



Neobvezujuće smjernice za sektor frizerskih usluga

Lipanj 2021.

EUROPSKA KOMISIJA

Glavna uprava za zapošljavanje, socijalna pitanja i uključivanje
Uprava za uvjete rada i socijalni dijalog
Zdravlje i sigurnost na radu
Europska agencija za sigurnost i zdravlje na radu
Europska komisija
B-1049 Bruxelles

E-pošta: EMPL-C2-UNIT@ec.europa.eu

Neobvezujuće smjernice za sektor frizerskih usluga

Sastavljeno u lipnju 2021.

Ovaj je dokument pripremljen za Europsku komisiju, ali on odražava samo stajališta autorâ, a Europska komisija nije odgovorna ni za kakve posljedice koje proizlaze iz ponovne uporabe ove publikacije. Više informacija o Europskoj uniji dostupno je na internetu (<http://www.europa.eu>).

Luxembourg: Ured za publikacije Europske unije, 2022.

© Europska unija, 2022.



Politika ponovne uporabe dokumenata Europske komisije provodi se na temelju Odluke Komisije 2011/833/EU od 12. prosinca 2011. o ponovnoj uporabi dokumenata Komisije (SL L 330, 14.12.2011., str. 39.).

Osim ako je navedeno drukčije, ponovna uporaba ovog dokumenta dopuštena je u skladu s licencijom Creative Commons Attribution 4.0 International (CC-BY 4.0) (<https://creativecommons.org/licenses/by/4.0/>). To znači da je ponovna uporaba dopuštena pod uvjetom da se navedu odgovarajući podaci o autorstvu i naznače sve izmjene.

Za svaku upotrebu ili reprodukciju elemenata koji nisu u vlasništvu Europske unije može biti potrebno izravno zatražiti dopuštenje od odgovarajućih nositelja prava.

HR PDF

ISBN 978-92-76-42365-2

doi: 10.2767/797620

KE-01-21-346-HR-N

Sadržaj

Uvodne napomene	6
1. Opća procjena rizika	7
1.1. Zakonska obveza: Okvirna direktiva 89/391/EEZ	7
1.2. Rizici i posljedice	7
1.3. Procjena rizika: alat za utvrđivanje upravljanja rizikom	9
2. Posebnosti u području sigurnosti i zdravlja na radu u sektoru frizerskih usluga	12
2.1. Mjesto rada	12
2.2. Osposobljavanje i obrazovanje	13
2.3. Mišićno-koštani poremećaji	13
2.3.1. Oblikovanje mjesta rada i odgovarajuća oprema	14
2.4. Kožne bolesti	15
2.4.1. Preventivne i zaštitne mjere	15
2.5. Respiratorne smetnje	17
2.6. Tinitus, oštećenje sluha i umor zbog buke na radnom mjestu	18
Popis korisnih poveznica	19

Uvodne napomene

Priprema neobvezujućih smjernica za sektor frizerskih usluga dio je skupa zajednički dogovorenih aktivnosti za potporu autonomnoj provedbi Europskog okvirnog sporazuma o zaštiti zdravlja i sigurnosti na radu u frizerskom sektoru.

Ovaj je nacrt pripremila Glavna uprava za zapošljavanje, socijalna pitanja i uključivanje u skladu sa zaključcima rasprava donesenima na sastancima sa socijalnim partnerima održanima 26. ožujka 2019., 5. prosinca 2019., 15. rujna 2020., 2. prosinca 2020. i 29. ožujka 2021.

Svi elementi koje socijalni partneri smatraju relevantnima uključeni su u ovaj nacrt brošure. Međutim, kako bi brošura bila kratka i jednostavna, nisu svi oni detaljno istraženi.

Odlučeno je da bi ova publikacija trebala biti namijenjena nacionalnim upravama (uključujući nacionalne inspektorate rada), koje bi je pak prema potrebi trebale prilagoditi kako bi učinkovito doprle do pojedinačnih frizera u svojim zemljama ⁽¹⁾.

Sadržaj se usko temelji na referentnim dokumentima koje su dostavili socijalni partneri.

Nema sumnje da su zdravlje i sigurnost na radu, a u prvom redu zlatno pravilo o zdravlju i sigurnosti na radu, odnosno opća načela prevencije, postali važniji nego ikad. Stoga su u ovaj dokument osim dogovorenog sadržaja uključene i neke informacije o smjernicama za savladavanje izazova na radnom mjestu u kontekstu pandemije bolesti COVID-19.

⁽¹⁾ Ove bi smjernice mogle biti korisne drugim organizacijama, institucijama, radnim skupinama i odborima na razini Europske unije i na nacionalnoj razini.

1. Opća procjena rizika

1.1. Zakonska obveza: Okvirna direktiva 89/391/EEZ

Direktivom Vijeća 89/391/EEZ od 12. lipnja 1989. o uvođenju mjera za poticanje poboljšanja sigurnosti i zdravlja radnika na radu⁽²⁾ („okvirna direktiva“) nameću se različite obveze poslodavcima (uključujući one u frizerskom sektoru). U skladu s člankom 5. poslodavac je dužan osigurati sigurnost i zdravlje radnika u svim aspektima povezanim s radom. U tom se pogledu u članku 6. navodi da poslodavac poduzima mjere potrebne za zaštitu sigurnosti i zdravlja radnika, uključujući prevenciju profesionalnih rizika, pružanje informacija i osposobljavanje te osiguravanje potrebne organizacije i sredstava.

Na svim radnim mjestima, uključujući frizerske salone, vrlo je važno primjenjivati opća načela o prevenciji. Ta načela obuhvaćaju pravila o izbjegavanju rizika, suzbijanju uzroka rizika i procjeni rizika koji se ne mogu izbjeći. U skladu s tim načelima poslodavac provodi procjenu rizika kojom se uzima u obzir priroda djelatnosti poduzeća.

Za zdravlje i sigurnost na radu vrlo je važno i načelo zamjene, što u tom kontekstu znači davanje prednosti onim kozmetičkim proizvodima⁽³⁾ koji nude najvišu razinu zaštite zdravlja i sigurnosti radnika. Ako zamjena nije moguća, poslodavac upotrebljava kozmetičke proizvode koji uključuju najnižu razinu izloženosti (aplikatore s dvostrukom komorom, paste, granulate itd.).

Međutim, valja istaknuti da se u prethodnim stavcima objašnjavaju minimalni zahtjevi utvrđeni okvirnom direktivom i drugim relevantnim direktivama, a državama članicama dopušteno je zadržati ili primjenjivati strože zahtjeve. Drugim riječima, države članice mogu odlučiti koja konkretna rješenja najbolje odgovaraju njihovoj situaciji pod uvjetom da su ispunjeni minimalni zahtjevi na razini Europske unije. Stoga se korisnicima ovih smjernica u državama članicama savjetuje da prvo provjere nacionalne odredbe kojima se provode okvirna direktiva i druge relevantne direktive u njihovim nacionalnim pravnim sustavima.

1.2. Rizici i posljedice

Na radnom su mjestu frizeri izloženi **različitim vrstama rizika** koji mogu uzrokovati bol i bolest te dovesti do nesreća.

Većina frizera su žene (često reproduktivne dobi). Radni uvjeti trudnih radnica moraju biti u skladu sa zakonodavstvom EU-a, posebno [Direktivom 92/85/EEZ](#)⁽⁴⁾, nacionalnim zakonodavstvom i kolektivnim ugovorima o radu. Na razini EU-a poslodavci bi pri planiranju i organiziranju radnih aktivnosti trebali uzeti u obzir posebne zdravstvene i sigurnosne zahtjeve za trudne radnice, radnice koje su nedavno rodile i radnice koje doje

⁽²⁾ SL L 183, 29.6.1989., str. 1.

⁽³⁾ Kozmetički proizvodi uređeni su Uredbom (EZ) br. 1223/2009 Europskog parlamenta i Vijeća od 30. studenoga 2009. o kozmetičkim proizvodima, kako je izmijenjena (SL L 342, 22.12.2009., str. 59.). U skladu s odredbama te uredbe odgovorna osoba (npr. proizvođač, uvoznik ili distributer) za svaki kozmetički proizvod koji se stavlja na tržište jamči sigurnost i usklađenost s odgovarajućim obvezama utvrđenima u toj uredbi. Proizvodi koji se koriste u frizerskom salonu moraju biti u skladu s Uredbom.

⁽⁴⁾ Direktiva Vijeća 92/85/EEZ od 19. listopada 1992. o uvođenju mjera za poticanje poboljšanja sigurnosti i zdravlja na radu trudnih radnica te radnica koje su nedavno rodile ili doje (deseta pojedinačna direktiva u smislu članka 16. stavka 1. Direktive 89/391/EEZ), kako je izmijenjena, str. 1.

(članak 4. stavak 1. i članak 5.). Poštujući sve postojeće strože nacionalne odredbe poslodavac procjenjuje može li trudnica obavljati zadaću u danim radnim uvjetima. Prilog I. navedenoj direktivi sadržava nepotpuni popis sredstava, procesa i radnih uvjeta za potrebe procjene iz članka 4. stavka 1., a u Prilogu II. nalazi se nepotpuni popis sredstava i radnih uvjeta iz članka 6. (slučajevi u kojima je izloženost zabranjena).

Profesionalni rizici mogu imati različite uzroke: ponašanje frizera, korištene tehnike, organizacija rada i oblikovanje radnog mjesta. Radne prakse i okolišni čimbenici koji bi mogli činiti rizik za zdravlje i sigurnost frizera uključuju:

- rad s mokrim rukama
- korištenje kozmetičkih proizvoda
- korištenje britvica i oštih instrumenata
- dugotrajno stajanje
- dugotrajni rad sa savijenim leđima
- nenošenje ili nepravilno nošenje zaštitne opreme
- pogrešna primjena proizvoda (npr. nerazrijeđivanje koncentriranih proizvoda, kao što su šamponi i proizvodi za bojenje, prema uputama)
- nedovoljno česta promjena položaja i zadataka
- nedostatan prostor za kretanje
- korištenje loše održavane opreme
- loše osvjetljenje
- propuh ili promjene temperature
- buka
- neprikladno skladištenje (na mjestu koje nije suho, hladno ili na sobnoj temperaturi) proizvoda (npr. kozmetike, boca, limenki za raspršivanje, tikvica, spremnika).

Ti rizici mogu dovesti do **ozbiljnih zdravstvenih problema**. Na primjer, dugotrajan rad u radnim položajima u kojima se tijelo napreže u kombinaciji s pokretima koji se ponavljaju može uzrokovati bol u rukama, ramenima, leđima, nogama (proširene vene) i stopalima te **poremećaje mišićno-koštanog sustava** povezane s radom.

Česti kontakt s vodom i kozmetičkim proizvodima može uzrokovati ekcem ruku, alergijske reakcije, glavobolje i respiratorne probleme.

Do respiratornih problema može doći i zbog neodgovarajućeg ventilacijskog sustava ili ako takvog sustava nema.

Buka na radnom mjestu isto tako može uzrokovati trajno oštećenje sluha ili tinitus. Bučna oprema (npr. sušilo za kosu), pa čak i pozadinska glazba, ometa komunikaciju i povećava osjećaj umora.

Organizacija radnih zadataka i radnog mjesta te dugo i nepravilno radno vrijeme isto tako mogu utjecati na frizere, kao i na sve druge radnike, u smislu da bi mogli biti izloženi **stresu koji je povezan s radom**.

Općenito govoreći, takve tegobe utječu na kvalitetu rada i života te bi dugoročno ti zdravstveni uvjeti mogli prisiliti neke frizere da se prestanu baviti svojim poslom.

1.3. Procjena rizika: alat za utvrđivanje upravljanja rizikom

Provedba procjene rizika pravna je obveza i najbolji način upravljanja rizicima. Općenito, procjenu rizika potrebno je prilagoditi određenom radnom mjestu i njegovim posebnostima. Poslodavci bi u načelu trebali procijeniti frizerski salon kako bi utvrdili postojeće i potencijalne rizike, a zatim ih navesti te utvrditi preventivne i zaštitne mjere. Osim toga, poslodavac bi trebao raspraviti rezultate procjene s osobljem, a zatim izraditi odgovarajući plan za prevenciju i zaštitu.

Kako bi ispunili obvezu procjene rizika, poslodavci mogu koristiti neke internetske alate dostupne na europskoj i nacionalnoj razini. Na primjer, internetski interaktivni alat za procjenu rizika (OiRA), koji je razvila Europska agencija za sigurnost i zdravlje na radu (EU-OSHA), nudi praktične upute i pomagala za procjenu rizika u sektoru frizerskih usluga. Alat je dostupan na <https://oiraproject.eu/fr/oira-tools/hairdressers>.

Postoje i nacionalni resursi za procjenu rizika i internetske stranice koje vrijedi istražiti.

Zemlje s resursima za procjenu rizika

- **Belgija:** Infografika:
 - <http://www.coiffure.org/nl/sectorinfo/preventie-welzijn>
- **Njemačka:** Aplikacija za procjenu rizika za frizere:
 - <https://www.bgw-online.de>

Zemlje s vlastitim interaktivnim alatom za procjenu rizika

- **Nizozemska:**
 - <https://healthyhairdresser.nl/>
 - <https://healthyhairdresser.nl/rie>
- **Irska:** BeSMART:
 - <http://www.besmart.ie>
 - <http://www.besmart.ie/supported-business-types>
- **Španjolska:** *Peluquerias y centros de estética:*
 - <https://www.prevencion10.es/>
- **Francuska:** Interaktivni alat za procjenu rizika za frizere stavljen je na raspolaganje na internetu u siječnju 2021. u partnerstvu s organizacijama za zdravstveno osiguranje. Priložena mu je informativna brošura u kojoj su predstavljeni najvažniji profesionalni rizici povezani sa sektorom te ključne statistike povezane s nesrećama na radu i profesionalnim bolestima.
 - Alat: <https://www.inrs.fr/media.html?refINRS=outil75>
 - Informativni letak: [https://www.inrs.fr/media.html?refINRS=ED %206397](https://www.inrs.fr/media.html?refINRS=ED%206397)

Izvan Europske unije

- **Norveška:** *Risikohjelpen*, kojim upravlja norveško tijelo za inspekciju rada: <https://risikohjelpen.arbeidstilsynet.no/>.
- **Švicarska:** *Protection de la santé et sécurité dans la branche de la coiffure. Manuel de la solution pour la branche* – priručnik koji mora biti dostupan u svakom frizerskom salonu.
- **Ujedinjena Kraljevina:** <http://www.hse.gov.uk/toolbox/> i <https://www.hse.gov.uk/simple-health-safety/risk/steps-needed-to-manage-risk.htm>.

Izvori informacija koji se uzimaju u obzir pri provedbi i/ili ažuriranju procjene rizika mogli bi biti različiti, a osobito bi mogli uključivati vlastita opažanja vlasnika, primjedbe i prijedloge frizera, iskustvo stečeno iz „izbjegnutih nesreća” (događaji koji su mogli dovesti do ozljede, bolesti ili štete, ali srećom nisu) i evidenciju nesreća.

Procjenom rizika utvrđuju se rizici i odgovarajuće preventivne i zaštitne mjere za njihovo otklanjanje ili smanjivanje.

U sektoru frizerskih usluga utvrđene su sljedeće vrste rizika i mjere za njihovo otklanjanje:

- biološki rizici – dobre higijenske prakse, na primjer redovita dezinfekcija podova i nužnika
- fizički rizici – smanjenje buke i odgovarajuća rasvjeta
- kemijski rizici (kako bi se izbjegle reakcije i preosjetljivost kože i dišnih putova)
- električni rizici – upotreba samo certificirane opreme
- pokliznuća, spoticanja i padovi – pravilno održavanje radnog mjesta i sve opreme
- opekline i posjekotine – korištenje samo certificirane opreme
- stres povezan s radom – jasno utvrđivanje zadataka itd.

Novi rizici mogu se pojaviti u bilo kojem trenutku, što ponekad zahtijeva hitan odgovor. Primjerice, zbog aktualne pandemije bolesti COVID-19 poslodavci u procjeni rizika moraju uzeti u obzir više čimbenika povezanih s biološkim agensima i slijediti brojna dodatna pravila za zaštitu svojeg osoblja i sprečavanje širenja koronavirusa ⁽⁵⁾. Kako bi pružila potporu poslodavcima u praktičnom smislu, EU-OSHA je objavila relevantne smjernice za borbu protiv bolesti COVID-19 na radnom mjestu ⁽⁶⁾. Te smjernice pomažu poslodavcima da se nose sa zdravstvenim i sigurnosnim aspektima na radu za vrijeme ove dosad nezabilježene zdravstvene krize ⁽⁷⁾. U njima se navode i dostupne nacionalne smjernice za određene sektore i zanimanja. Osim toga, EU-OSHA je stavila na raspolaganje poseban internetski alat za procjenu rizika na radnom mjestu za pomoć u procjeni rizika od bolesti COVID-19.

Valja napomenuti da postoji pravna obveza dokumentiranja procjene rizika i preventivnih ili zaštitnih mjera koje treba poduzeti. Pri dokumentiranju procjene rizika preporučljivo je zabilježiti:

- ime i funkciju osoba koje provode procjenu
- utvrđene rizike
- koja je skupina radnika, ako postoji, izložena posebnim rizicima
- sve potrebne mjere poduzete na temelju procjene
- ime i funkciju osoba odgovornih za mjere

⁽⁵⁾ Uvela su ih i tijela nadležna za javno zdravstvo.

⁽⁶⁾ Vidjeti odjeljak 3.

⁽⁷⁾ Vidjeti i <https://coiffure.eu/social-dialogue/official-documents/covid-19-protection-health-hairdressers>.

Neobvezujuće smjernice za sektor frizerskih usluga

- rokove za poduzimanje daljnjih mjera.

Preporučuje se da se svi radnici, uključujući frizere, informiraju o obveznom planu prevencije na radnom mjestu te da ih se informira o tome kako svakodnevno postupati da bi osigurali vlastito zdravlje i sigurnost te zdravlje svojih kolega. U sektoru frizerskih usluga to će uključivati sigurno rukovanje kozmetičkim proizvodima i sprečavanje nesreća.

2. Posebnosti u području sigurnosti i zdravlja na radu u sektoru frizerskih usluga

Kako bi se promicali aspekti radnog okruženja povezani sa zdravljem i sigurnošću u sektoru, preporučuje se da se primjenjuje načelo rotiranja radnih zadataka kako bi se, koliko je to moguće, izbjegli pokreti koji se ponavljaju ili dulji naporan rad. Osim toga, pri kupnji nove opreme i alata te uređivanju ili ponovnom opremanju radnog prostora treba voditi računa o tehničkom napretku u području ergonomije ⁽⁸⁾. Kako bi se spriječile nesreće u frizerskom salonu i zajamčilo sigurno radno okruženje, preporučuje se da se kozmetički proizvodi skladište u primjerenim uvjetima na hladnom mjestu (na temperaturi koja nije viša od sobne temperature), da se boce skladište začepljene i u izvornoj ambalaži te da se proizvodi kod kojih postoji opasnost od požara drže podalje od zapaljivih materijala ⁽⁹⁾. Osim toga, preporučuje se poduzimanje mjera kolektivne i individualne zaštite ⁽¹⁰⁾.

2.1. Mjesto rada

Minimalni sigurnosni i zdravstveni zahtjevi za mjesta rada koja se koriste prvi put utvrđeni su u Prilogu I., a za ona koja se već koriste u Prilogu II. [Direktivi 89/654/EEZ](#) od 30. studenoga 1989. o minimalnim sigurnosnim i zdravstvenim zahtjevima za mjesto rada (prva pojedinačna direktiva u smislu članka 16. stavka 1. Direktive 89/391/EEZ) ⁽¹¹⁾.

U oba priloga utvrđuju se obveze povezane s osnovnim parametrima kao što su stabilnost i čvrstoća električnih instalacija u zgradama u kojima se nalaze mjesta rada, evakuacijski putovi i izlazi u nuždi, oprema za otkrivanje i gašenje požara te provjetravanje ograđenih mjesta rada radi održavanja odgovarajuće sobne temperature ⁽¹²⁾, prirodna i umjetna rasvjeta prostorija, podovi, stropovi i krovovi prostorija, prozori i vrata, veličina i zračni prostor prostorija – sloboda kretanja na mjestu rada, prostorije za odmor i sanitarna oprema ⁽¹³⁾.

Općenito, kako bi se zajamčili zdravlje i sigurnost radnika na radu, mjesto rada mora biti dobro organizirano i ergonomski prihvatljivo. Ako mjesto rada ne ispunjava te kriterije, velika je vjerojatnost da će radnici imati zdravstvene probleme.

Važno je napomenuti da se frizeri, kao i drugi radnici, moraju redovito nositi sa stresom povezanim s radom ⁽¹⁴⁾, čiji uzroci mogu uključivati veliko radno opterećenje, neredovito radno vrijeme, nemogućnost uzimanja dostatnih stanki, prevelike zahtjeve poslodavaca ili nedovoljno jasne radne zadatke koje treba obaviti. Važno je istaknuti da, osim problema s mentalnim zdravljem, radnici koji pate od stresa dulje razdoblje mogu razviti ozbiljne fizičke zdravstvene poteškoće kao što su poremećaji mišićno-koštanog sustava.

⁽⁸⁾ Članak 5. stavci 2. i 3. (ergonomski prihvatljiva radna mjesta) Europskog okvirnog sporazuma o zaštiti zdravlja i sigurnosti na radu u frizerskom sektoru.

⁽⁹⁾ Članak 6. (sprečavanje nesreća na radu i sigurnost na radu) Europskog okvirnog sporazuma o zaštiti zdravlja i sigurnosti na radu u frizerskom sektoru.

⁽¹⁰⁾ Članak 8. (mjere kolektivne zaštite) i članak 9. (mjere individualne zaštite) Europskog okvirnog sporazuma o zaštiti zdravlja i sigurnosti na radu u frizerskom sektoru.

⁽¹¹⁾ SL L 393, 30.12.1989., str. 1. kako je izmijenjena.

⁽¹²⁾ Na primjer, na hladnoći je podlakticama potrebna veća snaga mišića za izvođenje pokreta te su opterećene tetive, što dovodi do nepravilnog rukovanja opremom.

⁽¹³⁾ Važno je istaknuti da se navedenom direktivom utvrđuju samo minimalni zahtjevi, a države članice mogu uvesti strože zahtjeve u tom području.

⁽¹⁴⁾ Za poteškoće povezane sa stresom vidjeti <https://osha.europa.eu/en/themes/psychosocial-risks-and-stress>.

2.2. Osposobljavanje i obrazovanje

Važno je imati na umu da frizeri u profesionalnoj karijeri u skladu s relevantnim nacionalnim propisima moraju (ponovno) pohađati tečajeve o raznim profesionalnim temama kao što su ergonomske tehnike i tečajevi osposobljavanja o zdravlju i sigurnosti na radu. Time im se nastoji omogućiti nošenje s promjenjivim radnim okruženjem i procjena rizika povezanih s primjenom određenih tehnika/položaja/opreme ili određenih navika.

Sadržaj tečaja treba predstaviti tako da je naglasak na praktičnim aspektima u stvarnom okruženju kako bi se osiguralo da frizeri redovito i uspješno provode ono što su naučili u praksi. Mogao bi se pružiti i u obliku vizualnih uputa, primjerice na platformama za videosadržaje, aplikacijama, društvenim medijima i pametnim telefonima.

2.3. Mišićno-koštani poremećaji

Najčešći su **simptomi** mišićno-koštanih poremećaja bol, svrbež, sindrom karpalnog tunela, iritacija, vrućina, grčevi, ukočenost, slabost i gubitak osjeta dodira tijekom kretanja. Zahvaćena područja mogu uključivati ramena, laktove, zapešća/ruke (gornji udovi), koljena (donji udovi), vrat i leđa.

Mišićno-koštani poremećaji mogu se pojaviti iznenada, ali češće se razvijaju postupno. Obično se bol i umor u početku osjećaju na kraju radnog dana, ali nestaju nakon razdoblja odmora. Kasnije bol može potrajati čak i nakon odmora. Osim toga, bol može uzrokovati poremećaj spavanja, što utječe na radnu sposobnost. Posljedično, simptomi mogu dovesti do kratkih izostanaka s posla. Naposljetku, bol može postati neprestana: umorni mišići prestaju učinkovito raditi i pojavljuju se klinički simptomi. Ti se problemi razvijaju polako i često je teško utvrditi uzrok. Kako bi se izbjegli pogoršavanje simptoma i nepovratna stanja, frizerima se savjetuje da o tim simptomima obavijeste liječnika čim se pojave.

Uzroci su mišićno-koštanih poremećaja položaji koji uzrokuju istežanje mišića, statičko naprezanje i pokreti koji se ponavljaju.

Frizerski posao često uključuje položaje tijela koji uzrokuju naprezanje, kao što je dugotrajan rad u istom položaju ili dugotrajno stajanje na nogama u neodgovarajućoj obući. Zbog prirode posla moraju obavljati pokrete koji se ponavljaju, kao što su učestalo podizanje ruku iznad ramena, podizanje nadlaktica, bočno naginjanje ili savijanje prema naprijed, savijanje vrata prema naprijed i pretjerano istežanje te savijanje ili izvijanje zapešća. Obavljanje istih pokreta u više navrata i u dugom razdoblju povećava rizik od mišićno-koštanih poremećaja.

Statičko naprezanje nastaje kad se dio tijela uglavnom drži u istom položaju u duljem razdoblju (više od četiri sekunde), a za to su vrijeme mišići stalno napregnuti. To može dovesti do problema koji utječu na ramena, ruke i leđa. Statički radni položaji mogu uključivati sjedenje ili stajanje ili savijanje u dužim razdobljima. Statičko naprezanje često je u poslovima koji uključuju česte pokrete ruku, laktova, zapešća i prstiju, dok područje vrata i ramena ostaje statično.

Odgovarajuće **preventivne i zaštitne mjere** uključuju prihvaćanje odgovarajućih radnih praksi: frizeri bi trebali izbjegavati zauzimanje dugotrajnih neugodnih položaja tako da naizmjenično obavljaju zadatke (rotiranje radnih zadataka), naizmjenice obavljaju zadatke koji se obavljaju stojeći i sjedeći, koriste frizerski stolac bez naslona, kreću se oko mušterija za vrijeme rada, održavaju odgovarajući razmak od mušterija (ni preblizu, ni predaleko, ni previsoko, ni prenisko), traže od mušterija suradnju (npr. da se usprave ili

lagano sagnu) i usvoje zdravo držanje te u ogledalu provjeravaju drže li se pravilno. Ostale mjere uključuju podešavanje stolaca za mušterije i/ili frizerskih stolaca na visinu kupca, podešavanje visine umivaonika, primjenu odgovarajućih tehnika šišanja (dlan prema dlanu) i korištenje dobro održavanih škara i laganih sušila.

Dodatne informacije o tome kako frizeri mogu spriječiti mišićno-koštane poremećaje dostupne su na drugim mjestima ⁽¹⁵⁾.

2.3.1. Oblikovanje mjesta rada i odgovarajuća oprema

Mišićno-koštane poremećaje mogu uzrokovati i drugi čimbenici.

Uzroci mogu biti loše oblikovano radno mjesto, na primjer nedovoljno široki prolazi, prepreke, nedostatan prostor za kretanje za obavljanje radnih zadataka, neodgovarajuća visina frizerskog stolca, stolca za mušterije, umivaonika, pokretnih stolaca bez naslona s podesivom visinom i kolica, skliski podovi i nedovoljna i/ili prejaka rasvjeta.

Rad na neodgovarajućoj visini može dovesti do naprezanja mišića leđa, ramena i vrata frizera. To se može dogoditi ako umivaonici ili frizerski stolci nisu podešeni na ispravnu visinu. Na primjer, ako je udaljenost između potpore za vrat i stražnjeg dijela umivaonika prevelika, frizeri se moraju protezati kako bi dosegli mušteriju. To može uzrokovati probleme s leđima, ramenima i rukama.

Preventivne i zaštitne mjere spadaju u nekoliko područja.

Sljedeće su značajke dobro oblikovnog radnog okruženja:

- funkcionalna blizina različitih područja i zona (omogućuje neometano kretanje među različitim zonama)
- odgovarajući i dobro organizirani prostor koji omogućuje slobodu kretanja na mjestima rada
- dobra rasvjeta (dovoljna, ali ne prejaka)
- odgovarajući podovi (stabilni, ravni, čvrsti i od materijala koji nisu skliski, bez prepreka)
- dobro prozračivanje
- dosljedna i odgovarajuća temperatura
- prostor za odmor i lako dostupan prostor za pohranu proizvoda.

Važan je i dobar namještaj, što uključuje:

- podesive frizerske stolce (za mušterije)
- samostojeće umivaonike podesive po visini s mogućnošću postavljanja u dijagonalni položaj
- kombinaciju ergonomske stolice i umivaonika (s odgovarajućim razmakom između potpore vrata i stražnjeg dijela umivaonika tako da se frizeri moraju manje protezati prema mušterijama)
- pomični pokretni stolac bez naslona podesiv po visini s kotačima i okretnim sjedalom koje se lagano naginje prema naprijed kako bi se održala prirodna krivulja kralježnice te kolica podesive visine s kotačima.

Dobra oprema uključuje:

⁽¹⁵⁾ Izvor: Verhamme, M., *A close shave* (Bliski susret u salonu), transnacionalni projekt ESF-a – Završno izvješće –1. faza, Coiffure, Gent, 2014. (<https://www.videncenterforfrisorer.dk/wp-content/uploads/dokumenter/rapporter/A%20close%20shave.%20January%20March%202014%20TRANSNATIONAL%20ESF%20PROJECT.pdf>); i Coiffure, *Fiches Take Care of Yourself! – Skin prevention and ergonomics for hairdressers* (Informativni letak, Pobrinite se za sebe! – Sprečavanje problema s kožom i ergonomija za frizere), Coiffure, Gent (https://www.febelhair.org/sites/default/files/ubk-fiches-zorg_voor_jezelf-en-lr.pdf).

- ergonomske škare s naslonom za prste, posebno prilagođene ljevorukim i desnorukim korisnicima
- lagane i bežične aparate za šišanje s drškom ovalnog oblika
- lagane četke za kosu s dovoljno dugom i protukliznom ručkom i ergonomsko sušilo za kosu (lagano i tiho i prilagođeno posebno za ljevake i dešnjake) s cilindričnom ili ovalnom ručkom, koja vibrira što je manje moguće.

Neodržavana oprema ili neodgovarajuća zamjena oštećenog materijala povećava rizik od ozljeda mišićno-koštanog sustava zbog naprezanja, napora, ponavljanja pokreta itd.

2.4. Kožne bolesti

Najčešći **simptomi** kontaktnog ekcema (nadražujući i alergijski) jesu suha koža, crvenilo, svrbež, perutava, raspucala koža/plikovi, bol i pucanje kože.

Ekcem je upalna reakcija kože koja ima različite uzroke. Nije zarazan (i nije uzrokovan bakterijama, gljivicama ili virusima) i ne može se prenijeti s jedne osobe na drugu, ali je oštećena koža sklona infekciji.

Postoje dvije vrste kontaktnog ekcema (dermatitisa): nadražujući i alergijski.

Uzroci su kontaktnog ekcema vlažna okolina i kozmetika, osobito pranje kose bez rukavica, zbog čega koža dolazi u izravan kontakt s kozmetičkim proizvodima (šampon, boje za kosu, sredstva za njegu kose itd.), te redovito korištenje škara i britvica.

Upala ruku obično je posljedica nadražene kože uzrokovane kratkoročnim kontaktom s jakim kozmetičkim proizvodima kao što su izbjeljivač ili boje za kosu, (uglavnom) učestalim kontaktom s nadražujućim tvarima i čestim radom s mokrim proizvodima ili blagim kozmetičkim proizvodima kao što su šampon i sapun.

Učestali kontakt s vodom jedan je od glavnih uzroka ekcema. Frizeri imaju veći rizik od kožnih problema ako su im ruke izložene vodi više od dva sata dnevno, ako su im ruke mokre više puta dnevno ili ako nanose šampon mušterijama više od deset puta dnevno.

2.4.1. Preventivne i zaštitne mjere

2.4.1.1. Primjerena zaštita kože

Osnovna je metoda zaštite kože upotreba kozmetičkih proizvoda koji nude najvišu razinu zaštite zdravlja i sigurnosti radnika ili, ako zamjena nije moguća, korištenje proizvoda koji uključuju najnižu razinu izloženosti te rotiranje radnih zadataka. Preporučuje se da se postigne ravnoteža između obavljanja mokrih i suhih aktivnosti te da se izbjegava dugotrajni rad s vodom i tvarima koje nadražuju kožu. U načelu se preporučuje da frizeri koriste blagu vrstu sapuna i kreme za ruke (bez bojila i parfema), opremu bez nikla⁽¹⁶⁾ i rukavice koje nisu obložene puderom⁽¹⁷⁾ (odgovarajuća vrsta jednokratnih ili višekratnih

⁽¹⁶⁾ Izvor: Verhamme, M., *A close shave* (Bliski susret u salonu), Ergonomija za frizere koji pokreću posao – transnacionalni projekt ESF-a, Coiffure, Gent, 2015. (<https://www.febelhair.org/sites/default/files/ergonomie-2015-en-lr.pdf>); Coiffure, *Fiches Take Care of Yourself! – Skin prevention and ergonomics for hairdressers* (Informativni letak, Pobrinite se za sebe! – Sprečavanje problema s kožom i ergonomija za frizere), Coiffure, Gent (https://www.febelhair.org/sites/default/files/ubk-fiches-zorg_voor_jezelf-en-lr.pdf) i Verhamme, M., *A close shave* (Bliski susret u salonu), transnacionalni projekt ESF-a – Završno izvješće – 1. faza, Coiffure, Gent, 2014. (https://www.febelhair.org/sites/default/files/esf-project-eng_def-hr-zonder_afloop-printer.pdf).

⁽¹⁷⁾ Vidjeti Smjernice o Uredbi o OZO-u – Vodič za primjenu Uredbe (EU) 2016/425 o osobnoj zaštitnoj opremi (<https://ec.europa.eu/docsroom/documents/29201>) i Direktive Vijeća 89/656/EEZ od 30. studenoga 1989. o

rukavica), da skinu nakit s ruku i prstiju pri radu te da šišaju kosu prije bojanja.

Osim rotiranja mokrih i suhih aktivnosti u frizerskom salonu frizeri mogu zaštititi ruke i u privatnom životu nošenjem toplih rukavica pri izlasku zimi, korištenjem zaštitnih rukavica pri obavljanju mokrih aktivnosti kod kuće i liječenjem rana odmah i na higijenski način.

Kreme za kožu. Preporučuje se primjena neutralnih i hidratantnih krema za kožu. Kreme ne smiju sadržavati bojila ili parfeme jer oni mogu uzrokovati alergije. Svi radnici trebaju imati vlastitu kremu ili se ona mora nalaziti u raspršivaču kako bi se spriječila unakrsna kontaminacija.

Rukavice (jednokratne ili višekratne – prilagođene radnom zadatku). Samo primjerena vrsta rukavica pruža zaštitu. Za neke frizerske aktivnosti prikladne su jednokratne rukavice (koje su vrlo tanke i općenito udobnije), a za obavljanje drugih aktivnosti bolje je nositi rukavice za višekratnu upotrebu, koje su deblje. Sve rukavice trebaju biti bez lateksa.

Rukavice za jednokratnu upotrebu. Budući da je nošenje rukavica najvažnija mjera za smanjenje problema s kožom, rukavice za jednokratnu upotrebu uvijek treba nositi pri miješanju, nanošenju i ispiranju boje za kosu i preljeva; pri miješanju, nanošenju i ispiranju sredstava za izbjeljivanje; pri pripremi, nanošenju, neutraliziranju i ispiranju sredstava za trajnu ondulaciju i za vrijeme drugih vrsta pranja i ispiranja kose.

Nije preporučljivo raditi s rukama u vodi dulje od 30 minuta na sat, a ako se više od pola radnog dana provede u obavljanju aktivnosti pranja ili ispiranja, to će vrlo vjerojatno isušiti kožu. Zbog toga se preporučuje da pri obavljanju tih zadataka frizeri nose jednokratne rukavice (bez lateksa) s dugim manžetama koje pokrivaju zglob i donju podlakticu (idealno oko 30 cm duge od manžeta do vrhova prstiju) tako da u njih ne može ući tekućina. Te rukavice trebaju biti bez pudera i glatke cijelom površinom.

Frizeri će možda ispod vodootpornih rukavica htjeti nositi tanke pamučne rukavice, koje će apsorbirati znoj.

Rukavice za višekratnu upotrebu. Kako bi se spriječio nastanak ekcema, frizeri bi isto tako trebali koristiti deblje, višekratne rukavice za čišćenje i dezinfekciju opreme, umivaonika, podova itd.

Svaka osoba mora imati vlastite rukavice koje drugi ne smiju upotrebljavati. Rukavice se trebaju ispravno skinuti. Unutrašnjost rukavica za višekratnu upotrebu treba biti suha prije nego što one se ponovno navuku.

Savjeti za korištenje rukavica:

- kupite rukavice odgovarajućeg oblika i veličine (male/srednje/velike)
- prije nego ih navučete provjeriti jesu li vam ruke čiste i suhe
- skinite nakit
- nakon skidanja rukavica nanosite kremu
- nikad ponovno ne koristite jednokratne rukavice
- pri obavljanju mokrih aktivnosti zavrnite manžete na frizerskim rukavicama.

2.4.1.2. Oblikovanje radnog mjesta

Trebalo bi odrediti posebno mjesto za miješanje koje je većim dijelom odvojeno od frizerskog salona.

2.4.1.3. Hipoalergijska oprema

Neke su osobe alergične na metal nikal i mogu imati alergijsku reakciju kad predmeti, kao

što su nakit ili oprema koja sadržava nikal, dođu u dodir s njihovom kožom. Frizeri mogu biti alergični na nikal prije nego što se počnu baviti tom djelatnošću ili mogu kasnije razviti takvu alergiju (osobe koje su alergične na jednu tvar sklone su razvoju alergija na druge). U frizerskim salonima neke vrste pribora od nehrđajućeg čelika, kao što su škare i ukosnice, mogu sadržavati nikal te izazvati nadražaj ili alergijsku reakciju kod frizera koji su alergični na njega.

Preporučuje se da frizeri skinu nakit s ruku i prstiju i ne vraćaju ga za vrijeme radnog dana. To je zato što nošenje nakita sprečava ispravno pranje i sušenje ruku, što se pak mora učestalo provoditi pri obavljanju mokrih aktivnosti. Osim toga, vlaga i kozmetika mogu se skupljati ispod nakita i uzrokovati probleme s kožom.

Dodatne informacije o kožnim bolestima dostupne su i na drugim mjestima ⁽¹⁸⁾ ⁽¹⁹⁾.

2.5. Respiratorne smetnje

Frizeri mogu doživjeti respiratorne smetnje zbog izloženosti tvarima prisutnima u kozmetičkim proizvodima kao što su boje, izbjeljivači, proizvodi za ravnanje kose, sprejevi za kosu, parfemi i mirisi. Takva izloženost može uzrokovati alergijsku reakciju u dišnim putovima, što dovodi do simptoma koji uključuju kašalj, hroptanje i nedostatak zraka, kihanje, začepljenost nosa i astmu.

Važno je napomenuti da se respiratorna bolest razvija tek nakon ponavljajućeg dugotrajnog izlaganja niskim razinama takvih tvari. Simptomi se mogu pojaviti nakon upotrebe predmetne tvari i pogoršati ako se prostorije povremeno (ispravno) ne prozračuju, a nakon što pojedinac postane osjetljiv na određenu tvar, dovoljan je samo jedan kontakt s vrlo malim količinama te tvari, koje su čak znatno manje od onih koje su u početku uzrokovale preosjetljivo stanje, da bi se pojavili simptomi. Zdravlje pogođenog pojedinca često se poboljšava kad nije na poslu.

Preventivne i zaštitne mjere uključuju procjenu rizika, primjenu načela zamjene i dobar sustav ventilacije.

Kako je predloženo u odjeljku 1., poslodavci bi trebali procijeniti rizike kako bi utvrdili koje se tvari koje bi mogle uzrokovati respiratorne smetnje upotrebljavaju ili nastaju zbog obavljenih zadataka te odlučiti o tome kome bi to moglo štetiti i kako. Stoga bi trebali upotrebljavati proizvode koji nude najvišu razinu zaštite zdravlja i sigurnosti radnika ili proizvode koji uključuju najnižu razinu izloženosti u skladu s načelom zamjene. Poslodavci moraju razmisliti o metodama za sprečavanje izloženosti ako zamjena nije moguća i smanjiti koncentraciju, vrijeme i učestalost izlaganja te broj izloženih radnika. Procjena rizika stoga bi trebala uključivati metode upravljanja emisijama na izvoru prilagodbom radnog procesa (izbjegavanje stvaranja aerosola i para, postavljanje dobrog sustava ventilacije radi kontrole emisija i drugih rješenja na radnom mjestu, kao što je određivanje zasebnih područja za miješanje tvari).

Preporučuje se da frizeri koriste sredstva za izbjeljivanje bez isparavanja i sprejeve na

⁽¹⁸⁾ Izvor: Verhamme, M., *A close shave* (Bliski susret u salonu), transnacionalni projekt ESF-a – Završno izvješće – 1. faza, Coiffure, Gent, 2014. (<https://www.videncenterforfrisorer.dk/wp-content/uploads/dokumenter/rapporter/A%20close%20shave.%20January%20March%202014%20TRANSNATIONAL%20ESF%20PROJECT.pdf>) i Coiffure, *Fiches Take Care of Yourself! – Skin prevention and ergonomics for hairdressers* (Informativni letak, Pobrinite se za sebe! – Sprečavanje problema s kožom i ergonomija za frizere), Coiffure, Gent:

⁽¹⁹⁾ Izvor: „*SafeHair 1 and 2: Skin protection in hairdressing work* (Safehair 1 i 2: zaštita kože u frizerskim aktivnostima) dostupno na <https://www.safehair.eu/safehair/homepage>, uključujući medicinski referentni dokument: https://www.safehair.eu/fileadmin/user_upload/documents/Documents/Grundlagendokument/Occupational_Skin_Diseases_in_hairdressing_EN.pdf.

pumpicu (bez plina) te ispravno razrjeđuju koncentrirane proizvode (npr. šampone, boje).

Preporučuje se redovito pratiti i ponovno procjenjivati izloženost i zdravstvene probleme. U slučaju respiratornih simptoma koji bi mogli biti povezani s radom potrebno je provesti liječničke preglede. Preporučuje se evidentiranje nalaza i savjetovanje s radnicima i/ili njihovim predstavnicima, posebno pri procjeni rizika, izloženosti i respiratornih problema koji se javljaju na radnom mjestu, pri zamjeni nekih stvari, zatim o odabiru osobne zaštitne opreme te o rezultatima praćenja, uključujući praćenje zdravstvenog stanja radnika. Važno je napomenuti da kod nekih radnika izloženost lateksu može dovesti do kožnog osipa, koprivnjača, svrbeži i smetnji s nosom, očima ili sinusima te alergija na lateks ⁽²⁰⁾ ili astme.

Dodatne informacije o kožnim bolestima dostupne su i na drugim mjestima ⁽²¹⁾.

2.6. Tinitus, oštećenje sluha i umor zbog buke na radnom mjestu

Dugotrajna izloženost visokoj razini buke na radnom mjestu ⁽²²⁾ može uzrokovati tinitus (zvonjavu, zviždanje ili zujanje u ušima) ili oštećenje sluha, što je vrlo bolno, i dovesti do poremećaja spavanja. Oštećenje sluha može biti trajno, a može biti uzrokovano i iznenadnim vrlo glasnim zvukom.

Visoka razina buke na poslu, koja u frizerskim salonima dolazi od bučne opreme (npr. sušilo za kosu) i pozadinske glazbe, isto tako može utjecati na to da osobe slabije čuju upozorenja. Osim toga, ljudi su manje svjesni onoga što se događa u njihovoj okolini, što može dovesti do sigurnosnih rizika i opasnosti od ozljeda. Buka isto tako otežava komunikaciju, što povećava osjećaj umora.

Smanjenje pozadinske buke, na primjer isključivanjem glazbe, olakšava razgovor i slušanje drugih osoba te praćenje razgovora.

Potrebno je postaviti pitanje: „Postoji li problem s bukom i mogu li voditi normalan razgovor sa svojim suradnicima koji su od mene udaljeni dva metra?“. Ako nije moguće smanjiti buku koju proizvodi oprema, bilo bi najbolje da se ona zamijeni opremom koja je tiša ili drukčijim, tišim postupkom i ograničiti vrijeme koje radnici provode u bučnom prostoru.

⁽²⁰⁾ Postoji i rizik od alergijske reakcije tipa 1 (šok) kod mušterija.

⁽²¹⁾ Izvor: EU-OSHA, *Respiratory sensitizers* (Tvari koje izazivaju preosjetljivost dišnih putova), Informativni članak 39.: <https://osha.europa.eu/en/publications/factsheet-39-respiratory-sensitisers/view>.

⁽²²⁾ Za zakonodavne odredbe vidjeti Direktivu 2003/10/EZ Europskog parlamenta i Vijeća od 6. veljače 2003. o minimalnim zdravstvenim i sigurnosnim zahtjevima u odnosu na izloženost radnika rizicima koji proizlaze iz fizičkih čimbenika (buke) (sedamnaesta pojedinačna direktiva u smislu članka 16. stavka 1. Direktive 89/391/EEZ) (SL L 42, 15.2.2003., str. 38.).

Popis korisnih poveznica

Brošure koje su izradili socijalni partneri

Verhamme, M., *A close shave* (Bliski susret u salonu), Ergonomija za frizere koji pokreću posao – transnacionalni projekt ESF-a, Coiffure, Gent, 2015. <https://www.febelhair.org/sites/default/files/ergonomie-2015-en-lr.pdf>.

Verhamme, M., *A close shave* (Bliski susret u salonu), Sprečavanje kožnih problema za frizere koji pokreću posao – transnacionalni projekt ESF-a, Coiffure, Gent, 2015. <https://www.febelhair.org/sites/default/files/huidpreventie-2015-en-lr.pdf>.

Coiffure, *Fiches Take Care of Yourself! – Skin prevention and ergonomics for hairdressers* (Informativni letak, Pobrinite se za sebe! – Sprečavanje problema s kožom i ergonomija za frizere), Coiffure, Gent: https://www.febelhair.org/sites/default/files/ubk-fiches-zorg_voor_jezelf-en-lr.pdf.

Verhamme, M., *A close shave* (Bliski susret u salonu), transnacionalni projekt ESF-a – Završno izvješće – 1. faza, Coiffure, Gent, 2014.: https://www.febelhair.org/sites/default/files/esf-project-eng_def-hr-zonder_afloop-printer.pdf.

SafeHair, „SafeHair 1 i 2” (projekt sa socijalnim partnerima, zaštita kože u frizerskoj djelatnosti): <https://www.safehair.eu/safehair/homepage/>.

ErgoHair, *Cut to the Chase! – Ergonomic tips for the employer*, (Prijeđimo na stvar, ergonomski savjeti za poslodavce), projekt EU-a VS/2017/0077: <https://www.ergohair.eu/wp-content/uploads/ERGOHAIR-EMPLOYERS-2019-ENG.pdf>.

ErgoHair, *Cut to the Chase! – Ergonomic tips for the employee*, (Prijeđimo na stvar, ergonomski savjeti za zaposlenike), projekt EU-a VS/2017/0077: <https://www.ergohair.eu/wp-content/uploads/ERGOHAIR-EMPLOYEES-2019-ENG.pdf>.

ErgoHair, *Cut to the Chase! – Ergonomic tips for the education and training*, (Prijeđimo na stvar, ergonomski savjeti za obrazovanje i osposobljavanje), projekt EU-a VS/2017/0077: <https://www.ergohair.eu/wp-content/uploads/ERGOHAIR-EDUCATION-2019-ENG.pdf>.

Studije socijalnih partnera

ErgoHair, *Musculoskeletal Health of Hairdressers – Protection of occupational health and safety at workplace* (Zdravlje mišićno-koštanog sustava frizera – Zaštita sigurnosti i zdravlja na radnom mjestu), 2019. (Medicinski referentni dokument): <https://www.ergohair.eu/wp-content/uploads/ERGOHAIR-MEDICAL-REFERENCE-DOCUMENT-2019-ENG.pdf>.

Sonsmann, F., Braumann, A., Wilke, A., Malte John, S. i Wulfhorst, B., *Occupational Skin Diseases in the Hairdressing Trade* (Profesionalne bolesti kože u frizerskoj djelatnosti), Sveučilište u Osnabrücku (medicinski referentni dokument): https://www.safehair.eu/fileadmin/user_upload/documents/Documents/Grundlegendokument/Occupational_Skin_Diseases_in_hairdressing_EN.pdf.

Skoufi, G. I., Nena, E., Kostikas, K., Lialios, G. A., Constantinidis, T. C., Daniil, Z. i Gourgoulis, K., *Work-related respiratory symptoms and airway disease in hairdressers* (Respiratorni simptomi povezani s radom i bolesti dišnih putova u frizera), *International Journal of Occupational and Environmental Medicine*, svezak 4., 2013., str. 53.–60.

Dulon, M., Peters, C., Wendeler, D. i Nienhaus, A., *Trends in occupational airway diseases in German hairdressers: Frequency and causes* (Kretanja povezana s bolestima dišnih putova u njemačkih frizera: učestalost i uzroci), *American Journal of Industrial Medicine*, svezak 54., 2011., str. 486.–493.

Primjeri iz država članica

ErgoHair, Primjeri dobre prakse: <https://www.ergohair.eu/wp-content/uploads/ERGOHAIR-GOOD-PRACTICE-EXAMPLES-2019-ENG.pdf>.

„A close shave (Bliski susret u frizerskom salonu) (videozapis na nizozemskom s engleskim podnaslovima): <https://www.youtube.com/watch?v=Fhi4cXg7gqM>.

„Healthy Hairdresser” (Zdravi frizer): <https://healthyhairdresser.nl/>.

Publikacije organizacije EU-OSHA

OSHWiki:

[https://oshwiki.eu/wiki/Occupational_Safety_and_Health_Administration_\(OSHA\)](https://oshwiki.eu/wiki/Occupational_Safety_and_Health_Administration_(OSHA))

Psihosocijalni rizici i stres na radnom mjestu, <https://osha.europa.eu/en/themes/psychosocial-risks-and-stress>.

E-činjenice 34 – Procjena rizika za frizere: <https://osha.europa.eu/en/publications/e-fact-34-risk-assessment-hairdressers>.

Musculoskeletal Health of Hairdressers (Zdravlje mišićno-koštanog sustava u frizera): <https://osha.europa.eu/en/publications/musculoskeletal-health-hairdressers/view>.

Occupational Health and Safety in the Hairdressing Sector (Sigurnost i zdravlje na radnom mjestu u sektoru frizerskih usluga) (izvješće o zdravstvenim rizicima u sektoru frizerskih usluga): <https://osha.europa.eu/en/publications/occupational-health-and-safety-hairdressing-sector/view>.

OiRA

How to carry out a risk assessment (Kako provesti procjenu rizika): <https://oiraproject.eu/en/how-carry-out-risk-assessment>.

Alati OiRA-e (sektor frizerskih usluga): https://oiraproject.eu/en/oir-tools?text=&field_sector_category%5B1192%5D=1192&sort=date.

Pitanja povezana s pandemijom bolesti COVID-19

COVID-19: Povratak na radno mjesto – prilagođavanje radnih mjesta i zaštita radnika: https://oshwiki.eu/wiki/COVID-19_%E2%80%93_Povratak_na_radno_mjesto_%E2%80%93_Prilagođavanje_radnih_mjesta_i_zaštita_radnika.

Alat OiRA-e – Revizija povezana s bolesti COVID-19: <https://oiraproject.eu/oir-tools/eu/covid-19/covid-19-revision>.

COVID-19 – *Protection of the Health of Hairdressers* (COVID-19 – Zaštita zdravlja frizera): <https://coiffure.eu/social-dialogue/official-documents/covid-19-protection-health-hairdressers>.

KAKO STUPITI U KONTAKT S EU-om

Osobno

U cijeloj Europskoj uniji postoje stotine informacijskih centara Europe Direct. Adresu najbližeg centra možete pronaći na: https://europa.eu/european-union/contact_hr

Telefonom ili e-poštom

Europe Direct je služba koja odgovara na vaša pitanja o Europskoj uniji. Možete im se obratiti:

- putem besplatnog telefona: 00 80067891011 (neki operateri naplaćuju te pozive)
- na broj: +32 22999696 ili
- e-poštom: https://europa.eu/european-union/contact_hr

PRONAĐITE INFORMACIJE O EU-u

Na internetu

Informacije o Europskoj uniji na svim službenim jezicima EU-a dostupne su na portalu Europa: https://europa.eu/european-union/index_hr

Publikacije EU-a

Besplatne publikacije EU-a i publikacije EU-a koje se plaćaju možete preuzeti ili naručiti na internetskoj stranici: <https://op.europa.eu/hr/publications>. Za više primjeraka besplatnih publikacija obratite se službi Europe Direct ili najbližem informacijskom centru (vidjeti https://europa.eu/european-union/contact_hr).

Zakonodavstvo EU-a i povezani dokumenti

Za pristup pravnim informacijama iz EU-a, uključujući cjelokupno zakonodavstvo EU-a od 1952. na svim službenim jezičnim verzijama, posjetite internetske stranice EUR-Lexa na: <http://eur-lex.europa.eu>

Otvoreni podaci iz EU-a

Portal otvorenih podataka EU-a (<http://data.europa.eu/euodp/hr>) omogućuje pristup podatkovnim zbirkama iz EU-a. Podaci se mogu besplatno preuzimati i ponovno uporabiti u komercijalne i nekomercijalne svrhe.



Publications Office
of the European Union