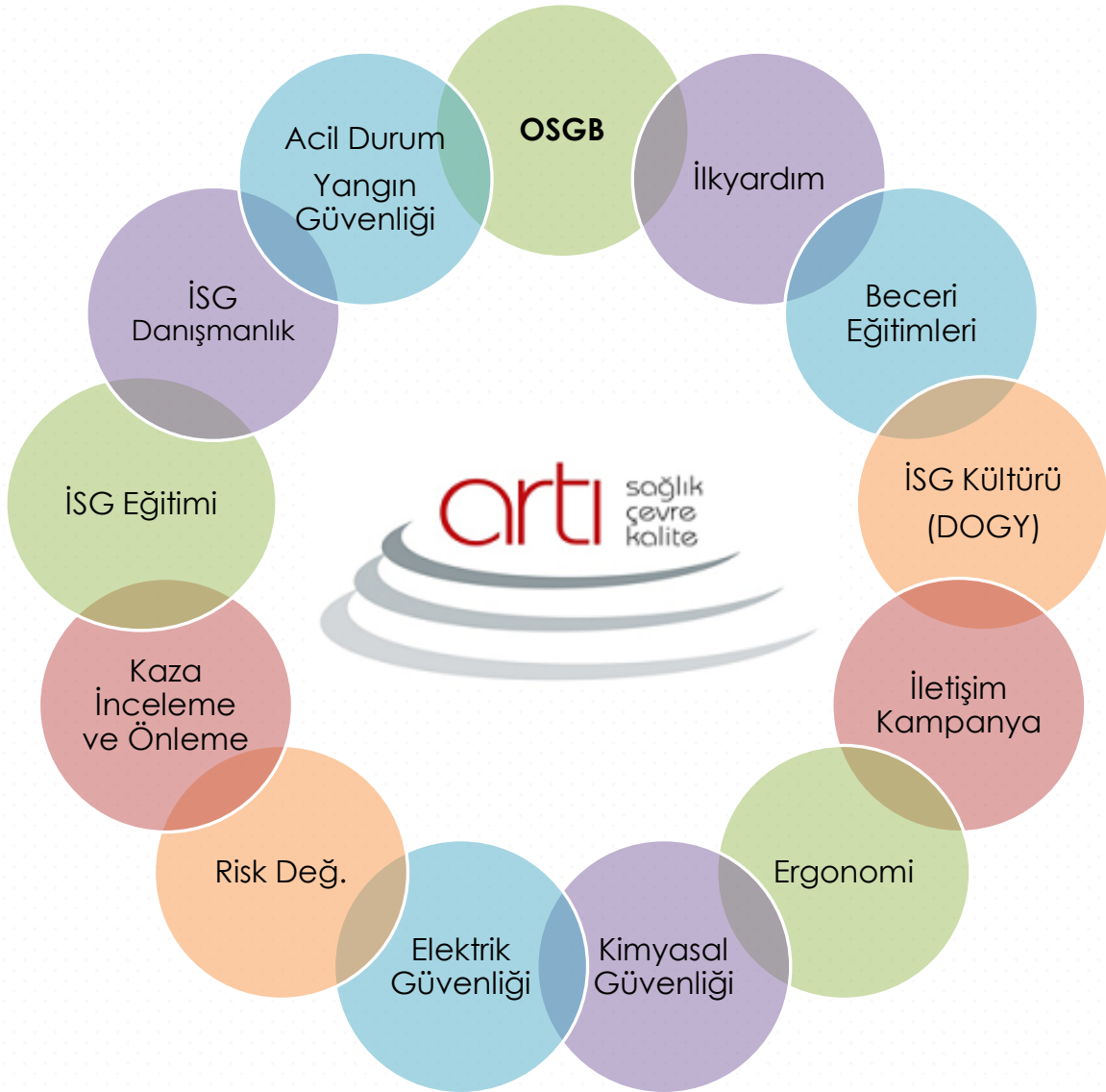


ARTI OSGB BÜLTENİ

Ocak Şubat 2019



iyilik, sağlık diyebilmek için...

ARTI OSGB BÜLTENİ

BU SAYIDA NELER VAR?

İçindekiler

Ocak Şubat 2019.....	1
BU SAYIDA NELER VAR?.....	2
9 ŞUBAT SİGARAYI BIRAKMA GÜNÜ	3
KANSER.....	5
6331 SAYILI İŞ SAĞLIĞI VE GÜVENLİĞİ KANUNU'NDA DEĞİŞİKLİK	7
ARTI'dan Duyurular.....	8
Kurum İçi Eğitim Planı	8
HPV Farkındalığı Eğitimi	9
ARTİMETRİK'den Duyurular.....	10
Uzaktan Eğitim Projeleri	10
ARTI İLETİŞİM PAYLAŞIM GÜNÜ.....	11
ARTI İLETİŞİM REHBERİ.....	13
ARTI OSGB Paylaşım Tarihçesi.....	14

9 ŞUBAT SİGARAYI BIRAKMA GÜNÜ

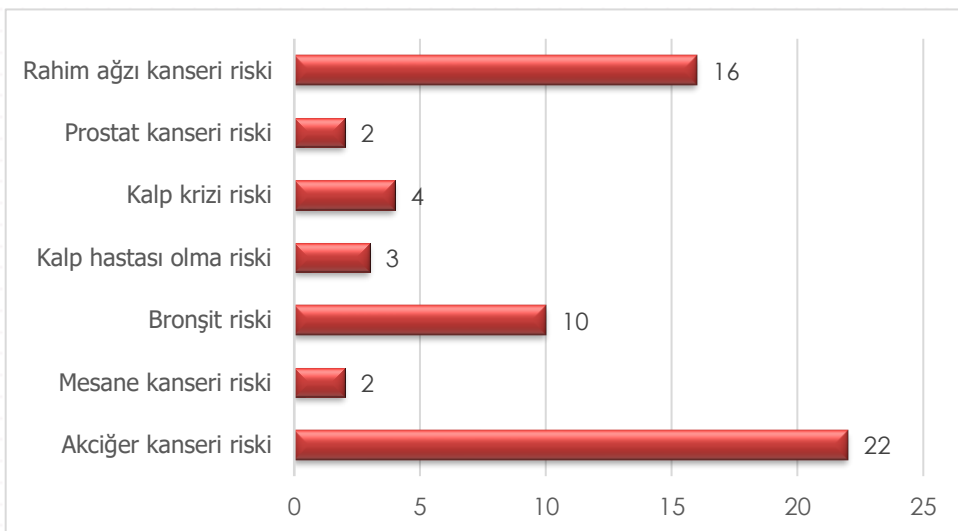
Çağımızda, en büyük toplumsal sorunlardan biri olan tütün kullanımı yaygınlaşmakta ve özellikle genç nüfusu etkisi altına almaktadır. İnsanlar sosyal, psikolojik ve farmakolojik faktörlerin etkisi ile sigara veya tütün kullanmaya başlıyor ve kullanmayı sürdürüyorlar. Birçok insanın günlük ihtiyaçları arasına giren tütüne dünyanın her yerinde kolayca ulaşabilmektedir. Tütünün değişik kullanılış biçimleri olsa da günümüzde tütünün en yaygın tüketim biçimi sigaradır. Sağlık yönü dünya çapında bir problemdir. Sigaranın insan ve topluma, bilhassa gelecek nesillere verdiği zararlar ciddi boyuttadır.

Dünya Sağlık Örgütü(WHO) verilerine göre **her yıl 4 milyon kişi** sigaraya bağlı hastalıklardan dolayı hayatını yitirmektedir. 2030 yılında bu rakamın **10 milyona** ulaşacağı düşünülüyor ve 2020'de sigaraya bağlı ölümlerin %70'inin gelişmekte olan ülkelerde olacağı düşünülmektedir.

Sigaranın Etkileri Nelerdir?

Sigaranın hayatımızda ve vücudumuzda yaptığı olumsuz etkileri sıralayacak olursak,

- Kalp ve damar hastalıkları
- Bronşların daralması sonucu akciğer rahatsızlıkları ve KAOH
- Damarlarda tıkanma buna bağlı felç
- Midede gastrit, ülser ve mide kanseri
- Ciltte sararma, kırışıklık, cilt kanseri
- Ağız kokusu ve dişlerde sararma
- Gebelikte sigara içilmesi erken doğuma ve buna bağlı olarak çeşitli gelişim bozukluklarına, doğum sonrası ise sütün kesilmesine yol açar.

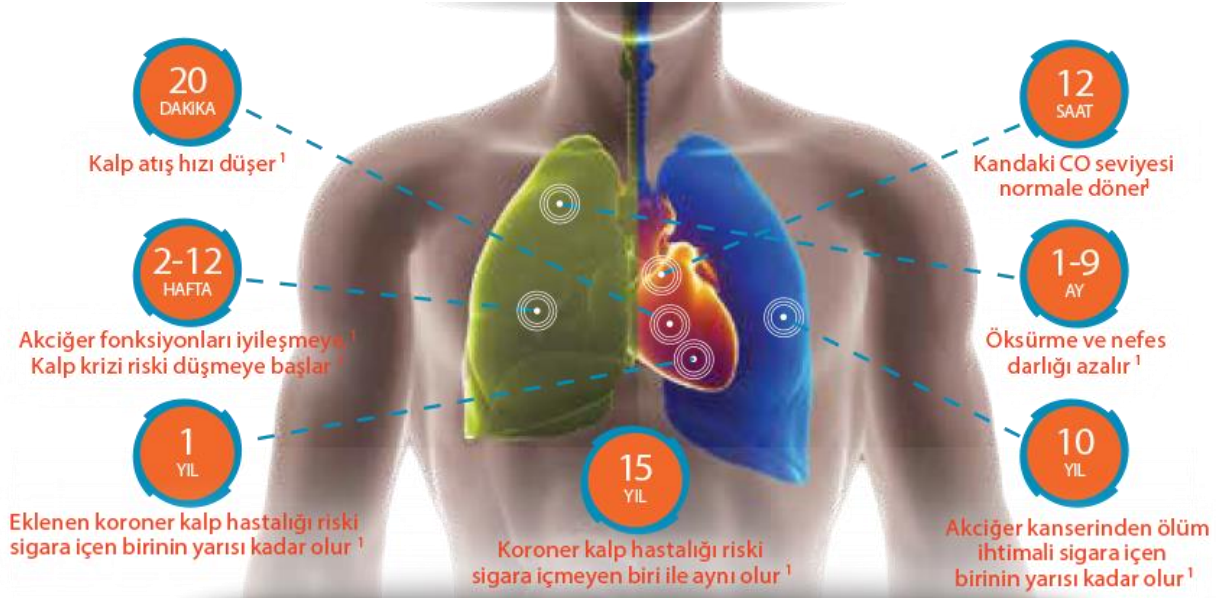


BIRAKMAK MÜMKÜN!

Sigara ölümcül bir hastalıktır. Yaşamdan, kendimizden ve sevdiğimizden vazgeçmek yerine sigaradan vazgeçmek gerekir. Ancak sigara bırakma, pek çok madde bağımlılığında olduğu gibi birinci derecede kişinin kendi isteği, kararı ve iradesiyle ilişkilidir. Bırakmak için bir tarih ve bir yol belirlenmelidir. Birey ve toplum sağlığı için yapılabilecek en iyi şey rotayı belirleyip yola çıkmaktan başka bir şey değildir.

SİGARAYI BIRAKMANIN FAYDALARI

Sigarayı bırakmak hayat kalitenizi artırır ve ömrünüzü uzatır. Son sigaranızı söndürdüğünüz an vücudunuzdaki değişimleri görmeye başlayacaksınız.

**Kaynaklar:**

<https://www.yesilay.org.tr/tr/bagimlilik/sigara-ve-tutun-bagimliliği>

<https://www.europeanlung.org/assets/files/turkish/quit-smoking-tr.pdf>

Hazırlayan;**Aycan KILIÇ**

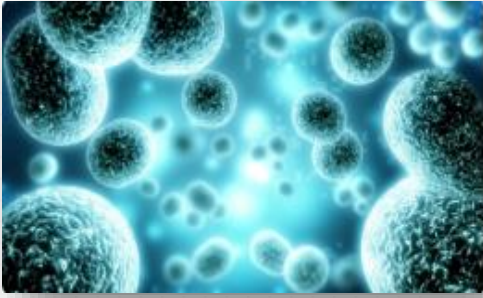
Çevre Müh.

İş Güvenliği Uzmanı

KANSER

KANSER NEDİR?

Bir organ veya dokudaki hücrelerin düzensiz olarak bölünüp çoğalmasıyla beliren kötü urlara denir. Yüzyıllar öncesinden günümüze insan sağlığını tehdit eden toplumlarda önemli bir sosyoekonomik yüke, bireylerde de maddi ve manevi kayıp ve zorluklara yol açan amansız bir hastalıktır.



Dünyada her yıl 7 milyondan fazla kişi, Türkiye’de 50 bin kişi kanser nedeniyle yaşamını yitiriyor.

İnsanlığın kanserle tanışması tarih öncesi çağlara rastlamaktadır. İlk tanımlamaların Mısır Papirüsleri, Babil çivi yazısı tabletler ve eski Hint yazmalarında yapıldığı görülmektedir.

Kanserin iyi bilinmesi, erken tanı yöntemleri, tedavideki başarıların artması kanserin insanlar üzerindeki ölümcül etkisini giderek azaltsa da yüreklerdeki korku ve endişeyi yine de azaltamamaktadır.



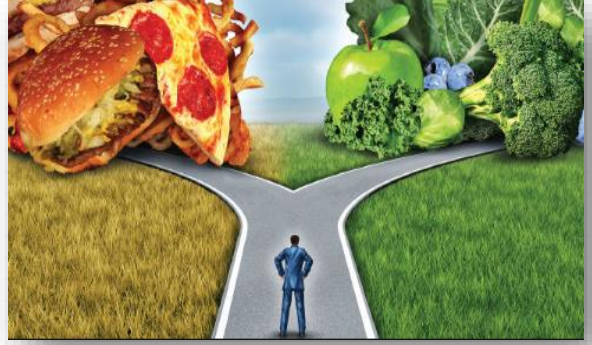
KANSER KONTROLÜ

Kanser ile mücadele kanser kayıtçılığında tedavi ve palyatif bakıma kadar uzanan geniş bir yelpazeden oluşan oldukça komplike bir süreçtir ve bu sürecin başarılı yönetiminde etkin bir "Kontrol Programı" nın bulunması en önemli adımı oluşturmaktadır. Çağımızın hastalığı olarak nitelendirilen ve global bir sorun olan kanser ile mücadelede, Birleşmiş Milletler 2011 yılında tüm dünya ülkelerine kendi ulusal kanser kontrol programlarını hazırlamaları ve uygulamaya geçmeleri hususunda çağrıda bulunmuştur.



KANSERSİZ YAŞAM – SAĞLIKLI BESLENME

Protein ve Kanser: Yağ içeriği yüksek et ve işlenmiş et tüketimi yerine alternatif protein kaynakları olan balık, tavuk sağlıklı pişirme yöntemleri ile tüketilmelidir. Nitrat, nitrit gibi katkı maddeleri içeren ürünlerden (sucuk, sosis, salam vb.) uzak durulmalıdır.



Alkol, Sigara ve Kanser: Bağımlılık yapan bu iki maddenin ayrı ayrı kullanımlarının yanı sıra birlikte kullanıldıklarında da kanser riskini daha da arttırdığı bilinmektedir. Bu nedende alkol ve sigara tüketimi sınırlandırılarak tamamen sonlanmalıdır.

Şişmanlık ve kanser: Şişman bireylerde kanser normal kilolulara göre daha yüksek oranda görülmektedir. Bütün bunlardan ötürü hareketli bir yaşam tarzı alışkanlık haline getirilmelidir.

Mineraller ve Kanser: Kanser oluşumuna neden olan başlıca mineraller nikel, kadminyum, kurşun, asbest (amyant) ve arseniktir. Kanserden koruyucu minerallerin en önemlileri selenyum, iyot, çinko, molibden, kalsiyum ve demirdir.

Kanserden korunmak kanser tedavisinden çoğu zaman daha basit ve daha ucuzdur. Kanser ile ilgili bilgilerimizin artması ve erken teşhis ile tedavi tekniklerinin geliştirilmesi ile artık kanserle mücadelede daha güçlüyüz.

**SEN İSTE
YETER
KANSER
ÇEKER GİDER**

Bu sebeple diyoruz ki: Kanser engellenebilir bir hastalıktır.

Kaynak:

- https://hsgm.saglik.gov.tr/tr/kanserden-korunma/kanserden-korunmalist/501-kanserde-beslenme.html
- https://hsgm.saglik.gov.tr/depo/birimler/kanser-db/istatistik/2014-RAPOR_uzuuun.pdf

Hazırlayan;
Aycan KILIÇ
Çevre Müh.
İş Güvenliği Uzmanı

6331 SAYILI İŞ SAĞLIĞI VE GÜVENLİĞİ KANUNU'NDA DEĞİŞİKLİK

22 Şubat tarihinde 30694 sayılı Resmi Gazetede yayınlanan Sosyal Hizmetler Kanunu ile Bazı Kanunlarda Değişiklik Yapılmasına Dair Kanun'un 16.Maddesine göre; Çok Tehlikeli sınıftaki işyerlerine B sınıfı uzmanların hizmet verme, Tehlikeli Sınıftaki işyerlerine C sınıfı uzmanların hizmet verme süreleri uzatılmıştır.

Bu kanuna göre değişen madde aşağıda verilmiştir.

- Çok tehlikeli sınıfta yer alan işyerlerinde (A) sınıfı belgeye sahip iş güvenliği uzmanı görevlendirme yükümlülüğü, 1/7/2020 tarihine kadar (B) sınıfı belgeye sahip iş güvenliği uzmanı görevlendirilmesi;
- Tehlikeli sınıfta yer alan iş yerlerinde ise (B) sınıfı belgeye sahip iş güvenliği uzmanı görevlendirme yükümlülüğü, 1/7/2020 tarihine kadar (C) sınıfı belgeye sahip iş güvenliği uzmanı görevlendirilmesi kaydıyla yerine getirilmiş sayılır.

22 Şubat 2019 CUMA

Resmî Gazete

Sayı: 30694

KANUN**SOSYAL HİZMETLER KANUNU İLE BAZI KANUNLARDA DEĞİŞİKLİK YAPILMASINA DAİR KANUN**

Kanun No: 7166

Kabul Tarihi: 21/2/2019

MADDE 16 – 20/6/2012 tarihli ve 6331 sayılı İş Sağlığı ve Güvenliği Kanununun geçici 4 üncü maddesinin birinci fıkrasında yer alan “1/1/2020 tarihine kadar” ve “1/1/2019 tarihine kadar” ibareleri “38 inci maddenin birinci fıkrasının (a) bendinin (1) numaralı alt bendinde yer alan yürürlük tarihine kadar” şeklinde değiştirilmiştir.

ARTI'dan Duyurular Kurum İçi Eğitim Planı

Artı Danışmanlık ekibinde yer alan tecrübeli ve konusunda uzman eğitimcilerle gerçekleştirilmesi planlanan kurum içi eğitimlerimiz ile ilgili eğitim planı tüm arkadaşlarımızla paylaşılmıştır. Yıl içerisinde 6 yüz yüze eğitim, 11 webinar ve uzaktan eğitim ile çalışanlarımızın mesleki gelişimini desteklemeyi hedeflemekteyiz.



ARTI'dan Duyurular HPV Farkındalığı Eğitimi

Çalışan sağlığını korumak için geliştirdiğimiz eğitim programlarına bir yenisini ekledik. Kadınlarda en sık görülen 2. Kanser türü olan rahim ağzı kanserinde; erken tanıya olanak sağlayacak bilgi ve becerileri kazandırmak amacı ile yapılan eğitimlerimize başladık.



ARTIMETRİK'den Duyurular Uzaktan Eğitim Projeleri

Artı Danışmanlık ve Artimetrik olarak deneyimlerimizi birleştirerek hazırladığımız, yetişkin eğitime uygun içerik, takip ve raporlama araçları bulunan uzaktan eğitim projelerine devam ediyoruz.



KAZI ÇALIŞMALARINDA İŞ GÜVENLİĞİ



Son dönemde kuruma özel olarak üretilen Uzaktan Eğitim Projelerimiz;

- Sabancı Üniversitesi
- ThyssenKrupp
- Kone Asansör
- Socar
- Enerjisa
- Anadolu Sigorta
- Avivasa
- Shell
- Yeniköy/Kemerköy Elektrik
- Şişecam
- Türkiye Petrolleri
- Doğu Yayın Grubu
- BASF
- Mustafa Nevzat
- Doğu Otomotiv
- TCMB
- Tübitak
- TEB
- Roche Diagnostic
- Nurol Holding
- Tredaş
- Roketsan
- Yılport
- Gempport

ARTI İLETİŞİM PAYLAŞIM GÜNÜ

10 Ocak 2019'da 101Artı çalışanının katılımı ile "Artı İletişim-Paylaşım Günü" gerçekleştirdik. Yeni bir yıla başlarken çalışanlarımız ve hizmet verdiğimiz kurumlarla bir araya geldik, birlikte zaman geçirdik, bilgi, görgü, deneyim alışverişinde bulunduk.



Bingo ile tanıştık...

Kurucumuz ile öğrendik...



Oyunlarla eğlendik...



Shell Türkiye İSG Müdürü ile bilgilendik... (Shell Yol Emniyeti Uygulamaları)

Güzel bir gün
paylaştık...



Bir aradaydık 😊

ARTI İLETİŞİM REHBERİ

Göknur Tuncer Bulut	İnsan Kaynakları Uzmanı	0549 726 10 83	gbulut@artidanismanlik.com.tr	İnsan Kaynakları konularında bilgi alma
Dilek Soyol	Satış Müdürü	0530 763 13 17	dsoyal@artidanismanlik.com.tr	Artı'nın ürün ve hizmet portföyü konusunda bilgi ve teklif alma
Mehmet Remzi İncekara	Satış Uzmanı	0533 151 59 36	mincekara@artidanismanlik.com.tr	
Turgay Cengiz	Müşteri İlişkileri Yöneticisi	0533 749 66 79	tcengiz@artidanismanlik.com.tr	Mevcut müşterilerin talep ve beklentilerini karşılama
Şerife Ceylan	Müşteri İlişkileri Uzmanı	0533 151 58 95	sceylan@artidanismanlik.com.tr	
Yasemin Şahin	Müşteri İlişkileri Uzmanı	054974897 61	ysahin@artidanismanlik.com.tr	
İlknur Durmaz	OSGB Yöneticisi	0544 673 16 08	idurmaz@artidanismanlik.com.tr	<ul style="list-style-type: none">• Artı'nın OSGB hizmeti sunduğu müşterilere İş Sağlığı ve Güvenliği kapsamındaki yasal ve teknik konularda destek sağlama• Artı kadrosundaki İş Sağlığı ve Güvenliği profesyonellerinin faaliyetleri, gözetimi, denetimi
Seher Uysal	Yasal İşler Sorumlusu	0533 151 59 28	suysal@artidanismanlik.com.tr	İSG Katip İşlemleri (Atama, Sözleşme vb.)

ARTI OSGB Paylaşım Tarihçesi

Bu bölümde 2018 yılında çalışanlarımızı bilgilendirme amaçlı yaptığımız paylaşımların listesini görebilir, detaylı bilgi almak istediğiniz konularda çalışanlarımızla irtibata geçebilirsiniz.

KONU	TARİH
Mevsimsel Grip	7.01.2016
Patlamadan Korunma Dokümanı	9.02.2016
İşyeri Tehlike Sınıfları Tebliği 20.02.2016 Tarihli Değişiklik Hakk. Bilgilendirme	2.03.2016
Gece araç kullanımı hk bilgilendirme	4.03.2016
Yangın söndürme cihazları	5.04.2016
Uzaktan Çalışma Mevzuat Değişikliği	2.06.2016
Yaz Aylarında Sürüş Güvenliği	1.07.2016
01-ARTI OSGB Bülten(Ocak-Haziran 2016)	1.07.2016
İş ekipmanlarının kullanımında sağlık ve güvenlik şartları yönetmeliğinde değişiklik	25.07.2016
Açık havada çalışırken alınacak önlemler	29.07.2016
50'den az çalışanlar_Kanun Tasarısı Erteleme Duyurusu	5.08.2016
02-ARTI OSGB Bülten(Temmuz-Ağustos 2016)	26.08.2016
SGK Yönetmeliği Değişiklik Bilgi Notu	6.10.2016
04-ARTI OSGB Bülten(Ekim-Kasım 2016)	7.11.2016
03-ARTI OSGB Bülten(Eylül-Ekim 2016)	9.11.2016
Engelliler ve İSG	5.12.2016
05-ARTI OSGB Bülten(Kasım-Aralık 2016)	8.12.2016
İSG Kaza ve Meslek Hastalığı İstatistigi	7.02.2017
9 Şubat Dünya Sigarayı Bırakma Günü	9.02.2017
06-ARTI OSGB Bülten(Ocak Şubat 2017)	24.02.2017
Bahar Yorgunluğu	7.03.2017
Tuza Dikkat Haftası	13.03.2017
Tıp Bayramı	14.03.2017
21 Mart Dünya Down Sendromu Günü	21.03.2017
Tüberküloz günü	24.03.2017
Kalp Haftası	27.03.2017

ARTI OSGB Paylaşım Tarihçesi

KONU	TARİH
Kanser Haftası	4.04.2017
Stres ve Yorgunluk	12.04.2017
İSG Haftası	27.04.2017
Trafik ve İlk Yardım Haftası	4.05.2017
Tıbbi Atık Sözleşmesi Bilgilendirme	4.05.2017
07-ARTI OSGB Bülten(Mayıs Temmuz 2017)	17.07.2017
Ani Su Baskınları: İSG Riskleri-Acil Durum Yönetimi	28.07.2017
Deprem	17.08.2017
Kurban Bayramı	25.08.2017
Dünya İlk Yardım Günü	11.09.2017
Dünya İşitme Engelliler Günü	20.09.2017
Mesleki Yeterlilik Yönetmelik Değişikliği	28.09.2017
Tespit Öneri Defterinin Onaylatılması	28.09.2017
08-ARTI OSGB Bülten(Ağustos Eylül 2017)	3.10.2017
Sonbaharda Beslenme Önerileri	5.10.2017
Organ Bağışı Haftası	7.11.2017
Kış mevsimi ve Çocuk	30.11.2017
9-ARTI OSGB Bülten(Ekim Kasım Bülten 2017)	5.12.2017
Beyaz Baston Körler Haftası	12.01.2018
İş Sağlığı Ve Güvenliğine İlişkin İşyeri Tehlike Sınıfları Tebliğinde Değişiklik Yapılmasına Dair Tebliğ	6.02.2018
Dünya Sigarayı Bırakma Günü	9.02.2018
Kan Bağışı	26.02.2018
Tuza Dikkat Haftası	12.03.2018
10-ARTI OSGB Bülten(Ocak-Şubat 2018)	14.03.2018
Tıp Bayramı	14.03.2018
Dünya Down Sendromu Farkındalık Günü	21.03.2018
Dünya Sağlık Günü	6.04.2018
Stres ve Yorgunluk	10.04.2018
İşçi ve Emekçiler Bayramı	1.05.2018
11-ARTI OSGB Bülten(Mart Nisan 2018)	3.05.2018

ARTI OSGB Paylaşım Tarihçesi

KONU	TARİH
İSG Haftası	7.05.2018
Trafik ve İlk Yardım Haftası	7.05.2018
Oruç ve İnsan Sağlığı	21.05.2018
Çalışanların İş Sağlığı ve Güvenliği Eğitimlerinin Usul ve Esasları Hakk. Yönetmelik'te Değişiklik	25.05.2018
Uzun Kara Yolculukları için Tavsiyeler	16.08.2018
Şarbon Hastalığı	11.09.2018
Okul Servislerinde Güvenlik	20.09.2018
Dünya Alzheimer Günü	21.09.2018
12-ARTI OSGB Bülten(Eylül-Ekim 2018)	2.11.2018
Organ Nakli Haftası	8.11.2018
Dünya Aids Günü (01 Aralık)	26.11.2018
Dünya Engelliler Günü	26.11.2018
Belge(Vize) Yenileme İşlemleri	29.11.2018
13-ARTI OSGB Bülten(Kasım-Aralık 2018)	7.01.2019
Yapı İşlerinde İş Sağlığı ve Güvenliği Yönetmelik Değişikliği Hakkında Bilgilendirme	28.01.2019
Yasal Şartlara Uygunluk Kontrol Listesi	29.01.2019
Artı Kurum İçi Eğitim Planı-2019	25.02.2019



iyilik, sağlık diyebilmek için...

*Bülten hakkında geri bildirimleriniz ve bilgi almak istediğiniz konular için
bize aşağıdaki iletişim bilgilerinden ulaşabilirsiniz...*

**Artı Sağlık Çevre Kalite Danışmanlık Eğitim Organizasyon
Tic. Ltd. Şti.**

Altıntepe Mah. Cihadiye Cad. No/98-5 Maltepe, İSTANBUL

0 216 340 17 03-04

osgb@artidanismanlik.com.tr

egitim@artidanismanlik.com.tr

www.artidanismanlik.com.tr

[in](http://www.linkedin.com/company/artidanismanlik) <http://www.linkedin.com/company/artidanismanlik>

[t](https://twitter.com/artidanismanlik) <https://twitter.com/artidanismanlik>

[f](https://www.facebook.com/artidanismanlik) <https://www.facebook.com/artidanismanlik>

<https://artidanhaberler.wordpress.com/>