



# ΕΝΩΣΗ ΤΕΧΝΙΚΩΝ ΟΜΙΛΟΥ ΔΕΗ-ΚΗΕ (Ε.ΤΕ. ΟΜΙΛΟΥ ΔΕΗ-ΚΗΕ)

Αριθ. Εγγρ. Βιβλίου Πρωτ. Αθηνών 6569/Ειδ. 1905/3.3.77

ΣΤΟΥΡΝΑΡΗ 73-75 Τ.Κ. 104 32 – ΑΘΗΝΑ

ΤΗΛ.2105230100 – 2105229991- FAX 210 52 34 984

E-MAIL: [info@ete-dei.gr](mailto:info@ete-dei.gr)

ΙΣΤΟΣΕΛΙΔΑ: [www.ete-dei.gr](http://www.ete-dei.gr)

Αρ. Πρωτ.: Φ05/17671

ΗΜΕΡΟΜΗΝΙΑ: 02/07/2026

## Προληπτικά μέτρα για την αντιμετώπιση της θερμικής καταπόνησης των εργαζομένων σε συνθήκες καύσωνα

**Συνάδελφοι,**

Κατά τη διάρκεια του καλοκαιριού δημιουργούνται ειδικές συνθήκες με την αύξηση της θερμοκρασίας και της σχετικής υγρασίας που μπορεί να οδηγήσουν σε συνθήκες καύσωνα, όπως αναμένεται τις επόμενες ημέρες στη χώρα μας, όπου οι εργαζόμενοι καταπονούνται περισσότερο από κάθε άλλον.

Αυτές οι συνθήκες είναι δυνατόν να προκαλέσουν ατυχήματα, επικίνδυνα περιστατικά, προβλήματα στην παραγωγική διαδικασία καθώς και βλάβες στην υγεία των εργαζομένων, οι οποίες κυμαίνονται από ενοχλητικά δερματικά εξανθήματα μέχρι θάνατο από θερμοπληξία.

Όλοι οι εργαζόμενοι καταπονούνται θερμικά. Ιδιαίτερη προσοχή πρέπει ωστόσο να δίδεται σε αυτούς που ανήκουν στις ομάδες υψηλού κινδύνου, με ιδιαίτερα προβλήματα υγείας όπως: καρδιοπαθείς, πνευμονοπαθείς, εγκυμονούσες, εργαζόμενοι με γενικά νοσήματα όπως σακχαρώδης διαβήτης, χρόνια νεφρική ανεπάρκεια, διαταραχές της ηπατικής λειτουργίας, διαταραχές στη λειτουργία του θυρεοειδούς, διαταραχές της αρτηριακής πίεσης, αναιμία, ψυχικά νοσήματα, καθώς και εκείνοι που λαμβάνουν κάποιες κατηγορίες φαρμάκων όπως διουρητικά, αντιδιαβητικά κ.α. Στα πιο πάνω θα πρέπει να προστεθεί και η παχυσαρκία (30% περισσότερο του προβλεπόμενου ιδανικού βάρους). Η ένταξη στις παραπάνω ομάδες γίνεται από τον Γιατρό Εργασίας της επιχείρησης ή (στις περιπτώσεις που δεν προβλέπεται η απασχόληση Γιατρού Εργασίας) με ιατρική βεβαίωση που προσκομίζει ο ίδιος ο εργαζόμενος.

Επίσης Ιδιαίτερη προσοχή πρέπει να δείξουν και οι συνάδελφοι τεχνικοί που εργάζονται στην ύπαιθρο στο ΔΕΔΔΗΕ, στον ΑΔΜΗΕ αλλά και σε Σταθμούς Παραγωγής και Ορυχεία της ΔΕΗ. Θα πρέπει να λαμβάνουν τα προβλεπόμενα μέτρα και να ζητούν από την υπηρεσία τους τη χορήγηση των απαιτούμενων μέσων προστασίας, αυτό αφορά όλους τους συναδέλφους καθώς και τους εργοδηγούς και αρχιτεχνίτες.

Η επικινδυνότητα του επαγγέλματος είναι μεγάλη και γίνεται πολύ μεγαλύτερη σε συνθήκες καύσωνα, είναι πολλά τα παραδείγματα θανατηφόρων ατυχημάτων κατά το παρελθόν σε αντίστοιχες συνθήκες.

Η Επιχείρηση οφείλει να λάβει τα κατάλληλα μέτρα για την προστασία των εργαζομένων με βάση το ισχύον θεσμικό πλαίσιο :

- Ν. 3850/2010
- Π.Δ. 305/96
- Π.Δ. 16/1996
- Εγκύκλιοι ΣΕΠΕ
- Διαιτητικές Αποφάσεις
- Κανονισμοί Εργασίας

## **1. Κατάλληλα οργανωτικά μέτρα**

Ιδιαίτερη προσοχή θα πρέπει να δοθεί στα οργανωτικά μέτρα κατά τις ημέρες του καύσωνα, τα οποία συνίστανται στα ακόλουθα :

1. Δημιουργία διαλειμμάτων κατάλληλης διάρκειας για την μείωση της θερμικής καταπόνησης των εργαζομένων.
2. Διαμόρφωση χώρων κατάλληλα κλιματισμένων για ανάπαυση.
3. Παροχή στους εργαζόμενους πόσιμο δροσερού νερού (10°C – 15°C)
4. Προγραμματισμός των εργασιών που καταπονούν θερμικά, εκτός θερμοκρασιών αιχμών.
5. Μείωση των ιδιαίτερος βαρέων εργασιών, όπως η χειρωνακτική διακίνηση βαρέων φορτίων, κατά τις ώρες της θερμοκρασιακής αιχμής.

## **2. Υπαίθριες εργασίες**

Ειδικά για όσους εργάζονται σε υπαίθριες εργασίες που είναι και οι πλέον εκτεθειμένοι (τεχνικοί) πρέπει να λαμβάνονται τα εξής μέτρα :

1. Χορήγηση και χρήση κατάλληλου καλύμματος κεφαλής.
2. Χορήγηση πόσιμο δροσερού νερού (10°C – 15°C).
3. Διαμόρφωση σκιερών μέρους για διαλείμματα.
4. Κατασκευή στεγάστρων όπου είναι εφικτό για την εκτέλεση εργασιών.
5. Προγραμματισμός των εργασιών έτσι ώστε οι κοπιαστικότερες εξ αυτών να γίνονται τις ώρες που οι θερμοκρασίες είναι χαμηλότερες.
6. Μείωση της απασχόλησης σε υπαίθριες εργασίες από τις 12.00-15.00

## **3. Ετοιμότητα**

Ο εργοδότης σε συνεργασία με τον Γιατρό Εργασίας, τον Τεχνικό ασφαλείας και την Επιτροπή Υγείας και Ασφάλειας της Εργασίας όπου αυτή υπάρχει ή τον εκπρόσωπο των εργαζομένων όταν δεν υπάρχει Επιτροπή ΥΑΕ, οφείλουν να έχουν σχέδιο στο οποίο να εξειδικεύονται τα οργανωτικά και τεχνικά μέτρα που παίρνει η επιχείρηση με στόχο την μείωση της θερμικής καταπόνησης των εργαζομένων.

## **4. Έλεγχοι**

Επιβάλλεται η διενέργεια προληπτικών ελέγχων από τους Επιθεωρητές Εργασίας για την επίβλεψη της εφαρμογής των μέτρων που αφορούν στα μέτρα αντιμετώπισης της θερμικής καταπόνησης των εργαζομένων.

## **Συνάδελφοι,**

Η ανθρώπινη ζωή είναι πάνω από όλα και δεν διαπραγματεύεται, δεν μπαίνει σε «ζύγι», δεν ανταλλάσσετε και πρέπει να την προασπίσουμε με οποιοδήποτε κόστος.