



Bu proje Avrupa Birliği ve Türkiye Cumhuriyeti tarafından finanse edilmektedir.

NE EğİTİMDE NE İSTİHDAMDA OLAN GENÇLER İÇİN İŞGÜCÜ PİYASASI DESTEK PROGRAMI (NEET PRO)
TREESP1.2NEETPRO/P-03/72

DİJİTAL MEDYADA MESLEKİ GELİŞİM VE GİRİŞİMCİLİK PROGRAMI



İNSAN KAYNAKLARININ
GELİŐTİRİLMESİ
PROGRAM OTORİTESİ



**T.C. ÇALIŞMA VE
SOSYAL GÜVENLİK BAKANLIğI**



İŞ SAğLIğI VE GüVENLİğİ EğİTİM MODÜLÜ

İş Sağlığı ve Güvenliği Eğitim Modülü

İÇİNDEKİLER

Proje Hakkında.....	1
Giriş.....	2
1. Giriş ve Temel Kavramlar.....	3
• İş Sağlığı ve Güvenliği Nedir?	
• Dijital Medya Çalışanlarında Özel İSG İhtiyaçları	
• İSG Mevzuatı ve Standartları	
• İSG Kültürü Oluşturma ve Farkındalık	
2. Dijital Medya Endüstrisindeki Özel Riskler.....	5
• Ergonomi ve Dijital Medya Çalışanları	
• Göz Sağlığı ve Ekran İşleme	
• Elektrik Güvenliği ve Teknolojik Cihazlar	
• İşe Özel Dijital Medya Araçları ve Güvenlik	
3. İş Sağlığı ve Güvenliği Yönetim Sistemleri.....	6
• İSG Politika ve Hedefleri	
• Risk Değerlendirmesi ve Kontrol Önlemleri	
• Acil Durum Planları ve Tatbikatları	
• İSG Performans İzleme ve İyileştirme	
4. Psikososyal Riskler ve Dijital Medya Çalışanları.....	7
• İş Stresi ve Dijital Medya Çalışanları	
• Dijital Ekran Bağımlılığı ve İSG İlişkisi	
• Çalışan İlişkileri ve Takım Çalışması	
• Home Office Çalışanları için İSG Stratejileri	
5. Dijital Medya Üretiminde İSG.....	8
• Prodüksiyon ve Montaj Güvenliği	
• Kamera Operatörleri için İSG İlkeleri	
• Animasyon ve Grafik Tasarım Güvenliği	
• Ses Mühendisliği ve İSG	

6. İSG Eğitim ve Farkındalık Programları.....9

- Eğitim Materyalleri ve Modülleri
- Çalışan Katılımını Artırma Yolları
- İSG Kampanyaları ve İletişim Stratejileri
- Dijital Platformlarda İSG Eğitimleri

7. İSG Denetim ve İnceleme Süreçleri.....10

- İSG Denetimlerinin Planlanması ve Uygulanması
- Dijital Medya Çalışanlarının İSG Performans Değerlendirmeleri
- İSG İhlalleri ve İyileştirme Süreçleri
- Dijital Medya Sektöründe İSG En İyi Uygulamaları

Proje Hakkında

NEET PRO programının genel amacı, ülkemizdeki mevcut işgücü piyasasının ihtiyaçları ile Ne İstihdamda Ne Eğitimde (NEET) Gençlerin istihdamını artırmaktır". Operasyonun genel hedefi, kadınların, gençlerin ve EESP SOP'ta belirtilen, özel politikalara ihtiyacı olan kişilerin istihdam edilebilirliğini artırmaktır.

Dijital Medyada Mesleki Gelişim ve Girişimcilik Programı (DMP01) projemiz, Türkiye Cumhuriyeti Çalışma ve Sosyal Güvenlik Bakanlığı, Avrupa Birliği ve Mali Yardımlar Dairesi Başkanlığı ile Ülfet Eğitim ve Yardımlaşma Derneği tarafından finanse edilmekte ve yürütülmektedir. Dijital Medyada Mesleki Gelişim ve Girişimcilik Programı projemizin genel amacı, NEET gençlerinin dijital medya sektörü için istihdam edilebilirliğini artırmak ve mevcut işgücü piyasası ihtiyaçları çerçevesinde gençlerin bu sektör için tasarım odaklı yenilikçi iş fikirlerini desteklemektir. (İstihdam, Eğitim ve Sosyal Politikalar Sektörel Operasyonel Programı) IESP SOP'nin tüm katma değer unsurlarını kapsayan proje önerisi, ülkedeki NEET'lerin istihdam oranlarını iyileştirmeyi amaçlayan programa uzun vadede katkı sağlayacaktır.

Projemizin temel hedefleri;

- Katılımcı Ne Eğitimde Ne İstihdamda olan gençlerin dijital medya araçlarını kullanma kapasitelerinin mesleki gelişim eğitimleriyle artması.
- Kişisel gelişim eğitimleri ile Ne Eğitimde Ne İstihdamda olan gençlerin çalışma ve iş kurma konusunda öz güvenlerinin artması.
- Sosyal gelişim eğitimleri ile Ne Eğitimde Ne İstihdamda olan gençlerin sosyal çevre ile olan ilişkilerinin güçlendirilmesi.
- Ne Eğitimde Ne İstihdamda olan gençlerin kariyer rehberliğiyle ideal kariyer planlarını belirlemesi.
- Ne Eğitimde Ne İstihdamda olan gençlerin iş bulma ve girişimcilik ağlarının kariyer etkinlikleriyle güçlendirilmesi.

Teknolojik gelişmelerle birlikte dijital dönüşüm, iş hayatımızın her alanını derinden etkiliyor. İletişimden veri analizine, pazarlama stratejilerinden ürün ve hizmet sunumlarına kadar iş süreçlerimizin tamamında dijitalleşmeye ayak uydurmamız gerekiyor. Geleceğin iş dünyası, esneklik ve özgürlük prensiplerini temel alıyor. Teknolojinin sürekli gelişimi ve dijitalleşme, çalışanların işlerini ofise bağlı kalmadan, herhangi bir yerden gerçekleştirebilmelerine imkân sağlıyor.

GİRİŞ

Saygıdeğer Katılımcılar,

Sizleri iş sağlığı ve güvenliği konularında bilgilendirecek bu eğitim programına hoş geldiniz. Dijital medya sektöründe çalışan olarak, günümüzde teknolojinin hızla ilerlemesi ve dijitalleşmenin artmasıyla birlikte, iş sağlığı ve güvenliği konularına duyulan ihtiyaç da büyük bir önem kazanmıştır.

Bu eğitim programı, dijital medya sektöründe çalışanların günlük işlerini daha güvenli ve sağlıklı bir şekilde gerçekleştirebilmeleri için gerekli bilgileri sunmayı amaçlamaktadır. İş sağlığı ve güvenliği, sadece fiziksel değil, aynı zamanda psikososyal sağlığı da kapsayan geniş bir konsepttir. Bu eğitim, hem ofis ortamında hem de uzaktan çalışma durumlarında karşılaşılabilecek özel riskleri ele alacak ve çözüm yollarını tartışacaktır.

Eğitim programımızın ana hedefi, sizlere iş yerlerindeki potansiyel risklere karşı nasıl korunmanız gerektiği konusunda bilgi sağlamaktır. Eğitim boyunca, güvenli bir çalışma ortamı oluşturmak, ergonomik çalışma alışkanlıkları edinmek ve iş sağlığı konularında bilinçlenmek için gerekli adımları öğreneceksiniz.

Eğitimde interaktif öğrenme materyalleri, gerçek hayattan örnekler ve sektöre özel vaka çalışmaları kullanarak konuları daha anlamlı ve uygulanabilir kılacağız. Eğitim sonunda, iş yerlerinizde sağlıklı ve güvenli bir ortam oluşturmak adına güçlü bir temel kazanmış olacaksınız.

Katılımınız ve aktif katılımınız için şimdiden teşekkür ederiz. Başarıyla tamamlanan bu eğitim, hem bireysel gelişiminize katkı sağlayacak hem de çalışma ortamınızı daha güvenli hale getirecektir.

Sağlıklı ve güvenli günler dileriz!

Saygılarımızla,

1. Giriş ve Temel Kavramlar

1.1. İş Sağlığı ve Güvenliği Nedir?

İş sağlığı ve güvenliği, çalışanların iş yerindeki sağlıklarını ve güvenliklerini korumayı hedefleyen bir disiplindir. İSG, iş yerlerindeki potansiyel risklerin belirlenmesini, bu risklere karşı alınacak tedbirlerin planlanmasını, uygulanmasını ve çalışanlara gerekli eğitimlerin sağlanmasını içeren kapsamlı bir süreçtir.

İSG'nin Temel Unsurları:

- **Risk Değerlendirmesi:** İş yerindeki olası tehlikelerin belirlenmesi ve bu tehlikelere karşı risk değerlendirmesi yapılması.
- **Kontrol Önlemleri:** Belirlenen risklere karşı alınacak önlemlerin planlanması ve uygulanması, bu önlemlerin etkinliğinin sürekli izlenmesi.
- **Eğitim ve Farkındalık:** Çalışanlara iş sağlığı ve güvenliği konularında düzenli eğitimler verilmesi ve farkındalık oluşturulması.
- **Hukuki ve Standart Uyum:** Geçerli yasal düzenlemelere ve iş sağlığı-güvenliği standartlarına uyumun sağlanması.

İSG'nin Kapsamı: İSG, sadece fiziksel sağlık unsurlarını değil, aynı zamanda psikososyal sağlık unsurlarını da içerir. Çalışanların iş yerinde güvenli bir ortamda çalışmalarını sağlamak, iş verimliliğini artırmak ve iş kazalarını minimuma indirmek İSG'nin temel amaçları arasında yer alır.

1.2. Dijital Medya Çalışanlarında Özel İSG İhtiyaçları

Dijital medya sektöründe çalışanlar, özel sağlık riskleri ile karşılaşabilirler. Bu riskleri anlamak ve önlemek için alınabilecek önlemler şunları içerir:

- **Ergonomik Sorunlar:** Uzun süre bilgisayar başında çalışmak, ergonomik sorunlara neden olabilir. Doğru masa ve sandalye düzenlemeleri, düzenli mola kullanımı ve egzersizlerle ergonomik riskler azaltılabilir.
- **Göz Yorgunluğu:** Dijital ekranlarla uzun süre çalışmak, göz yorgunluğuna neden olabilir. Düzenli göz muayeneleri, ekran parlaklığının ayarlanması ve düzenli göz egzersizleri göz sağlığını destekler.
- **Stres:** Yoğun iş tempoları, dijital medya çalışanlarında stresi artırabilir. Esnek çalışma düzenleri, stres yönetimi eğitimleri ve psikososyal destek bu konuda etkili olabilir.

1.3. İSG Mevzuatı ve Standartları

Türkiye'deki iş sağlığı ve güvenliği mevzuatı, iş yerlerindeki güvenlik standartlarını belirler ve uygular. Bu bölümde, Türkiye'deki İSG mevzuatının temel prensipleri, çalışan hakları ve işveren yükümlülükleri detaylı bir şekilde ele alınacaktır. Ayrıca, uluslararası İSG standartlarına

uyumun önemi vurgulanacak ve bu standartların iş yerlerinde nasıl uygulanabileceği açıklanacaktır.

1.4. İSG Kültürü Oluşturma ve Farkındalık

İş Sağlığı ve Güvenliği (İSG) kültürü, iş yerlerinde güvenli davranışları teşvik etmeyi ve çalışanların güvenlik bilincini güçlendirmeyi amaçlayan kapsamlı bir yaklaşımdır. Bu bölümde, etkili bir İSG kültürü oluşturmak için kullanılacak stratejiler ve farkındalık artırma yöntemleri detaylı bir şekilde ele alınacaktır.

1.4.1 Etkili İSG Kültürü Oluşturmanın Yolları

Liderlik ve Örnek Davranışlar

- **Liderlik Rolünün Önemi:** İSG kültürünü oluşturmada liderlerin rolü kritiktir. Liderlerin güvenlik konularında duyarlılık göstermeleri ve bu konuda örnek davranışlar sergilemeleri, çalışanlara ilham kaynağı olur.
- **Katılımcılık ve İşbirliği:** Çalışanların İSG süreçlerine aktif katılımını sağlamak, güvenli davranışların benimsenmesine olanak tanır. İSG kültürü, tüm çalışanların görüşlerine değer veren ve onları sürece dahil eden bir yaklaşım gerektirir.

Eğitim ve Bilinçlendirme Programları

- **İSG Eğitimleri:** Çalışanlara düzenli olarak İSG eğitimleri sunmak, güvenlik konularında bilinç oluşturur. Bu eğitimler, işyerindeki güvenlik protokollerini anlamak, tehlikeleri tanımak ve önlemleri öğrenmek için önemlidir.
- **Bilinçlendirme Materyalleri:** İSG bilincini artırmak için afişler, broşürler ve dijital medya gibi materyaller kullanmak etkili olabilir. Çalışanlar, görsel materyallerle sürekli olarak İSG konularıyla karşılaşarak bilinçlenirler.

1.4.2. İSG Farkındalığını Artırmak İçin İletişim Stratejileri

Açık İletişim Kanalları

- **Toplantılar ve Günlük Huddle'lar:** İSG konularının düzenli olarak işlendiği toplantılar ve günlük huddle'lar, çalışanların güvenlik konularına ilişkin güncel bilgilere ulaşmalarını sağlar.
- **Geribildirim Mekanizmaları:** Çalışanlara düzenli geribildirim sağlamak, İSG konularına olan duyarlılığı artırır. Olumlu davranışları takdir etmek ve gelişim alanlarını belirlemek önemlidir.

Acil Durum Tatbikatları ve Senaryolar

- **Acil Durum Senaryoları:** Çalışanların acil durum senaryolarına katılımı, gerçek hayatta karşılaşılabilecek durumlar için hazırlıklı olmalarını sağlar. Bu tatbikatlar, kriz anlarında doğru tepkilerin verilmesine yardımcı olur.

- **Sık Sık Güncellenen Bilgilendirme:** İSG politikaları ve güvenlik önlemleriyle ilgili güncel bilgilerin düzenli olarak iletilmesi, çalışanların sürekli bir farkındalık düzeyine sahip olmalarını sağlar.

2. Dijital Medya Endüstrisindeki Özel Riskler

Dijital medya endüstrisi, hızla gelişen teknoloji ile birlikte çalışanlarını yeni ve özel risklere maruz bırakmaktadır. Bu bölüm, dijital medya çalışanlarının karşılaşabileceği özel riskleri detaylı bir şekilde ele alacak ve bu risklere karşı alınabilecek önlemleri inceleyecektir.

2.1. Ergonomi ve Dijital Medya Çalışanları

Dijital medya çalışanları genellikle uzun saatler boyunca bilgisayar başında çalıştıkları için ergonomik sorunlara daha fazla maruz kalabilirler. Bu nedenle:

- **Ergonomik Çalışma İstasyonları:** Dijital medya çalışanlarına, bel, boyun ve ellerini destekleyen ergonomik ofis mobilyaları sağlanmalıdır.
- **Düzenli Ara Verme Uygulamaları:** Uzun süreli ekran karşısında çalışanlar için düzenli ara verme uygulamaları, kas ağrıları ve rahatsızlıkları azaltabilir.

2.2. Göz Sağlığı ve Ekran İşleme

Dijital medya çalışanlarının göz sağlığı, uzun saatler boyunca bilgisayar ekranlarına odaklanmaları nedeniyle özel bir önem taşır. Bu konuda alınacak önlemler:

- **20-20-20 Kuralı:** Her 20 dakikada bir, 20 saniye boyunca 20 feet (yaklaşık 6 metre) uzaklıktaki bir nesneye bakma kuralı gözlerin dinlenmesine yardımcı olabilir.
- **Gözlük Kullanımı:** Ekran filtreli gözlükler, bilgisayar ekranından yayılan mavi ışığı azaltarak göz yorgunluğunu azaltabilir.

2.3. Elektrik Güvenliği ve Teknolojik Cihazlar

Dijital medya endüstrisinde çalışanlar, elektronik ekipmanlarla sürekli etkileşimde bulunurlar. Elektrik güvenliği ve cihaz kullanımına ilişkin önemli hususlar:

- **Priz Kontrolü ve Aşırı Yükten Kaçınma:** Elektronik cihazların bağlı olduğu prizler düzenli olarak kontrol edilmeli ve aşırı yüklenmelerden kaçınılmalıdır.
- **Düzenli Bakım:** Bilgisayarlar ve diğer teknolojik cihazlar düzenli olarak bakım ve temizlikten geçirilmelidir.

2.4. İşe Özel Dijital Medya Araçları ve Güvenlik

Dijital medya endüstrisinde özel olarak kullanılan araçlar, çalışanların güvenliği için özel önlemleri gerektirebilir:

- **Yazılım Güvenliği:** Çalışanlar, dijital medya araçlarını güncel tutmalı ve güvenlik açıklarını düzenli olarak kontrol etmelidir.

- **Veri Güvenliği Politikaları:** İŖe özel dijital medya araularının kullanımı sırasında uyulması gereken veri güvenliği politikaları oluŖturulmalıdır.

3. İŖ Sağlığı ve Güvenliği Yönetim Sistemleri

İŖ Sağlığı ve Güvenliği (İSG) Yönetim Sistemleri, iŖ yerlerinde güvenliği sağlamak, riskleri değerlendirmek, acil durumları yönetmek ve İSG performansını sürekli iyileŖtirmek amacıyla oluŖturulan kapsamlı bir sistemdir. Bu bölümde, İSG Yönetim Sistemlerinin temel unsurları detaylı bir Ŗekilde ele alınacaktır.

3.1. İSG Politika ve Hedefleri

İSG Politika Belirleme: İŖ Sağlığı ve Güvenliği (İSG) politikası, iŖ yerinde etkin bir güvenlik kültürü oluŖturmanın temelidir. İSG politikasını belirleme adımları Ŗu Ŗekilde detaylandırılabilir:

- **Katılımcı Süreçler:** İSG politikasının belirlenmesinde alıŖanların katılımını teŖvik edin. alıŖanların görüşleri ve önerileri, ortak bir İSG vizyonu oluŖturmanıza yardımcı olabilir.
- **Risk Değerlendirmesi Temelli:** İSG politikası, iŖ yerindeki potansiyel risklere odaklanmalıdır. Bu, politikanın gerçekçi, etkili ve iŖlevsel olmasını sağlar.
- **Hukuki ve Standartlara Uyum:** İSG politikası, geçerli mevzuata ve standartlara uygun olmalıdır. Bu, yasal gerekliliklere uygunluğu sağlamanıza yardımcı olur.

Hedeflerin Belirlenmesi: İSG hedefleri, iŖ yerinin önceliklerine ve risk seviyelerine uygun olarak belirlenmelidir. Bu hedefleri belirleme adımları Ŗu Ŗekilde detaylandırılabilir:

- **Risk Analizi:** İSG hedeflerini belirlemeden önce, iŖ yerindeki riskleri analiz edin. Bu, öncelikli alanları ve odak noktalarını belirlemenize yardımcı olur.
- **Ölçülebilirlik:** Belirlenen hedeflerin ölçülebilir olması önemlidir. Bu, hedeflere ulaŖma sürecini izlemenizi ve değerlendirmenizi sağlar.
- **Sürekli İyileŖtirme:** İSG hedefleri, sürekli iyileŖtirme ilkesini içermelidir. Belirlenen hedeflere ulaŖmak için sürekli olarak stratejiler geliŖtirmeye odaklanın.

3.2. Risk Değerlendirmesi ve Kontrol Önlemleri

Risk Değerlendirmesi: İSG süreçlerinin temelini oluŖturan risk değerlendirmesi, potansiyel tehlikelerin ve risklerin belirlenmesini içerir. Bu süreç, aŖađıdaki adımlarla detaylandırılabilir:

- **Tehlike Tanımlama:** İŖ yerindeki potansiyel tehlikeleri belirleyin. Fiziksel, kimyasal, biyolojik, ergonomik ve psikososyal tehlikeleri kapsayan kapsamlı bir liste oluŖturun.
- **Risk Değerlendirme Matrisi:** Belirlenen tehlikelerin olasılıklarını ve etkilerini değerlendiren bir risk matrisi oluŖturun. Bu, öncelikli risk alanlarını belirlemenize yardımcı olur.

- **İSG Uzmanı İşbirliği:** İSG uzmanlarıyla işbirliği yaparak daha detaylı risk değerlendirmeleri gerçekleştirin. Bu, uzman görüşlerini alarak kapsamlı bir risk profili oluşturmanıza yardımcı olabilir.

Kontrol Önlemleri: Belirlenen risklere karşı etkili kontrol önlemleri geliştirmek ve uygulamak, iş sağlığı ve güvenliği açısından kritiktir. Bu adımları içeren bir strateji şu şekilde detaylandırılabilir:

- **Risk Önleme:** Tehlikelerin ortadan kaldırılması veya azaltılması için önleyici önlemler geliştirin. Bu, iş yerindeki temel riskleri minimize etmeye yönelik stratejileri içermelidir.
- **Kişisel Koruyucu Donanımlar (KKD):** Gerekli durumlarda çalışanlara uygun KKD sağlayarak, potansiyel tehlikelere karşı fiziksel koruma sağlayın.
- **Eğitim ve Farkındalık:** Çalışanlara, belirlenen tehlikeler ve alınan kontrol önlemleri konusunda düzenli eğitimler verin. Bu, iş yerindeki farkındalığı artırabilir ve doğru uygulamaların benimsenmesini sağlar.

3.3. Acil Durum Planları ve Tatbikatları

- **Acil Durum Planlarının Oluşturulması:** İş yerinde olası acil durum senaryolarına karşı hazırlıklı olmak adına acil durum planları oluşturulmalıdır.
- **Tatbikatların Düzenlenmesi:** Acil durum tatbikatları, çalışanların acil durumlara nasıl tepki vereceklerini uygulamalı olarak öğrenmelerini sağlar.

3.4. İSG Performans İzleme ve İyileştirme

- **Performans İzleme Sistemleri:** İSG performansını sürekli olarak izleyen ve değerlendiren bir sistem kurulmalıdır.
- **İyileştirme Stratejileri:** İSG performansında ortaya çıkan zayıf noktalar belirlenmeli ve sürekli iyileştirme stratejileri geliştirilmelidir.

4. Psikososyal Riskler ve Dijital Medya Çalışanları

Dijital medya çalışanları, teknolojik gelişmelerin hız kazandığı, sürekli bağlantılı bir ortamda çalıştıkları için psikososyal risklere maruz kalabilirler. Bu bölümde, psikososyal risklerin tanımlanması ve dijital medya çalışanları için İş Sağlığı ve Güvenliği (İSG) stratejileri detaylı bir şekilde ele alınacaktır.

4.1. İş Stresi ve Dijital Medya Çalışanları

Çalışma Sürekliliği ve Stres: Dijital medya çalışanları, işlerini takip etmek adına sürekli bağlı kalma ihtiyacı duyabilirler. Bu durum, çalışma sürekliliğini artırabilir ancak aynı zamanda iş stresini de beraberinde getirebilir. İş stresini yönetmek ve en aza indirmek için şu adımlar atılabilir:

- **Esnek Çalışma Saatleri:** Çalışanlara, esnek çalışma saatleri sunarak iş ve özel yaşantı arasında denge kurmalarına olanak tanıyın.
- **İş Yükü Dengeleme:** Çalışanların üzerindeki iş yükünü dengelemek adına proje yönetimi araçları kullanarak görevlerin düzenli bir şekilde planlanmasını sağlayın.
- **Mental Sağlık Destekleri:** Çalışanlara, iş stresiyle başa çıkmalarına yardımcı olacak mental sağlık destekleri sunun. Bu destekler, psikolog görüşleri, stres yönetimi eğitimleri veya destek grupları olabilir.

İş Yükü Yönetimi: İş yükünü etkili bir şekilde yönetmek, çalışanların verimliliğini artırabilir ve stresle başa çıkmalarına yardımcı olabilir. Bu bağlamda şu önlemler alınabilir:

- **Öncelik Belirleme:** Çalışanlara, görev ve projeleri önceliklendirme konusunda eğitim vererek zamanlarını daha etkili bir şekilde kullanmalarını sağlayın.
- **Zaman Yönetimi Eğitimleri:** Çalışanlara zaman yönetimi teknikleri konusunda eğitimler düzenleyin. Bu eğitimler, işleri daha iyi planlama ve önceliklendirme becerilerini geliştirebilir.
- **İletişim Kanallarını Düzenleme:** Ekip içi iletişim kanallarını düzenleyerek gereksiz bilgi akışını azaltın. Doğru ve etkili iletişim, iş yükünü dengelemeye yardımcı olabilir.

4.2. Dijital Ekran Bağımlılığı ve İSG İlişkisi

Ekran Zamanı Kontrolü: Dijital ekranların uzun süreli kullanımı göz sağlığına zarar verebilir ve psikososyal sorunlara yol açabilir. Çalışanlara, ekran zamanlarını kontrol etmeleri ve düzenli ara verme uygulamaları önerilmelidir. Bu kapsamda şu adımları atabilirsiniz:

- **20-20-20 Kuralı:** Her 20 dakikada bir, 20 saniye boyunca uzak bir noktaya bakma kuralını uygulayarak göz yorgunluğunu azaltın.
- **Ekran Molası Zamanları:** Çalışanlara, belirli aralıklarla ekran molaları vermelerini teşvik edin. Bu molalar, gözleri dinlendirmenin yanı sıra fiziksel sağlığı da destekler.

Ergonomik Çalışma Ortamı: Dijital medya çalışanları için ergonomik bir çalışma ortamı oluşturmak, fiziksel ve psikososyal sağlığı destekler. Bu konuda şu adımları atabilirsiniz:

- **Ergonomik Mobilyalar:** Ergonomik masa ve sandalyeler gibi mobilyalar kullanarak, uzun süreli bilgisayar başında çalışmanın etkilerini azaltın.
- **Işıklandırma:** Doğru aydınlatma ile çalışma ortamını iyileştirin. Fazla parlak veya az ışık, göz yorgunluğuna neden olabilir.
- **Molalara Alan Tanıma:** Çalışanlara, düzenli aralıklarla kısa molalar vermeleri için bir alan tanıyın. Bu alan, fiziksel aktivitelerle mola verme şansı sunabilir.

4.3. Çalışan İlişkileri ve Takım Çalışması

- **Sanal İletişim Becerileri:** Dijital medya çalışanlarına, sanal iletişim becerilerini geliştirmeleri için eğitimler verilmelidir. İyi iletişim, çalışan ilişkilerini güçlendirir.

- **Takım Çalışması Stratejileri:** Çalışanlar arasındaki takım dinamiklerini güçlendirmek adına düzenli takım toplantıları ve etkileşimli platformlar kullanılmalıdır.

4.4. Home Office Çalışanları için İSG Stratejileri

- **Ev Ofisi Ergonomisi:** Home office çalışanları için ergonomik bir çalışma ortamı oluşturmak, fiziksel sağlıklarını korumalarına yardımcı olur.
- **İletişim ve Destek Hattı:** Evden çalışanlara düzenli iletişim ve destek hattı sağlamak, izolasyon hissini azaltır ve psikososyal riskleri önler.

5. Dijital Medya Üretiminde İş Sağlığı ve Güvenliği (İSG)

Dijital medya üretimi, özel beceriler ve ekip işbirliği gerektiren bir süreçtir. Bu bölümde, dijital medya üretiminde çalışanlar için özel İş Sağlığı ve Güvenliği (İSG) ilkeleri ve stratejileri detaylı bir şekilde ele alınacaktır.

5.1. Prodüksiyon ve Montaj Güvenliği

Set Güvenliği Protokolleri: Çekim sırasında, set güvenliği büyük önem taşır. Özel protokoller ve talimatlar oluşturularak, sette çalışan ekip üyelerinin birbirleriyle uyumlu ve güvenli bir şekilde çalışmalarını sağlayabilirsiniz. Bu protokoller şunları içerebilir:

- **Ekip İletişimi:** Ekip içinde etkili iletişim için belirlenmiş bir protokol oluşturun. Acil durumlar veya riskli durumlar için net ve anlaşılır iletişim kanalları kurun.
- **Set Güvenliği Ekipmanları:** Sette kullanılacak güvenlik ekipmanlarını belirleyin. Örneğin, yangın söndürücüler, acil çıkış tabelaları ve ilk yardım malzemeleri gibi ekipmanlar her zaman erişilebilir olmalıdır.

Ekip Eğitimleri: Prodüksiyon ekibi, setteki tehlikelere karşı eğitilmelidir. Acil durum senaryoları üzerinde pratik yaparak ekip üyelerini bu durumlarla nasıl başa çıkacakları konusunda hazırlayabilirsiniz. Eğitim programları şunları içerebilir:

- İlk Yardım Eğitimi: Acil durumlarda temel ilk yardım becerilerini öğretin. Ekip üyelerini temel yaşam destek prosedürleri konusunda bilgilendirin.
- Yangın Tatbikatları: Yangın söndürme ekipmanlarının nasıl kullanılacağına dair tatbikatlar düzenleyin. Acil çıkış yollarını belirleyin ve ekip üyelerini bu konuda eğitin.

Montaj Güvenliği: Bilgisayar başında çalışan montaj ekibi için ergonomik çalışma ortamları oluşturmak, uzun süreli oturarak çalışmanın olası risklerini en aza indirmek önemlidir. Bu kapsamda şu adımları atabilirsiniz:

- Ergonomik Mobilyalar: Montaj ekibi için ergonomik masa ve sandalyeler sağlayarak uzun süreli oturarak çalışmanın etkilerini azaltın.
- Ekran Ara Sırası: Belirli aralıklarla ekran arası molası vermeyi teşvik edin. Göz yorgunluğunu önlemek ve fiziksel sağlığı korumak için kısa molalar verebilirler.

- **Eğitim ve Farkındalık:** Montaj ekibine dzenli aralıklarla ergonomi eğitimleri verin. Doğru oturma pozisyonları, klavye ve fare kullanım teknikleri gibi konularda bilinçlendirmeyi sağlayın.

5.2. Kamera Operatörleri İçin İSG İlkeleri

- **Taşıma ve Kurulum Güvenliği:** Kamera ekipmanlarının taşınması ve kurulumu sırasında güvenlik protokolleri uygulanmalı, ağır yüklerin kaldırılması için yardım ve ekipman kullanımını teşvik edilmelidir.
- **Göz Sağlığı:** Uzun süreli çekimler sırasında, kamera operatörlerinin göz sağlıklarını korumak için dzenli ara verme uygulamaları ve göz kontrolü önlemleri alınmalıdır.

5.3. Animasyon ve Grafik Tasarım Güvenliği

- **Ergonomik Tasarım:** Bilgisayar başında uzun saatler geçiren animatörler ve grafik tasarımcılar için ergonomik mobilya ve ekipmanlar sağlanmalıdır.
- **Görsel ve Duygusal Sağlık:** Uzun süreli ekran maruziyeti, animasyon ve grafik tasarım çalışanlarının görsel ve duygusal sağlığını etkileyebilir. Belirli aralıklarla dinlenme ve mola uygulamaları teşvik edilmelidir.

5.4. Ses Mühendisliği ve İSG

- **Kulak Koruma:** Yüksek ses seviyeleriyle çalışan ses mühendisleri için kulak koruma ekipmanları temin edilmeli ve dzenli işitme kontrolü yapılmalıdır.
- **Ergonomik alışma Ortamı:** Ses mühendisleri, uzun saatler süren kayıt ve düzenleme işlemleri sırasında ergonomik bir çalışma ortamına ihtiyaç duyar. Bu nedenle, uygun mobilya ve ekipmanlar sağlanmalıdır.

6.İSG Eğitim ve Farkındalık Programları

İş Sağlığı ve Güvenliği (İSG) eğitim ve farkındalık programları, çalışanların güvenliği ve sağlığına yönelik bilinci artırmayı amaçlar. Bu bölümde, etkili bir İSG eğitim ve farkındalık programı oluşturmak için kullanılabilir stratejiler detaylı bir şekilde ele alınacaktır.

6.1. Eğitim Materyalleri ve Modülleri

- **Modüler Eğitim Yaklaşımı:** İSG eğitimleri, temel konulara odaklanan modüller halinde dzenlenebilir. Bu, alışanların bilgiyi daha etkili bir şekilde öğrenmelerine olanak tanır.
- **Görsel ve İnteraktif Materyaller:** Eğitim materyalleri görsel ve interaktif unsurları içermeli, örnek vakalar, senaryolar ve simülasyonlar kullanılmalıdır.
- **Çeşitli Dil ve Formatlar:** Eğitim materyalleri, farklı dil seçenekleri ve farklı formatlarda sunulurak çeşitliliğe ve kolay anlaşılabilirliğe katkı sağlamalıdır.

6.2. alışan Katılımını Artırma Yolları

Çalışanların İş Sağlığı ve Güvenliği (İSG) süreçlerine aktif katılımı, iş yerinde güvenlik kültürünü güçlendirmek ve riskleri minimize etmek için kritik öneme sahiptir. Çalışan katılımını artırmak ve İSG konularına daha fazla ilgi çekmek için şu yöntemler kullanılabilir:

Katılımı Teşvik Edici Etkinlikler

- **İnteraktif Eğitimler:** Geleneksel eğitim metodları yerine interaktif ve katılımcı eğitim yöntemleri kullanılabilir. Bu, çalışanların konuya daha fazla ilgi göstermelerini sağlar.
- **Simülasyonlar ve Senaryo Çalışmaları:** İSG konularını gerçek hayattan senaryolarla ilişkilendiren simülasyonlar ve senaryo çalışmaları düzenlemek, çalışanların pratik becerilerini geliştirmelerine yardımcı olur.
- **İSG Farkındalık Etkinlikleri:** İSG haftaları, etkinlikler ve yarışmalar gibi özel etkinlikler düzenleyerek çalışanların İSG konularına olan ilgilerini artırabilirsiniz.

Çalışan Geri Bildirimleri

- **Anketler ve Değerlendirmeler:** İSG eğitim programları ve uygulamalarıyla ilgili düzenli anketler düzenleyerek çalışanlardan geri bildirim toplanabilir. Bu geri bildirimler, eğitimleri iyileştirmek ve çalışanların ihtiyaçlarına daha iyi yanıt vermek için kullanılabilir.
- **İSG Komiteleri:** Çalışanlardan oluşturulan İSG komiteleri, sürekli olarak geri bildirim toplamak ve iyileştirme önerilerini değerlendirmek adına etkili bir araç olabilir.

Çalışan Temsilcileri

- **İSG Elçileri:** İSG konularında uzmanlaşmış ve eğitim almış çalışanları İSG elçisi olarak belirleyerek, bu kişiler aracılığıyla diğer çalışanlara bilgi aktarılabilir. İSG elçileri, işyerindeki farkındalığı artırmak ve sorunları çözmek adına önemli bir rol oynar.
- **İSG Toplantıları ve Çalıştaylar:** Çalışan temsilcileri aracılığıyla düzenlenen İSG toplantıları ve çalıştaylar, çalışanların sorunlarını ve önerilerini direkt olarak iletebilmelerini sağlar.

6.3. İSG Kampanyaları ve İletişim Stratejileri

- **Tematik Kampanyalar:** Belirli bir süre boyunca odaklanılan tematik İSG kampanyaları düzenlemek, çalışanların bilincini artırabilir.
- **İletişim Stratejileri:** Düzenli olarak güncellenen iç iletişim stratejileri ile, İSG konularının çalışanlar arasında sürekli gündemde kalması sağlanmalıdır.

6.4. Dijital Platformlarda İSG Eğitimleri

- **Online Eğitim Platformları:** Dijital medya kullanarak, çalışanlara online İSG eğitimleri sunmak, esneklik sağlar ve herkesin kendi hızında öğrenmesine olanak tanır.
- **Web Seminerleri ve Canlı Sohbetler:** İSG uzmanlarını davet ederek düzenlenen web seminerleri ve canlı sohbetler, etkileşimli bir öğrenme deneyimi sunar.

- **Mobil Uygulamalar:** İSG konularını içeren mobil uygulamalar, çalışanlara her yerden erişim imkanı tanır ve sürekli bilgi akışını destekler.

7.İSG Denetim ve İnceleme Süreçleri

İş Sağlığı ve Güvenliği (İSG) denetim ve inceleme süreçleri, iş yerindeki riskleri belirlemek, performansı değerlendirmek ve iyileştirme süreçlerini yönetmek adına önemlidir. Bu bölümde, dijital medya sektöründe İSG denetim ve inceleme süreçlerini yönetmek için kullanılabilecek stratejiler detaylı bir şekilde ele alınacaktır.

7.1. İSG Denetimlerinin Planlanması ve Uygulanması

İş Sağlığı ve Güvenliği (İSG) denetimleri, iş yerindeki riskleri belirlemek, güvenlik standartlarını değerlendirmek ve çalışanları güvenli bir ortamda çalışmaya teşvik etmek için önemlidir. Bu süreçlerin etkili bir şekilde planlanması ve uygulanması için aşağıdaki stratejiler ve detaylar göz önünde bulundurulmalıdır:

Risk Değerlendirmeleri

- **Düzenli Aralıklarla Yapılmalı:** Risk değerlendirmeleri, belirlenen periyotlarda düzenli olarak yapılmalıdır. Bu değerlendirmeler, iş yerindeki değişen koşullar ve yeni risk faktörleri göz önüne alınarak güncellenmelidir.
- **Yeni Risklerin Tanımlanması:** İSG denetimleri öncesinde, olası yeni risk faktörleri belirlenmeli ve bu risklerin etkileri değerlendirilmelidir. Böylece iş yerindeki güvenlik zafiyetleri önceden tespit edilebilir.
- **Mevcut Risklerin Güncellenmesi:** İSG denetim süreçlerini etkili kılmak için mevcut risklerin düzenli olarak gözden geçirilmesi ve güncellenmesi gereklidir. Değişen koşullara uyum sağlamak, işyerindeki güvenlik standardını artırır.

Denetim Takvimleri

- **Düzenli Güncellemeler:** İSG denetim takvimleri belirlenen periyotlarda düzenli olarak güncellenmelidir. Bu, planlamada esneklik sağlar ve acil durumlar için önceden tedbir alınabilir.
- **Çalışanlara Duyuru ve Şeffaflık:** İSG denetim takvimleri, çalışanlara önceden duyurularak şeffaflık sağlanmalıdır. Bu, çalışanların denetimlere hazırlıklı olmalarını ve sürece katılımlarını artırır.

Eğitim ve Bilinçlendirme

- **Katılımcılara Önceden Eğitim:** İSG denetimlerine katılacak personel, denetim süreçleri ve beklentileri hakkında önceden eğitilmelidir. Bu, denetimlerin daha etkili ve verimli bir şekilde gerçekleşmesine katkı sağlar.

- Denetim Sonuçları ve İyileştirme Süreçleri Eğitimi: Denetim sonuçları, çalışanlara detaylı bir şekilde iletmeli ve ortaya çıkan risklerle başa çıkma konusunda eğitim verilmelidir. Aynı zamanda, iyileştirme süreçlerinin nasıl uygulanacağına dair eğitimler düzenlenmelidir.

7.2. Dijital Medya Çalışanlarının İSG Performans Değerlendirmeleri

- **Bireysel Performans Göstergeleri:** Her çalışanın İSG performansını değerlendirebilmek için bireysel performans göstergeleri belirlenmeli ve düzenli olarak değerlendirmeler yapılmalıdır.
- **Çalışan Geri Bildirimleri:** İSG performans değerlendirmeleri, çalışanlardan gelen geri bildirimlerle desteklenmeli ve gelişim alanları belirlenmelidir.

7.3. İSG İhlalleri ve İyileştirme Süreçleri

- **İhlal Raporlama Sistemi:** İSG ihlallerini raporlayabilmek adına etkili bir sistem oluşturulmalı, çalışanlara ihlalleri bildirme konusunda cesaretlendirme yapılmalıdır.
- **İyileştirme Planları:** İSG ihlalleri üzerine oluşturulan iyileştirme planları, hızlı bir şekilde uygulanmalı ve etkileri düzenli olarak izlenmelidir.

7.4. Dijital Medya Sektöründe İSG En İyi Uygulamaları

- **Ergonomi Standartları:** Dijital medya sektöründe ergonomik çalışma ortamları oluşturmak adına uluslararası standartlara uyum ön planda tutulmalıdır.
- **Teknolojik Güncellemeler:** İSG konularında yapılan teknolojik güncellemeler, çalışanların daha güvenli bir şekilde çalışmalarını sağlamak adına benimsenmeli ve uygulanmalıdır.
- **İSG Kültürü:** İSG kültürü, sadece kurumsal bir zorunluluk değil, aynı zamanda bir değer haline getirilmeli ve sürekli olarak teşvik edilmelidir.

Sorumluluk Reddi Beyanı

“Bu **Eğitim Modülü**, Avrupa Birliği ve Türkiye Cumhuriyetinin maddi desteği ile oluşturulmuştur ve sürdürülmektedir. İçerik tamamıyla **Ülfet Eğitim ve Yardımlaşma Derneği** sorumluluğu altındadır ve Avrupa Birliği ve Türkiye Cumhuriyeti'nin görüşlerini yansıtmak zorunda değildir.”