

İş sağlığı ve güvenliği herkesi ilgilendirir. İSG hem sizin hem de işletmelerin yararınadır.

Sağlıklı İşyerleri YÜKÜ HAFİFLETİR

Kampanya Kılavuzu



#EUhealthyworkplaces

www.healthy-workplaces.eu



Avrupa İş Sağlığı
ve Güvenliği Ajansı



Güvenli İşyerleri

Europe Direct İletişim Merkezi, Avrupa Birliği hakkındaki sorularınıza cevap bulmanıza yardımcı olacak hizmettir.

Ücretsiz telefon numarası (*): 00 800 6 7 8 9 10 11

(* Verilen bilgiler ve çağrılar pek çoğu ücretsizdir (ancak bazı operatörler, telefon kulübeleri veya oteller ücret uygulayabilmektedir).

Avrupa Birliği hakkında daha fazla bilgiye internetten ulaşabilirsiniz (<https://europa.eu>)

Belge, Kasım 2019'da tamamlanmıştır.

Aşağıdaki bilgilerin kullanımından Avrupa Ajansı ya da Ajans adına hareket eden kişiler sorumlu değildir.

Lüksemburg: Avrupa Birliği Yayın Ofisi, 2020

Print: ISBN 978-92-9479-366-9, doi:10.2802/79424, TE-01-20-122-TR-C

PDF: ISBN 978-92-9479-365-2, doi:10.2802/71177, TE-01-20-122-TR-N

© Avrupa İş Sağlığı ve Güvenliği Ajansı, 2020

Bu yayın kaynak belirtilmek suretiyle çoğaltılabilir.

Herhangi bir fotoğrafın EU-OSHA dışındaki telif hakları kapsamında çoğaltılması veya kullanılması için doğrudan telif hakkı sahibinden izin alınmalıdır.

Bu raporda kullanılan fotoğraflar, çeşitli çalışma faaliyetlerini göstermektedir.

Bu fotoğraflar her zaman iyi uygulamaları veya yasal gereklere uygunluğu yansıtmamaktadır.

İnternet sitelerine ve referanslara tek tıkla erişmek için bu kılavuzun çevrimiçi versiyonuna bakınız: <https://osha.europa.eu/en/publications>

İçindekiler

1. Giriş	3
1.1. Konu nedir?	4
1.2. İşle ilgili kas-iskelet sistemi hastalıkları nelerdir?	5
1.3. İşle ilgili KİSH'leri önlemek neden ana önceliktir?	9
2. İşle ilgili KİSH'lerin önlenmesi ve yönetilmesi	11
2.1. İşle ilgili KİSH'leri önlemeye yönelik işbirliği	11
2.2. İşle ilgili KİSH'ler ile ilgili yasal düzenlemeler	12
2.3. İşle ilgili KİSH'lerle mücadele	13
2.4. Erken müdahale ve işe dönüş	17
2.5. Bazı çalışan grupları özellikle risk altındadır	19
2.6. Kas-iskelet sistemi sağlığının erken yaşta teşvik edilmesi	21
3. 2020-22 Sağlıklı İşyerleri Kampanyası	23
3.1. Kampanya hakkında	23
3.2. Kampanyaya kimler katılabilir?	24
3.3. Katılmak/katkıda bulunmak için neler yapabilirsiniz?	25
3.4. Sağlıklı İşyerleri İyi Uygulama Ödülleri	26
3.5. Ortaklar ağımız	27
3.6. İlave bilgi ve kaynaklar	28
Referanslar ve Notlar	29



EU-OSHA, işle ilgili KİSH' ler hakkında 3 yıllık İSG' ye genel bakış projesi gerçekleştirmiştir.¹ Projenin hedefi, işle ilgili KİSH' ler ve ilgili politikalarla ilişkili konuları incelemek, bu konu hakkındaki anlayışımızı derinleştirmek ve işle ilgili KİSH' lerin önlenmesine yönelik etkili yolları tanımlamak olmuştur. Proje aynı zamanda, çalışanların işe dönüşlerini

ve rehabilitasyonlarını desteklemek de dahil olmak üzere, işle ilgili KİSH' leri önlemeye ve kronik KİSH' leri yönetmeye yardımcı olacak tedbirleri de incelemiştir. İSG' ye genel bakış projesi, politika belirleyiciler ve araştırmacıların ihtiyaçlarını ele almakta ve bu kampanyayı tamamlamaktadır.

1. Giriş

İşyerinde sağlık ve güvenlik risklerinin iyi yönetilmesi, çalışanlar, işletmeler ve toplum olmak üzere herkese yarar sağlamaktadır. Güçlü bir risk önleme kültürüne bağlı olan bu durum, işverenler ve yöneticilerin riskleri önlemeye ve çalışan katılımını teşvik etmeye kendilerini adanmaları anlamına gelmektedir. Etkin ve katılımcı iş sağlığı ve güvenliği (İSG) yönetimi -örneğin hastalık nedeniyle işe devamsızlığı azaltarak, üretkenliği artırarak ve işi daha sürdürülebilir hale getirerek- tüm işletmeleri daha rekabetçi hale getirmektedir.

Bu broşür, Avrupa İş Sağlığı ve Güvenliği Ajansı (EU-OSHA) tarafından yürütülen 2020-22 "Sağlıklı İşyerleri Yükü Hafifletir" kampanyası tanıtım kılavuzudur. Kampanya, işle ilgili kas-iskelet sistemi hastalıkları (KİSH'ler) ve bunların önlenmesi hakkında farkındalık yaratmayı amaçlamaktadır. Hedef, KİSH'leri önlemek için işverenler, çalışanlar ve diğer paydaşları birlikte çalışmaya teşvik etmektir.

Kampanya, tamamen ortadan kaldırılamayan işle ilgili KİSH risklerinin, en azından nasıl kontrol altına alınabileceğini göstermektedir. Aynı zamanda, meydana gelen işle ilgili KİSH'lerin erken müdahale sayesinde kronik hale gelmesinin nasıl önlenebileceğini de anlatmaktadır. Ayrıca, iyi İSG yönetiminin, kronik KİSH'li çalışanların işe dönmesine ve çalışmaya devam etmesine nasıl yardımcı olacağını da açıklamaktadır.

Kampanya aynı zamanda fiziksel, organizasyonel, psiko-sosyal, sosyo-demografik ve bireysel faktörler gibi pek çok KİSH risk faktörü ve bunların tümünü dikkate alan önleyici yaklaşımların geliştirilmesine yönelik ihtiyaç hakkında farkındalık yaratmaktadır.

EU-OSHA, işle ilgili KİSH'ler hakkında 2000 ve 2007 yıllarında iki kampanya

yürütmüştür; peki neden bu konuda bir kampanya daha yürütüyor? İşle ilgili KİSH'ler, her yaştan ve her işte çalışan çalışanları etkilemektedir; dolayısıyla bu kampanya birçok kişiyi ilgilendirmektedir. İşle ilgili KİSH'lere katkıda bulunan risk faktörlerine maruziyetin önlenmesi, özellikle yaşlanan işgücü ve yüksek yaş grupları arasında çalışma oranının artırılmasına yönelik politika hedefi bağlamında, işlerin sürdürülebilirliği bakımından önemlidir. Üstelik sorunun ölçeği ve işyeri düzeyinde değişiklikleri gerçekleştirmenin alacağı zaman, İSG ile ilgili bu temel konunun tekrar ele alınmasını zorunlu kılan nedenlerdir.

Hareketsiz çalışmanın insan sağlığı üzerindeki etkisi hakkındaki güncel kanıtlar, vücut duruşuna (özellikle otururken ve bilgisayarda çalışırken) ve işyerinde fiziksel aktiviteden yoksun kalmaya dikkat çekmektedir. Uzun süre boyunca oturmak, montaj hatlarında endüstriyel çalışma biçimlerinden süpermarkette kasiyerlik ve bilgisayar başında çalışmaya kadar birçok çalışma biçiminde görülmektedir. Bu kampanya, uzun süreler boyunca hareketsiz oturma duruşlarıyla ilişkili işle ilgili KİSH'lerin önlenmesinin önemi hakkında farkındalık yaratacaktır.

Kampanya, işle ilgili KİSH'lerle, ne kadar karmaşık olurlarsa olsun, başka herhangi İSG sorunuyla olduğu gibi baş edilebileceğini göstermektedir. İşletmelere, işle ilgili KİSH'leri sistematik biçimde ele almalarında ihtiyaç duydukları araçları ve desteği sağlayacaktır: pratik ipuçları, rehberler, görsel-işitsel materyal, iyi uygulama örnekleri ve vaka incelemeleri. Tüm bu bilgiler, daha fazlası ve ilgili kaynaklardan oluşan yeni bir veri tabanı kampanyanın internet sitesinde (<https://healthy-workplaces.eu>) yer almaktadır.

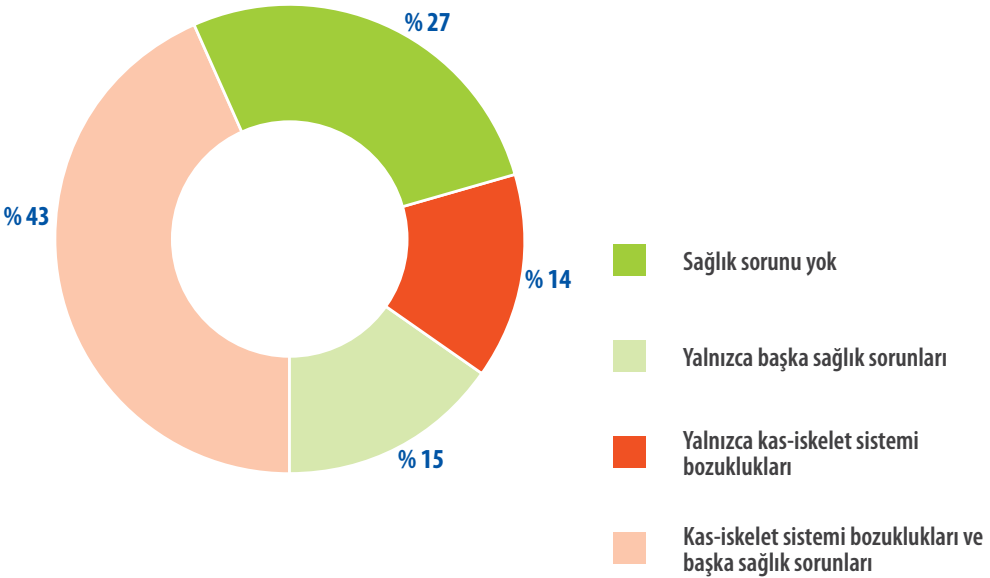
1.1. Konu nedir?

Avrupa genelinde milyonlarca çalışan KİSH' den muzdariptir. Bunların önlenmesine yönelik önemli çabalara rağmen, işle ilgili KİSH' ler hala Avrupa'da en yaygın görülen işle ilgili sağlık sorunudur. Eurostat'ın 2013 yılına ait İşgücü Anketi, son 12 ayda işle ilgili (fiziksel veya ruhsal) sağlık sorunu yaşadığını belirten çalışanların %60'ının, yaşadıkları en ciddi sağlık sorununun KİSH' lerle ilintili şikâyetler olduğunu bildirdiklerini ortaya çıkarmıştır.² Tanımlanan (%16 tarafından bildirilen) ikinci en

yaygın sağlık sorunu ise stres, depresyon veya kaygı olmuştur.

Bu rakamlar, AB'deki her beş çalışandan üçünün KİSH sorunu yaşadığını belirten Avrupa Çalışma Koşulları Araştırması'na (EWCS) dayanmaktadır. (bkz. aşağıdaki şekil).³ Çalışanlar tarafından bildirilen en yaygın KİSH türleri, sırt ağrısı ve üst ekstremitelerde kas ağrılarıdır (sırasıyla %43 ve %41). Alt ekstremitelerde görülen kas ağrılarının ise daha az olduğu bildirilmiştir (2015 yılında %29).

Son 12 ayda AB'deki çalışanlar tarafından yaşanan sağlık sorunları, AB-28, 2015



Kaynak: Panteia, altıncı EWCS temel alınmıştır, 2015.

Mikro ve küçük işletmelerin (MKİ'ler), İSG yönetimleri daha büyük işletmelere göre daha zayıf olduğundan, işle ilgili KİSH'lerin sonuçlarına karşı daha savunmasızdır. EU-OSHA tarafından gerçekleştirilen İşletmelerde Ortaya

Çıkan Yeni Riskler Avrupa Anketi'ne (ESENER) göre, mikro işletmelerin, İSG ile ilgili sorunlarla başarılı biçimde mücadele edilmesinde çok önemli olan risk değerlendirmesi yapma ihtimali diğer işletmelere göre çok daha düşüktür.⁵

1.2. İşle ilgili kas-iskelet sistemi hastalıkları nelerdir?

İşle ilgili KİSH'lerin birçoğu, örneğin uzun süre boyunca çok yoğun yüklerle defalarca maruz kalmaktan kaynaklanan, birikerek artan hastalıklardır. Ancak işle ilgili KİSH'ler, kaza sırasında oluşan kırıklar gibi akut travmalar da olabilmektedir. Bu hastalıklar başta sırt, boyun, omuzlar ve üst ekstremiteler olmak üzere, alt ekstremiteleri de etkileyebilmektedir. El

bileğinde görülen karpal tünel sendromu gibi bazı işle ilgili KİSH'ler, iyi tanımlanmış işaret ve belirtileri nedeniyle özgüldür. Diğerleri ise, belirli bir hastalığı açıkça kanıtlayan ağrı veya rahatsızlık görülmediğinden, özgül olmayan hastalıklardır.⁷

İşle ilgili KİSH'ler neden sorun yaratır?⁴

- İşle ilgili KİSH'ler, çalışanların bireysel sağlığı üzerindeki etkilerinin yanı sıra işletmeler ve ulusal ekonomiler üzerindeki etkileri nedeniyle de endişe nedenidir.
- İşle ilgili KİSH'ler, engelliliğin ve hastalık izninin en yaygın nedenleri arasındadır ve aralarında Fransa, İtalya, Letonya ve İspanya'nın da yer aldığı ülkelerde en yaygın olarak tanısı koyulan meslek hastalıklarıdır.
- KİSH'li çalışanlarda, daha sık işe devamsızlık beklenir.

Çalışanların karşılaşılabileceği KİSH türlerinin arasında aşağıdakiler yer almaktadır.



Sırt ve boyun ağrısı, en yaygın görülen rahatsızlıklardandır.



Eklem rahatsızlıkları, yıpranma ve aşınma veya hastalık nedeniyle görülebilmekte veya işyeri kazaları nedeniyle ortaya çıkabilmektedir.

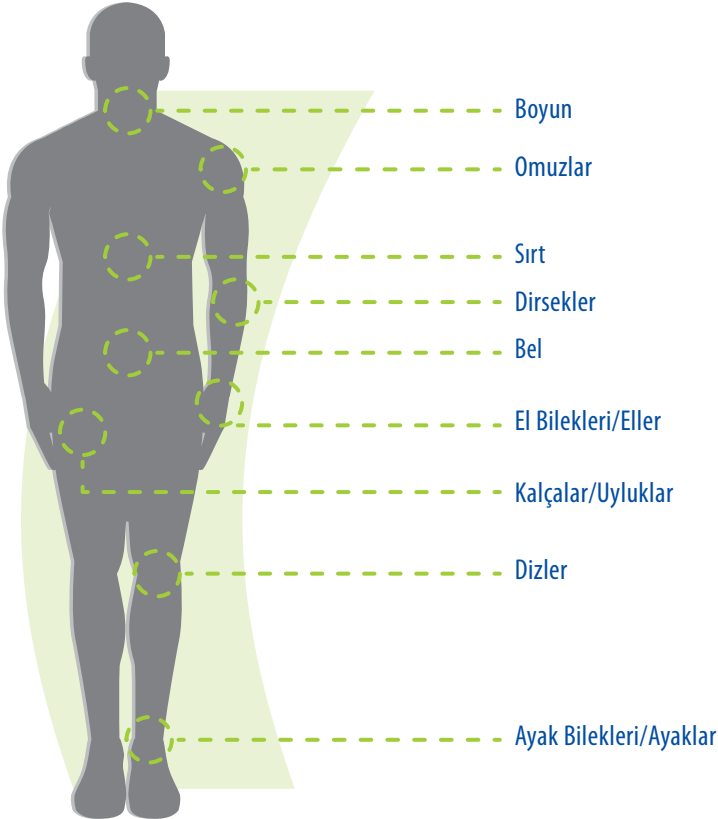


Kas yaralanmaları, gayret gerektiren veya yinelenen faaliyetler sonucunda meydana gelebilmektedir.



Kemik rahatsızlıkları, kemik kırılmalarında da olduğu gibi, genellikle işyerinde yaşanan kazalardan kaynaklanmaktadır.

KİSH'lerin genellikle etkilediği vücut bölümlerini gösteren vücut haritası



Kaynak: EU-OSHA.⁸



İşle ilgili kas-iskelet sistemi hastalıkları, kaslar, eklemler, tendonlar, bağ dokuları, sinirler, kemikler ve yerel kan dolaşım sistemi gibi vücut yapılarındaki yetersizliklerdir; öncelikli olarak çalışma ve işin yapıldığı yakın çevredeki etkiler nedeniyle ortaya çıkmakta veya ağırlaşmaktadır.⁶

KİSH'li çalışanlar genellikle günlük aktivitelerinin yalnızca KİSH'lerin kendisinden değil aynı zamanda bunlarla ilişkili sağlık sorunlarından da etkilendiğini fark edeceklerdir. KİSH'li kişiler, ağrı çekmenin yanı sıra, kaygı, uyku sorunları ve genel olarak bitkinlik de yaşayabilmektedir. Uzun vadede mevcut işlerine veya benzer işlere devam edemeyebilirler.

“Fiziksel ve biyo-mekanik faktörler”,
“organizasyonel ve psiko-sosyal faktörler”

ile bireysel faktörler de dahil olmak üzere, farklı etken gruplar işle ilgili KİSH'lere katkıda bulunmaktadır. Bu faktörler birbirinden bağımsız veya hep birlikte etki edebilmektedir.⁹ Psiko-sosyal riskler ve iş stresi de, akut ağrının kronik ağrıya dönüşmesinde rol oynayabilmektedir.¹⁰ İşle ilgili KİSH'lerin değerlendirilmesinde, maruz kalınan risk faktörlerinin bileşkesi de dikkate alınmalıdır.

İşle ilgili KİSH'lerin gelişmesine potansiyel olarak katkıda bulunan faktörler

Faktör türü	Örnekler
Fiziksel	<ul style="list-style-type: none"> • Yük kaldırma, taşıma, itme veya çekme veya araç-gereç kullanma • Tekrarlanan veya zorlu hareketler • Uzun süreli fiziksel efor • Uygunsuz ve hareketsiz vücut duruşları (örneğin uzun süre boyunca oturma veya ayakta durma, diz çökme, elleri omuz seviyesinin üzerinde tutma) • El-kol veya bütün vücut titreşimi • Soğuk veya aşırı sıcak • Vücutta gerginliğe neden olan, yüksek gürültü seviyeleri • Kötü çalışma yeri yerleşimi ve kötü işyeri tasarımı
Organizasyonel ve psiko-sosyal	<ul style="list-style-type: none"> • Zorlu işler, ağır iş yükü • Uzun çalışma saatleri • Çalışırken vücut duruşunu değiştirmek için mola verilmemesi veya fırsat olmaması • Görevleri ve iş yükünü kontrol edememe • Belirsiz/çelişkili görevler • Yüksek tempoda, tekrarlanan biçimde, tekdüze çalışma • Çalışma arkadaşlarından ve/veya amirlerden destek görememe
Bireysel	<ul style="list-style-type: none"> • Sağlık geçmişi • Fiziksel kapasite • Yaş • Obezite/fazla kilo • Sigara kullanımı

1.3. İşle ilgili KİSH'leri önlemek neden ana önceliklidir?

Çalışan sağlığı ve esenliğini iyileştirmek amacıyla işle ilgili KİSH'lerin önlenmesi, 2002 yılından beri her EU-OSHA stratejisinde öncelik olarak belirlenmiştir. Yakın zamanda, Avrupa Komisyonu, KİSH'lerin hala 'en ciddi ve en yaygın işle ilgili hastalıklardan biri' olduğunu altını çizmiştir. KİSH'lerin AB'de yaşayan milyonlarca çalışanın yaşamları boyunca çalışmaya devam etmesine engel olma potansiyeli, 'bireyler, işletmeler ve genel olarak toplum için büyük maliyet yükü' anlamına gelmektedir.¹¹ İşle ilgili KİSH'lerin önlenmesine yapılacak yatırımlar çalışanların sağlığını ve kariyer imkanlarını iyileştirecek, işletmelerin rekabet edebilirliğini artıracak ve ulusal sağlık sistemlerine yarar sağlayacaktır.

İşle ilgili KİSH'lerin önlenmesine yönelik kanunlara – ve Avrupa'daki ve ulusal makamların ve işletmelerin çabalarına – rağmen, bu hastalıklar son yıllarda yalnızca biraz daha az yaygın hale gelmiştir.¹³ Bu da, 'Mevcut önleyici ve risk değerlendirme yaklaşımlarındaki boşluklar neler?' sorusunu gündeme getirmektedir.

Yeni bir EU-OSHA raporu, dijitalleşme ve yeni teknolojiler, yeterli iş organizasyonunun ve/veya çalışma tasarımının olmayışı, değişen işgücü demografisi ve psiko-sosyal risk faktörlerinin etkisinin de dahil olduğu

faktörlerin etkilerini analiz ederek bu soruyu ele almaktadır.¹⁴ Ortaya çıkan bu konular, yeni risk faktörlerine yol açmakta ve işle ilgili KİSH'lerin önlenmesine yönelik önlemlere engel olmaktadır. 2014-20 İş Sağlığı ve Güvenliği için Stratejik Çerçeve, ortaya çıkmakta olan riskleri ele almaya yönelik çalışmaların önemini vurgulamaktadır.¹⁵

Ayrıca, işle ilgili KİSH'lerin önlenmesi yalnızca İSG alanında değil, diğer birçok politika alanında da önceliklidir. Avrupa nüfusu yaşlandıkça, giderek artan sayıda kişi kronik KİSH'lerle yaşamaktadır. Çalışanların kas-iskelet sistemi sağlığının desteklenmesine yönelik politika alanlarındaki – eğitim, halk sağlığı, sanayi politikası ve eşitlik – paydaşlar arasında etkili işbirliği sayesinde, Avrupa'da akıllı, sürdürülebilir ve kapsayıcı büyüme hedeflerine ulaşılabilecektir.

KİSH'lerin işletmeler üzerindeki etkisi¹²

İş Günü Kaybı

KİSH nedeniyle iş günü kaybı, AB Üye Devletlerinde kaybedilen iş günlerinin büyük bölümünü temsil etmektedir. 2015 yılında, KİSH'li çalışanların yarısından fazlası (%53'ü) (başka sağlık sorunları olanlar da dahil), geçen yılda devamsızlık yaptıklarını bildirmiştir; bu oran, sağlık sorunu olmayan çalışanların oranından (%32) oldukça fazladır. Ortalama olarak, KİSH'li çalışanların daha uzun süre iş günü kaybı olasılığı da daha yüksektir.

Hastayken işe devam

İşyerinde KİSH nedeniyle ağrı çekmenin, performansı ve üretkenliği etkilemesi muhtemeldir. 2015 yılında, KİSH'li çalışanların (başka sağlık sorunları olanlar da dahil)

hastayken çalışma oranı %29 iken, sağlık sorunu olmayan çalışanların yalnız %9'u hastayken çalışmıştır.

Erken veya zorunlu emeklilik

Diğer çalışanlara kıyasla, KİSH'li çalışanlar arasından 60 yaşına geldiğinde aynı işte çalışamayacağına inanılan daha fazladır. Daha iyi bir ifadeyle, KİSH'li çalışanların üçte biri (başka sağlık sorunları olanlar da dahil), 60 yaşına gelene kadar işlerini yapmaya devam edemeyeceklerini düşünmektedir.

Vaka incelemesi

TMS Pros Programı – Fransa

2014 yılında başlatılan program, KİSH'lerin önlenmesi konusunda işletmelere, kendi ihtiyaçlarına göre yardım sağlamaktadır. Çalışan sayısı 50'den az olan işletmeler, KİSH'lerin önlenmesi hakkında kurum içi proje yöneticisini eğitmek ve/veya KİSH çalışmasını veya eylem planını hizmete almak amacıyla %70'e kadar ortak finansman ve planı uygulamak üzere ekipman almak amacıyla %50'ye kadar ortak finansman başvurusunda bulunabilmektedir.

2017 yılının sonuna kadar, hedeflenen 8.000 işletmenin yaklaşık 7.000'i programa katılmıştır. Toplamda 1.600 işletme nihai değerlendirme aşamasına ulaşarak, kendi KİSH önleme programlarını yönetecek yeterliliğe sahip olduğunu göstermiştir.

KİSH'lerin önlenmesi konusunda uzmanlık sahibi bölge ofisleri açısından alınan desteğe ek

olarak, şunlar da girişimin başarısına katkıda bulunmuştur:

- Açıkça görünür kademeli yaklaşım;
- Sürecin internet sitesi üzerinden yönetilmesi;
- İhtiyaca göre uyarlanmış destek;
- Mali destek.
Trophées TMS Pros 2018 yarışmasına toplamda 110 şirket katılmış ve bunların 7'si ödül almıştır.¹⁶

Önceki baskıda (2016)¹⁷, 50'den az çalışanı olan şirketlerde Stenger Bachmann Anaokulu ödül almıştır. Projesinin hedefleri, KİSH'lerle ilintili devamsızlığı azaltmak, çalışma alanlarını yeniden düzenleyerek çalışma ortamını iyileştirmek, KİSH'lerle ilgili doğrudan giderleri azaltmak ve çalışanlar arasında KİSH başlangıcını önlemektir.

TMS Pros programı hakkında Fransızca dilinde daha fazla bilgi için: <https://tmspros.fr>



2. İşle ilgili KİSH' lerin önlenmesi ve yönetilmesi

2.1. İşle ilgili KİSH' leri önlemeye yönelik işbirliği

2020-22 Sağlıklı İşyerleri Kampanyası, işle ilgili KİSH' ler ve bunların bireyler, işletmeler ve toplum üzerindeki olumsuz etkileri hakkında farkındalık yaratmanın yanı sıra, işyerinde KİSH' lerin önlenmesi amacıyla işverenlerin ve çalışanların işbirliği kurmasını teşvik edecektir.

İşverenler, yöneticiler ve çalışanlar arasında kurulacak işbirliği, konu hakkında ortak fikir oluşturmakta ve kalıcı iyileştirmelere yol açmaktadır. Çalışanların de dahil olması, KİSH' ler de dahil olmak üzere sağlık sorunları hakkında daha açık konuşulabilmesini ve etkili önleyici tedbirlerin alınmasını sağlayacaktır.¹⁸

İşyerinde KİSH' ler hakkında konuşmak

Bazı kişiler için, KİSH' ler, nadiren tartıştıkları oldukça kişisel bir sorundur. Ancak bu konudan kaçınmak, en sonunda kişinin çalışma yaşamına zarar verebilecek, yönetilmesi güç veya kronik KİSH' lere yol açabilmektedir.

Dolayısıyla çalışanları, işyerindeki KİSH' ler hakkında açıkça ve mümkün olduğu kadar erkenden konuşmaya teşvik etmek önemlidir. Çalışanlar fiziksel sağlıklarını tartışırken kendilerini rahat hissettiklerinde, kendileriyle ilgilenme ve erkenden destek ve tedavi görme olasılıkları daha yükselecektir.¹⁹

İşyerinde veya eğitimde grup tartışmalarını kolaylaştırmak için EU-OSHA' nın KİSH' ler hakkında işyeri tartışmalarına yönelik sohbet başlatıcıları kullanılabilir. Araç, KİSH' ler hakkında iletişim konusunda yöneticiler ve çalışanlara rehberlik sağlamaktadır.²⁰

“İşveren, mesleki risklerin önlenmesi, bilgilendirme ve eğitim, gerekli düzenlemeler ve araçlar da dahil olmak üzere, çalışanların sağlığını ve güvenliğini korumaya yönelik gerekli önlemleri alacaktır.”

İSG Çerçeve Direktifi Madde 6²¹

2.2. İşle ilgili KİSH' ler ile ilgili yasal düzenlemeler

İşle ilgili KİSH riskleri, çalışanların genel olarak işe ilişkin risklerden korunmasını hedefleyen ve işverenin iş sağlığı ve güvenliği konusundaki sorumluluğunu belirleyen İSG Çerçeve Direktifi'nin kapsamına girmektedir. Bazı işle ilgili KİSH' lere ilişkin riskler, başta Elle Kaldırma-Taşıma Direktifi, Ekranlı Ekipman Direktifi ve Titreşim Direktifi olmak üzere özel direktifler tarafından ele alınmaktadır. İş Ekipmanı Kullanım Direktifi, çalışanların iş ekipmanını kullanırken girdiği pozisyonları ele almakta ve asgari İSG gereklerine uymak için işverenlerin ergonomik

ilkeleri dikkate almaları gerektiğini açıklığa kavuşturmaktadır.

Bazı temel AB direktifleri

Çalışma ortamında çalışanların sağlık ve güvenliğine dair iyileştirmeleri teşvik edecek önlemlerin yürürlüğe konmasına ilişkin 12 Haziran 1989 tarihli ve **89/391/EEC sayılı Direktif (İSG Çerçeve Direktifi) – 'Çerçeve Direktif'**

Çalışanlar için özellikle sırt incinmesi riskinin bulunduğu yüklerin elle kaldırılması-taşımasına yönelik asgari sağlık ve güvenlik koşulları hakkında 29 Mayıs 1990 tarihli ve **90/269/EEC sayılı Elle Kaldırma-Taşıma Direktifi**

Çalışanların fiziksel etkenlerden (titreşim) kaynaklanan risklere maruz kalmalarına ilişkin asgari sağlık ve güvenlik koşulları hakkında 25 Haziran 2002 tarihli ve **2002/44/EC sayılı Titreşim Direktifi**

Ekranlı araçlarla çalışmada asgari sağlık ve güvenlik koşullarına ilişkin 29 Mayıs 1990 tarihli ve **90/270/EEC sayılı Ekranlı Ekipman Direktifi**

İşyerindeki çalışanların iş ekipmanının kullanımında asgari sağlık ve güvenlik gereklerine ilişkin 16 Eylül 2009 tarihli ve **2009/104/EC sayılı İş Ekipmanı Kullanım Direktifi**

Makinelerin serbest piyasada dolaşımına ve bu makineleri kullanan çalışanların ve tüketicilerin korunmasına ilişkin 17 Mayıs 2006 tarihli ve **2006/42/EC sayılı Makine Emniyeti Direktifi**

İşyeri gerekleri, kişisel koruyucu ekipman ve çalışma süresinin düzenlenmesini ele alan direktifler ve yönetmelikler de mevcuttur.

Daha fazla bilgi için: [here] <https://osha.europa.eu/en/safety-and-health-legislation>

2.3. İşle ilgili KİSH' lerle mücadele

Tüm diğer İSG sorunları gibi, KİSH' ler de önlenilmekte ve yönetilebilmektedir. İSG Çerçeve Direktifi ilkelerini temel alan, bütünlüklü yönetim yaklaşımı kullanılarak ve hem işverenlerin hem de çalışanların dahil olduğu önleme kültürü teşvik edilerek bunların üstesinden gelinebilmektedir.²² AB ve Üye Devlet düzeyindeki yasal düzenlemelerin de açıklık getirdiği şekilde, işyerinde risk değerlendirmesi, bunların başarılı biçimde önlenmesinin temel koşuludur.

Başta MKİ' ler (mikro ve küçük işletmeler) olmak üzere birçok kuruluş için, risk değerlendirme sürecini aşamalara ayırmak yarar sağlamaktadır. İşle ilgili KİSH' lere yönelik risk değerlendirmesi şunları içermelidir:

1. Hazırlık:

- Süreci kimin yöneteceğinin ve çalışanlara ve/veya temsilcilerine ne zaman danışılacağı ve bilgilendirme yapılacağına kararlaştırılması.
- İşletmede hâlihazırda mevcut olan, işle ilgili KİSH' ler hakkında bilgiler (kaza ve hastalık kayıtları, şikayetler, iş günü kayıpları) gibi erişilebilir kaynakların gözden geçirilmesi.
- Plan hazırlanması ve kaynakların tahsis edilmesi.

2. İşyerinde risk değerlendirmesi:

- İşyerindeki KİSH risk faktörlerinin tanımlanması (fiziksel, organizasyonel, psiko-sosyal ve bireysel) (bkz. sayfa 8'deki tablo).
- İşle ilgili KİSH' lerin önlenmesine veya asgari seviyeye indirilmesine yönelik atılacak adımların öncelik sırasına göre listelendiği ve hangi adımın kim tarafından, nasıl ve ne zaman atılacağını belirten bir eylem planının hazırlanması. Eylemler, genel önleyici ilkeleri temel almalıdır (aşağıya bakınız).

3. Kararlaştırılan önleyici ve koruyucu önlemlerin uygulanması ve izlenmesi

4. Risk değerlendirmesinin düzenli olarak gözden geçirilmesi ve güncellenmesi

KİSH risklerini, işyeri tasarımında veya iş ekipmanı ve süreçlerinde yapılacak değişiklikler gibi tasarım çözümleri yoluyla ortadan kaldırmayı amaçlayan önleyici tedbirler, en yüksek öncelik olmalıdır. KİSH tamamen ortadan kaldırılamıyorsa, yasal düzenlemelerde, işverenlerin yasal olarak izlemekle yükümlü olduğu, belirli önleme tedbirleri hiyerarşisi belirlenmiştir.²³

Kampanya, katılımcı yaklaşımlar kullanan (örneğin, işle ilgili KİSH' lerin önlenmesine ve yönetilmesine çalışanların dahil edilmesi) ve çalışma yaşamında kas-iskelet sistemi sağlığını destekleyen önlemler ve girişimler hakkında (örneğin işyeri düzeyinde sağlığı teşvik faaliyetleri yoluyla) farkındalık yaratmayı amaçlamaktadır.

İşle ilgili KİSH'lerin önlenmesine yönelik genel önleyici ilkeler ve önlemlere örnekler²⁴

- Risklerden kaçınmak:
 - Kaldırma ve taşıma işlerini otomatikleştirmek;
 - Tasarım çözümleri ('ergonomik tasarım'), işyeri tasarımı ve iş ekipmanları ile iş süreçlerinin tasarımı yoluyla riskleri ortadan kaldırmak;
 - Tekrarlı işlerden, uygunsuz pozisyonlarda uzun süre çalışmadan veya uzun süre hareketsiz oturmadan kaçınılacak biçimde çalışmayı düzenlemek.
- Risklerle kaynağında mücadele etmek:
 - Yüklerin kaldırılacağı yükseklikleri azaltmak;
 - Organizasyonel konuları ele almak (çiftler halinde çalışma, çalışma modellerini değiştirme gibi).
- İş, kişiye göre uyarlamak:
 - İşyerini, çalışanların doğru vücut duruşlarını benimsemesine yeterli yer kalacak biçimde tasarlamak;
 - Ayarlanabilir sandalyeler ve çalışma masaları seçmek (örneğin, çalışanların dönüşümlü olarak oturabilmesini ve ayakta durmasını sağlayan ayakta çalışma masaları);
 - İş görevlerinin yerine getirilmesinde değişikliklere izin vermek;
 - Molalara izin vermek.
- Teknolojik gelişmelere uyum sağlamak:
 - Yeni yardımcı araçları ve daha ergonomik cihazları, araçları ve ekipmanları takip etmek;
 - Çalışanların, yetkinlik ve özgüvenlerini korumaları amacıyla teknolojiyi takip etmesini sağlamak.
- Riskli öğelerin yerine güvenli veya daha az riskli öğeler getirmek:
 - (Ağır) yükleri elle kaldırma-taşıma yerine mekanik kaldırma-taşımaya geçmek.
- Teknoloji, iş örgütlenmesi, çalışma koşulları, sosyal ilişkiler ve çalışma ortamını kapsayan, uyumlu bir önleyici politika geliştirmek.
- Öncelikle toplu önlemler uygulamak:
 - Kaydırmaz eldivenler yerine sağlam tutuşlu tutamaçlara, sırt kemerleri (bel desteği) veya bilek ateli yerine her seferinde daha az yük kaldırmaya, diz koruyucuları yerine çalışanların çömelmesini veya diz çökmesini gerektiren daha az göreve öncelik vermek.
- Çalışanlara iyi eğitim ve talimat sağlamak:
 - İş ekipmanının (kaldırma araçları, sandalyeler, mobilyalar) doğru kullanımı, çalışmanın ve çalışma yerinin ergonomik biçimde düzenlenmesi ve güvenli çalışma duruş biçimleri (oturarak, ayakta) konusunda uygulamalı eğitim vermek.

İşle ilgili KİSH'ler birçok faktörden kaynaklandığı için, bunlarla mücadele etmenin en iyi yolu birleşik yaklaşımdır. Örneğin bir işletmenin oturarak çalışmayla ilişkili KİSH'leri azaltması gerekiyorsa, bu muhtemelen (1) işyerini (örneğin, ergonomik mobilyalar), (2) iş organizasyonunu (örneğin, dönüşümlü olarak oturur halde ve ayakta çalışmak), (3) psiko-sosyal faktörleri (örneğin, çalışma özerkliğini teşvik etmek) ve (4) çalışanları (örneğin, uygun çalışma vücut duruşları hakkında eğitim vermek) hedefleyen eylemleri kapsamaktadır. Bu tür müdahaleler, çalışanların kas-iskelet sistemi sağlığı üzerinde yalnızca tek risk faktörünü ele alan müdahalelere göre daha etkili olacaktır.



©iStockphoto / Jacob Ammentorp Lund

İşyerinde oturma – uygulamalı çözümler

Günümüzde birçok iş, fiziksel hareketsizlik ve uzun süreler boyunca aralıksız oturma ile karakterize edilmektedir;²⁵ bu da, KİSH' lere ve diyabet ve obezite gibi başka sağlık sorunlarına yönelik riskleri artırmaktadır.²⁶

Oturarak çalışmayla ilişkili incinmeleri önlemek için uygun işyeri tasarımı, fiziksel hareketliliğin ve vücut duruşunun sıklıkla değiştirilmesinin teşvik edilmesi gerekmektedir. Aşağıdakiler hakkında farkındalık yaratılması çok önemlidir:

- Dönüşümlü olarak oturma ve ayakta durmanın yararları;
- Mola verme ihtiyacı;

- İş gününe, bir çeşit fiziksel aktivite ve esneklik veya güç egzersizlerini dahil etmenin önemi;
- İşleri, bu maddeleri dikkate alarak düzenlemenin olumlu etkileri.

İşverenler ve çalışanlar, kas-iskelet ağrıları çekerken bile fiziksel olarak aktif kalmanın da çok önemli olduğunun bilincinde olmalıdır.

Vaka incelemesi

Kuaförlük çalışanlarına yönelik rehabilitasyon

Finlandiya'da çalışmaya yönelik tıbbi rehabilitasyon kurslarının, kronik boyun ve omuz ağrısı veya sırt ağrısı çeken kuaförlere iyi geldiği bildirilmiştir. Kurslar, tıbbi destek ve fizyoterapiyi kapsayan birleşik bir yaklaşımın parçasıdır. Aşağıdakilerde yapılacak değişikliklere odaklanmaktadır:

- Çalışma teknikleri;
- Öznel esenlik;
- Fiziksel kapasite ve kas kapasitesi;
- Algılanan iş yapabilme yeteneği;
- İşyerlerinin/araçların tasarımı.
- Katılan kuaförler, rehabilitasyondan sonra fiziksel ve ruhsal incinmelerinin, boyun ve omuz ağrılarının, sırt ağrılarının ve KİSH nedeniyle doktor ziyaretlerinin azaldığını bildirmiştir. Yeni çalışma teknikleri kullanma, sıklıkla sandalye kullanma, egzersiz için molalar verme ve iş gününde rahatlamaya yönelik daha çok fırsat olmasının çok yardımcı olduğunu belirtmiştir.
- *Kaynak: ergoHair.²⁸*



Etkili risk değerlendirmeleri ve risk önleme çalışmaları gerçekleştirmek için işverenlerin kendilerini ve çalışanlarını iyi bilgilendirmesi ve eğitmesi gerekmektedir. 2020-22 Sağlıklı İşyerleri Kampanyası'nın parçası olarak, EU-OSHA, yararlı araçlar, rehberlik ve iyi uygulama örneklerinin yer aldığı uygulamalı materyalden oluşan yeni bir veri tabanı oluşturmuştur. EU-OSHA, araçlar ve rehberlik hakkında bilgilendirmeler yaparak İSG konusunda

risk değerlendirmesini desteklemeyi hedeflemektedir.

Nelerin mevcut olduğunu görmek için kampanyanın internet sitesindeki Araçlar ve Kaynaklar bölümüne bkz: <https://healthy-workplaces.eu/en/tools-and-publications> OiRA (Çevrimiçi İnteraktif Risk Değerlendirme Aracı)²⁷ gibi diğer kaynaklar da MKİ' ler ve çalışan temsilcilerine destek sağlayabilir.

2.4. Erken müdahale ve işe dönüş

İşle ilgili KİSH'lerin görülme sıklığı, ortaya çıkışlarını önlemeye yönelik hareketlere geçmenin önemini vurgulamaktadır. Ancak, KİSH konusunda basit önlemler almak (belirtiler ortaya çıkar çıkmaz profesyonel destek sağlamak ve çalışma ortamında düzeltme yapmak gibi), çalışanın uzun süreli iş günü kaybı olasılığını önemli düzeyde düşürmektedir.²⁹ Erken müdahale, devamsızlığı önleyebilmekte ve azaltabilmektedir; ayrıca ulusal sağlık hizmeti ve sosyal yardım sistemleri için gerçek tasarruflara yol açabilmektedir.

Kas-iskelet sistemi sorununun etkili biçimde yönetilmesi, koordineli çaba gerektirir: çalışan, sağlık hizmetleri ve bunların işverenleri, kendilerini kişinin işe geri dönmesine veya çalışmaya devam etmesine yardımcı olmaya adanmalıdır.³⁰

İşyerinde erken müdahalenin başarılı olması için, çalışanlar, işverenleriyle KİSH'ler hakkında konuşmaya teşvik edilmelidir. Bireyin ihtiyaçlarını tanımlamanın, uygun çözümler bulmanın ve işle ilgili akut KİSH'lerin kronikleşmesinin önüne geçmenin anahtarı, iyi iletişimdir.³² Daha sonrasında, nedenine çare bulmak ve gerekirse görevlerini ayarlamak için önlemler alınabilir. Arterit gibi işle ilgili

olmayan hastalıklarda, alınacak basit önlemler, genellikle kişinin çalışmaya devam etmesine izin vermekte ve hastalığın işi nedeniyle daha da ilerlememesini sağlamaktadır.³³

Eğer kas-iskelet sistemi sorunu uzun süreliyse veya kendini tekrarlıyorsa, rehabilitasyon³⁴ gerekecektir; eğer hastalık izni alınması gerekiyorsa, işe dönüş³⁵ dikkatli biçimde yönetilmelidir.³⁶ Hem araştırma bulguları hem de deneyimler, işyerinde İSG müdahalelerinin, işe başarılı biçimde dönülmesini sağlamaya yardımcı olduğunu göstermektedir.³⁷

Bu kampanya, erken müdahalenin ve kas-iskelet sistemi sorununun ardından gerçekleştirilecek rehabilitasyonun hem mümkün, hem de başarılı olabileceğine yönelik kanıtlar ve örnekler verecektir. Aynı zamanda, çalışanlar ve işverenleri arasında, kas-iskelet sistemi sorunları hakkında iyi iletişimi teşvik etmeye yönelik kaynaklar da temin edecektir.³⁸

Ayrıca çalışanları ve işverenleri desteklemek için, erken müdahaleye ve işe dönüşe yönelik olarak, sağlık ve sosyal hizmetler, istihdam hizmetleri, iş sağlığı sigortacıları ve diğer ilgili hizmetler arasındaki koordinasyonu kapsayan, sistematik ve çok boyutlu yaklaşımı da teşvik edecektir.

Danimarka'da küçük bir anaokulunda kadın çalışanlar, birçok işle ilgili KİSH şikayetine sahipti. Anaokulu, yaşça büyük ve tecrübeli çalışanların kaybını önlemek için, mesleki terapist ile bireysel danışmanlığı, indirimli fiyatla erken fizyoterapi erişimini ve çalışanların işlerinde ergonomik iyileştirmeleri kapsayan bir müdahale uyguladı. Bunun sağladığı faydalar, daha sürdürülebilir çalışma koşulları, KİSH'lerde görülen azalma ve işyerinde

deneyimin muhafaza edilmesi biçiminde oldu. Başarılı faktörlerin arasında, sendikalardan ve dış uzmanlardan alınan destek ve alınan önlemlerin çeşitliliği yer alıyordu. Tanımlanan zorluklardan biri, çalışanların davranış modellerinin değiştirilmesiydi. Önlemler anaokuluna göre uyarlandı; ancak bu yaklaşım, diğer işletmelere de aktarılabilir.³¹

Vaka incelemesi

Sağlık hizmetlerinin erken müdahalesi – Hospital Clínico San Carlos, Madrid

İspanya'da Fit for Work Coalition [İşe Uygunluk Koalisyonu], erken müdahale programlarının ne yapabileceğine dair bir örnek sunmaktadır.³⁹

Koalisyon, 2012 yılından beri, geçici iş göremezliğin (GİG) başlıca nedenlerinden olan KİSH' lere yönelik Erken Müdahale kliniklerinin kademeli olarak genişletilmesini desteklemektedir. İspanya'da KİSH ve GİG, her yıl yaklaşık 21 milyon iş gününün kaybına neden olmakta, bu da 1,7 milyon Avro değerinde mali kayba yol açmaktadır.

Bu hastalığa yönelik erken müdahale, KİSH' li hastaların daha hızlı iyileşebileceği bir 'fırsat penceresi' olduğu fikrini esas almaktadır.

Tez, 10.000'den fazla KİSH-GİG vakasına yönelik rassal, kontrollü müdahale kapsamında, standart bakım alan kontrol grubu ve uzman klinik yönetimini, hasta eğitimini ve işe dönüş desteğini kapsayan özel bakım programından geçen müdahale grubu üzerinde test edilmiştir; diğer vakalar ise standart bakım görmüştür.

Müdahale sayesinde hastalık izinlerinde ortalama %40'lık azalma elde edilmiş, sağlık hizmetleri kaynaklarının kullanımı %45 azalmış ve iş göremezlik oranları yarıya inmiştir.



2.5. Bazı çalışan grupları özellikle risk altındadır

İşle ilgili KİSH' lere yol açan risklere karşı, tüm çalışanların eşit biçimde korunması gerekmektedir. AB düzeyinde, eşitliği sağlamak ve herkes için işyerinde sağlık ve güvenliği iyileştirmek için mevzuat çıkarılmıştır.

Belirli risklere maruz kalan grupların arasında kadınlar,⁴¹ göçmen çalışanlar,⁴² yaşça büyük çalışanlar,⁴³ genç çalışanlar⁴⁴ ve LGBTİ (lezbiyen, eşcinsel, biseksüel, transseksüel ve interseks) çalışanlar,⁴⁵ engelli çalışanlar, etnik veya azınlık kökenli olan veya tenlerinin rengi veya dinleri nedeniyle ayrımcılığa uğrayan çalışanlar gibi, işyerinde ayrımcılığa uğrama riski altındaki çalışanlar yer alabilir.

Bu çalışan gruplarının bazılarının, aşağıdaki nedenlerden dolayı KİSH' lere maruz kalma riski daha yüksek olabilir:

- Deneyimsizlik veya eğitimsizlik;
- Tekrarlı el veya kol hareketleri, titreşim, ağır yük taşıma veya kaldırma, yüksek sıcaklıklara, tacize veya zorbalığa maruz kalma veya

işyerinde sözlü kötü muamele veya strese maruz kalma gibi, KİSH' lerin daha sık görülmesiyle⁴⁶ ilişkili risk faktörlerine defalarca veya birikimli biçimde maruz kalmak;⁴⁷

- İnşaat, tarım, sağlık ve sosyal hizmetler ve ağırlama hizmetleri gibi, çalıştıkları sektörler;
- Örneğin tesis ve makine operatörleri ve montajcıları, ve vasıfsız temel mesleklerde çalışanlar (örneğin temizlik görevlileri, tarım ve balıkçılık çalışanları, maden, inşaat, imalat ve ulaşım çalışanları) gibi mavi yaka veya daha az vasıflı meslek örnekleri gibi, KİSH'lere sahip olma olasılıkları daha yüksek olan meslek türleri.

KİSH' lerle ilişkili riskler değerlendirilirken ve önleyici tedbirler belirlenirken, bu çalışanların özel ihtiyaçları ve buldukları koşullar da dikkate alınmalıdır. İşletmeler için, çeşitliliğe duyarlı risk değerlendirmesine yönelik rehberlik mevcuttur ve kampanya sırasında teşvik edilecektir.⁴⁸

AB düzeyinde ve ulusal düzeyde veriler, kadınların, yaşça büyük çalışanların ve daha az vasıflı çalışanların KİSH'e maruz kaldıklarını bildirme olasılığının daha yüksek olduğunu belirtmektedir.⁴⁰



Vaka incelemesi

İsveç İş Müfettişliği girişimi – Cinsiyet eşitliği teftişi

2012 yılında, 8 Mart Dünya Kadınlar Günü'nü de kapsayacak birkaç hafta boyunca, İsveç Çalışma Ortamı İdaresi işyerinde cinsiyet eşitliğinin uygulanmasına odaklanan birtakım 'cinsiyet eşitliği teftişi' gerçekleştirmiştir. O zamandan bu yana, cinsiyet perspektifi düzenli olarak teftişlerine dâhil edilmektedir. Müfettişler, çalışma ortamında cinsiyet eşitliğinin nasıl sağlanacağı konusunda işverenlerle görüşmektedir. Örneğin bir işverenden, hastalık nedeniyle neden erkeklerden daha fazla sayıda kadının iş günü kaybı yaşadıklarını değerlendirmesini istemek,

onların İSG eylem planlarındaki bu eşitsizliği ele almalarını teşvik edebilir.

İdare, balık işleme fabrikasında çalışan erkek ve kadınların çalışma ortamlarını inceleyen bir film çekmiştir. Film, erkeklere verilen ağır yük kaldırma ve yük kaldırma araçlarını kullanma gibi görevlerin çeşitliliğini ve bu görevlerin fabrikanın her yerinde gezinmelerine neden olduğunu göstermektedir. Kadınların, çok tekrarlı işleri hızlıca ve az çeşitlilikle yaparak, sürekli olarak üretim hattında çalıştıklarını göstermektedir. Eğer iş eşit biçimde organize edilmiş olsaydı, çalışanlar daha sağlıklı ve işler daha verimli olurdu.

Filmi buradan izleyebilirsiniz:

<https://www.av.se/en/work-environment-work-and-inspections/work-with-the-work-environment/gender-equality-in-the-work-environment/#4>



2.6. Kas-iskelet sistemi sağlığının erken yaşta teşvik edilmesi

Araştırma bulgularına göre, okul çağındaki çocuklarda erken yaşta kas-iskelet ağrıları görülmektedir. Bu ise, genç çalışanların işe başlamalarıyla daha da şiddetlenebilecek mevcut KİSH sorunlarıyla işe başladıkları sorununu gündeme getirmektedir.⁴⁹ Gençlerin önünde, yaşanacak uzun bir meslek yaşamı vardır.

Dolayısıyla, onların bu sorunun mümkün olduğunca erken farkına varmasını sağlamak önemlidir; bu nedenle, korunma ve kas-iskelet sistemi sağlığının teşvik edilmesi okulda başlamalıdır.

Bu konuyla ilgili farkındalığı mümkün olduğunca erken artırmak herkes için faydalıdır. Halk sağlığı idareleri tarafından kullanılan, okulda ve okul dışında fiziksel aktiviteyi desteklemeye yönelik yeni öğretim tarz ve programları, yeni nesil çalışanlarda sağlıklı kas-

iskelet sistemini teşvik etmeyi hedeflemektedir. Kampanya, bu tür girişimlerin desteklenmesine ve okul çağındaki çocuklarda ve mesleki eğitimdeki gençlerde KİSH risklerinin azaltılmasına olanak tanımaktadır. EU-OSHA, farkındalık yaratmak ve uygulamalı fikirleri yaygınlaştırmak amacıyla halk sağlığı ve eğitim sektörleriyle yakın işbirliği kurma niyetindedir.



Okulda oturma

Bazı kişiler, okulun çocuklara bilgi vermekten çok yaşam boyu oturmaya hazırladığını öne sürmektedir. Günümüzde, çocuk ve gençlerin yaklaşık %33'ünde vücut duruşuyla ilgili hasar mevcuttur. Uygunsuz sandalyeler, sürekli oturma ve vücut duruşuyla ilgili hasarlar arasında bağlantı kuran uzmanlar, okulların, mobilyalarını her çocuğun boy uzunluğuna göre uyarlamasını tavsiye etmektedir. Birçok okul da, düzgün vücut duruşunu ve daha fazla fiziksel aktiviteyi teşvik ederek öğrencilerin kamburlaşmasını önleme girişiminde bulunmuştur.

Alman Federal Çalışma Grubu'nun İlkokullarda Vücut Duruşuna ve Hareketin Teşvik Edilmesine yönelik girişimi 'Das bewegte Klassenzimmer' (Hareketli Sınıf), öğretimin nasıl hareketlilikle bir araya

getirilebileceğini göstermektedir. Yaklaşım şu şekildedir:

- Hareketli oturma: dinamik oturmayı teşvik etme, çeşitli oturma imkanları sağlama ve çalışma masalarında montajlar ve oturma minderleri ile ergonomik tasarımı iyileştirme.
- Hareketli öğrenme: görevler, hareket içerecek biçimde tasarlanır (örneğin, koşarak yazma ve aritmetik jimnastik).
- Hareket molaları: bu molalar, öğretim programına dahil edilir. Hareket ve dinlenme molalarını içeren faaliyetler dönüşümlü olarak yapılır ve oyun alanı, oyun bölgelerine ve sessiz bölgelere ayrılır.

Almanca dilinde daha fazla bilgi için: <https://www.baua.de/DE/Angebote/Publikationen/Praxis/A66.html> (s. 26-28)



3. 2020-22 Sağlıklı İşyerleri Kampanyası

3.1. Kampanya hakkında

2020-22 Sağlıklı İşyerleri Kampanyası, tüm sektörleri ve işleri etkileyen işle ilgili KİSH' ler hakkında farkındalık yaratarak bunların **önlenbilir** ve **yönetilebilir** olduğunu göstermeyi hedeflemektedir. Bunu, aşağıdaki stratejik amaçlar yoluyla başarmayı hedefliyoruz.

1. KİSH maruziyeti ve bunların etkileri konusunda kesin verilerle, , işle ilgili KİSH' lerin önlenmesinin önemi ve alakası konusunda farkındalık yaratmak.
2. KİSH' ler hakkında, araçlar, rehberler ve görsel-işitsel materyal gibi kaynaklara erişim sağlayarak KİSH' lere yönelik risk değerlendirmesini ve proaktif yönetimi teşvik etmek.
3. KİSH' lerin tüm sektörlerdeki her türlü işyerinde çalışan tüm kişileri ilgilendiren bir sorun olduğunu, ve iyi uygulama örneklerini dahil ederek, onlarla nasıl başarılı biçimde mücadele edilebileceğini göstermek.
4. İşle ilgili KİSH' lere ilişkin yeni ve ortaya çıkmakta olan riskler ve diğer gelişmeler hakkında bilgi dağarcığını genişletmek.
5. Kronik KİSH' li çalışanları yeniden işe entegre etme ve elde tutmanın önemi ve bunun uygulamada nasıl başarılacağı konularında farkındalık yaratmak.
6. Farklı paydaşları bir araya getirerek ve aralarındaki bilgi, birikim ve iyi uygulama paylaşımını kolaylaştırarak, onları etkili işbirliği kurma konusunda harekete geçirmek ve işbirliğini canlandırmak.

EU-OSHA, işverenlere uygulamalı destek sağlamak amacıyla KİSH' ler hakkında kaynakların ve vaka incelemelerinin yer aldığı bir veri tabanı oluşturmuştur. Geleceğe yönelik olarak, Avrupa İş Sağlığı ve Güvenliği Eğitim ve Öğretim Ağı (ENETOSH) ve eğitim sektörüyle kuracağımız işbirliği, okullara yönelik kampanya paketine yararlı kaynaklar içeren bilgiler sağlayacaktır.

KİSH' ler hakkında deneyimlerin ve en iyi uygulamaların paylaşılmasını kolaylaştırmak ve kampanya mesajlarının, özellikle MKİ' lerdeki çalışanlara ve işverenlere ulaşmasını sağlamak için ağımla ve ortaklarımızla yakın işbirliği içinde olacağız. EU-OSHA ayrıca kampanya boyunca, Sağlıklı İşyerleri İyi Uygulama Ödülleri gibi kilit faaliyetler ve etkinlikler düzenleyecektir.

Kampanya, katkıda bulunanların kampanya başarılarını kutlayacağı Sağlıklı İşyerleri Zirvesiyle sona erecektir. Aynı zamanda, alınan dersleri de değerlendirme fırsatı sağlayacaktır.

Önemli tarihler

Kampanya açılışı

Ekim 2020

Avrupa İş Sağlığı ve Güvenliği Haftaları

Ekim 2020, 2021 ve 2022

Sağlıklı İşyerleri İyi Uygulamaların Paylaşılması Etkinliği

Ekim 2021

Sağlıklı İşyerleri İyi Uygulama Ödülleri Sonuçları

Nisan 2022

Sağlıklı İşyerleri Zirvesi

Kasım 2022

3.2. Kampanyaya kimler katılabilir?

Tüm kişi ve kuruluşların kampanyaya katılımını desteklemekteyiz, ancak kampanyanın mesajını iletme üzere özellikle aşağıdaki aracı gruplarla çalışmayı hedeflemekteyiz:

- EU-OSHA'nın odak noktaları ve sosyal ortakları ile bunların ağları;
- Sosyal ortaklar (Avrupalı ve ulusal);
- Sektörel sosyal diyalog komiteleri;
- Politika belirleyiciler (Avrupalı ve ulusal);
- Büyük işletmeler, sektörel federasyonlar ve küçük ve orta ölçekli işletmeler (KOBİ'ler);
- Avrupa kuruluşları ve bunların ağları (Avrupa İşletmeler Ağı);
- Avrupa'daki sivil toplum kuruluşları;
- Eğitim sektörü ve eğitim kurumları (ilköğretim, ortaöğretim, yükseköğretim ve mesleki eğitim);
- Gençlik örgütleri;
- İSG profesyonelleri ve bunların dernekleri;
- İSG araştırma camiası;
- İş teftiş kurulları ve bunların dernekleri;
- Basın.

3.3. Katılmak/katkıda bulunmak için neler yapabilirsiniz?

Kampanyayı aşağıdaki şekilde destekleyebilirsiniz:

- Çalıştaylar ve seminerler, eğitim kursları, yarışmalar gibi etkinlikler ve faaliyetler düzenlemek;
- Kampanya materyalini yaymak ve tanıtmak;
- İşyerinde KİSH' lere ilişkin uygulamaya yönelik araçları ve diğer kaynakları kullanmak ve teşvik etmek;
- İşle ilgili KİSH' lerin önlenmesine yönelik iyi uygulamaları paylaşmak;
- Sağlıklı İşyerleri İyi Uygulama Ödülleri'ne katılmak;
- Avrupa İş Sağlığı ve Güvenliği Haftaları' nda yer almak;
- Resmi kampanya ortağı (pan-Avrupalı veya uluslararası kuruluşlara açıktır) veya ulusal kampanya ortağı (ulusal düzeyde faaliyet gösteren kuruluşlara açıktır) olmak;
- EU-OSHA' nın basın ortağı olmak (ulusal veya Avrupalı basın kuruluşlarına açıktır);
- Kampanyanın internet sitesi (<https://healthy-workplaces.eu>) ve sosyal medya hesaplarımız üzerinden, faaliyetlerimizi ve etkinliklerimizi takip etmek – **Facebook**, **Twitter** ve **LinkedIn' de** bizi bulabilirsiniz.



Resmi kampanya ortağı olarak bize katılmak ister misiniz?

Kampanyanın mesajlarını yaymanın ve uygulamalı yollarla kampanyayı desteklemenin karşılığında, kampanyanın internet sitesinde ortaklarımızın profili öne çıkarılacak ve ortaklar, iyi uygulama paylaşımı etkinliklerine ve diğer ağ oluşturma fırsatlarına katılma şansına sahip olacaktır.

Daha fazla bilgi için kampanya internet sitesi: <https://healthy-workplaces.eu/en/get-involved/become-campaign-partner>.

3.4. Sağlıklı İşyerleri İyi Uygulama Ödülleri

Sağlıklı İşyerleri İyi Uygulama Ödülleri, İSG yönetimine yönelik sürdürülebilir ve yenilikçi yaklaşımları tanımakta ve ödüllendirmektedir. Bu şekilde, işletmelere iyi İSG uygulamalarını benimsemenin yararları gösterilmektedir.

Üye Devletlerde, aday ülkelerde ve potansiyel aday ülkelerde faaliyet gösteren tüm kuruluşlar ve Avrupa Serbest Ticaret Birliği (ASTB) üyeleri başvurabilmektedir.

Başvurularda şunlar gösterilmelidir:

- İşyerinde KİSH risklerini yönetmek ve risk önlemesine yönelik güçlü bir kültürü teşvik etmek amacıyla işverenler ve çalışanlar arasında işbirliği;
- Müdahalelerin başarılı biçimde uygulanması;

- KİSH risklerini önleme/azaltma ve genel olarak İSG bakımından ölçülebilir iyileştirmeler;
- Müdahalelerin zaman içinde sürdürülebilirliği;
- Farklı sektörlerde veya ülkelerde yer alan diğer kuruluşlara aktarılabilir müdahaleler.

EU-OSHA'nın odak noktalarından oluşan ağı, başvuruları kabul edecek ve ulusal kazananlar arasından Avrupa genelindeki yarışmaya katılacak adayları belirleyecektir. İyi Uygulama Ödülleri yarışması, Ekim 2020'de resmi kampanya açılışında başlatılacaktır. Kazananlar Nisan 2022'de duyurulacak ve katılımcıların başarılarını kutlamak için kampanyanın son yılında da bir ödül töreni düzenlenecektir.



3.5. Ortaklar ağıımız

Kilit paydaşlarla kurduğumuz ortaklıklar, kampanyamızın başarısında önemli rol oynamaktadır. Birçok ortaklık ağının desteğine bel bağlamaktayız:

- **Ulusal sorumlu kurumlar:** EU-OSHA'nın sorumlu kurumlardan oluşan ağı, tüm Sağlıklı İşyerleri Kampanyalarını ulusal düzeyde koordine etmektedir. Sorumlu kurumlar hakkında daha fazla bilgiye kampanyanın internet sitesinden ulaşabilirsiniz (<https://healthy-workplaces.eu/en/campaign-partners/national-focal-points>).
- **Avrupalı sosyal ortaklar:** Sosyal ortaklar, Avrupa düzeyinde çalışanların ve işverenlerin menfaatlerini temsil etmektedir.
- **Resmi kampanya ortakları:** 100 pan-Avrupalı ve uluslararası işletme ve kuruluş, Sağlıklı İşyerleri Kampanyası'nı kampanya ortağı olarak desteklemektedir. Resmi kampanya ortağı olmak hakkında daha fazla bilgiye kampanyanın internet sitesinden ulaşabilirsiniz (<https://healthy-workplaces.eu/en/get-involved/become-campaign-partner>).
- **Basın ortakları:** EU-OSHA, Avrupa genelinde İSG'yi teşvik etmekle ilgilenen gazetecilerden ve editörlerden oluşan seçkin bir havuz tarafından desteklenmektedir. Avrupa'nın İSG hakkında önde gelen yayınları kampanyayı desteklemektedir. Bunun karşılığında, basın ortaklığı teklifi yayınların profilini yükseltmekte ve ortakların, EU-OSHA'nın Avrupa genelindeki ağları ve paydaşlarıyla bağlantı kurmasını sağlamaktadır.
- **Avrupa İşletmeler Ağı:** EEN, Avrupa genelindeki KOBİ'leri iş fırsatlarından ve yeni piyasalardan yararlanmaları konusunda desteklemektedir. EU-OSHA ile köklü işbirliğinin sonucunda, EEN, 20'den fazla Avrupa ülkesinde ulusal düzeydeki İSG Elçilerinden oluşan bir ağa sahiptir ve Sağlıklı İşyerleri Kampanyası'nın tanıtılmasında aktif rol oynamaktadır.
- **AB kuruluşları** ve özellikle Avrupa Birliği Zirve Başkanlıkları olmak üzere, **bu onların ağları.**
- **Kampanyanın konusuyla ilgilenen diğer AB kurumları.**



3.6. İlave bilgi ve kaynaklar

Kampanyayı tanıtmaya ve desteklemenize yardımcı olacak biçimde tasarlanmış çok çeşitli kampanya materyallerini görmek için kampanyanın internet sitesini ziyaret edin.

- Materyaller arasında aşağıdakiler yer almaktadır:
- Kampanya kılavuzu ve Sağlıklı İşyerleri İyi Uygulama Ödülleri'nin broşürü;
- PowerPoint sunumları, posterler ve diğer materyaller;
- Kampanya araç seti – kendi kampanyanızı yürütmeniz hakkında tavsiyeler ve sizi destekleyecek kaynaklar;
- KİSH' ler hakkında en yeni Napo filmleri ve Napo eğitim kaynakları;
- Tehlike ve vücut haritalama kılavuzu;
- Araçlar veritabanı, görsel-işitsel materyaller, vaka incelemeleri ve diğer Avrupa düzeyinde ve ulusal düzeyde iyi uygulama materyalleri;
- KİSH'ler hakkında güncellenmiş ve araçlarla zenginleştirilmiş bir OSHWiki bölümü;
- KİSH'lerle ilgili konularda birçok bilgi formu ve infografik;
- İşyerinde KİSH hakkında grup tartışmaları veya 'sohbetler' gerçekleştirmeye yönelik kaynak;
- Seminerlerin çevrimiçi özetleri. Kampanya kaynaklarının birçoğu 25 dilde şu adreste yer almaktadır: <https://healthy-workplaces.eu>

Referanslar ve Notlar

- 1 Proje çıktıları için: <https://osha.europa.eu/en/themes/musculo-skeletal-disorders/eu-osha-research-activity-work-related-musculoskeletal-disorders>
- 2 Eurostat, İşgücü Araştırması geçici modül 'Accidents at work and other work-related health problems' (2013). Bu veriler işle ilgili KİSH'ler hakkındadır.
- 3 EU-OSHA, Work-related musculoskeletal disorders: Prevalence, costs and demographics in the EU, 2019, s.46. Metin için: <https://osha.europa.eu/en/publications/msds-facts-and-figures-overview-prevalence-costs-and-demo-graphics-msds-europe/view>. Bu veriler, altıncı Avrupa Çalışma Koşulları Araştırmasına aittir ve özellikle işle ilgili KİSH'ler değil, genel olarak KİSH'ler hakkındadır.
- 4 a.g.e., s. 79-96.
- 5 EU-OSHA, 'Summary: Second European Survey of Enterprises on New and Emerging Risks (ESENER-2)', 2015. Metin için: <https://osha.europa.eu/sites/default/files/publications/documents/esener-ii-summary-en.PDF>
- 6 EU-OSHA, 'Factsheet 71 — Introduction to work-related musculoskeletal disorders', 2007. Metin için: <https://osha.europa.eu/en/tools-and-publications/publications/factsheets/71/view>
- 7 a.g.e.
- 8 EU-OSHA, Healthy workers, thriving companies — A practical guide to wellbeing at work, 2018. Metin için: <https://osha.europa.eu/en/tools-and-publications/publications/healthy-workers-thriving-companies-practical-guide-wellbeing/view>
- 9 Bkz. not 6.
- 10 Y. Roquelaure, Musculoskeletal disorders and psychosocial factors at work, Avrupa Sendikalar Enstitüsü, 2018, s. 50. Metin için: <https://www.etui.org/Publications2/Reports/Musculoskeletal-disorders-and-psychosocial-factors-at-work>
- 11 Avrupa Parlamentosu, Konsey, Avrupa Ekonomik ve Sosyal Komitesi ve Bölgeler Komitesi'ne Komisyon Bildirimi, 'Safer and Healthier Work for All — Modernisation of the EU Occupational Safety and Health Legislation and Policy', COM(2017) 12 final. Metin için: <https://ec.europa.eu/social/BlobServlet?docId=16874&langId=en>
- 12 EU-OSHA, Work-related musculoskeletal disorders: Prevalence, costs and demographics in the EU, 2019, s. 91-96. Metin için: <https://osha.europa.eu/en/publications/msds-facts-and-figures-overview-prevalence-costs-and-demographics-msds-europe/view>
- 13 a.g.e., s. 45.
- 14 Bu keşfedici literatür taraması, 'AB genelinde uygulanan politikalar, önlemler ve risk azaltmalara rağmen işle ilgili KİSH'ler neden sıkça görülmeye devam ediyor?' sorusunu ele almaktadır. EU-OSHA, Exploratory literature review on MSDs (geçici başlık), yayımlanacak, erişim için: <https://osha.europa.eu/en/themes/musculoskeletal-disorders/eu-osha-research-activity-work-related-musculoskeletal-disorders>
- 15 Avrupa Parlamentosu, Konsey, Avrupa Ekonomik ve Sosyal Komitesi ve Bölgeler Komitesi'ne Komisyon Bildirimi, 'An EU Strategic Framework on Health and Safety at Work 2014-2020', COM(2014) 332 final. Metin için: <https://eur-lex.europa.eu/legal-content/EN/TXT/?uri=COM:2014:332:FIN>
- 16 Trophées TMS Pros 2018 yarışması ve kazanan şirketler hakkında daha fazla bilgiye Fransızca olarak şu adresten ulaşılmaktadır: <http://www.ucaplast.fr/wp-content/uploads/2018/11/Brochure-Troph%C3%A9es-TMS-PROS-2018.pdf>
- 17 Trophées TMS Pros 2016 hakkında Fransızca dilinde daha fazla bilgi için: <https://tmspros.fr/TMSPROS/images/le-programme/BrochureTrophees.pdf>
- 18 EU-OSHA, Worker participation in occupational safety and health — A practical guide, 2012 (metin için: https://osha.europa.eu/en/tools-and-publications/publications/reports/workers-participation-in-OSH_guide/view); EU-OSHA, Management leadership in occupational safety and health — A practical guide, 2012 (metin için: https://osha.europa.eu/en/tools-and-publications/publications/reports/management-leadership-in-OSH_guide/view)

- [publications/publications/reports/management-leadership-in-OSH_guide/view](#)
- 19 A. Woolf, 'Working with rheumatic and musculoskeletal diseases (RMDs)', OSHwiki, [https://oshwiki.eu/wiki/Working_with_rheu-matic_and_musculoskeletal_diseases_\(RMDs\)](https://oshwiki.eu/wiki/Working_with_rheu-matic_and_musculoskeletal_diseases_(RMDs))
- 20 EU-OSHA, Conversation starters for work-place discussions about musculoskeletal disorders, 2019. Metin için: <https://osha.europa.eu/en/publications/conversation-start-ers-workplace-discussions-about/view>
- 21 89/391/EEC sayılı Direktif (İSG Çerçeve Direktifi). Metin için: <https://osha.europa.eu/en/leg-islation/directives/the-osh-framework-directive/1>
- 22 G. Zwetsloot ve N. Steijger, 'Towards an occupational safety and health culture', OSHwiki, https://oshwiki.eu/wiki/Towards_an_occupational_safety_and_health_culture
- 23 Bkz. not 20
- 24 Bu önlemler (kılavuzda sözü geçen tüm önlemler gibi) örnek olarak verilmiştir. Birçoğu 'iyi uygulama' örneği olarak kabul edilebilir ve dolayısıyla tüm işyerleriyle ilgili veya zorunlu değildir. İlgili olup olmadıkları, her işyerinin özgüllüklerine (ve risk değerlendirmelerinin sonucuna) bağlıdır.
- 25 D. Commissaris ve M. Douwes, 'Recommendations and interventions to decrease physical inactivity at work', OSHwiki, https://oshwiki.eu/wiki/Recommendations_and_interven-tions_to_decrease_physical_inactivity_at_work
- 26 National Institute for Occupational Safety and Health, 'Using Total Worker Health concepts to reduce the health risks from sedentary work', 2017. Metin için: <https://www.cdc.gov/niosh/docs/wp-solutions/2017-131/pdfs/2017-131.pdf?id=10.26616/NIOSH-PUB2017131>
- 27 Erişilebilir yardım hakkında daha fazla bilgi için OIRA internet sitesini ziyaret edin: <https://oiraproject.eu/>
- 28 ergoHair, Musculoskeletal health of hair-dressers — Protection of occupational health and safety at workplace, 2019, s. 31. Metin için: <http://www.ergohair.eu/wp-content/uploads/ERGOHAIR-MEDICAL-REF-ERENCE-DOCUMENT-2019-ENG.pdf>
- 29 Bkz. not 19.
- 30 Business in the Community, Musculoskeletal health in the workplace: A toolkit for employers, 2017. Metin için: <https://www.bitc.org.uk/wp-content/uploads/2019/10/bitc-well-being-toolkit-musculoskeletal-mar2017.pdf>
- 31 EU-OSHA, 'Denmark — Never too old for the kindergarten: Reducing the strain to retain employees', 2016. Metin için: <https://osha.europa.eu/en/tools-and-publications/publications/denmark-never-too-old-kin-dergarten-reducing-strain-retain/view>
- 32 Bkz. not 19
- 33 a.g.e.
- 34 Rehabilitasyon, Dünya Sağlık Örgütü (DSÖ) tarafından hastanın 'en uygun fiziksel, algısal, düşünsel, psiko-sosyal ve sosyal işlevsellik düzeyinin' onarıma süreci olarak tanımlanmaktadır. DSÖ, 'Rehabilitation', 2016, <http://www.who.int/rehabilitation/en/>
- 35 İşe dönüş, istihdamı korumayı ve işten erken ayrılmayı önlemeyi hedefleyen koordineli bir çalışmadır; çalışanların sağlığını ve çalışabilirliğini korumaya ve teşvik etmeye ve yaralanma veya hastalık nedeniyle çalışma kapasitesi düşen kişilerin işyerine yeniden entegre edilmesini kolaylaştırmaya yönelik tüm prosedür ve müdahaleleri kapsamaktadır. EU-OSHA, Rehabilitation and return to work: Europe's systems and policies, 2016. Metin için: <https://osha.europa.eu/en/tools-and-publications/publications/research-review-rehabilitation-and-return-work-info-sheet/view>
- 36 İşe dönüş konusunda daha fazla bilgi için: https://oshwiki.eu/wiki/Return_to_work_strategies_to_prevent_disability_from_musculoskeletal_disorders and https://oshwiki.eu/wiki/Rehabilitation_and_return-to-work_policies_and_systems_in_European_Countries
- 37 E.-P. Takala ve K.-P. Martimo, 'Return to work strategies to prevent disability from musculoskeletal disorders', OSHwiki, https://oshwiki.eu/wiki/Return_to_work_strategies_to_prevent_disability_from_musculoskeletal_disorders
- 38 EU-OSHA, 'Conversation starters for workplace discussions about musculoskeletal disorders'. Available at <https://osha.europa.eu/en/tools-and-publications/publications/conversation-starters-workplace-discussions-about/view>
- 39 Luis Rodriguez-Rodriguez, Lydia Abasolo, Leticia Leon, Juan A. Jover, 'Early intervention for musculoskeletal disorders among the working population', OSH-wiki, <https://oshwiki.eu/wiki/>

[Early_intervention_for_musculoskeletal_disorders_among_the_working_population/](#)

- 40 EU-OSHA, Work-related musculoskeletal disorders: Prevalence, costs and demographics in the EU, 2019, p. 60, p. 63 and p. 67. Metin için: <https://osha.europa.eu/en/publications/msds-facts-and-figures-overview-prevalence-costs-and-demographics-msds-europe/view>
- 41 Avrupa Parlamentosu, KONSEY, Avrupa Ekonomik ve Sosyal Komitesi ve Bölgeler Komitesi'ne Komisyon Bildirimi, 'An EU Strategic Framework on Health and Safety at Work 2014-2020', COM(2014) 332 final (metin için: <https://eur-lex.europa.eu/legal-content/EN/TX-?uri=COM:2014:332:FIN>); Sverke, H. Falkenberg, G. Kecklund, L. Magnusson Hanson ve P. Lindfors, Women and men and their working conditions: The importance of organizational and psychosocial factors for work-related and health-related outcomes, Arbetsmiljöverket, 2017 (metin için: https://www.av.se/globalassets/filer/publikationer/kunskapssammanstallningar/women_and_men_and_their_working_conditions.pdf); EU-OSHA, Work-related musculo-skeletal disorders: Prevalence, costs and demographics in the EU, 2019, s. 60-65 (metin için: <https://osha.europa.eu/en/publications/msds-facts-and-figures-overview-prevalence-costs-and-demographics-msds-europe/view>).
- 42 EU-OSHA, Literature study on migrant workers, 2007 (metin için: https://osha.europa.eu/en/publications/literature_reviews/migrant_workers/view); Avrupa Parlamentosu, 'Occupational health and safety risks for the most vulnerable workers', 2011 (metin için: [http://www.europarl.europa.eu/thinktank/en/document.html?reference=IPOL-EMPL_ET\(2011\)464436](http://www.europarl.europa.eu/thinktank/en/document.html?reference=IPOL-EMPL_ET(2011)464436))
- 43 EU-OSHA, Work-related musculoskeletal disorders: Prevalence, costs and demographics in the EU, 2019, s. 62-66. Metin için: <https://osha.europa.eu/en/publications/msds-facts-and-figures-overview-prevalence-costs-and-demographics-msds-europe/view>
- 44 EU-OSHA, OSH in figures: Young workers — Facts and figures, 2007 (metin için: <https://osha.europa.eu/en/publications/report-osh-figures-young-workers-facts-and-figures/view>); EU-OSHA, OSH in figures: Work-related musculoskeletal disorders in the EU — Facts and figures, 2010 (metin için: <https://osha.europa.eu/en/publications/osh-figures-work-related-musculoskeletal-disor-ders-eu-facts-and-figures/view>)
- 45 İstihdamda LGBTİ bireylere karşı yaygın ve sürekli ayrımcılık, bilimsel saha çalışmalarında, kontrollü deneylerde, akademik dergilerde, davalarda, devlet ve yerel yönetim şikayetlerinde, toplum temelli kuruluşlara yapılan şikayetlerde ve gazete, kitap ve diğer basın organlarında belgelenmiştir. Örnek için bkz. B. Sears ve C. Mallory, 'Employment discrimination of LGBT people: Existence and impact', in C. M. Duffy, Sexual orientation discrimination in the workplace, 2014 (metin için: <https://escholarship.org/content/qt9qs0n354/qt9qs0n354.pdf>); Center for American Progress, 'Gay and transgender people face high rates of workplace discrimination and harassment', 2011, <https://www.americanprogress.org/issues/lgbt/news/2011/06/02/9872/gay-and-transgender-people-face-high-rates-of-workplace-discrimination-and-harassment/>; J.M. Grant, L. A. Mottet and J. Tanis, Injustice at every turn: A report of the National Transgender Discrimination Survey, 2011 (metin için: https://static1.squarespace.com/static/566c7f0c2399a3bdabb57553/t/566cbf2c57eb8de92a5392e6/1449967404768/ntds_full.pdf); E. Ozeren, 'Sexual orientation discrimination in the workplace: A systematic review of the literature', Procedia: Social and Behavioural Sciences, 109, 2014, pp. 1203-1215 (metin için: <https://www.sciencedirect.com/science/article/pii/S187704281305252X>); Y.Y.W. Chan, A study of occupational health: Disclosing homosexuality in the workplace, 2016 (metin için: http://commons.ln.edu.hk/cgi/viewcontent.cgi?article=1012&context=socsci_fyp); European Bank for Development and Reconstruction, 'Sexual orientation and earnings: New evidence from the UK', 2016 (metin için: https://papers.ssrn.com/sol3/papers.cfm?abstract_id=3119665); C. Bjorkenstam et al., 'Is work disability more common among same-sex than different-sex married people?', Epidemiology (Sunnyvale), 6, 2016, p. 242 (metin için: <https://www.omicsonline.org/open-access/is-work-disability-more-common-among-samesex-than-differentsex-married-people-2161-1165-1000242.php?aid=75240>).
- 46 EU-OSHA, Work-related musculoskeletal disorders: Prevalence, costs and demographics in the EU, 2019, pp. 116-118. Metin için: <https://osha.europa.eu/en/publications/msds-facts-and-figures-overview-prevalence-costs-and-demographics-msds-europe/view>

and-figures-overview-prevalence-costs-and-demographics-msds-europe/view

- 47 Psiko-sosyal riskler ve KİSH'ler arasındaki ilişki, birçok akademisyen tarafından incelenmiştir. Örnek için bkz. Y. Roquelaure, Musculoskeletal disorders and psychosocial factors at work, 2018 (metin için: <https://www.etui.org/Publications2/Reports/Musculoskeletal-dis-orders-and-psychosocial-factors-at-work>) or A. Ropponen et al, 'Physical work load and psychological stress of daily activities as predictors of disability pension due to musculoskeletal disorders', Scandinavian Journal of Public Health, 42, 2014, s. 370-376 (metin için: <https://www.ncbi.nlm.nih.gov/pubmed/24608095>).
- 48 Toplumsal cinsiyete duyarlı risk değerlendirmeleri konusunda kaynakların arasında şunlar yer almaktadır: EU-OSHA, 'Factsheet 43 — Including gender issues in risk assessment', 2003 (metin için: <https://osha.europa.eu/en/tools-and-publications/publications/factsheets/43>); EU-OSHA, 'Women and the ageing workforce: Implications for occupational safety and health', 2016 (metin için: <https://osha.europa.eu/en/tools-and-publications/publications/safer-and-healthier-work-any-age-women-and-ageing-workforce-1/view>); Swedish Work Environment Authority, 'How to improve the work environment for both women and men', 2019 (metin için: <https://www.av.se/globalassets/filer/publikationer/broschyren/english/how-can-the-work-environment-be-better-for-both-women-and-men-broschyr-adi-690eng.pdf>); Senior Labour Inspectors' Committee Working Group on New and Emerging Risks (EMEX), Principles for labour inspectors with regard to diversity-sensitive risk assessment, particularly as regards age, gender, and other demographic characteristics, 2018 (metin için: <https://www.ispettorato.gov.it/it-it/Attivita/Documents/Attivita-internazionale/Principles-for-about-in-spectors-on-diversity-sensitive-RA.pdf>).
- 49 EU-OSHA, The ageing workforce: Implications for occupational safety and health — A research review, 2016, s. 38. Metin için: https://osha.europa.eu/sites/default/files/publications/documents/The_ageing_workforce_implications_for_OSH.pdf

Avrupa İş Sağlığı ve Güvenliği Ajansı (EU-OSHA),

Avrupa'yı çalışmak için daha güvenli, sağlıklı ve üretken bir yer haline getirmeye katkıda bulunur. 1994 yılında Avrupa Birliği tarafından kurulan ve merkezi İspanya'nın Bilbao kentinde bulunan Ajans, Avrupa genelindeki kuruluşlarla ağlar oluşturarak çalışma koşullarını iyileştirmek amacıyla araştırmalar yapar; güvenilir, dengeli, tarafsız sağlık ve güvenlik bilgileri geliştirir ve dağıtır.

EU-OSHA, AB kurumları ve Avrupalı sosyal ortaklar tarafından desteklenen, Ajans'ın odak noktalarından oluşan ağı tarafından ulusal düzeyde koordine edilen **Sağlıklı İşyerleri Kampanyalarını** da yürütmektedir. 2020-22 Sağlıklı İşyerleri Yükü Hafifletir kampanyası, işle ilgili KİSH'ler ve bunların yönetilmesi ihtiyacı hakkında farkındalık yaratmayı ve riskleri önlemeye yönelik kültürü teşvik etmeyi hedeflemektedir.

Avrupa İş Sağlığı ve Güvenliği Ajansı

C/Santiago de Compostela 12

48003 Bilbao, İSPANYA

E-posta: information@osha.europa.eu

www.healthy-workplaces.eu