει στην εργασία για να εργάζεστε πιο αποτελεσματικά;					
1. Ναι	<input type="checkbox"/> ₁	<input type="checkbox"/> ₁	<input type="checkbox"/> ₁	<input type="checkbox"/> ₁	<input type="checkbox"/> ₁
2. Όχι	<input type="checkbox"/> ₂	<input type="checkbox"/> ₂	<input type="checkbox"/> ₂	<input type="checkbox"/> ₂	<input type="checkbox"/> ₂
75. Έχετε συζητήσει με αυτό το άτομο πώς μπορεί να μειωθεί ο βαθμός κούρασης στην εργασία;					
1. Ναι	<input type="checkbox"/> ₁	<input type="checkbox"/> ₁	<input type="checkbox"/> ₁	<input type="checkbox"/> ₁	<input type="checkbox"/> ₁
2. Όχι	<input type="checkbox"/> ₂	<input type="checkbox"/> ₂	<input type="checkbox"/> ₂	<input type="checkbox"/> ₂	<input type="checkbox"/> ₂
76. Έχετε συζητήσει εργονομικά ζητήματα με αυτό το άτομο (αφορά τους παράγοντες που αναφέρονται στην ερώτηση 41);					
1. Ναι	<input type="checkbox"/> ₁	<input type="checkbox"/> ₁	<input type="checkbox"/> ₁	<input type="checkbox"/> ₁	<input type="checkbox"/> ₁
2. Όχι	<input type="checkbox"/> ₂	<input type="checkbox"/> ₂	<input type="checkbox"/> ₂	<input type="checkbox"/> ₂	<input type="checkbox"/> ₂

Απαντήστε στις ερωτήσεις 81 – 83 μόνο αν έχετε αναφέρει ενοχλήσεις σε κάποια από τις ερωτήσεις 77 – 80 διαφορετικά πηγαίετε στην ερώτηση 84.

81. Επηρέασαν οι ενοχλήσεις την απόδοσή σας κατά την εργασία στον Η/Υ κατά τη διάρκεια του τελευταίου μήνα; (Αν η απόδοσή σας έχει μειωθεί, αναφέρετε πόσο επί τοις εκατό % συγκριτικά με τον προηγούμενο μήνα).

- ₂ Όχι, δεν έχει αλλάξει (ή έχει αυξηθεί)
₁ Ναι, έχει μειωθεί κατά _____ % λόγω των ενοχλήσεων

82. Ποιες συνέπειες είχαν οι ενοχλήσεις όταν είχαν τη μέγιστη δυνατή ένταση κατά τη διάρκεια του τελευταίου μήνα;

	<u>Αμετά- βλητη</u>	Έχει δυσκολέψει αλλά δεν έχει μειωθεί	Μειωμένη ποσότητα ή ποιότητα	Μόλις που τα καταφέρνω	Δε γνωρίζω. Δεν προσπά- θησα
i. Γενικά η ικανότητά σας στην εργασία	<input type="checkbox"/> ₄	<input type="checkbox"/> ₃	<input type="checkbox"/> ₂	<input type="checkbox"/> ₁	<input type="checkbox"/> ₉
ii. Χρήση πληκτρολογίου	<input type="checkbox"/> ₄	<input type="checkbox"/> ₃	<input type="checkbox"/> ₂	<input type="checkbox"/> ₁	<input type="checkbox"/> ₉
iii. Χρήση ποντικιού	<input type="checkbox"/> ₄	<input type="checkbox"/> ₃	<input type="checkbox"/> ₂	<input type="checkbox"/> ₁	<input type="checkbox"/> ₉
iv. Οικιακά (π.χ. μαγείρεμα, πλύσιμο, καθάρισμα)	<input type="checkbox"/> ₄	<input type="checkbox"/> ₃	<input type="checkbox"/> ₂	<input type="checkbox"/> ₁	<input type="checkbox"/> ₉
v. Ελεύθερος χρόνος (π.χ. άσκηση, κηπουρική, ραπτική, παίξιμο μουσικών οργάνων)	<input type="checkbox"/> ₄	<input type="checkbox"/> ₃	<input type="checkbox"/> ₂	<input type="checkbox"/> ₁	<input type="checkbox"/> ₉
vi. Κοινωνική ζωή (με π.χ. οικογένεια, φίλους, συναδέλφους)	<input type="checkbox"/> ₄	<input type="checkbox"/> ₃	<input type="checkbox"/> ₂	<input type="checkbox"/> ₁	<input type="checkbox"/> ₉
vii. Ύπνος	<input type="checkbox"/> ₄	<input type="checkbox"/> ₃	<input type="checkbox"/> ₂	<input type="checkbox"/> ₁	<input type="checkbox"/> ₉

83. Έχετε λάβει κάποιο από τα ακόλουθα μέτρα κατά τη διάρκεια του τελευταίου μήνα έτσι ώστε να αποφύγετε ή να ανακουφιστείτε από τις ενοχλήσεις;

	Όχι	Ναι
i. Απουσία από την εργασία (από γιατρό)	<input type="checkbox"/> ₂	<input type="checkbox"/> ₁
ii. Αναζητήσατε βοήθεια π.χ. σε γιατρό εργασίας, γιατρό, φυσιοθεραπευτή, χειροπράκτη.	<input type="checkbox"/> ₂	<input type="checkbox"/> ₁
iii. Πήρατε φάρμακα π.χ. παυσίπονα	<input type="checkbox"/> ₂	<input type="checkbox"/> ₁
iv. Αλλάξατε τα εργασιακά σας καθήκοντα	<input type="checkbox"/> ₂	<input type="checkbox"/> ₁
v. Μειώσατε το ρυθμό εργασίας σας	<input type="checkbox"/> ₂	<input type="checkbox"/> ₁
vi. Αλλάξατε τη στάση εργασίας σας ή τις κινήσεις σας όταν εργάζεστε (έχοντας τα ίδια εργασιακά καθήκοντα)	<input type="checkbox"/> ₂	<input type="checkbox"/> ₁
vii. Αλλάξατε τον εξοπλισμό του Η/Υ, το κάθισμα, το γραφείο.	<input type="checkbox"/> ₂	<input type="checkbox"/> ₁
viii. Άλλο	<input type="checkbox"/> ₂	<input type="checkbox"/> ₁
Παρακαλώ προσδιορίστε _____		



84. Εξετάστε αν πονάτε κατά την ψηλάφηση σε αρθρώσεις, τένοντες ή μύες

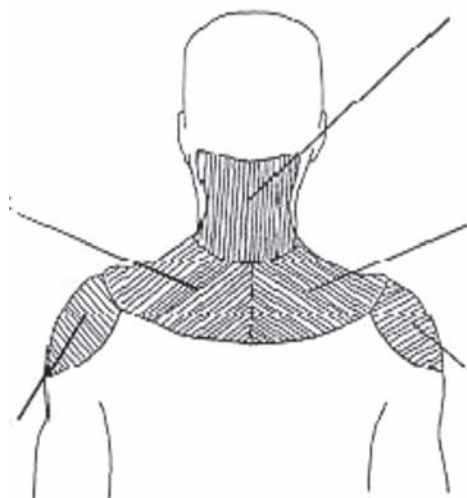
Πιέστε με τα δάχτυλα, τα σημεία του σώματός σας στις περιοχές που έχουν σκιαγραφηθεί στα παρακάτω σχήματα. Αναφέρετε με ένα σταυρό στα τετράγωνα δίπλα εάν έχετε εμφανή πόνο σε αρθρώσεις, τένοντες ή μύες σε αυτές τις περιοχές. Πιέστε όλη τη σκιαγραφημένη περιοχή και εξίσου δυνατά σε όλα τα σημεία. Κινήστε λίγο τις αρθρώσεις για να αισθανθείτε καλύτερα που βρίσκονται η άρθρωση, οι τένοντες και οι μύες.

**Ωμοπλάτη
Αριστερή**

- ₂ Όχι
₁ Ναι

**Άρθρωση
ώμου
Αριστερός**

- ₂ Όχι
₁ Ναι



Αυχένιας

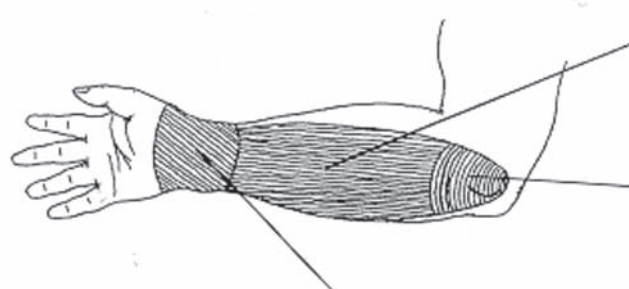
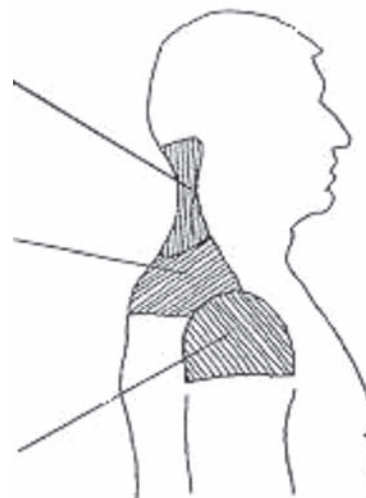
- ₂ Όχι
₁ Ναι

**Ωμοπλάτη
Δεξιά**

- ₂ Όχι
₁ Ναι

**Άρθρωση
ώμου
Δεξιάς**

- ₂ Όχι
₁ Ναι



Πήχης

Εσωτερικό/κάτω μέρος

- | | |
|---|---|
| Αριστερά | Δεξιά |
| <input type="checkbox"/> ₂ Όχι | <input type="checkbox"/> ₂ Όχι |
| <input type="checkbox"/> ₁ Ναι | <input type="checkbox"/> ₁ Ναι |

Εσωτερικό μέρος αγκώνα

- | | |
|---|---|
| Αριστερά | Δεξιά |
| <input type="checkbox"/> ₂ Όχι | <input type="checkbox"/> ₂ Όχι |
| <input type="checkbox"/> ₁ Ναι | <input type="checkbox"/> ₁ Ναι |

Καρποί

- | | |
|---|---|
| Αριστερά | Δεξιά |
| <input type="checkbox"/> ₂ Όχι | <input type="checkbox"/> ₂ Όχι |
| <input type="checkbox"/> ₁ Ναι | <input type="checkbox"/> ₁ Ναι |

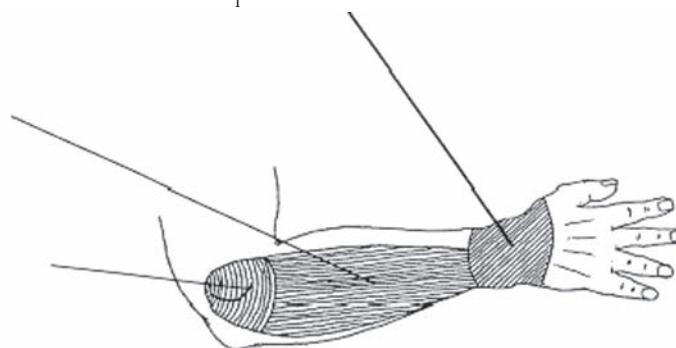
Πήχης

Εξωτερικό/πάνω μέρος

- | | |
|---|---|
| Αριστερά | Δεξιά |
| <input type="checkbox"/> ₂ Όχι | <input type="checkbox"/> ₂ Όχι |
| <input type="checkbox"/> ₁ Ναι | <input type="checkbox"/> ₁ Ναι |

Εξωτερικό μέρος αγκώνα

- | | |
|---|---|
| Αριστερά | Δεξιά |
| <input type="checkbox"/> ₂ Όχι | <input type="checkbox"/> ₂ Όχι |
| <input type="checkbox"/> ₁ Ναι | <input type="checkbox"/> ₁ Ναι |



Αριθμός: _____

85. Σε πολλές ενοχλήσεις των αρθρώσεων ή των μυών προηγούνται ή ακολουθούν άλλου είδους δυσάρεστα συμπτώματα. Πόσο συχνά κατά τη διάρκεια του *τελευταίου μήνα* έχετε παρατηρήσει ότι:

	Ποτέ	Πολύ σποραδικά	Μερικές φορές την εβδομάδα	Μία ή περισσότερες φορές την ημέρα
i. Αισθάνεστε τους μύες σας σφιγμένους (π.χ. ζαρώνετε το μέτωπο, σηκώνετε τους ώμους, σφίγγετε τα δόντια)				
ii. Αισθάνεστε ταχυπαλμία ή πίεση στο στήθος				
iii. Αισθάνεστε «ανησυχία», έχετε αίσθημα καψίματος ή πόνου στο στομάχι				
iv. Έχετε δυσκοιλιότητα				
v. Αισθάνεστε ζαλάδα, αστάθεια				
vi. Αισθάνεστε νευρικότητα ή ανησυχία				
vii. Ανησυχείτε ότι δε θα φέρετε εγκαίρως σε πέρας τα εργασιακά σας καθήκοντα				
viii. Ανησυχείτε ότι δε θα ολοκληρώσετε τα εργασιακά σας καθήκοντα γιατί είναι πολύ δύσκολα				
ix. Δεν έχετε διάθεση να εργαστείτε				
x. Αισθάνεστε κακόκεφος/η				
xi. Αισθάνεστε εξαντλημένος/η				
xii. Αισθάνεστε δυσάρεστα				
xiii. Αισθάνεστε ικανοποίηση				
xiv. Αισθάνεστε ευερέθιστος/η				
xv. Αισθάνεστε άγχος				
xvi. Έχετε δυσκολία στον ύπνο γιατί σκέφτεστε την εργασία σας				
xvii. Τρίζετε ή σφίγγετε τα δόντια σας το βράδυ				

86. Αν κατά τη διάρκεια του *τελευταίου μήνα* έχετε παρατηρήσει κάποια επιπλέον σωματικά ή ψυχικά προβλήματα εκτός από αυτά που αναφέρθηκαν στο ερωτηματολόγιο, παρακαλώ περιγράψτε τα παρακάτω.

Ευχαριστούμε πολύ για τη συμμετοχή σας



2. ΨΥΧΟΚΟΙΝΩΝΙΚΟΙ ΠΑΡΑΓΟΝΤΕΣ

2.1. ΓΕΝΙΚΟ ΕΡΩΤΗΜΑΤΟΛΟΓΙΟ ΓΙΑ ΨΥΧΟΚΟΙΝΩΝΙΚΟΥΣ ΠΑΡΑΓΟΝΤΕΣ ΣΤΗΝ ΕΡΓΑΣΙΑ

*Το ερωτηματολόγιο είναι **ανώνυμο**.
Οι απαντήσεις είναι **προαιρετικές**.*

Μπορείτε να μην απαντήσετε σε όποιες ερωτήσεις δεν θεωρείτε σκόπιμο ή δεν θέλετε να απαντήσετε. Οι απαντήσεις σας θα βοηθήσουν στον εντοπισμό των παραγόντων που επηρεάζουν την υγεία και ασφάλεια στον εργασιακό χώρο με στόχο τη λήψη μέτρων για τη βελτίωση των συνθηκών εργασίας.

Έκδοση: Σκανδιναβικό Υπουργικό Συμβούλιο* (Nordic Council of Ministers)

(* Το ερωτηματολόγιο αυτό έχει μεταφραστεί από το Ελληνικό Ινστιτούτο Υγιεινής και Ασφάλειας της Εργασίας (ΕΛ.ΙΝ.Υ.Α.Ε) έχοντας την άδεια των συγγραφέων και δεν μπορεί να χρησιμοποιηθεί στα πλαίσια παροχής **αμειβομένων** υπηρεσιών.

Για να απαντήσετε στο Ερωτηματολόγιο

Στις ακόλουθες σελίδες θα βρείτε ερωτήσεις και προτάσεις που περιγράφουν τη δουλειά σας και την επιχείρηση στην οποία εργάζεσθε. Στόχος αυτού του ερωτηματολογίου είναι η συγκέντρωση των απαιτούμενων πληροφοριών για την ανάπτυξη της εργασίας σας και του εργασιακού περιβάλλοντος.

Μη βιαστείτε να απαντήσετε. Βάλτε σε κύκλο την εναλλακτική πρόταση που αντιπροσωπεύει καλύτερα τη γνώμη σας.

Για παράδειγμα:

	Πολύ σπάνια ή <u>ποτέ</u>	Μάλλον <u>σπάνια</u>	Μερικές <u>φορές</u>	Μάλλον <u>συχνά</u>	Πολύ συχνά ή <u>πάντα</u>
1. Πρέπει να βιαστείτε για να τελειώσετε την εργασία σας;	1	2	3	4	5



1. ΠΡΟΣΩΠΙΚΟ ΙΣΤΟΡΙΚΟ

1.	Έτος γέννησης _____	5.	Έχετε σύμβαση εργασίας
2.	Φύλο Ανδρας 1 Γυναίκα 2		Αορίστου χρόνου στην παρούσα επιχείρηση 1 Ορισμένου χρόνου 2
3.	Τίτλος επαγγέλματος _____	6.	Είστε εργαζόμενος με σύμβαση; Ναι 1 Όχι 2
4.	Σε ποιο τμήμα / μονάδα εργάζεσθε; _____	7.	Έχετε θέση επόπτη; Ναι 1 Όχι 2



	Πολύ σπάνια ή ποτέ	Μάλλον σπάνια	Μερικές φορές	Μάλλον συχνά	Πολύ συχνά ή πάντα
1. Υπάρχουν διακυμάνσεις στο ωράριο εργασίας σας τέτοιες ώστε να συσσωρεύεται δουλειά;	1	2	3	4	5
2. Έχετε πάρα πολλά να κάνετε;	1	2	3	4	5
3. Είναι τα εργασιακά σας καθήκοντα πολύ δύσκολα για σας;	1	2	3	4	5
4. Εκτελείτε καθήκοντα για τα οποία χρειάζεστε περισσότερη εκπαίδευση;	1	2	3	4	5
5. Αξιοποιούνται οι δεξιότητές και οι γνώσεις σας στην εργασία σας;	1	2	3	4	5
6. Αποτελεί η εργασία σας πρόκληση κατά ένα θετικό τρόπο;	1	2	3	4	5
7. Είναι ξεκάθαρα διατυπωμένος ο σκοπός και οι στόχοι της εργασίας σας;	1	2	3	4	5
8. Γνωρίζετε επακριβώς τι προσδοκίες έχουν από εσάς στην εργασία σας;	1	2	3	4	5
9. Γίνεστε αποδέκτης ασύμβατων απαιτήσεων από δύο ή περισσότερους ανθρώπους;	1	2	3	4	5
10. Μπορείτε να επηρεάσετε τον όγκο της εργασίας που σας ανατίθεται;	1	2	3	4	5
11. Έχετε τη δυνατότητα να καθορίσετε εσείς τον ρυθμό που εργάζεσθε;	1	2	3	4	5
12. Έχετε τη δυνατότητα να αποφασίσετε οι ίδιοι πότε θα κάνετε το διάλειμμά σας;	1	2	3	4	5
13. Έχετε τη δυνατότητα να επηρεάσετε αποφάσεις σημαντικές για την εργασία σας;	1	2	3	4	5
14. Γνωρίζετε εκ τω προτέρων τι είδους καθήκοντα σας περιμένουν τον επόμενο μήνα;	1	2	3	4	5
15. Υπάρχουν φήμες που αφορούν αλλαγές στον εργασιακό σας χώρο;	1	2	3	4	5
16. Είστε ικανοποιημένος με την ικανότητά σας να λύνετε προβλήματα στην εργασία σας;	1	2	3	4	5
17. Εάν χρειαστεί, μπορείτε να έχετε υποστήριξη και βοήθεια στην εργασία σας από συναδέλφους;	1	2	3	4	5



	Πολύ σπάνια ή ποτέ	Μάλλον σπάνια	Μερικές φορές	Μάλλον συχνά	Πολύ συχνά ή πάντα
18. Εάν χρειαστεί, μπορείτε να έχετε υποστήριξη και βοήθεια στην εργασία σας από τον άμεσα προϊστάμενο σας;	1	2	3	4	5
19. Εκτιμά ο άμεσα προϊστάμενος σας τα επιτεύγματά σας στην εργασία;	1	2	3	4	5
20. Σας ενθαρρύνει ο άμεσα προϊστάμενος σας να συμμετέχετε σε σημαντικές αποφάσεις;	1	2	3	4	5
21. Σας βοηθά ο άμεσα προϊστάμενος σας να αναπτύσετε τις δεξιότητές σας;	1	2	3	4	5
	Πολύ λίγο ή καθόλου	Μάλλον λίγο	Κάπως	Μάλλον πολύ	Πάρα πολύ
22. Αισθάνεστε ότι μπορείτε να βασιστείτε σε φίλους /οικογένεια για υποστήριξη όταν προκύπτουν προβλήματα στην εργασία;	1	2	3	4	5
<i>Πώς είναι το κλίμα στην ομάδα εργασίας σας;</i>	Πολύ λίγο ή καθόλου	Μάλλον λίγο	Κάπως	Μάλλον πολύ	Πάρα πολύ
23. Ενθαρρυντικό και υποστηρικτικό	1	2	3	4	5
24. Χαλαρό και άνετο	1	2	3	4	5
25. Άκαμπτο και βασισμένο σε κανονισμούς	1	2	3	4	5
26. Σας αρέσει το ότι ανήκετε σ' αυτή την ομάδα;	1	2	3	4	5
	Πολύ σπάνια ή ποτέ	Μάλλον σπάνια	Μερικές φορές	Μάλλον συχνά	Πολύ συχνά ή πάντα
27. Λύνει επιτυχώς τα προβλήματα η ομάδα εργασίας σας;	1	2	3	4	5
28. Ενθαρρύνονται οι εργαζόμενοι στον εργασιακό σας χώρο να σκέπτονται τρόπους βελτίωσης της εργασίας;	1	2	3	4	5
29. Υπάρχει επαρκής επικοινωνία στο τμήμα σας;	1	2	3	4	5
30. Έχετε αντιληφθεί ενοχλητικές αντιπαραθέσεις μεταξύ συναδέλφων;	1	2	3	4	5
31. Ελέγχεται η απόδοσή σας ηλεκτρονικά;	1	2	3	4	5



	<u>ΝΑΙ</u>	<u>ΟΧΙ</u>			
32. Έχετε ενημερωθεί για τον τρόπο ελέγχου;	1	2			
33. Σας συμβουλευτήκαν κατά την εισαγωγή του συστήματος ελέγχου;	1	2			
34. Έλαβαν υπόψη τις παρατηρήσεις σας;	1	2			
35. Είναι οι άμεσα προϊστάμενοι σας εκπαιδευμένοι να κρίνουν την απόδοση σας βάσει κάποιου προδιαγεγραμμένου τρόπου δίκαια και εχέμυθα;	1	2			
	Πολύ σπάνια ή ποτέ	Μάλλον σπάνια	Μερικές φορές	Μάλλον συχνά	Πολύ συχνά ή πάντα
36. Είναι εφικτή η επίτευξη στόχων;	1	2	3	4	5
	Πολύ λίγο ή καθόλου	Μάλλον λίγο	Κάπως	Μάλλον πολύ	Πάρα πολύ
37. Έχετε παρατηρήσει να μην αντιμετωπίζονται ισότιμα οι άνδρες και οι γυναίκες στον εργασιακό σας χώρο;	1	2	3	4	5
38. Έχετε παρατηρήσει να μην αντιμετωπίζονται ισότιμα οι παλιότεροι και οι νέοι εργαζόμενοι στον εργασιακό σας χώρο;	1	2	3	4	5
39. Ανταμείβετε (χρήματα, ενθάρρυνση) όταν κάνετε μια δουλειά πολύ καλά στην εταιρεία σας;	1	2	3	4	5
40. Σε τι βαθμό ενδιαφέρεται η διοίκηση της εταιρείας σας για την υγεία και την ευεξία των εργαζομένων;	1	2	3	4	5
	<u>ΝΑΙ</u>	<u>ΟΧΙ</u>			
41. Υπάρχει συγκεκριμένη πολιτική της εταιρείας όσον αφορά τη βία που σχετίζεται με την εργασία που περιλαμβάνει λεκτική προσβολή;	1	2			
42. Υπάρχουν σαφείς διαδικασίες που θα πρέπει να ακολουθούν οι εργαζόμενοι όταν ένας πελάτης γίνεται υβριστικός/προσβλητικός;	1	2			





	<u>Διαφωνώ απόλυτα</u>	<u>Διαφωνώ έως ένα βαθμό</u>	<u>Αδιάφορο</u>	<u>Συμφωνώ έως ένα βαθμό</u>	<u>Συμφωνώ απόλυτα</u>
43. Μου αρέσει να με απορροφά αντικείμενο της εργασίας μου το μεγαλύτερο μέρος του χρόνου	1	2	3	4	5
44. Η μεγαλύτερη ικανοποίηση στη ζωή μου προέρχεται από την εργασία μου	1	2	3	4	5
<i>Άγχος χαρακτηρίζεται η κατάσταση κατά την οποία το άτομο αισθάνεται ένταση, ανησυχία, νευρικότητα, αγωνία, ή έχει βραδινές αϋπνίες λόγω της αδιάλειπτης συγκέντρωσης του μυαλού του σε προβλήματα</i>	<u>Καθόλου</u>	<u>Λίγο</u>	<u>Έως ένα βαθμό</u>	<u>Μάλλον αρκετά</u>	<u>Πάρα πολύ</u>
45. Αισθάνεστε αυτού το είδος το άγχος τις τελευταίες ημέρες;	1	2	3	4	5

ΣΑΣ ΕΥΧΑΡΙΣΤΟΥΜΕ!



3. ΕΡΓΑΣΙΕΣ ΧΕΙΡΩΝΑΚΤΙΚΗΣ ΔΙΑΚΙΝΗΣΗΣ











3.1. ΧΕΙΡΩΝΑΚΤΙΚΗ ΔΙΑΚΙΝΗΣΗ ΦΟΡΤΙΩΝ – ΠΡΟΣΔΙΟΡΙΣΜΟΣ ΚΙΝΔΥΝΩΝ- ΚΑΤΑΛΟΓΟΣ ΕΛΕΓΧΟΥ ΚΙΜ

Εταιρεία _____ Ημ/νία _____
 Χώρος εργασίας /δραστηριότητα _____ Υπογραφή _____



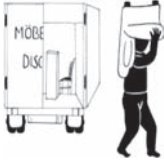




Είδη χειρωνακτικής διακίνησης φορτίων	Διάρκεια, συχνότητα		Ένταση**)	
	Μερικές φορές	Πολλές φορές*)	Χαμηλή	Υψηλή
 Μεταφορά ανύψωση, μετακίνηση, ισορρόπηση, καταβίβαση				
 Επεξεργασία ανύψωση, κράτημα, χειραγώγηση				
 Μεταφορά ώθηση, έλξη, ελιγμοί				

*) Σύννηθες μέρος /στοιχείο της εργασίας **) Αξιολόγηση βάσει εμπειρίας: Οι εργαζόμενοι νιώθουν ότι η εργασία είναι βαριά; Είναι εμφανής η προσπάθεια που καταβάλλουν; Είναι πολύ εξαντλημένοι μετά τη βάρδια, υπάρχουν παράπονα, διατυπώνονται αιτήματα για επανασχεδιασμό ή ενδείξεις αυξημένων απουσιών ή ατυχημάτων;

Περιγραφή εργασιών (βάσει της Οδηγίας του Συμβουλίου)			
χαρακτηριστικό	Εικ.	ναι	όχι
Χαρακτηριστικά φορτίου			
Υπερβολικά βαρύ ή υπερβολικά μεγάλο			
Ογκώδες ή δύσκολο στο πιάσιμο			

<p>Βρίσκεται σε ασταθή ισορροπία ή έχει περιεχόμενο που μπορεί να μετατοπιστεί</p>			
<p>Βρίσκεται σε θέση που επιβάλλει το πιάσιμο ή το χειρισμό του σε απόσταση από τον κορμό ή με σκυμμένο ή στραμμένο πλάγιως τον κορμό</p>			
<p>Ενδέχεται, λόγω του εξωτερικού του σχήματος ή /και της σύστασής του, να προκαλέσει κακώσεις στον εργαζόμενο, ιδίως σε περίπτωση πρόσκρουσης.</p>			
<p>Απαιτούμενη σωματική προσπάθεια</p>			
<p>Είναι υπερβολικά σημαντική</p>			
<p>Μπορεί να καταβληθεί μόνο με στροφή του κορμού</p>			
<p>Μπορεί να συνεπάγεται απότομη μετακίνηση του φορτίου</p>			
<p>Καταβάλλεται με σώμα σε ασταθή θέση</p>			
<p>Χαρακτηριστικά του χώρου εργασίας</p>			
<p>Ο ελεύθερος χώρος, ιδίως κατά την κατακόρυφη έννοια, είναι ανεπαρκής για την εκτέλεση της συγκεκριμένης εργασίας</p>			
<p>Το δάπεδο είναι ανώμαλο και συνεπώς παρουσιάζει κινδύνους πρόσκοψης ή είναι ολισθηρό για τα υποδήματα του εργαζόμενου</p>			
<p>Η τοποθεσία ή ο χώρος εργασίας δεν επιτρέπει στον εργαζόμενο να διακινήσει χειρωνακτικά το φορτίο σε ασφαλές ύψος ή με καλή στάση του σώματος</p>			



<p>Το δάπεδο ή το επίπεδο πάνω στο οποίο εκτελείται η εργασία είναι ανισοϋψή, γεγονός που συνεπάγεται το χειρισμό του φορτίου σε διάφορα επίπεδα</p>			
<p>Το δάπεδο ή το σημείο στήριξης είναι ασταθές</p>			
<p>Η θερμοκρασία, η υγρασία ή η κυκλοφορία του αέρα είναι ακατάλληλες</p>			
<p>Απαιτήσεις της εργασίας</p>			
<p>Υπερβολικά συχνές ή παρατεταμένες σωματικές προσπάθειες που επηρεάζουν τη σπονδυλική στήλη</p>			
<p>Ανεπαρκής χρόνος σωματικής ανάπαυσης ή ανάκτησης δυνάμεων</p>			
<p>Υπερβολικές αποστάσεις ανύψωσης, καταβίβασης ή μεταφοράς</p>			
<p>Ρυθμός εργασίας που επιβάλλεται από διαδικασία που δεν μπορεί να ρυθμίσει ο εργαζόμενος</p>			



3.2. ΑΞΙΟΛΟΓΗΣΗ ΕΡΓΑΣΙΩΝ ΧΕΙΡΩΝΑΚΤΙΚΗΣ ΔΙΑΚΙΝΗΣΗΣ ΒΑΣΕΙ ΒΑΣΙΚΩΝ ΔΕΙΚΤΩΝ (ΜΕΘΟΔΟΣ KIM)

Όταν υπάρχουν περισσότερες από μία δραστηριότητες με σημαντική σωματική καταπόνηση, πρέπει να αξιολογούνται ξεχωριστά

Χώρος εργασίας /δραστηριότητα:

1^ο βήμα: Προσδιορισμός βαθμών διαβάθμισης του χρόνου (Επιλέξτε μόνο μία στήλη!)



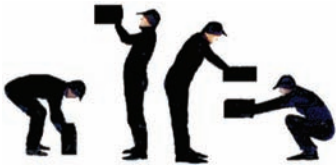

Ενέργειες ανύψωσης ή μετατόπισης (<5 δευτ.)	Κράτημα (>5 δευτ.)		Μεταφορά (>5 δευτ.)		
	Βαθμοί διαβάθμισης του χρόνου	Συνολική διάρκεια σε μία εργάσιμη μέρα	Βαθμοί διαβάθμισης του χρόνου	Συνολική απόσταση σε μία εργάσιμη μέρα	Βαθμοί διαβάθμισης του χρόνου
Αριθμός σε μια εργάσιμη μέρα					
< 10	1	< 5 λεπτά	1	<300 μέτρα	1
10 έως < 40	2	5 έως 15 λεπτά	2	300 μέτρα έως 1 χλμ.	2
40 έως < 200	4	15 λεπτά έως < 1 ώρα	4	1 έως < 4 χλμ.	4
200 έως < 500	6	1 ώρα έως < 2 ώρες	6	4 έως < 8 χλμ.	6
500 έως <1000	8	2 έως < 4 ώρες	8	8 έως < 16 χλμ.	8
≥ 1000	10	≥ 4 ώρες	10	≥ 16 χλμ.	10
<i>Παραδείγματα: χτίσιμο τούβλων, τοποθέτησης αντικειμένων προς κατεργασία σε μηχάνημα, εξαγωγή κουτιών από κιβώτιο και τοποθέτηση σε ιμάντα μεταφοράς</i>		<i>Παραδείγματα: κράτημα και χειρισμός τεμαχίου χυτοσιδήρου κατά την εργασία σε τροχό, χρήση χειροκίνητου τροχού, χρήση χορτοκοπτικού μηχανήματος</i>		<i>Παραδείγματα: μεταφορά επίπλων, παράδοση μερών σκαλωσιάς σε εργοτάξιο</i>	

2^ο βήμα: προσδιορισμός διαβάθμισης του φορτίου, της στάσης του σώματος και των συνθηκών εργασίας

Πραγματικό φορτίο ¹⁾ για άνδρες	Βαθμοί διαβάθμισης του φορτίου	Πραγματικό φορτίο ¹⁾ για γυναίκες	Βαθμοί διαβάθμισης του φορτίου
< 10 κιλά	1	< 5 κιλά	1
10 έως < 20 κιλά	2	5 έως < 10 κιλά	2
20 έως < 30 κιλά	4	10 έως < 15 κιλά	4
30 έως < 40 κιλά	7	15 έως < 25 κιλά	7
≥ 40 κιλά	25	≥ 25 κιλά	25

- 1) Στο πλαίσιο αυτό ως «πραγματικό φορτίο» νοείται η πραγματική δύναμη που πρέπει να ασκηθεί για τη μετακίνηση του φορτίου. Η δύναμη αυτή δεν αντιστοιχεί πάντοτε στη μάζα του φορτίου. Όταν σε ένα χαρτοκιβώτιο προσδίδεται κλίση, μόνο το 50% της μάζας του έχει επίδραση στον εργαζόμενο και όταν χρησιμοποιείται καροτσάκι, μόνο το 10%.



Συνήθης στάση σώματος, θέση φορτίου ²⁾	Στάση σώματος, θέση φορτίου	Βαθμοί διαβάθμισης της στάσης του σώματος
	<ul style="list-style-type: none"> Άνω μέρος του σώματος ευθυτενές και όχι στριμμένο Κατά την ανύψωση, το κράτημα, τη μεταφορά και την καταβίβαση το φορτίο βρίσκεται πολύ κοντά στο σώμα 	1
	<ul style="list-style-type: none"> Ελαφρύ σκύψιμο προς τα εμπρός ή στροφή του κορμού Κατά την ανύψωση, το κράτημα, τη μεταφορά και την καταβίβαση το φορτίο βρίσκεται κοντά ή σχετικά κοντά στο σώμα 	2
	<ul style="list-style-type: none"> Βαθύ σκύψιμο ή κάμψη προς τα εμπρός Ελαφρύ σκύψιμο με ταυτόχρονη στροφή του κορμού Το φορτίο βρίσκεται μακριά από το σώμα ή πάνω από το ύψος των ώμων 	4
	<ul style="list-style-type: none"> Κάμψη προς τα εμπρός με ταυτόχρονη στροφή του κορμού Το φορτίο βρίσκεται μακριά από το σώμα Περιορισμένη σταθερότητα της στάσης του σώματος όταν βρίσκεται σε όρθια θέση Κάθισμα ανακούρκουδα ή γονάτισμα 	8

- 2) Για τον προσδιορισμό των βαθμών διαβάθμισης της στάσης του σώματος πρέπει να χρησιμοποιείται η συνήθης στάση κατά τη χειρωνακτική διακίνηση φορτίων. Για παράδειγμα, όταν κατά τη διακίνηση ενός φορτίου λαμβάνονται διαφορετικές στάσεις πρέπει να χρησιμοποιείται η μέση τιμή και όχι οι περιστασιακές ακραίες τιμές.

Συνθήκες εργασίας	Βαθμοί διαβάθμισης των συνθηκών εργασίας
Καλές εργονομικές συνθήκες, π.χ. επαρκής χώρος, απουσία φυσικών εμποδίων στο χώρο εργασίας, ομαλό και συμπαγές δάπεδο, επαρκής φωτισμός, επαρκείς λαβές.	0
Περιορισμένος χώρος κίνησης και δυσμενείς εργονομικές συνθήκες (π.χ. 1: ο χώρος κίνησης είναι περιορισμένος λόγω χαμηλού ύψους ή επειδή ο χώρος εργασίας είναι μικρότερος από 1,5 τετραγωνικό μέτρο, ή 2: η σταθερότητα της στάσης του σώματος δυσχεραίνεται από το γεγονός ότι το δάπεδο παρουσιάζει ανωμαλίες ή δεν είναι σταθερό).	1
Πολύ περιορισμένος χώρος κίνησης ή /και αστάθεια του κέντρου βάρους του φορτίου (π.χ. μεταφορά ασθενών).	2

3^ο βήμα: Αξιολόγηση

Οι βαθμοί διαβάθμισης της δραστηριότητας αυτής εισάγονται και υπολογίζονται στο διάγραμμα

	Βαθμοί διαβάθμισης του φορτίου		+	Βαθμούς διαβάθμισης της στάσης του σώματος		+	Βαθμούς διαβάθμισης των συνθηκών εργασίας		=	Σύνολο		×	Βαθμούς διαβάθμισης του χρόνου		=	Βαθμολογία επικινδυνότητας
--	--------------------------------	--	---	--	--	---	---	--	---	--------	--	---	--------------------------------	--	---	----------------------------



Βάσει της υπολογισθείσας διαβάθμισης και του παρακάτω πίνακα μπορεί να γίνει μια χονδρική αξιολόγηση.³⁾ Ανεξαρτήτως αυτού, ισχύουν οι νομοθετικές διατάξεις περί της άδειας μητρότητας.

Φάσμα επικινδυνότητας	Βαθμολογία επικινδυνότητας	Περιγραφή
1	< 10	Κατάσταση περιορισμένης φόρτισης, μικρή πιθανότητα εμφάνισης σωματικής υπερφόρτισης.
2	10 έως < 25	Κατάσταση αυξημένης φόρτισης, είναι δυνατή η εμφάνιση σωματικής υπερφόρτισης σε λιγότερο ευπροσάρμοστα άτομα ⁴⁾ . Για αυτή την ομάδα εργαζομένων θα ήταν χρήσιμος ο επανασχεδιασμός του χώρου εργασίας.
3	25 έως < 50	Κατάσταση ιδιαίτερα αυξημένης φόρτισης, είναι δυνατή η εμφάνιση σωματικής υπερφόρτισης ακόμα και σε άτομα φυσιολογικής προσαρμοστικότητας. Συνιστάται ο επανασχεδιασμός του χώρου εργασίας.
4	≥ 50	Κατάσταση υψηλής φόρτισης, μεγάλη πιθανότητα εμφάνισης σωματικής υπερφόρτισης. Είναι απαραίτητος ο επανασχεδιασμός του χώρου εργασίας ⁵⁾ .

3) Σε γενικές γραμμές, όσο μεγαλύτερος είναι ο αριθμός των βαθμών διαβάθμισης, τόσο αυξάνεται ο κίνδυνος υπερφόρτισης του μυοσκελετικού συστήματος. Τα όρια μεταξύ των φασμάτων κινδύνου είναι ρευστά, ανάλογα με τις εκάστοτε συνθήκες εργασίας και τις συνθήκες απόδοσης. Ως εκ τούτου, η διαβάθμιση αυτή πρέπει να αντιμετωπίζεται ως καθοδηγητικό βοήθημα. Για ακριβέστερες αναλύσεις απαιτούνται εξειδικευμένες γνώσεις σε θέματα εργονομίας.

4) Στο πλαίσιο αυτό, ως λιγότερο ευπροσάρμοστα άτομα νοούνται τα άτομα ηλικίας άνω των 40 ή κάτω των 21 ετών, νεοπροσληφθέντες ή άτομα που πάσχουν από κάποια ασθένεια.

5) Οι απαιτήσεις ως προς τον επανασχεδιασμό μπορούν να προσδιοριστούν βάσει του αριθμού του βαθμών που εμφανίζονται στον πίνακα. Μειώνοντας το βάρος, βελτιώνοντας τις συνθήκες εκτέλεσης ή μειώνοντας τη διάρκεια της καταπόνησης μπορεί να αποφευχθεί η αύξηση της πίεσης.

Απαιτείται έλεγχος του χώρου εργασίας για άλλους λόγους:

Λόγοι: _____

Ημερομηνία αξιολόγησης: _____ Αξιολογήθηκε από: _____

Επιμέλεια: Ομοσπονδιακό Ινστιτούτο για την Ασφάλεια και την Υγεία στην Εργασία – Επιτροπή των Ομόσπονδων Κρατιδίων της Γερμανίας για την Ασφάλεια και την Υγεία στην Εργασία (·Bundesanstalt für Arbeitsschutz und Arbeitsmedizin - BAuA und ·Länderausschuss für Arbeitsschutz und Sicherheitstechnik - LASI) 2001



3.3. ΑΞΙΟΛΟΓΗΣΗ ΕΡΓΑΣΙΩΝ ΕΛΕΞΗΣ ΚΑΙ ΩΘΗΣΗΣ ΒΑΣΕΙ ΕΙΔΙΚΩΝ ΔΕΙΚΤΩΝ (ΜΕΘΟΔΟΣ KIM)

Η συνολική δραστηριότητα πρέπει να αναλύεται σε επιμέρους δραστηριότητες. Κάθε επιμέρους δραστηριότητα που ενέχει σημαντική σωματική καταπόνηση πρέπει να αξιολογείται ξεχωριστά.

Χώρος εργασίας /δραστηριότητα:

1ο βήμα: Προσδιορισμός βαθμών διαβάθμισης του χρόνου (Επιλέξτε μόνο μία στήλη)

Έλξη και ώθηση φορτίων για μικρές αποστάσεις ή με συχνές στάσεις (η διανυόμενη κάθε φορά απόσταση δεν υπερβαίνει 5 μέτρα)		Έλξη και ώθηση φορτίων για μεγαλύτερες αποστάσεις (η διανυόμενη κάθε φορά απόσταση υπερβαίνει τα 5 μέτρα)	
Αριθμός σε μια εργάσιμη ημέρα	Βαθμοί διαβάθμισης του χρόνου	Συνολική απόσταση σε μια εργάσιμη ημέρα < 300 μέτρα	Βαθμοί διαβάθμισης του χρόνου
< 10	1	< 300 μέτρα	1
10 έως < 40	2	300 μέτρα έως < 1 χλμ.	2
40 έως < 200	4	1 έως < 4 χλμ.	4
200 έως < 500	6	4 έως < 8 χλμ.	6
500 έως < 1000	8	8 έως < 16 χλμ.	8
≥ 1000	10	≥ 16 χλμ.	10
Παραδείγματα: χειρισμός ρομποτικού βραχίονα, συναρμολόγηση μηχανημάτων, διανομή γευμάτων σε νοσοκομεία		Παραδείγματα: αποκομιδή σκουπιδιών, μεταφορά επίπλων σε κτήρια με καροτσάκι, εκφόρτωση και μεταφόρτωση κιβωτίων	

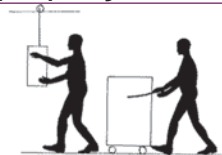



2ο βήμα: Προσδιορισμός βαθμών διαβάθμισης της μάζας, της ακρίβειας τοποθέτησης, της ταχύτητας, της στάσης του σώματος και των συνθηκών εργασίας

Μάζα προς μετακίνηση (βάρος φορτίου) κύλιση	Βιομηχανικό όχημα, βοήθημα				
	Άνευ, το φορτίο κυλιέται	Καροτσάκι	Βαγονέτα, τροχήλατα χωρίς σταθερούς τροχούς (μόνο με τροχούς που διευθύνονται)	Πέδιλα, καροτσάκια μεταφοράς, κινητά τραπέζια, τροχήλατα με σταθερούς τροχούς	Ρομποτικοί βραχίονες
< 50 κιλά	0,5	0,5	0,5	0,5	0,5
50 έως < 100 κιλά	1	1	1	1	1
100 έως < 200 κιλά	1,5	2	2	1,5	2
200 έως < 300 κιλά	2	4	3	2	4
300 έως < 400 κιλά	3		4	3	
400 έως < 600 κιλά	4		5	4	
600 έως < 1000 κιλά	5			5	
≥ 1000 κιλά					
ολίσθηση					
< 10 κιλά	1				
10 έως < 25 κιλά	2				
25 έως < 50 κιλά	4				
> 50 κιλά					
<p>Σκιασμένα πεδία: Καθοριστικής σημασίας γιατί ο έλεγχος της κίνησης των βιομηχανικών οχημάτων/φορτίων εξαρτάται σε μεγάλο βαθμό από την επιδεξιότητα και τη σωματική δύναμη.</p> <p>Μη σκιασμένα πεδία χωρίς αριθμό: Κατά κανόνα πρέπει να αποφεύγονται γιατί οι δυνάμεις που απαιτούνται για την πραγματοποίηση της δραστηριότητας μπορεί εύκολα να ξεπεράσουν τις μέγιστες σωματικές δυνάμεις.</p>					

Ακρίβεια τοποθέτησης	Ταχύτητα κίνησης	
	αργή (< 0,8 μέτρα / δευτ.)	γρήγορη (0,8 έως 1,3 μέτρα / δευτ.)
Μικρή - η προς διάνυση απόσταση δεν είναι συγκεκριμένη - το φορτίο μπορεί να κυλιθεί μέχρι να σταματήσει ή να σταματήσει σε κάποιο τερματικό σημείο	1	2
Μεγάλη - το φορτίο πρέπει να τοποθετηθεί και να σταματήσει με ακρίβεια - η προς διάνυση απόσταση πρέπει να τηρηθεί με ακρίβεια - συχνές αλλαγές κατεύθυνσης	2	4

Σημείωση: η μέση ταχύτητα βαδίσματος είναι περίπου 1 μέτρο/δευτ.

Γενικά, ολόκληρο το μυοσκελετικό σύστημα υφίσταται καταπόνηση κατά την πραγματοποίηση δραστηριοτήτων έλξης και ώθησης, κυρίως όμως η περιοχή του πήχη, του βραχίονα και της ωμικής ζώνης. Ωστόσο, ανάλογα με την εκάστοτε ασκούμενη δύναμη και στάση του σώματος είναι δυνατόν να υποστούν επίσης βαριά καταπόνηση η οσφυϊκή χώρα και οι αρθρώσεις των γοφών και των γονάτων. Επειδή οι φυσικές δυνάμεις που ασκούνται είναι σημαντικά μικρότερες και πιο ποικίλες συγκριτικά με τις δυνάμεις που ασκούνται κατά την εκτέλεση δραστηριοτήτων ανύψωσης και μεταφοράς, είναι δύσκολο να διαπιστωθούν οι χρόνιες βλάβες λόγω της υπερφόρτισης. Οι κίνδυνοι που εγκυμονούν συνήθως για το μυοσκελετικό σύστημα οι δραστηριότητες έλξης και ώθησης οφείλονται σε ξαφνικές υπερφορτίσεις λόγω κρούσεων, γλυστρημάτων ή απροσδόκητων και ισχυρών δυνάμεων κατά την αλλαγή κατεύθυνσης ή το σταμάτημα.

Στάση σώματος ¹⁾		
	Ευθυτενής και όχι στριμμένος κορμός	1
	Κορμός που γέρνει ελαφρά προς τα εμπρός ή είναι ελαφρά στριμμένος (έλξη από τη μία πλευρά)	2
	Σώμα κεκλιμένο χαμηλά προς την κατεύθυνση της κίνησης. Κάθισμα ανακούκουδα, γονάτισμα, σκύψιμο	4
	Συνδυασμός σκυψίματος και στροφής του κορμού	8

1) Πρέπει να χρησιμοποιείται η συνήθης στάση του σώματος. Η μεγαλύτερη κλίση του σώματος που είναι δυνατόν να υφίσταται κατά το ξεκίνημα, το σταμάτημα ή την αλλαγή κατεύθυνσης μπορεί να αγνοείται εάν συμβαίνει μόνο περιστασιακά.

Συνθήκες εργασίας	
Καλές: → δάπεδο (ή άλλη επιφάνεια) σταθερό, ομαλό, στεγνό → μηδενική κλίση → ανυπαρξία εμποδίων στο χώρο εργασίας → τροχίσκοι ή τροχοί που περιστρέφονται εύκολα, δεν υπάρχουν ενδείξεις φθοράς στα ρουλεμάν των τροχών	0
Περιορισμένες: → ρυπαρό δάπεδο, με ορισμένες ανωμαλίες, σαθρό → μικρή κλίση έως 2° → εμπόδια στο χώρο εργασίας που πρέπει να παρακαμφθούν → ρυπαροί τροχίσκοι ή τροχοί, που δεν περιστρέφονται πλέον εύκολα, φθαρμένα ρουλεμάν	2
Δύσκολες: → με επιστρωμένες επιφάνειες ή επιφάνειες με ανώμαλη επίστρωση, λακούβες, πολύ ακάθαρτες → κλίσεις από 2 έως 5° → βιομηχανικά οχήματα που χρειάζεται να έρθουν στην αναπτυγμένη τους μορφή κατά το ξεκίνημα της δραστηριότητας → ρυπαροί τροχίσκοι ή τροχοί, ρουλεμάν που περιστρέφονται αργά	4



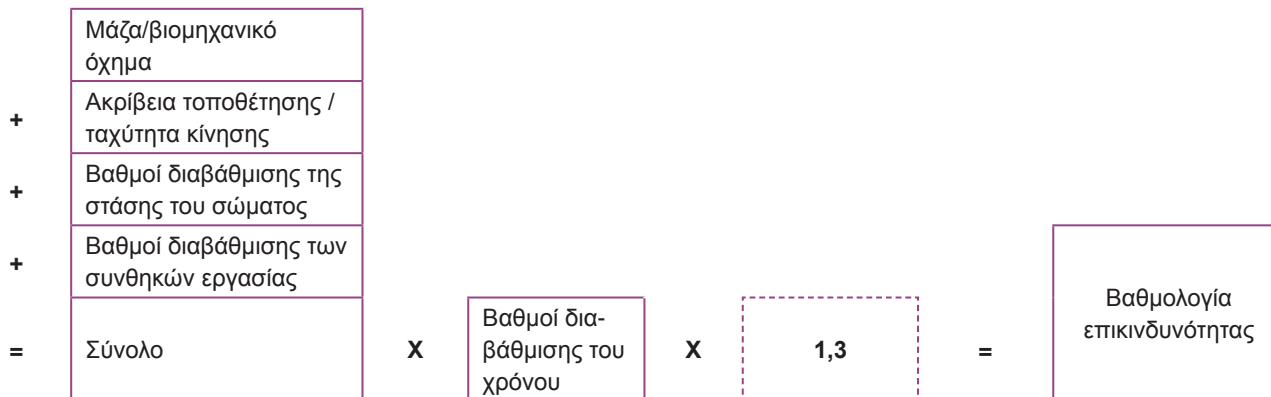
Σύνθετες: → κινητές σκάλες, κλιμακοστάσια → κλίσεις >5° → συνδυασμοί δεικτών συνθηκών από «περιορισμένες» έως «δύσκολες»

8

Δείκτες συνθηκών που δεν περιλαμβάνονται στον πίνακα πρέπει να προστίθενται κατά περίπτωση.

3ο βήμα: Αξιολόγηση

Οι βαθμοί διαβάθμισης της δραστηριότητας αυτής εισάγονται και υπολογίζονται στο διάγραμμα



Βάσει της υπολογισθείσας διαβάθμισης και του παρακάτω πίνακα μπορεί να γίνει μια χονδρική αξιολόγηση.

Φάσμα επικινδυνότητας ²⁾	Βαθμολογία επικινδυνότητας	Περιγραφή
1	< 10	Κατάσταση περιορισμένης φόρτισης, μικρή πιθανότητα εμφάνισης σωματικής υπερφόρτισης.
2	10 έως < 25	Κατάσταση αυξημένης φόρτισης, είναι δυνατή η εμφάνιση σωματικής υπερφόρτισης σε λιγότερο ευπροσάρμοστα άτομα ³⁾ . Για αυτή την ομάδα εργαζομένων θα ήταν χρήσιμος ο επανασχεδιασμός του χώρου εργασίας.
3	25 έως < 50	Κατάσταση ιδιαίτερα αυξημένης φόρτισης, είναι δυνατή η εμφάνιση σωματικής υπερφόρτισης ακόμα και σε άτομα φυσιολογικής προσαρμοστικότητας. Συνιστάται ο επανασχεδιασμός του χώρου εργασίας.
4	≥ 50	Κατάσταση υψηλής φόρτισης, μεγάλη πιθανότητα εμφάνισης σωματικής υπερφόρτισης. Είναι απαραίτητος ο επανασχεδιασμός του χώρου εργασίας.

2) Τα όρια μεταξύ των φασμάτων επικινδυνότητας είναι ρευστά, ανάλογα με τις εκάστοτε συνθήκες εργασίας και τις συνθήκες απόδοσης. Ως εκ τούτου η διαβάθμιση αυτή πρέπει να αντιμετωπίζεται ως **καθοδηγητικό βοήθημα**. Σε γενικές γραμμές, όσο μεγαλύτερος είναι ο αριθμός των βαθμών διαβάθμισης, τόσο αυξάνεται ο κίνδυνος υπερφόρτισης του μυοσκελετικού συστήματος.

3) Στο πλαίσιο αυτό, ως λιγότερο ευπροσάρμοστα άτομα νοούνται τα άτομα ηλικίας άνω των 40 ή κάτω των 21 ετών, νεοπροσληφθέντες ή άτομα που πάσχουν από κάποια ασθένεια. Δημοσιεύτηκε από: Ομοσπονδιακό Ινστιτούτο για την Ασφάλεια και την Υγεία στην Εργασία – Επιτροπή των Ομόσπονδων Κρατιδίων της Γερμανίας για την Ασφάλεια και την Υγεία στην Εργασία (Bundesanstalt für Arbeitsschutz und Arbeitsmedizin, Postfach 17 02 02, D - 44061 Dortmund and Länderausschuss für Arbeitsschutz und Sicherheitstechnik (LASI), Franz-Josef-Roeder-Str. 23, D - 66119 Saarbrücken)





ΒΑΣΙΚΗ ΝΟΜΟΘΕΣΙΑ ΥΑΕ

Α. Ειδική νομοθεσία για κλάδους

Νομοθεσία ειδική για τον κλάδο των λιμενικών εργασιών

Υ.Α. 130134/2007 (ΦΕΚ 1369/Β/2.8.2007) Όροι παροχής υπηρεσιών και χρονικά όρια υποχρεωτικής απασχόλησης του τεχνικού ασφάλειας κατά την εκτέλεση ναυπηγοεπισκευαστικών εργασιών.

Ν. 3490/2006 (ΦΕΚ 206/Α/2.10.2006) Σύσταση ινστιτούτου ναυτικής κατάρτισης με την επωνυμία «ΠΟΣΕΙΔΩΝ ΙΝΣΤΙΤΟΥΤΟ ΝΑΥΤΙΚΗΣ ΚΑΤΑΡΤΙΣΗΣ Α.Ε» και άλλες διατάξεις. (άρθ. 10: τεχνικός ασφάλειας).

Υ.Α. 2123/05/2001 (ΦΕΚ 484/Β`/27.4.2001) Όροι και προϋποθέσεις για τη χορήγηση αδειών εκτέλεσης εργασιών επισκευής και συντήρησης σε πλοία που βρίσκονται αγκυροβολημένα ή εν πλώ.

Υ.Α. 3116.3/8/93/1993 (ΦΕΚ 563/Β/28.7.1993) Απαιτούμενος ελάχιστος εξοπλισμός συνεργείων για ναυπηγοεπισκευαστικές εργασίες σε πλοία επισκευαζόμενα στη ναυπηγοεπισκευαστική ζώνη Πειραιά – Δραπετσώνας – Κερατσινίου – Περάματος - Σαλαμίνας.

Π.Δ. 70/1990 (ΦΕΚ 31/Α/14.3.1990) Υγιεινή και Ασφάλεια των Εργαζομένων σε ναυπηγικές εργασίες.

Π.Δ. 190/1984 (ΦΕΚ 64/Α/15.5.1984) Υγιεινή και ασφάλεια των εργαζόμενων σε ναυπηγικές εργασίες.

Υ.Α. 67288/1934 (ΦΕΚ 119/Β/7.9.1934) Περί κανονισμού εργασίας υφαλοχρωματιστών, σφυροκόπων και λεβητοκαθαριστών.

Νομοθεσία ειδική για τον κλάδο των μεταλλείων - ορυχείων

Υ.Α. Δ7/Α/Φ1/οικ.2198/2002 (ΦΕΚ 165/Β/14.2.2002) Τροποποίηση του Κ.Μ.Α.Ε..

Υ.Α. Δ8/Γ/Φ17/4208/1998 (ΦΕΚ 1070/Β/14.10.1998) Τροποποίηση των § 6 και 10 του άρθρου 22 του Κ.Μ.Α.Ε. που αναφέρονται στον αμίαντο.

Π.Δ. 177/1997 (ΦΕΚ 150/Α/15.7.1997) Ελάχιστες προδιαγραφές για τη βελτίωση της προστασίας, της ασφάλειας και της υγείας των εργαζομένων στις εξορυκτικές δια γεωτρήσεων βιομηχανίες σε συμμόρφωση με την οδηγία 92/91/ΕΟΚ.

Υ.Α. ΑΠΔ7/Α/Φ1/14080/732/1996 (ΦΕΚ 771/Β/28.8.1996) Ενσωμάτωση των διατάξεων της Οδηγίας 92/104/ΕΟΚ «περί των ελαχίστων προδιαγραφών για τη βελτίωση της προστασίας της ασφάλειας και υγείας των εργαζομένων στις υπαίθριες ή υπόγειες εξορυκτικές βιομηχανίες» στον Κ.Μ.Α.Ε.

Υ.Α. Δ8/Γ/Φ17/16130/1992 (ΦΕΚ 424/Β/3.7.1992) Τροποποίηση των διατάξεων του άρθ. 22 του Κ.Μ.Α.Ε. που αναφέρονται στον αμίαντο.

Υ.Α. Π-5η/Φ/17402/1984 (ΦΕΚ 931/Β/31.12.1984) Κανονισμός Μεταλλευτικών και Λατομικών Εργασιών.

Υ.Α. Δ7/Φ1/4817/1990 (ΦΕΚ 188/Β/21.3.1990) Λήψη μέτρων πυροπροστασίας στις εγκαταστάσεις μεταλλείων και λατομείων.

Νομοθεσία ειδική για τον κλάδο των οικοδομικών έργων

Απόφαση αρ. ΔΙΠΑΔ/οικ/88/27.11.2002 (ΦΕΚ 16/Β/14.1.2003) Πρόληψη και αντιμετώπιση εργασιακού κινδύνου κατά την κατασκευή Δημόσιων Έργων (Σ.Α.Υ. και Φ.Α.Υ.).

Απόφαση αρ. ΔΙΠΑΔ/οικ/177/2.3.2001 (ΦΕΚ 266/Β/14.3.2001) Πρόληψη εργασιακού κινδύνου κατά την μελέτη των Δημόσιων Έργων.

Απόφαση αρ. ΔΕΕΠΠ/οικ/8/14.5.2001 (ΦΕΚ 686/Β/1.6.2001) Καθιέρωση του Σ.Α.Υ. και Φ.Α.Υ. ως απαραίτητων στοιχείων για την έγκριση μελέτης στο στάδιο της οριστικής μελέτης ή και της μελέτης εφαρμογής (Π.Δ. 696/74) σε κάθε Δημόσιο Έργο.

Απόφαση 433/2000 (ΦΕΚ 1176/Β/22.9.2000) Καθιέρωση του Φακέλου Ασφάλειας και Υγείας (Φ.Α.Υ.) ως απαραίτητου στοιχείου για την προσωρινή και οριστική παραλαβή κάθε Δημόσιου Έργου.

Π.Δ. 305/1996 (ΦΕΚ 212/Α/29.8.1996) Ελάχιστες προδιαγραφές ασφάλειας και υγείας που πρέπει να εφαρμόζονται στα προσωρινά ή κινητά εργοτάξια σε συμμόρφωση προς την οδηγία 92/57/ΕΟΚ.

Υ.Α. 16440/Φ.10.4/445/1993 (ΦΕΚ 756/Β/28.9.1993) Κανονισμός παραγωγής και διάθεσης στην αγορά συναρμολογούμενων μεταλλικών στοιχείων για την ασφαλή κατασκευή και χρήση μεταλλικών σκαλωσιών.

Π.Δ. 225/1989 (ΦΕΚ 106/Α/2.5.1989) Υγιεινή και Ασφάλεια στα Υπόγεια Τεχνικά Έργα.

Υ.Α. 130646/1984 (ΦΕΚ 154/Β/19.3.1984) Ημερολόγιο μέτρων ασφαλείας.

Ν. 1430/1984 (ΦΕΚ 49/Α/18.4.1984) Κύρωση της 62 Διεθνούς Σύμβασης Εργασίας «που αφορά τις διατάξεις ασφαλείας στην οικοδομική βιομηχανία» & ρύθμιση θεμάτων που έχουν σχέση με αυτή.

Ν. 1396/1983 (ΦΕΚ 126/Α/15.9.1983) Υποχρεώσεις λήψης και τήρησης των μέτρων ασφαλείας στις οικοδομές και λοιπά ιδιωτικά τεχνικά έργα.

Υ.Α. ΒΜ5/30058/1983 (ΦΕΚ 121/Β/23.3.1983) Έγκριση Πρότυπης Τεχνικής Προδιαγραφής Σημάνσεως Εκτελουμένων Έργων σε οδούς εντός κατοικημένων περιοχών.

Π.Δ. 1073/1981 (ΦΕΚ 260/Α/16.9.1981) Περί μέτρων ασφαλείας κατά την εκτέλεση εργασιών εις εργοτάξια οικοδομών και πάσης φύσεως έργων αρμοδιότητας Πολιτικού Μηχανικού.

Π.Δ. 778/1980 (ΦΕΚ 193/Α/26.8.1980) Περί των μέτρων ασφαλείας κατά την εκτέλεση οικοδομικών εργασιών.

Π.Δ. 17/1978 (3/Α/12.1.78) «Περί συμπληρώσεως του από 22/29.12.1933 π.δ/τος «περί ασφαλείας εργατών και υπαλλήλων εργαζομένων επί φορητών κλιμάκων»

Π.Δ. της 22-12/1933 (ΦΕΚ 406/Α/29.12.1933) Περί ασφαλείας εργατών και υπαλλήλων εργαζομένων επί φορητών κλιμάκων.

Νομοθεσία ειδική για τον κλάδο των τηλεπικοινωνιών

Υ.Α. 2300 ΕΦΑ (493)/2008 (ΦΕΚ 346/Β/3.3.2008) Τρόπος διενέργειας των μετρήσεων για την τήρηση των ορίων ασφαλούς έκθεσης του κοινού σε ηλεκτρομαγνητική ακτινοβολία από κάθε κεραία.

Αποφ. 406/22/2006 (ΦΕΚ 1666/Β/14.11.2006) Κανονισμός αδειών κατασκευών κεραιών στην ξηρά, σύμφωνα με το ν. 3431/2006.

Υ.Α. 3060(ΦΟΡ) 238/2002 (ΦΕΚ 512/Β/25.4.2002) Μέτρα προφύλαξης του κοινού από τη λειτουργία



διατάξεων εκπομπής ηλεκτρομαγνητικών πεδίων χαμηλών συχνοτήτων. (Διορθ. Σφ. ΦΕΚ 759/Β`/19.6.2002)

Υ.Α. 53571/3839/2000 (ΦΕΚ 1105/Β/6.9.2000) Μέτρα προφύλαξης του κοινού από τη λειτουργία κεραιών εγκατεστημένων στην ξηρά.

Β. Γενική νομοθεσία ΥΑΕ

Διατάξεις γενικής εφαρμογής

Ν. 3144/2003 (ΦΕΚ 111/Α/8.5.2003) Κοινωνικός διάλογος για την προώθηση της απασχόλησης και την κοινωνική προστασία και άλλες διατάξεις. (άρθ. 3: τεχνικός ασφάλειας, ιατρός εργασίας).

Π.Δ. 159/1999 (ΦΕΚ 157/Α/3.8.1999) Τροποποίηση του π.δ 17/96 «μέτρα για την βελτίωση της ασφάλειας και της υγείας των εργαζομένων κατά την εργασία σε συμμόρφωση με τις οδηγίες 89/391/ΕΟΚ και 91/383/ΕΟΚ (11/Α)».

Π.Δ. 95/1999 (ΦΕΚ 102/Α/26.5.1999) Όροι ίδρυσης και λειτουργίας Υπηρεσιών Προστασίας και Πρόληψης.

Π.Δ. 17/1996 (ΦΕΚ 11/Α/18.1.1996) Μέτρα για την βελτίωση της ασφάλειας και της υγείας των εργαζομένων κατά την εργασία σε συμμόρφωση με τις οδηγίες 89/391/ΕΟΚ και 91/383/ΕΟΚ.

Π.Δ. 157/1992 (ΦΕΚ 74/Α/12.5.1992) Επέκταση των διατάξεων των Προεδρικών Διαταγμάτων και Υπουργικών Αποφάσεων που εκδόθηκαν με τις εξουσιοδοτήσεις του ν. 1568/85, στο Δημόσιο, Ν.Π.Δ.Δ. και Ο.Τ.Α».

Υ.Α. 88555/3293/1988 (ΦΕΚ 721/Β/4.10.1988) Υγιεινή και ασφάλεια του προσωπικού του Δημοσίου, των Ν.Π.Δ.Δ. και των Ο.Τ.Α. (κυρώθηκε με το ν. 1839/89).

Π.Δ. 294/1988 (ΦΕΚ 138/Α/21.6.1988) Ελάχιστος χρόνος απασχόλησης τεχνικού ασφαλείας και γιατρού εργασίας, επίπεδο γνώσεων και ειδικότητα τεχνικού ασφαλείας για τις επιχειρήσεις, εκμεταλλεύσεις και εργασίες του άρθρου 1 §1 του ν. 1568/85 «Υγιεινή και ασφάλεια των εργαζομένων».

Ν. 1568/1985 (ΦΕΚ 177/Α/18.10.1985) Υγιεινή και ασφάλεια των εργαζομένων.

Εργονομικοί Παράγοντες

Π.Δ. 397/1994 (ΦΕΚ 221/Α/19.12.1994) Ελάχιστες προδιαγραφές ασφάλειας και υγείας κατά την χειρωνακτική διακίνηση φορτίων που συνεπάγεται κίνδυνο ιδίως για τη ράχη και την οσφυϊκή χώρα των εργαζομένων σε συμμόρφωση προς την οδηγία του Συμβουλίου 90/269/ΕΟΚ. (Διόρθ. Σφ. ΦΕΚ 6/Α/25.1.95).

Π.Δ. 398/1994 (ΦΕΚ 221/Α/19.12.1994) Ελάχιστες προδιαγραφές ασφάλειας και υγείας κατά την εργασία με οθόνες οπτικής απεικόνισης σε συμμόρφωση με την οδηγία του Συμβουλίου 90/270/ΕΟΚ. (Διόρθ. Σφ. ΦΕΚ 6/Α/25.1.95).

Υ.Α 2048842/6017/0022/6.6.1989 «Χορήγηση ειδικού επιδόματος σε προσωπικό των Κέντρων Πληροφόρησης του Δημοσίου και των Ν.Π.Δ.Δ «

Υ.Α 130558/12.6.1989 «Υγιεινή και Ασφάλεια σε προσωπικό των εργαζομένων σε μηχανογραφικά κέντρα του Δημοσίου, Ν.Π.Δ.Δ και ΟΤΑ «

Υ.Α 130709/1991 σχετική με την χορήγηση ειδών Ατομικής Προστασίας (ειδικών γυαλιών) σ' όλους τους εργαζόμενους στα Μηχανογραφικά κέντρα του Δημοσίου, Ν.Π.Δ.Δ και ΟΤΑ».

Οργάνωση χρόνου εργασίας

Π.Δ. 76/2005 (ΦΕΚ 117/Α/19.5.2005) Τροποποίηση του π.δ 88/99 «ελάχιστες προδιαγραφές για την οργάνωση του χρόνου εργασίας σε συμμόρφωση με την οδηγία 93/104/ΕΚ» (94/Α) σε συμμόρφωση με την οδηγία 2000/34/ΕΚ του Ευρωπαϊκού Κοινοβουλίου και του Συμβουλίου.

Π.Δ. 88/1999 (ΦΕΚ 94/Α/13.5.1999) Ελάχιστες προδιαγραφές για την οργάνωση του χρόνου εργασίας σε συμμόρφωση με την οδηγία 93/104/ΕΚ.

Φυσικοί Παράγοντες

Δονήσεις

Π.Δ. 176/2005 (ΦΕΚ 227/Α/14.9.2005) Ελάχιστες προδιαγραφές υγείας και ασφάλειας όσον αφορά την έκθεση των εργαζομένων σε κινδύνους προερχόμενους από φυσικούς παράγοντες (κραδασμοί), σε συμμόρφωση με την οδηγία 2002/44/ΕΚ.

Θερμική καταπόνηση

Εγκ. οικ.10264/8.5.2008 Αντιμετώπιση της θερμικής καταπόνησης των εργαζομένων κατά το θέρος.

Εγκ. 130295/13.6.2001 Αντιμετώπιση της θερμικής καταπόνησης των εργαζομένων κατά το θέρος.

Εγκ. 130329/3.7.1995 Αντιμετώπιση θερμικής καταπόνησης εργαζομένων κατά το θέρος.

Εγκ. 130427/26.6.1990 Αντιμετώπιση της θερμικής καταπόνησης των εργαζομένων κατά το θέρος.

Εγκ. 140120/24.7.1989 Τεχνικές οδηγίες για τις μετρήσεις θερμοκρασίας και σχετικής υγρασίας στους χώρους εργασίας.

Θόρυβος

Υ.Α. Η.Π. 9272/471/2007 (ΦΕΚ 286/Β/2.3.2007) Τροποποίηση του άρθρου 8 της υπ αριθμ. 37393/2028/2003 κοινής υπουργικής απόφασης (1418/Β), σε συμμόρφωση με τις διατάξεις της οδηγίας 2005/88/ΕΚ «για την τροποποίηση της οδηγίας 2000/14/ΕΚ για την προσέγγιση των νομοθεσιών των κρατών μελών σχετικά με την εκπομπή θορύβου στο περιβάλλον από εξοπλισμό προς χρήση σε εξωτερικούς χώρους», του Συμβουλίου της 14ης Δεκεμβρίου 2005.

Π.Δ. 149/2006 (ΦΕΚ 159/Α/28.7.2006) Ελάχιστες προδιαγραφές υγείας και ασφάλειας όσον αφορά την έκθεση των εργαζομένων σε κινδύνους προερχόμενους από φυσικούς παράγοντες (θόρυβος) σε εναρμόνιση με την οδηγία 2003/10/ΕΚ.

Υ.Α. 37393/2028/2003 (ΦΕΚ 1418/Β/1.10.2003) Μέτρα και όροι για τις εκπομπές θορύβου στο περιβάλλον από εξοπλισμό προς χρήση σε εξωτερικούς χώρους.



Άλλοι Παράγοντες

Μέσα ατομικής προστασίας

Υ.Α. οικ. Β 5261/190/1997 (ΦΕΚ 113/Β/26.2.1997) Τροποποίηση της Β 4373/1205/11.3.93 (187/Β/23.3.93) κοινής απόφασης των Υπουργών Εθνικής Οικονομίας, Εργασίας και Βιομηχανίας, Ενέργειας και Τεχνολογίας για τα Μέσα Ατομικής Προστασίας, όπως τροποποιήθηκε και ισχύει σήμερα σε συμμόρφωση προς την οδηγία του Ευρωπαϊκού Κοινοβουλίου και του Συμβουλίου 96/58/ΕΚ.

Κ.Υ.Α 8881/1994 (ΦΕΚ 450/Β/16.6.1994) Τροποποίηση της 4373/1205/93 (187/Β) κοινής απόφασης των Υπουργών Εθνικής Οικονομίας, Εργασίας και Βιομηχανίας Ενέργειας και Τεχνολογίας για τα μέσα ατομικής προστασίας, σε συμμόρφωση προς τις οδηγίες του Συμβουλίου 93/95/ΕΟΚ και 93/68/ΕΟΚ.

Π.Δ. 396/1994 (ΦΕΚ 220/Α/19.12.1994) Ελάχιστες προδιαγραφές ασφάλειας και υγείας για τη χρήση από τους εργαζόμενους εξοπλισμών ατομικής προστασίας κατά την εργασία σε συμμόρφωση προς την οδηγία του Συμβουλίου 89/656/ΕΟΚ. (Διόρθ. Σφ. ΦΕΚ 6/Α/25.1.95).

Υ.Α. οικ. Β.4373/1205/1993 (ΦΕΚ 187/Β/23.3.1993) Συμμόρφωση της Ελληνικής Νομοθεσίας με την οδηγία 89/686/ΕΟΚ Οδηγία του Συμβουλίου της 21ης Δεκεμβρίου 1989 για την προσέγγιση των νομοθεσιών των κρατών μελών σχετικά με τα μέσα ατομικής προστασίας.

Προδιαγραφές χώρων εργασίας

Π.Δ. 16/1996 (ΦΕΚ 10/Α/18.1.1996) Ελάχιστες προδιαγραφές ασφάλειας και υγείας στους χώρους εργασίας σε συμμόρφωση με την οδηγία 89/654/ΕΟΚ.

Σήμανση

Π.Δ. 105/1995 (ΦΕΚ 67/Α/10.4.1995) Ελάχιστες προδιαγραφές για την σήμανση ασφάλειας ή/ και υγείας στην εργασία σε συμμόρφωση με την Οδηγία 92/58/ΕΟΚ.

Πυροπροστασία

Πυρ. Διατ. 12/2007 (ΦΕΚ 545/Β/18.4.2007) Καθιέρωση βιβλίου ελέγχου συντήρησης και καλής λειτουργίας των μέσων ενεργητικής πυροπροστασίας των επιχειρήσεων.

Υ.Α. Φ15/οικ. 1589/104/2006 (ΦΕΚ 90/Β/30.1.2006) Λήψη μέτρων πυροπροστασίας στις βιομηχανικές –βιοτεχνικές εγκαταστάσεις, επαγγελματικά εργαστήρια, αποθήκες και μηχανολογικές εγκαταστάσεις παροχής υπηρεσιών, που υπάγονται στις διατάξεις του ν. 3325/05 (68/Α) και σε λοιπές δραστηριότητες .

Υ.Α. 17230/671/2005 (ΦΕΚ 1218/Β/1.9.2005) Τροποποίηση της υπ αριθ. 618/43/05 (52/Β) κοινής απόφασης των Υπουργών Ανάπτυξης και Δημόσιας Τάξης «προϋποθέσεις διάθεσης στην αγορά πυροσβεστήρων, διαδικασίες συντήρησης, επανελέγχου και αναγόμωσης.

Υ.Α. 618/43/2005 (ΦΕΚ 52/Β/20.1.2005) Προϋποθέσεις διάθεσης στην αγορά πυροσβεστήρων, διαδικασίες συντήρησης, επανελέγχου και αναγόμωσης.

Υ.Α. Δ3/14858/1993 (ΦΕΚ 477/Β/1.7.1993) Καθορισμός τεχνικών προδιαγραφών διαμόρφωσης, σχεδίασης, κατασκευής, ασφαλούς λειτουργίας και πυροπροστασίας εγκαταστάσεων αποθήκευσης, εμφιάλωσης, διακίνησης, και διανομής υγραερίου καθώς και εγκαταστάσεων για τη χρήση αυτού σε βιομηχα-

νικές, βιοτεχνικές και επαγγελματικές δραστηριότητες.

ΦΕΚ 578/Β/29.7.1991 Λήψη μέτρων πυροπροστασίας σε εγκαταστάσεις αποθήκευσης υγρών καυσίμων των επιχειρήσεων που δεν αποτελούν εταιρείες εμπορίας πετρελαιοειδών προϊόντων.

Π.Δ. 71/1988 (ΦΕΚ 32/Α/17.2.1988) Κανονισμός πυροπροστασίας των κτιρίων.

Π.Δ. 44/1987 (ΦΕΚ 15/Α/17.2.1987) Καθορισμός τεχνικών προδιαγραφών διαμόρφωσης σχεδίασης, κατασκευής και ασφαλούς λειτουργίας των μηχανολογικών εγκαταστάσεων εναποθήκευσης υγρών καυσίμων των επιχειρήσεων που δεν αποτελούν Εταιρείες Εμπορίας Πετρελαιοειδών Προϊόντων.

Υ.Α. 34628/1985 (ΦΕΚ 799/Β/31.12.1985) Καθορισμός τεχνικών προδιαγραφών ασφαλούς λειτουργίας, διαμόρφωσης, σχεδίασης και κατασκευής των εγκαταστάσεων εναποθήκευσης υγρών καυσίμων των εταιριών εμπορίας πετρελαιοειδών (Συμπλήρωση με την Κ.Υ.Α. Π-7086/Φ5.2/1988 (ΦΕΚ. 550/Β/3.5.1988)).

Υ.Α. 34458/1990 (ΦΕΚ 846/Β/31.12.1990) Καθορισμός τεχνικών προδιαγραφών, διαμόρφωσης, σχεδίασης, κατασκευής, ασφαλούς λειτουργίας και πυροπροστασίας εγκαταστάσεων διυλιστηρίων και λοιπών βιομηχανιών πετρελαίου.

Εξοπλισμός υπό πίεση

Υ.Α. 27120/1290/2003 (ΦΕΚ 652/Β/27.5.2003) Συμμόρφωση προς τις διατάξεις της οδηγίας 2002/50/ΕΚ «για την προσαρμογή στην τεχνική πρόοδο της οδηγίας 1999/36/ΕΚ του Συμβουλίου σχετικά με το μεταφερόμενο εξοπλισμό υπό πίεση.

Υ.Α. 14132/618/2001 (ΦΕΚ 1626/Β/6.12.2001) Συμμόρφωση προς τις διατάξεις της οδηγίας 1999/36 του Συμβουλίου της 29ης Απριλίου 1999 σχετικά με τον μεταφερόμενο εξοπλισμό υπό πίεση όπως αυτή τροποποιήθηκε με νεώτερη οδηγία 2001/12/ΕΚ της Επιτροπής της 4ης Ιανουαρίου 2001 (παράρτημα V) για προσαρμογή στην τεχνική πρόοδο της οδηγίας 1999/39/ΕΚ του Συμβουλίου σχετικά με το μεταφερόμενο εξοπλισμό υπό πίεση.

Υ.Α. οικ. 16289/330/1999 (ΦΕΚ 987/Β/27.5.1999) Συμμόρφωση της Ελληνικής Νομοθεσίας με την Οδηγία 97/23/ΕΟΚ του Ευρωπαϊκού Κοινοβουλίου και Συμβουλίου σχετικά με τον εξοπλισμό υπό πίεση.

Υ.Α. οικ. Β 3380/737/1995 (ΦΕΚ 134/Β/1.3.1995) Τροποποίηση της υπ αριθ. 15233/91 (487/Β) κοινής απόφασης των Υπουργών Εθνικής Οικονομίας και Βιομηχανίας Ενέργειας και Τεχνολογίας σχετικά με τις συσκευές αερίου, σε συμμόρφωση προς την οδηγία 93/68/ΕΟΚ.

Υ.Α. 20769/6285/1994 (ΦΕΚ 977/Β/30.12.1994) Τροποποίηση της 12479/Φ17/414/91 (431/Β), κοινής απόφασης των Υπουργών Εθνικής Οικονομίας και Αναπληρωτή Βιομηχανίας, Ενέργειας και Τεχνολογίας, για τα απλά δοχεία πίεσης σε συμμόρφωση προς την οδηγία του Συμβουλίου των Ευρωπαϊκών Κοινοτήτων 93/68/ΕΟΚ για τη χρήση της σήμανσης «CE» (EEL 220/30-8-93).

Υ.Α. 15233/1991 (ΦΕΚ 487/Β/4.7.1991) Συμμόρφωση της Ελληνικής Νομοθεσίας με την 90/396/ΕΟΚ Οδηγία του Συμβουλίου των Ευρωπαϊκών Κοινοτήτων σχετικά με τις συσκευές αερίου.

Υ.Α. 12479 Φ17/414/1991 (ΦΕΚ 431/Β/24.6.1991) Συμμόρφωση της Ελληνικής Νομοθεσίας με τις 87/404/ΕΟΚ και 90/488/ΕΟΚ του συμβουλίου των Ευρωπαϊκών Κοινοτήτων σχετικά με απλά δοχεία πίεσης.



Υ.Α. Β 19340/1946/1987 (ΦΕΚ 639/Β/27.11.1987) Συγκολλητές φιάλες αερίου από μη κεκραμένο χάλυβα σε συμμόρφωση προς την οδηγία 84/527/ΕΟΚ.

Υ.Α. Β 19338/1944/1987 (ΦΕΚ 624/Β/24.11.1987) Χαλύβδινες φιάλες αερίου χωρίς συγκόλληση σε συμμόρφωση προς την οδηγία 84/525/ΕΟΚ.

Υ.Α. Β 19339/1945/1987 (ΦΕΚ 624/Β/24.11.1987) Φιάλες αερίου χωρίς συγκόλληση κατασκευασμένες από κεκραμένο ή μη αλουμίνιο σε συμμόρφωση προς την οδηγία 84/526/ΕΟΚ.

Υ.Α. της 6-5/1987 (ΦΕΚ 291/Β/9.6.1987) Συσκευές πίεσης και μέθοδοι ελέγχου αυτών των συσκευών σε συμμόρφωση προς την οδηγία 76/767/ΕΟΚ.

Κανονισμός εσωτερικών ηλεκτρικών εγκαταστάσεων

Υ.Α. Φ Α΄50/12081/642/2006 (ΦΕΚ 1222/Β/5.9.2006) Θέματα Ασφάλειας των Εσωτερικών Ηλεκτρικών Εγκαταστάσεων (Ε.Η.Ε.). Καθιέρωση υποχρέωσης εγκατάστασης διατάξεων διαφορικού ρεύματος και κατασκευής θεμελιακής γείωσης.

Υ.Α. Φ.7.5/1816/88/2004 (ΦΕΚ 470/Β/5.3.2004) Αντικατάσταση του ισχύοντος Κανονισμού Εσωτερικών Ηλεκτρικών Εγκαταστάσεων (Κ.Ε.Η.Ε) με το Πρότυπο ΕΛΟΤ HD 384 και άλλες σχετικές διατάξεις.

Γ. Ειδική νομοθεσία ΥΑΕ

Εκρηκτικές ατμόσφαιρες

Π.Δ. 42/2003 (ΦΕΚ 44/Α/21.2.2003) Σχετικά με τις ελάχιστες απαιτήσεις για τη βελτίωση της προστασίας της υγείας και της ασφάλειας των εργαζομένων οι οποίοι είναι δυνατόν να εκτεθούν σε κίνδυνο από εκρηκτικές ατμόσφαιρες σε συμμόρφωση με την οδηγία 1999/92/ΕΚ της 16ης Δεκεμβρίου 1999 του Ευρωπαϊκού Κοινοβουλίου και του Συμβουλίου (Ε.Ε.Λ 23/57/28-1-2000).

Συγκολλήσεις

Π.Δ. 95/1978 (ΦΕΚ 20/Α/17.2.1978) Περί μέτρων υγιεινής και ασφαλείας των απασχολουμένων εις εργασίας συγκολλήσεων.

Άδειες γομωτών- πυροδοτών

Υ.Α. Φ6.9/25068/1183/1996 (ΦΕΚ 1035/Β/15.11.1996) Τροποποίηση της κ.υ.α οικ. 2254/230/Φ6.9/94 (73/Β) «προϋποθέσεις, διαδικασία και απαιτούμενα δικαιολογητικά για τη χορήγηση άδειας γομωτή και πυροδότη διατρημάτων με εκρηκτικές ύλες».

Υ.Α. Φ.6.9/13370/1560/1995 (ΦΕΚ 677/Β/31.7.1995) Συμπλήρωση και τροποποίηση της κ.υ.α οικ. 2254/230/Φ.6.9/21.12.94, (73/Β) «προϋποθέσεις, διαδικασία και απαιτούμενα δικαιολογητικά για τη χορήγηση άδειας γομωτή και πυροδότη διατρημάτων με εκρηκτικές ύλες».

Υ.Α. οικ. 2254/230/Φ 6.9/1994 (ΦΕΚ 73/Β/3.2.1995) Προϋποθέσεις, διαδικασία και τα απαιτούμενα δικαιολογητικά για τη χορήγηση άδειας γομωτή και πυροδότη διατρημάτων με εκρηκτικές ύλες.



Δ. Ασφάλεια μηχανών

Γενική νομοθεσία για μηχανές

Π.Δ. 155/2004 (ΦΕΚ 121/Α/5.7.2004) Τροποποίηση του π.δ 395/94 «ελάχιστες προδιαγραφές ασφαλείας και υγείας για τη χρησιμοποίηση εξοπλισμού εργασίας από τους εργαζόμενους κατά την εργασία τους σε συμμόρφωση με την οδηγία 89/655/ΕΟΚ» (Α/220) όπως έχει τροποποιηθεί και ισχύει, σε συμμόρφωση με την οδηγία 2001/45/ΕΚ.

Π.Δ. 304/2000 (ΦΕΚ 241/Α/3.11.2000) Τροποποίηση του π.δ 395/94 «ελάχιστες προδιαγραφές ασφαλείας και υγείας για τη χρησιμοποίηση εξοπλισμού εργασίας από τους εργαζόμενους κατά την εργασία τους σε συμμόρφωση με την οδηγία 89/655/ΕΟΚ» (220/Α) όπως αυτό τροποποιήθηκε με το π.δ 89/99 «τροποποίηση του π.δ 395/94 σε συμμόρφωση με την οδηγία 95/63/ΕΚ του Συμβουλίου» (94/Α).

Π.Δ. 89/1999 (ΦΕΚ 94/Α/13.5.1999) Τροποποίηση του π.δ 395/94 «ελάχιστες προδιαγραφές ασφαλείας και υγείας για τη χρησιμοποίηση εξοπλισμού εργασίας από τους εργαζόμενους κατά την εργασία τους σε συμμόρφωση με την οδηγία 89/655/ΕΟΚ» (220/Α) σε συμμόρφωση με την οδηγία 95/63/ΕΚ του Συμβουλίου.

Π.Δ. 18/1996 (ΦΕΚ 12/Α/18.1.1996) Τροποποίηση του π.δ/τος 377/93 «σχετικά με τις μηχανές σε συμμόρφωση προς τις οδηγίες του Συμβουλίου 93/44/ΕΟΚ και 93/68/ΕΟΚ».

Π.Δ. 395/1994 (ΦΕΚ 220/Α/19.12.1994) Ελάχιστες προδιαγραφές ασφαλείας και υγείας για τη χρησιμοποίηση εξοπλισμού εργασίας από τους εργαζόμενους κατά την εργασία τους σε συμμόρφωση με την οδηγία 89/655/ΕΟΚ. (Διόρθ. Σφ. ΦΕΚ 6/Α/25.1.95).

Π.Δ. 377/1993 (ΦΕΚ 160/Α/15.9.1993) Προσαρμογή της Ελληνικής Νομοθεσίας στις Οδηγίες 89/392/ΕΟΚ και 91/368/ΕΟΚ του Συμβουλίου των Ευρωπαϊκών Κοινοτήτων σχετικά με τις μηχανές.

Άδειες χειρισμού μηχανημάτων

Π.Δ. 499/1991 (ΦΕΚ 180/Α/28.11.1991) Τροποποίηση και συμπλήρωση του π.δ 31/90 (11/Α) «επίβλεψη της λειτουργίας, χειρισμός και συντήρηση μηχανημάτων εκτέλεσης τεχνικών έργων».

Π.Δ. 31/1990 (ΦΕΚ 11/Α/5.2.1990) Επίβλεψη της λειτουργίας, χειρισμός και συντήρηση μηχανημάτων εκτέλεσης Τεχνικών Έργων.

Ειδική νομοθεσία για μηχανές

Μεταφορικές ταινίες

Π.Δ. 212/1976 (ΦΕΚ 78/Α/6.4.1976) Περί μέτρων υγιεινής και ασφαλείας των εργαζομένων εις μεταφορικές ταινίας και προωθητάς εν γένει.

Πρέσες με έκκεντρο

Π.Δ. 152/1978 (ΦΕΚ 31/Α/25.2.1978) Περί μέτρων υγιεινής και ασφαλείας των εργαζομένων εις πιεστήρας δι εκκέντρου και παρομοίους τοιούτους.

Πρέσες θερμοπλαστικές

Π.Δ. 151/1978 (ΦΕΚ 31/Α/25.2.1978) Περί μέτρων υγιεινής και ασφαλείας των απασχολουμένων εις θερμοπλαστικούς και παρομοίους τούτων πιεστήρας.



Ανυψωτικά μηχανήματα

Υ.Α. οικ. 15085/593/2003 (ΦΕΚ 1186/Β/25.8.2003) Κανονισμός Ελέγχων Ανυψωτικών Μηχανημάτων.

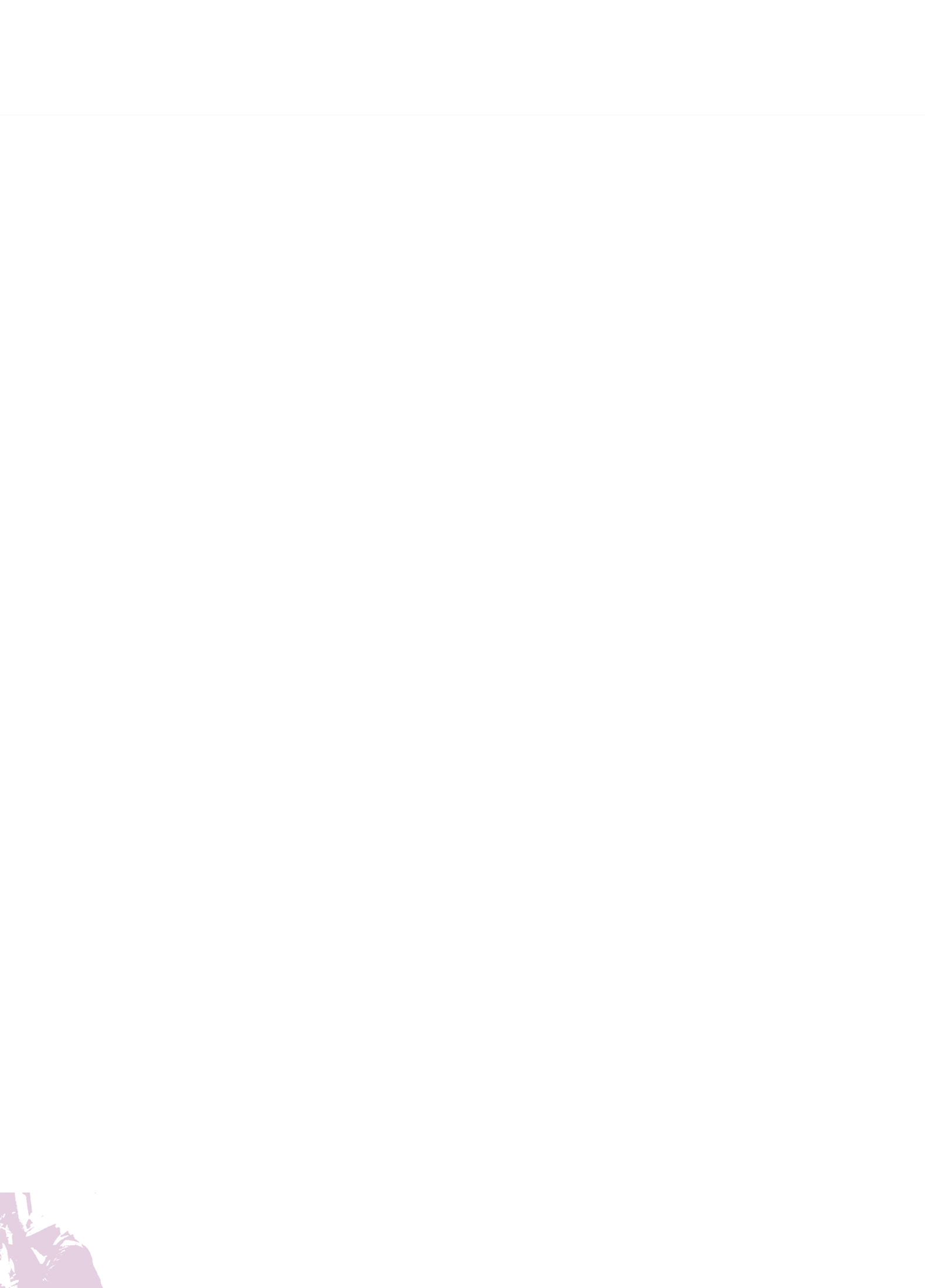
Υ.Α. 17951/2530/1988 (ΦΕΚ 625/Β/29.8.1988) Ανυψωτικά μέσα.

Υ.Α. οικ. Β 16147/2213/1988 (ΦΕΚ 514/Β/22.7.1988) Κοινές διατάξεις για τα ανυψωτικά μηχανήματα ή τα μηχανήματα διακινήσεως φορτίων.

Π.Δ. της 14-3/1934 (ΦΕΚ 112/Α/22.3.1934) Περί υγιεινής και ασφαλείας των εργατών και υπαλλήλων των πάσης φύσεως βιομηχανικών και βιοτεχνικών εργοστασίων, εργαστηρίων κλπ. (άρθ. 107 - 115).

Μεταφορά ρευστών, πυρακτωμένων υλών

Π.Δ. 216/1978 (ΦΕΚ 47/Α/31.3.1978) Περί μέτρων υγιεινής και ασφαλείας των εργαζομένων εις την μεταφοράν ρευστών-πυρακτωμένων υλών, δια περονοφόρων οχημάτων.



ΤΟ ΒΙΒΛΙΟ

ΕΡΓΑΛΕΙΑ ΔΙΕΡΕΥΝΗΣΗΣ ΘΕΜΑΤΩΝ ΑΣΦΑΛΕΙΑΣ
ΚΑΙ ΕΡΓΟΝΟΜΙΚΩΝ ΠΑΡΑΓΟΝΤΩΝ

ΣΕΛΙΔΟΠΟΙΗΘΗΚΕ ΚΑΙ ΤΥΠΩΘΗΚΕ

ΑΠΟ ΤΟΝ

ΕΚΔΟΤΙΚΟ ΟΡΓΑΝΙΣΜΟ ΛΙΒΑΝΗ ΑΒΕ

Σόλωνος 98 – 106 80 Αθήνα

Τηλ.: 210 3661200, Φαξ: 210 3617791

<http://www.livanis.gr>

ΕΛΛΗΝΙΚΟ ΙΝΣΤΙΤΟΥΤΟ ΥΓΙΕΙΝΗΣ ΚΑΙ ΑΣΦΑΛΕΙΑΣ ΤΗΣ ΕΡΓΑΣΙΑΣ

Η ΠΑΡΟΥΣΑ ΕΙΝΑΙ Η Α΄ ΕΚΔΟΣΗ ΚΑΙ ΤΥΠΩΘΗΚΕ ΣΕ 2.000 ΑΝΤΙΤΥΠΑ

