

Εβ/ζχ/130711

**ΠΡΟΣ****Τα Εργατικά Κέντρα  
και Ομοσπονδίες  
Δύναμης Γ.Σ.Ε.Ε.**

**Θέμα: Αντιμετώπιση της θερμικής καταπόνησης των εργαζομένων λόγω υψηλών θερμοκρασιών.**

Συνάδελφοι,

Για την αντιμετώπιση της θερμικής καταπόνησης λόγω των υψηλών θερμοκρασιών και προκειμένου να διασφαλισθεί η τήρηση των μέτρων για την προστασία της υγείας και της ασφάλειας των εργαζομένων, σας υπενθυμίζουμε τις οδηγίες που είναι σε ισχύ για α) την περιγραφή των ομάδων εργαζομένων υψηλού κινδύνου, β) τα απαιτούμενα τεχνικά μέτρα που πρέπει κατά περίπτωση να λαμβάνονται από τους εργοδότες, γ) τις τεχνικές και οργανωτικές οδηγίες για τις μετρήσεις της θερμοκρασίας και της υγρασίας στους χώρους εργασίας, δ) τη διενέργεια τόσο προληπτικών, όσο και κατασταλτικών ελέγχων από τις κατά τόπους υπηρεσίες Τεχνικής και Υγειονομικής Επιθεώρησης του Σ.ΕΠ.Ε. (ΚΕ.Π.Ε.Κ. και Τμήματα) και ε) την υποχρέωση άμεσης ανταπόκρισής τους στις περιπτώσεις σχετικών καταγγελιών των εργαζομένων ή των συνδικαλιστικών τους οργανώσεων.

Συγκεκριμένα:

► Οι ομάδες με υψηλό κίνδυνο για την υγεία τους από την εργασία σε υψηλές θερμοκρασίες είναι οι καρδιοπαθείς, οι πνευμονοπαθείς, οι πάσχοντες από χρόνια νοσήματα (πχ σακχαρώδης διαβήτης, χρόνια νεφρική ανεπάρκεια, διαταραχές αρτηριακής πίεσης κοκ), οι λαμβάνοντες συγκεκριμένα φάρμακα (πχ ινσουλίνη, αντιδιαβητικά, διουρητικά, αντιχολιεργικά κοκ), οι γυναίκες κατά την κύηση.

Η ένταξη των εργαζομένων στις παραπάνω ομάδες γίνεται από τον γιατρό εργασίας της επιχείρησης και, όπου δεν προβλέπεται η απασχόληση γιατρού εργασίας, με ιατρική βεβαίωση που θα προσκομίσει ο ίδιος ο εργαζόμενος.

► Υπενθυμίζεται η υποχρέωση του εργοδότη, σύμφωνα με την κείμενη νομοθεσία, μεταξύ άλλων, για γραπτή εκτίμηση των κινδύνων, λήψη των κατάλληλων κατά περίπτωση οργανωτικών μέτρων που θα μειώνουν τη θερμική καταπόνηση, οργάνωση της κατάλληλης υποδομής για την αντιμετώπιση καταστάσεων έκτακτης ανάγκης και την παροχή πρώτων βοηθειών, ενημέρωση και παροχή οδηγιών στους εργαζόμενους, χορήγηση στους εργαζόμενους των κατάλληλων μέτρων ατομικής προστασίας,

► Τα απαιτούμενα τεχνικά μέτρα που πρέπει κατά περίπτωση να λαμβάνονται από τους εργοδότες αφορούν σε μετρήσεις της θερμοκρασίας και της σχετικής υγρασίας στους χώρους εργασίας και σε παρεμβάσεις στα δομικά στοιχεία των κτιρίων, σε τμήματα της παραγωγικής διαδικασίας και στη διαμόρφωση του μικροκλίματος του εργασιακού χώρου.

► Τα απαιτούμενα οργανωτικά μέτρα αφορούν κυρίως στη χορήγηση διαλειμμάτων κατάλληλης διάρκειας και σε κατάλληλα διαμορφωμένο χώρο για τον χρόνο ανάπαυσης για τη μείωση της θερμικής καταπόνησης των εργαζομένων σε περίοδο καύσωνα, την παροχή πόσιμου νερού σε θερμοκρασία 10° –15° C, τον προγραμματισμό των εργασιών και τη σύνταξη σχεδίου αντιμετώπισης της θερμικής καταπόνησης των εργαζομένων, σε συνεργασία

και με τον γιατρό εργασίας και τον τεχνικό ασφαλείας. Ειδικότερα δε για τις υπαίθριες εργασίες προβλέπεται επιπλέον η χορήγηση και χρήση κατάλληλου καλύμματος κεφαλής, η διαμόρφωση σκιερών μέρους για τα διαλείμματα, η κατασκευή στεγαστρών και ο προγραμματισμός των εργασιών, ώστε οι κοπιαστικότερες να γίνονται στις ώρες που η θερμοκρασία είναι χαμηλότερη.

► Επισημαίνουμε περαιτέρω, τις ειδικές ρυθμίσεις που ισχύουν βάσει των οικείων ΣΣΕ , όπως:

α) την ισχύουσα διάταξη της ΣΣΕ Εργατοτεχνιτών Οικοδόμων και Συναφών Κλάδων όλης της Χώρας, βάσει της οποίας οι σχετικές εργασίες διακόπτονται σε περιπτώσεις καύσωνα, όταν η θερμοκρασία στον τόπο εργασίας υπερβαίνει τους 38ο C υπό σκιά, ενώ το ημερομίσθιο καταβάλλεται χωρίς καμία περικοπή,

β) την ισχύουσα διάταξη της ΣΣΕ για τους εργαζόμενους σε ναυπηγοεπισκευαστικές εργασίες (μεταλλουργικές) Ν. Πειραιά-Αττικής και Νήσων, βάσει της οποίας όταν η ΕΜΥ δίνει θερμοκρασία 36° και 37° C διακόπτονται οι εργασίες από τις 14:00 έως τις 18:00 και όταν δίνει θερμοκρασία 38° C και πάνω, το ωράριο εργασίας είναι μεταξύ 07:00 έως 13:00, χωρίς καμία περικοπή του ημερομισθίου, η δε διακοπή του ωραρίου θα ισχύει μέχρι και τις 19:00

γ) την ισχύουσα διάταξη της ΣΣΕ για τους εξωτερικούς υπαλλήλους που χρησιμοποιούν δίκυκλο (διανομείς – courier) σε επιχειρήσεις εκδόσεων και βιβλιοχαρτοπωλείων, βάσει της οποίας δεν θα απασχολούνται εκτός εγκαταστάσεων των επιχειρήσεων, όταν επικρατούν συνθήκες καύσωνα (38° C και άνω).

► Σημαντικός, είναι ο ρόλος των αρμόδιων Τεχνικών Επιθεωρητών Εργασίας, οι οποίοι είναι υπεύθυνοι για τη διενέργεια προληπτικών ελέγχων εφαρμογής των μέτρων που κατατείνουν στη μείωση της θερμικής καταπόνησης των εργαζομένων, σε όλους τους εργασιακούς χώρους και **ιδίως** στους πλέον επιβαρυσμένους από τη θερμική άποψη, όπως πχ στους υπαίθριους χώρους ή όταν οι εργασίες γίνονται σε εξωτερικούς χώρους (πχ. οικοδομές, οδικά ή άλλα έργα, αγροτικές εργασίες, ταχυμεταφορές με δίκυκλο κ.α), στους στεγασμένους με ειδική παραγωγική δραστηριότητα (πχ χυτήρια, υαλουργίες, κεραμοποιία, μεταλλουργίες, εκκοκιστήρια, κλωστοϋφαντουργίες, βιομηχανίες πλαστικών, ναυπηγοεπισκευαστικές εργασίες, κλπ), σε χειρωνακτικές εργασίες (πχ χειρωνακτική διακίνηση βαρέων φορτίων στις μεταφορές, οικοδομές κλπ).

► Σας επισημαίνουμε ότι τα σωματεία ή/και οι επιτροπές υγιεινής και ασφαλείας έχουν το δικαίωμα διαβούλευσης με τον εργοδότη και υπογραφής συλλογικών συμφωνιών, με αντικείμενο την εφαρμογή σχεδίου αντιμετώπισης της θερμικής καταπόνησης των εργαζομένων, σε συνεργασία και με τον τεχνικό ασφαλείας και τον γιατρό εργασίας.

► Συνημμένα αποστέλλουμε για την ενημέρωσή σας ενδεικτικό κατάλογο τεχνικών και οργανωτικών μέτρων που μπορούν να υποδεικνύονται κατά περίπτωση (Παράρτημα 1), καθώς και ενδεικτικό (όχι εξαντλητικό) κατάλογο εργαζομένων που εντάσσονται στις ομάδες υψηλού κινδύνου για εργασία σε δυσμενές θερμοκρασιακά εργασιακό περιβάλλον, λόγω της μειωμένης θερμορυθμιστικής ικανότητας του οργανισμού τους (Παράρτημα 2).

*Με συναδελφικούς χαιρετισμούς,*

Ο Πρόεδρος

Ο Γενικός Γραμματέας

Γιάννης Παναγόπουλος

Νικόλαος Κιουτσούκης

**Συνημμένα: 2**

## ΠΑΡΑΡΤΗΜΑ 1

### A. Τεχνικά μέτρα

1. Παρεμβάσεις στα δομικά στοιχεία των κτιρίων :
  - θερμομόνωση στέγης ή πλάκας
  - βάψιμο με λευκό ή άλλο ανακλαστικό χρώμα
  - βρέξιμο στέγης ή πλάκας
  - κατασκευή σκιάστρων στις δυτικές ή νότιες πλευρές των κτιρίων
  - τοποθέτηση στις δυτικές ή νότιες πλευρές αδιαφανών ή ανακλαστικών τζαμιών
  - εγκατάσταση αεροκουρτίνας ψυχρού αέρα στα μεγάλα ανοίγματα που, λόγω αναγκών παραγωγικής διαδικασίας, παραμένουν ανοιχτά.
2. Παρεμβάσεις σε τμήματα της παραγωγικής διαδικασίας :
  - μόνωση των θερμών επιφανειών που βρίσκονται μέσα στους χώρους εργασίας (σωλήνες ζεστού νερού, λέβητες, κλπ)
  - απομόνωση με θερμομονωτικά χωρίσματα των πηγών θερμότητας και απαγωγή της θερμότητας προς τον εξωτερικό περιβάλλοντα χώρο.
3. Παρεμβάσεις στο μικροκλίμα του εργασιακού χώρου:
  - απαγωγή των ρύπων και του θερμού αέρα στο πλησιέστερο δυνατό σημείο προς την πηγή δημιουργίας τους
  - επαρκής γενικός εξαερισμός με εγκατάσταση ανεμιστήρων στα ψηλά σημεία των αιθουσών και εξαερισμός στις ζώνες εργασίας με φυγοκεντρικούς ανεμιστήρες
  - επαρκής ανανέωση του αέρα των χώρων εργασίας, όπου απαιτείται από τις συνθήκες της παραγωγής, με προσαγωγή νωπού αέρα και σύγχρονη απαγωγή του αέρα του χώρου εργασίας,
  - επιθυμητή η ύπαρξη κλιματισμού, όταν αυτό είναι δυνατό.

### B. Οργανωτικά μέτρα

1. Προγραμματισμός διαλειμμάτων κατάλληλης διάρκειας για τη μείωση της θερμικής καταπόνησης των εργαζομένων σε περίοδο καύσωνα.  
Στους 4 πίνακες που ακολουθούν στο τέλος αυτού του Παραρτήματος (Π1,Π2,Π3,Π4) καταγράφονται ως συστάσεις για τον προγραμματισμό διαλειμμάτων, με βάση τη σχετική βιβλιογραφία, συνδυασμοί θερμοκρασίας (ξηρού θερμομέτρου, Θξ) και σχετικής υγρασίας για ελαφριές, μέσης βαρύτητας και βαριές εργασίες, που θεωρούνται ότι μπορούν να γίνουν ανεκτοί από υγιείς εργαζόμενους, χωρίς να τους προκαλούν σημαντική θερμική καταπόνηση.  
Ειδικότερα, ο πίνακας Π1 αναφέρεται σε συνεχή εργασία χωρίς διακοπή, ενώ οι πίνακες Π2, Π3, Π4 αναφέρονται σε περιπτώσεις που εναλλάσσεται ανά ώρα ο χρόνος εργασίας με χρόνο ανάπαυσης (διαλείμματα).
2. Προγραμματισμός εργασιών
  - Εργασίες που συνεπάγονται υψηλή θερμική καταπόνηση των εργαζομένων πρέπει, κατά το δυνατόν, να προγραμματίζονται σε ώρες εκτός θερμοκρασιακών αιχμών
  - Ενίσχυση των βαρδιών ώστε να υλοποιούνται τα κανονικά διαλείμματα καθώς και εκείνα που είναι αναγκαία για τη μείωση της θερμικής καταπόνησης, σύμφωνα με τους πίνακες Π2, Π3 και Π4.

3. Διαμόρφωση των κυλικείων, ή άλλων κατάλληλων χώρων, για το χρόνο ανάπαυσης. Οι χώροι αυτοί, ανάλογα με τις αντικειμενικές ανάγκες και δυνατότητες, εξοπλίζονται με σύστημα κλιματισμού.
4. Παροχή πόσιμου δροσερού νερού σε θερμοκρασία 10 -15ο C.

### Γ. Υπαίθριες εργασίες

Για τις υπαίθριες εργασίες πρέπει να λαμβάνονται τα εξής μέτρα:

- χορήγηση -χρήση κατάλληλου καλύμματος κεφαλής, όπου δεν είναι υποχρεωτική από τη νομοθεσία η χρήση κράνους προστασίας
- διαμόρφωση- επιλογή σκιερών μέρους για τα διαλείμματα
- κατασκευή στεγάστρων, όπου είναι δυνατόν, για την εκτέλεση εργασιών
- προγραμματισμός των εργασιών ώστε, κατά το δυνατόν, οι κοπιαστικότερες να γίνονται σε ώρες που η θερμοκρασία είναι χαμηλότερη
- παροχή πόσιμου δροσερού νερού (10-15ο C)

**ΠΙΝΑΚΑΣ Π1**  
(συνεχής εργασία)

Ελαφριά εργασία		Εργασία μέσης βαρύτητας		Βαριά εργασία	
Θξ (°C)	Σχ. Υγρασία	Θξ (°C)	Σχ. Υγρασία	Θξ (°C)	Σχ. Υγρασία
36	52	36	32	36	22
37	46	37	27	37	19
38	41	38	23	38	16
39	37	39	20	39	13
40	32	40	17	40	10
41	28	41	14		
42	25	42	11		
43	22				

**ΠΙΝΑΚΑΣ Π2 (75% εργασία - 25% ανάπαυση ανά ώρα)**

Ελαφριά εργασία		Εργασία μέσης βαρύτητας		Βαριά εργασία	
Θξ (°C)	Σχ. Υγρασία	Θξ (°C)	Σχ. Υγρασία	Θξ (°C)	Σχ. Υγρασία
36	56	36	39	36	27
37	50	37	35	37	23
38	45	38	30	38	19
39	40	39	26	39	16
40	35	40	22	40	13
41	31	41	19	41	11
42	27	42	16		
43	24	43	14		

**ΠΙΝΑΚΑΣ Π3**  
(50% εργασία- 50% ανάπαυση ανά ώρα)

Ελαφριά εργασία		Εργασία μέσης βαρύτητας		Βαριά εργασία	
Θξ (°C)	Σχ. Υγρασία	Θξ (°C)	Σχ. Υγρασία	Θξ (°C)	Σχ. Υγρασία
36	62	36	48	36	39
37	55	37	43	37	34
38	49	38	38	38	29
39	45	39	33	39	26
40	39	40	29	40	22
41	35	41	25	41	19
42	31	42	22	42	16
43	27	43	18	43	14

**ΠΙΝΑΚΑΣ Π4**  
(25% εργασία- 75% ανάπαυση ανά ώρα)

Ελαφριά εργασία		Εργασία μέσης βαρύτητας		Βαριά εργασία	
Θξ (°C)	Σχ. Υγρασία	Θξ (°C)	Σχ. Υγρασία	Θξ (°C)	Σχ. Υγρασία
36	67	36	60	36	52
37	61	37	53	37	46
38	55	38	48	38	41
39	49	39	43	39	37
40	43	40	38	40	32
41	39	41	34	41	28
42	35	42	30	42	24
43	31	43	26	43	22

## ΠΑΡΑΡΤΗΜΑ 2

Ενδεικτικός, όχι εξαντλητικός, κατάλογος εργαζομένων που εντάσσονται στις ομάδες υψηλού κινδύνου για εργασία σε δυσμενές θερμοκρασιακά εργασιακό περιβάλλον, λόγω της μειωμένης θερμορυθμιστικής ικανότητας του οργανισμού τους.

### **A) Εργαζόμενοι που πάσχουν από:**

#### **1. Καρδιοπάθειες:**

- Στεφανιαία νόσο (ή χειρουργημένοι για στεφανιαία νόσο)
- Βαλβιδοπάθειες (ή χειρουργημένοι για βαλβιδοπάθεια)
- Μυοκαρδιοπάθειες

#### **2. Παθήσεις των πνευμόνων:**

- Βρογχικό άσθμα
- Χρόνια αποφρακτική πνευμονοπάθεια
- Πνευμονικό εμφύσημα
- Διάμεσες πνευμονοπάθειες

#### **3. Άλλα χρόνια νοσήματα:**

- Σακχαρώδη διαβήτη
- Χρόνια νεφρική ανεπάρκεια
- Ηπατικά νοσήματα
- Διαταραχές της λειτουργίας του θυρεοειδούς
- Διαταραχές αρτηριακής πίεσης
- Νοσήματα του αίματος
- Ψυχικά νοσήματα
- Νοσήματα του Κ.Ν.Σ.
- Δερματοπάθειες μεγάλης έκτασης
- Παχυσαρκία

### **B) Εργαζόμενοι που λαμβάνουν φάρμακα τα οποία ανήκουν στις εξής κατηγορίες:**

- Διουρητικά
- Ινσουλίνη - Αντιδιαβητικά δισκία
- Ορμόνες
- Αναστολείς εισόδου ιόντων
- Αντιχολινεργικά
- Ψυχοφάρμακα - Αντιεπιληπτικά.

### **Γ) Γυναίκες εργαζόμενες κατά τη διάρκεια της εγκυμοσύνης**