

Úvod do používania pomôcok na otvorenie diskusie

Scenáre pomôcok na otvorenie diskusie sú zdrojom na uľahčenie skupinových diskusií na pracovisku alebo počas odbornej prípravy. Tieto pomôcky na otvorenie diskusie zahŕňajú scenáre, ktoré boli navrhnuté na použitie v prípade zamestnancov vykonávajúcich úlohy, ktoré majú potenciál spôsobovať muskuloskeletálne poruchy, ako aj ich manažérov a vedúcich pracovníkov, a scenáre, ktoré boli navrhnuté na podporu potreby rýchlej a efektívnej komunikácie medzi zamestnancom a jeho manažérom o muskuloskeletálnych zdravotných problémoch. Tieto scenáre možno použiť ako východiskový bod na začatie diskusie s navrhnutými témami a úvodnými otázkami. Sú vhodné pre použitie v rámci diskusných workshopov alebo na úvod školenia.

Väčšie skupiny by sa mohli rozdeliť do menších skupín alebo párov, aby prediskutovali jednotlivé scenáre, témy na diskusiu a svoje názory. Skupiny by sa potom mali znova spojiť a podeliť sa o svoje názory. Ak facilitátor rozdelí väčšiu skupinu na menšie skupiny, každá z nich by mohla dostať rovnaký scenár alebo všetky môžu dostať odlišné scenáre.

- Použité situácie majú poukázať na niektoré problémy, ktorým zamestnanci čelia, a na dôležitosť porozumenia podnikovým postupom týkajúcim sa prevencie muskuloskeletálnych porúch vrátane toho, aká zodpovednosť prináleží zamestnávateľom a aká zamestnancom.
- Situácie sa môžu prispôbiť tak, aby sa v nich premietli potreby organizácie prostredníctvom začlenením jej vlastných politík a postupov týkajúcich sa prevencie muskuloskeletálnych porúch.
- Vďaka diskusii by sa zamestnanci mali cítiť lepšie pripravení a lepšie informovaní, aby mohli čeliť situáciám, v ktorých sa vyžadujú rozhodnutia na základe úsudku.
- Vďaka diskusii by zamestnanci, manažéri a vedúci pracovníci mali uznať dôležitosť včasného hlásenia príznakov v rámci znižovania rizika rozvinutia muskuloskeletálnych porúch u zamestnancov, a v rámci podpory udržateľného pracovného života.

Facilitátori môžu tiež zvážiť prispôbenie scenárov a otázok iným pracovným miestam a pracovným situáciám a zároveň zachovať rovnaký prístup.

Ďalšie informácie o muskuloskeletálnych poruchách

Na ďalej uvedených odkazoch nájdete zdroje od agentúry EU-OSHA s priamymi informáciami užitočnými pre prípravu aktivít o muskuloskeletálnych poruchách a o ich prevencii. Informačné letáky („factsheet“) možno použiť aj ako podklady pre účastníkov:

- *Zdraví zamestnanci, prosperujúce podniky – praktická príručka k dobrým podmienkam na pracovisku: riešenie psychosociálnych rizík a muskuloskeletálnych porúch v malých podnikoch:* <https://osha.europa.eu/sk/tools-and-publications/publications/healthy-workers-thriving-companies-practical-guide-wellbeing/view>
- Poškodenia podporno-pohybovej sústavy: <https://osha.europa.eu/sk/themes/musculoskeletal-disorders>
- Factsheet 71 – Problematika poškodení podporno-pohybovej sústavy: <https://osha.europa.eu/sk/tools-and-publications/publications/factsheets/71/view>
- Factsheet 72 – Poruchy krku a horných končatín súvisiace s prácou: <https://osha.europa.eu/sk/tools-and-publications/publications/factsheets/72/view>
- Factsheet 73 – Nebezpečenstvá a riziká spojené s ručnou manipuláciou s bremenami na pracovisku: <https://osha.europa.eu/sk/tools-and-publications/publications/factsheets/73/view>
- Factsheet 87 – Rozmanitosť pracovnej sily a hodnotenie rizík: zaručene bude každý zahrnutý Zhrnutie správy agentúry: <https://osha.europa.eu/sk/publications/factsheet-87-workforce-diversity-and-risk-assessment-ensuring-everyone-covered-summary/view>

- E-fact 19 – Prevencia rizík vibrácií v stavebníctve: <https://osha.europa.eu/sk/publications/e-facts/efact19/view>

Ďalšie informácie o vedení a participácii zamestnancov

- *Participácia zamestnancov v oblasti bezpečnosti a ochrany zdravia pri práci – praktická príručka*: https://osha.europa.eu/sk/tools-and-publications/publications/reports/workers-participation-in-OSH_guide/view
- *Vedenie na riadiacej úrovni v oblasti bezpečnosti a ochrany zdravia pri práci – praktická príručka*: https://osha.europa.eu/sk/tools-and-publications/publications/reports/management-leadership-in-OSH_guide/view

Ďalšie zdroje školení

- *Zdroje školení Napo – súbor nástrojov Understanding musculoskeletal disorders (Pochopenie muskuloskeletálnych porúch)*: <https://www.napofilm.net/sk/learning-with-napo/napo-in-the-workplace/>: tieto pomôcky na otvorenie diskusie sa dajú použiť v kombinácii s rôznymi diskusnými aktivitami týkajúcimi sa muskuloskeletálnych porúch na pracovisku, ktoré sú navrhnuté na použitie s filmami Napo. Kliknutím na odkaz nájdete ponuku s návrhmi možného použitia kombinácií aktivít z týchto dvoch zdrojov.

Pomôcka na otvorenie diskusie 2: Maloobchodné prostredie

Ak pracujete v maloobchodnom prostredí, na konci každého dňa ste zodpovední za doplnenie regálov. V rámci toho musíte kontrolovať, čo sa predalo, prejsť do skladu, vyzdvihnúť potrebné položky, vrátiť sa do predajne a uložiť ich do regálov. Dostali ste vozík a rukavice upravené pre vhodné uchopenie tovaru. Horná polica je však v takej výške, že sa musíte natiahnuť, čo nie je pohodlné.

Čo urobíte?

Témy na diskusiu

- Súhlasíte s tým, že už v prípade počiatočných príznakov muskuloskeletálnej poruchy je potrebné prehodnotiť úlohy? Aké zručnosti musí mať tím zapojený do procesu posudzovania rizík, aby tu dospel k úspešnému výsledku?
- Ak vezmeme do úvahy poskytnuté informácie o obsahu a organizácii práce, aké zmeny úlohy a/alebo poskytnutého vybavenia by sa mohli vykonať, aby sa znížilo riziko muskuloskeletálnej poruchy? Do akej miery by, napríklad, bolo užitočné poskytnúť schodíky? Ako by sa mohla znížiť frekvencia manipulačnej aktivity?
- Ako by ste na vaše obavy upozornili zamestnávateľa?
- Ako môžu zamestnanci a vedenie organizácie v budúcnosti spolupracovať v záujme vytvorenia zdravej budúcnosti, aby sa predišlo podobným situáciám?

Ďalšie informácie

EU-OSHA, *Zdraví zamestnanci, prosperujúce podniky – praktická príručka k dobrým podmienkam na pracovisku: riešenie psychosociálnych rizík a muskuloskeletálnych porúch v malých podnikoch*:

<https://osha.europa.eu/sk/tools-and-publications/publications/healthy-workers-thriving-companies-practical-guide-wellbeing/view>