

plakat 07



mniej dźwigaj

mniej dźwigaj

Problemy zdrowotne związane z dolegliwościami mięśniowo-szkieletowymi są w roku 2007 tematem kampanii pn.: „Mniej dźwigaj” realizowanej w ramach Europejskiego Tygodnia Bezpieczeństwa i Zdrowia w Pracy, organizowanego we wszystkich krajach Unii Europejskiej, krajach kandydujących i krajach EFTA, przez Europejską Agencję Bezpieczeństwa i Zdrowia w Pracy w Bilbao. Kampania jest organizowana przy współpracy Krajowych Punktów Centralnych Agencji. Funkcję takiego Punktu pełni w Polsce Centralny Instytut Ochrony Pracy – Państwowy Instytut Badawczy.

Dolegliwości mięśniowo-szkieletowe są w Europie najbardziej rozpowszechnionym problemem zdrowotnym związanym z pracą. Prawie 24% pracowników z państw Unii Europejskiej skarży się na bóle kręgosłupa, a 22% – na bóle mięśniowe. Nękają one miliony pracowników we wszystkich sektorach zatrudnienia, ze szczególnym nasileniem w sektorze budowlanym, usługowym, handlu detalicznym, opiece zdrowotnej, hotelarstwie i gastronomii. Dotykają już nawet dzieci, obciążane od pierwszych lat szkolnych m.in. zbyt ciężkimi tornistrami, które w dodatku często są przez nie nieprawidłowo noszone.

Dolegliwości mięśniowo-szkieletowe obejmują upośledzenie czynności, a także zmiany budowy takich struktur anatomicznych, jak: mięśnie, stawy, ścięgna, więzadła, kości, obwodowy układ nerwowy i krążenia krwi. Wywoływane są one lub nasilają się przede wszystkim wskutek wykonywania pracy i oddziaływanie czynników otoczenia, w którym praca jest wykonywana. Mogą być spowodowane oddziaływaniem różnych grup czynników, w tym czynników fizycznych i biomechanicznych (m. in. konieczność użycia znacznej siły, duża powtarzalność ruchów, długotrwała niewygodna pozycja przy pracy, drgania mechaniczne, miejscowy ucisk np. przez narzędzia), czynników organizacyjnych i psychospołecznych (m.in. niski poziom zadowolenia z pracy, monotonna praca w szybkim tempie) oraz czynników indywidualnych (m.in. wiek, wydolność fizyczna, przebyte choroby, otyłość).

Zmianom tym można skutecznie zapobiegać przez zmniejszenie obciążenia wynikającego z wykonywania czynności zawodowych, wprowadzenie odpowiednich środków zapobiegawczych oraz kontrolę ich skuteczności. Pomocne tu mogą być wskazówki specjalistów i przestrzeganie dobrych praktyk. Aby pracownicy z dolegliwościami mięśniowo-szkieletowymi mogli nadal pracować, należy zapewnić im odpowiednią rehabilitację. Należy w równej mierze zwracać uwagę na zapobieganie występowaniu dolegliwości mięśniowo-szkieletowych, jak i ćwiczenia rehabilitacyjne w czasie przerw w pracy.



Mniej dźwigaj

mniej dźwigaj

Patronat

Minister Pracy i Polityki Społecznej
Minister Zdrowia
Główny Inspektor Pracy
Europejska Agencja Bezpieczeństwa i Zdrowia w Pracy

Organizatorzy

Centralny Instytut Ochrony Pracy – Państwowy Instytut Badawczy w Warszawie
Wydział Form Przemysłowych Akademii Sztuk Pięknych w Krakowie
Wydział Form Przemysłowych Akademii Sztuk Pięknych w Łodzi
Wydział Wzornictwa Przemysłowego Akademii Sztuk Pięknych w Warszawie

Temat

Dolegliwości mięśniowo – szkieletowe

Cel

Uzyskanie oryginalnych projektów plakatów, które będą promowały we współczesnej formie problematykę bezpieczeństwa i ochrony zdrowia człowieka w środowisku pracy.

Uczestnicy

W konkursie mogą wziąć udział artyści plastycy – członkowie związków twórczych, absolwenci i studenci wyższych uczelni plastycznych w kraju i za granicą.

Dane techniczne

Format plakatu: B2 – 50 x 70 cm **w układzie pionowym**

Projekty plakatów należy nakleić na sztywne podłoże. Z tyłu projektu, w prawym górnym rogu, musi być umieszczone sześciocyfrowe godło. Do każdej pracy należy dołączyć kopertę (nakleić z tyłu pracy) oznaczoną tym samym godłem, w której muszą się znaleźć następujące informacje: godło, imię i nazwisko autora lub autorów, dokładny adres, numer telefonu, nazwa uczelni, którą ukończył lub w której studiuje autor, oświadczenie, że zgłoszony projekt jest oryginalnym dziełem autora lub zespołu oraz zgoda na podanie nazwiska autora (autorów) na wystawie pokonkursowej i w katalogu wystawy. Jeżeli praca ma wersję elektroniczną, prosimy o jej dołączenie na płycie CD. Liczba projektów zgłoszona przez autora lub zespół nie jest ograniczona.

Termin

Prace należy przysłać pocztą lub dostarczyć osobiście do dnia 15 czerwca 2007 r.

Adres

Centralny Instytut Ochrony Pracy – Państwowy Instytut Badawczy,
ul. Czerniakowska 16, 00-701 Warszawa

Wystawa

Organizatorzy przewidują zorganizowanie wystawy pokonkursowej i wydanie katalogu, w którym znajdzie się 50 najlepszych prac.

mniej dźwigaj

Jury

prof. Joanna BARTOSZEWSKA – Akademia Sztuk Pięknych w Łodzi
prof. Tomasz BOGUSŁAWSKI – Akademia Sztuk Pięknych w Gdańsku
prof. Adam GEDLICZKA – Akademia Sztuk Pięknych w Krakowie
Katarzyna KITAJEWSKA – Główny Inspektorat Sanitarny
prof. dr hab. med. Danuta KORADECKA – Centralny Instytut Ochrony Pracy
– Państwowy Instytut Badawczy
Krzysztof KOWALIK – Państwowa Inspekcja Pracy
Tadeusz LESZCZYŃSKI – SCHENKER sp. zoo.
Katarzyna PACZEK – Mazowieckie Centrum Zdrowia Publicznego
mgr inż. Iwona PAWLACZYK – Komisja Krajowa NSZZ „Solidarność”
Mieczysław PIROG – Akademia Sztuk Pięknych we Wrocławiu
prof. Władysław PLUTA – Akademia Sztuk Pięknych w Krakowie
Ewa POMIAN-WOJCIESZCZUK – Ministerstwo Pracy i Polityki Społecznej
Danuta ROMAN-LIU – Centralny Instytut Ochrony Pracy
– Państwowy Instytut Badawczy
Józef SKORŁUTOWSKI – Ogólnopolskie Porozumienie Związków Zawodowych
prof. Marek STAŃCZYK – Akademia Sztuk Pięknych w Warszawie
Beata ZMYŚŁOWSKA – Ministerstwo Zdrowia

Nagrody

I nagroda – 5000 zł
II nagroda – 3000 zł
III nagroda – 2000 zł
oraz 5 wyróżnień po 1000 zł.

Jury ma prawo innego podziału sumy przeznaczonej na nagrody.
Za prace wykorzystane do druku autorzy otrzymają honorarium w wysokości 1500 zł.
Prace nagrodzone, wyróżnione i pozostałe zakwalifikowane do wystawy pozostają własnością Centralnego Instytutu Ochrony Pracy. Wpłata nagród nastąpi w czasie uroczystości otwarcia wystawy pokonkursowej w październiku 2007 r. W celu promocji konkursu i wystawy, organizatorzy zastrzegają sobie prawo wykorzystania zgłoszonych do konkursu prac bez uiszczania dodatkowego honorarium. Nadesłanie prac na konkurs jest równoznaczne z przyjęciem wszystkich warunków regulaminu.

Zwrot prac

Autorzy prac nienagrodzonych, niewyróżnionych i niezakwalifikowanych do wystawy mogą odebrać swoje prace w dniach od 29 października do 23 listopada 2007 r. Za prace nieodebrane w terminie organizatorzy nie ponoszą odpowiedzialności.

Sekretariat organizacyjny konkursu

Informacji dotyczących konkursu udziela kurator konkursu mgr Marta Derlicka
Centralny Instytut Ochrony Pracy – Państwowy Instytut Badawczy,
ul. Czerniakowska 16, 00-701 Warszawa
tel. (0 22) 623 36 86, fax (0 22) 623 32 64, e-mail: mader@ciop.pl