

CLEANING ERGONOMICS

An illustration of a person with brown hair in a bun, wearing a teal long-sleeved shirt and blue pants, standing and holding a long-handled cleaning tool. The tool is positioned vertically, with the handle extending from the person's hands down to the ground. The person is smiling slightly.

**Képes útmutató a takarítással
kapcsolatos foglalkoztatási
megbetegedések és balesetek
megelőzésére**

Miért fontos az ergonómia a takarításban

ThEz az anyag az Erasmus+ Takarítási ergonómia - a foglalkozási megbetegedések és balesetek megelőzése a takarításban című projekt által készített 20 útmutató videóhoz készült.

A takarítás területén a leggyakoribb balesetek az esések, a ficamok, a tárgyak által okozott bemetszések és a tárgyakkal való ütközések. A foglalkozási megbetegedések listájának élén a hát alsó részén, a vállakban és a nyakban jelentkező fájdalom áll. A mentális feszültség és a stressz aránya is évről évre nő.

Az ergonómiai és biztonságos munkamódszerek elsajátítása és alkalmazása rendkívül fontos, mind a munkakezdekor, mind tapasztalt takarítóként.

A fizikai foglalkozási kockázatok minimalizálásának alapvető módjai a következők:

- ismétlődő munka;**
- a nyúlás;**
- hajolgatás;**
- a kényelmetlen testtartás;**
- statikus testtartás;**
- nehéz terhek emelése.**

A feladatok variálása erősen ajánlott!

A mentális foglalkozási kockázatok minimalizálásának alapvető módjai a következők:

- egyértelmű munkautasítások;**
- együttműködés a takarító és a takarításért felelős vezető között;**
- ésszerű munkaterhelés;**
- a takarító irányítása;**
- idő a szünetekre.**

Előnedvesítés



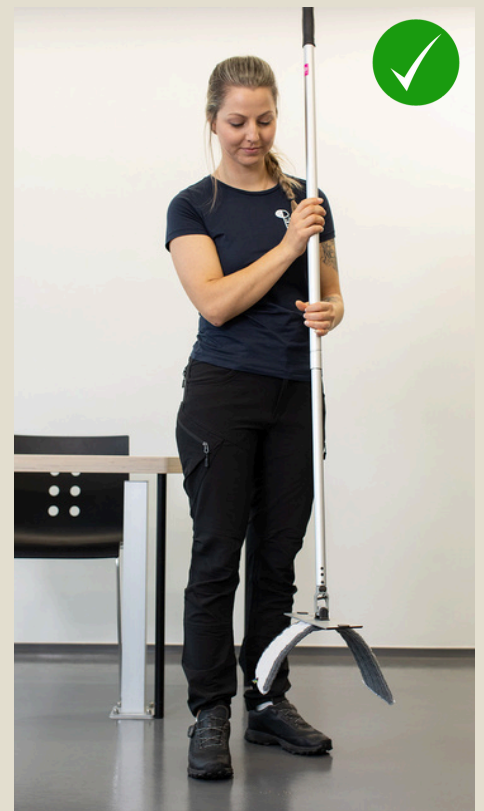
Youtube Video



S alakú felmosás



Youtube Video



Toló mozdulattal történő felmosás



Youtube Video



Gép választása kézi felmosás helyett



Youtube Video



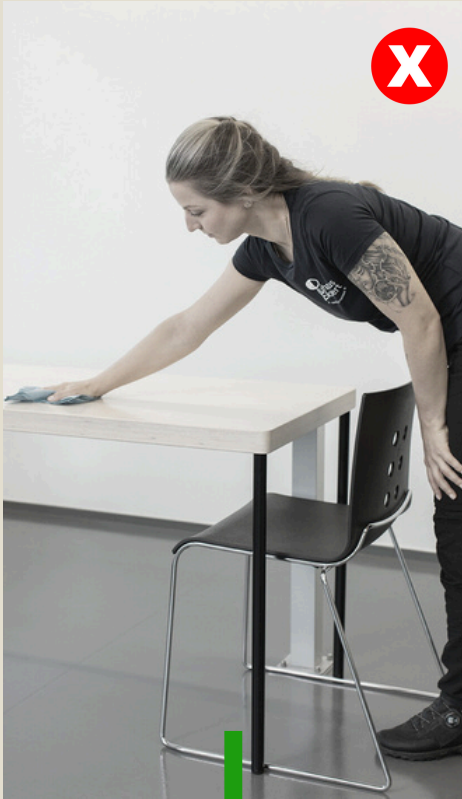
Porszívózás



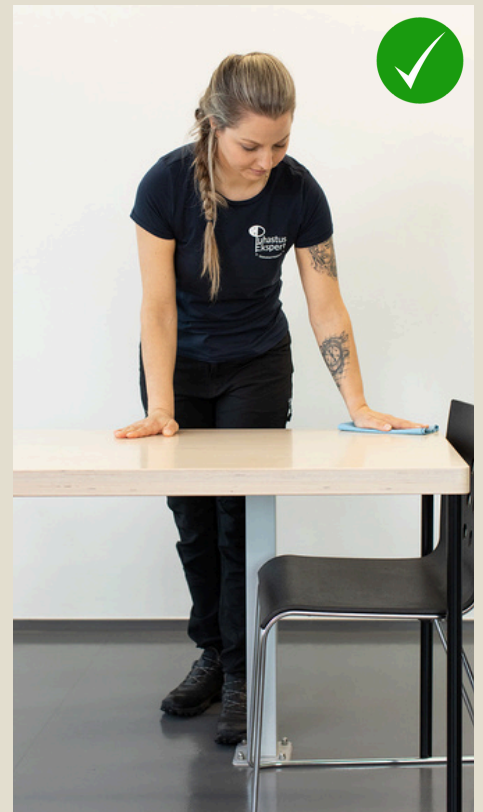
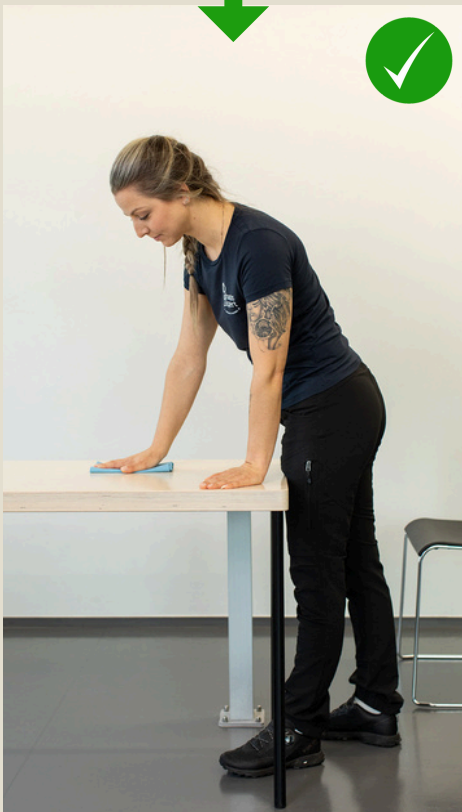
Youtube Video



Sík felületek tisztítása



Youtube Video



Belső felmosóval történő felmosás



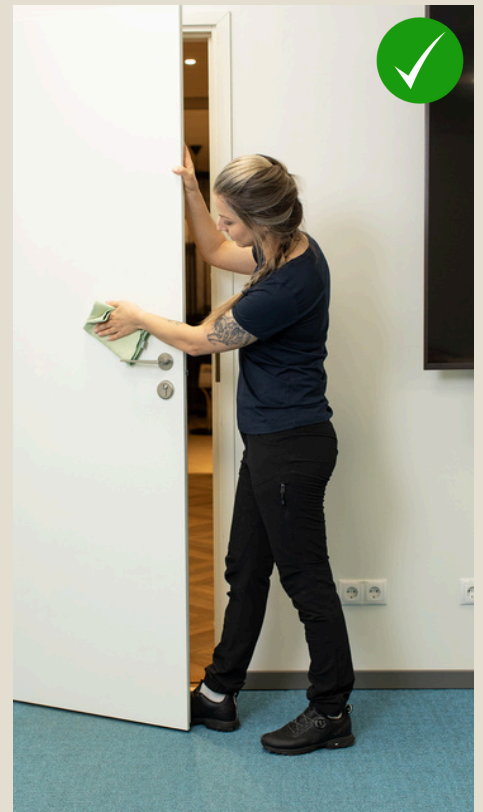
Youtube Video



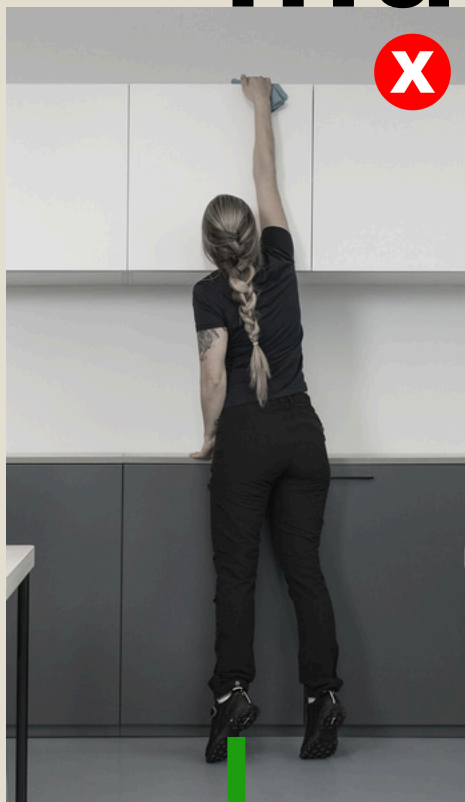
Függőleges felületek tisztítása



Youtube Video



Magasban történő munkavégzés



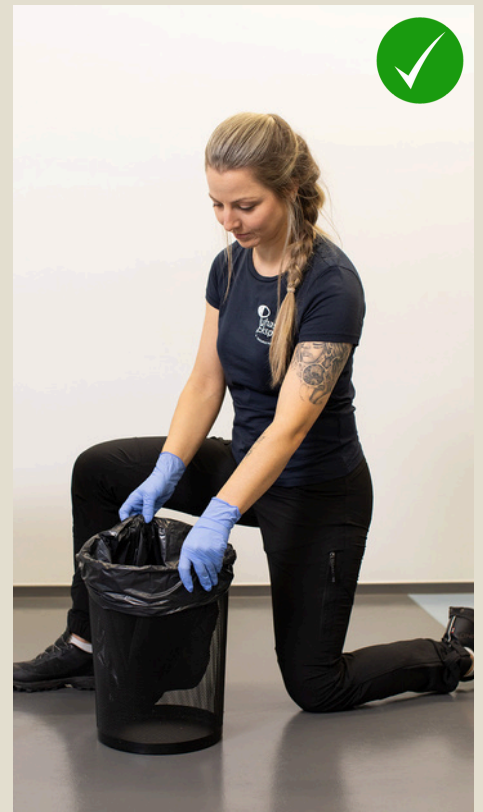
Youtube Video



Lehajlás



Youtube Video



Vegyszerek használata



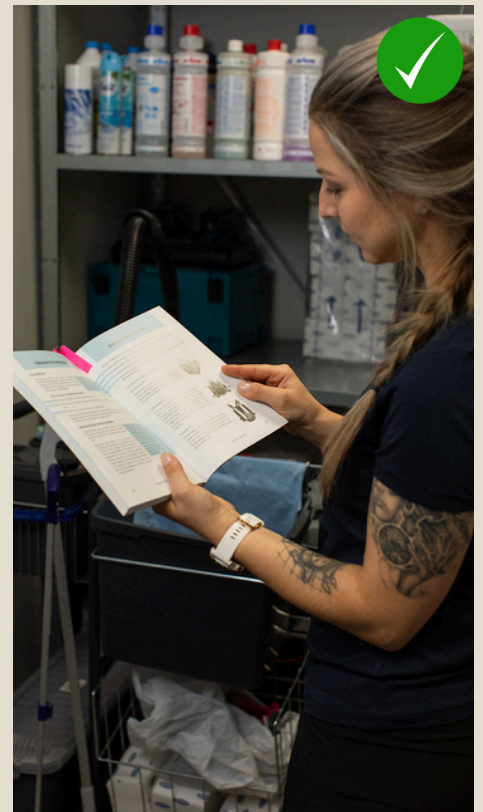
Youtube Video



A védőfelszerelés fontossága



Youtube Video



Megfelelő munkaruha és cipő használata



Youtube Video



Teher emelése

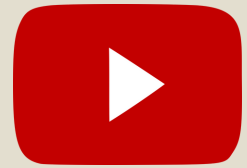


Youtube Video



Mikroszünetek

tartása



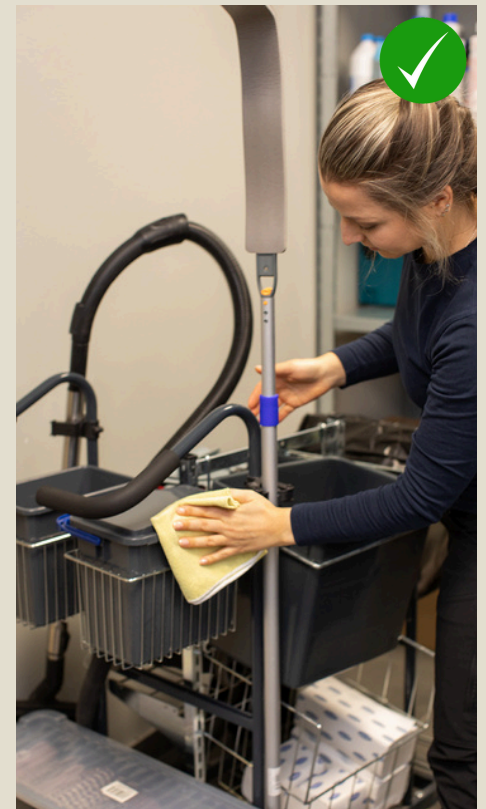
Youtube Video



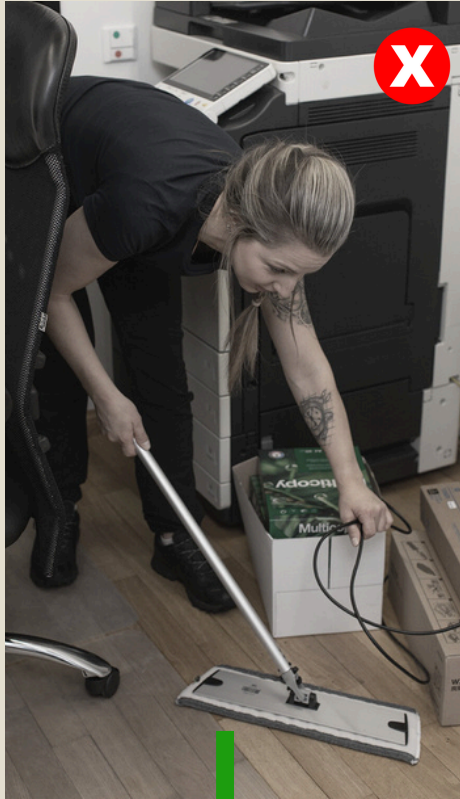
A jól szervezett takarító kocsi



Youtube Video



Munkavégzést akadályozó tárgyak



Youtube Video



A munkavégzéshez szükséges ismeretek



Youtube Video



Együttműködés a megrendelővel



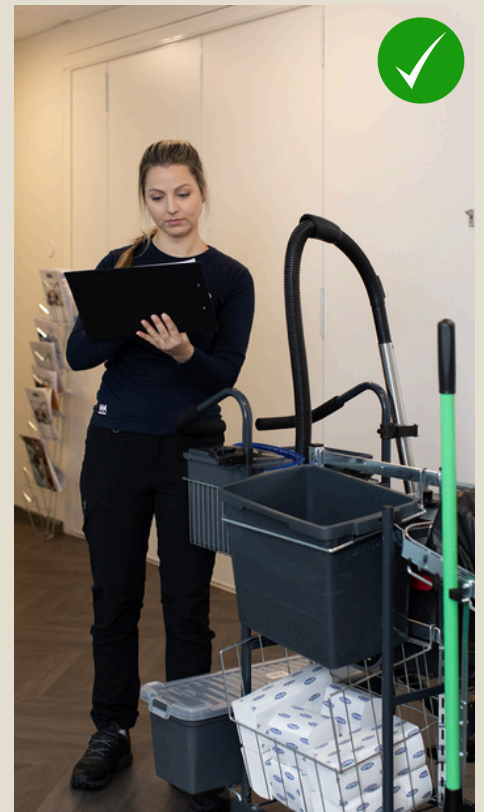
Youtube Video



A vezetői útmutatás fontossága



Youtube Video



Project information

A Képes útmutató az Erasmus+ projekt egyik eredménye: Tisztító ergonómia - a foglalkozási megbetegedések és balesetek megelőzése.

A projekt során:

Gyakorlati Smart-Wear méréseket végeztek annak tisztázására, hogy mely takarítási tevékenységek terhelik jobban és melyek kevésbé a testet; kutatásokat végeztek mind a takarító személyzet, mind a takarításért felelős vezetők körében annak kiderítésére, hogy mely tényezők terhelik meg leginkább a takarítói munkát, mind mentálisan, mind fizikailag; elkészült a képi útmutatóban bemutatott 20 oktatóvideó, amelyeket az egyes témák mellett található QR-kódok jeleznek.

oktatási anyagok készültek a takarítói ergonómia oktatásához.

A project összes eredménye megtekinthető a project weboldalán.

<https://ergoclean.eu/>



A project eredményei 4 ország együttműködésével készültek el.

Estonia (Puhastusekspert OÜ)



Finland (Propuhtaus)

propuhtaus



The Netherlands (SVS b.v.)



Hungary (Brite-Sol

Korlátot Felelősségű Társaság)

Brite-Sol



Co-funded by
the European Union

