


ΕΥΡΩΠΑΪΚΟ ΠΡΟΤΥΠΟ
ΠΕΡΙΓΡΑΦΗ
EN ISO 20345:2022

Αυτό το διεθνές πρότυπο περιγράφει λεπτομερώς τις βασικές και πρόσθετες (δηλ. προαιρετικές) απαιτήσεις για υποδήματα ασφαλείας γενικής χρήσης (π.χ. μηχανικοί κίνδυνοι, αντοχή στην ολίσθηση, θερμικοί κίνδυνοι και εργονομικός σχεδιασμός) και για υποδήματα που έχουν σχεδιαστεί για συγκεκριμένα επαγγέλματα και συνθήκες εργοταξίου. Τα υποδήματα ασφαλείας που συμμορφώνονται με το πρότυπο EN 20345 είναι εφοδιασμένα με προστατευτικό δακτύλων που προορίζεται να παρέχει προστασία κατά των χτυπημάτων σε ένα επίπεδο μέγιστης ενέργειας ίσης με 200 joules και κατά μιας συντριβής ίσης με 15kJ.

EN ISO 20347:2022

Το πρότυπο αυτό περιγράφει λεπτομερώς τις βασικές και πρόσθετες (δηλαδή προαιρετικές) απαιτήσεις για επαγγελματικά υποδήματα που δεν εκτίθενται σε μηχανικούς κινδύνους (π.χ. κρούση ή συμπίεση) και για υποδήματα που έχουν σχεδιαστεί για συγκεκριμένα επαγγέλματα και συνθήκες στο χώρο εργασίας. Τα επαγγελματικά υποδήματα που συμμορφώνονται με το πρότυπο EN 20347 δεν περιλαμβάνουν προστατευτικό δακτύλων για παροχή προστασίας από δυνάμεις πρόσκρουσης και φορτία συμπίεσης. Αυτοί οι τύποι υποδημάτων έχουν σχεδιαστεί για χώρους εργασίας στους οποίους εκτιμήθηκε ότι δεν περιέχουν δραστηριότητες με κινδύνους για τα πόδια και για τα δάχτυλα των ποδιών.

ΓΙΑΤΙ ΝΑ ΕΠΙΛΕΞΩ ΥΠΟΔΗΜΑΤΑ ΑΣΦΑΛΕΙΑΣ

Τα υποδήματα έχουν σημαντική επίδραση στη κίνηση των ποδιών, αλλά οι περισσότεροι παραβλέπουν τη πραγματική σημασία της σωστής επιλογής ενός υποδήματος ασφαλείας. Το ανθρώπινο σώμα χρησιμοποιεί φυσικές μεθόδους για την απορρόφηση των κραδασμών καθώς και τη μείωση των δυνάμεων πρόσκρουσης που αναπτύσσονται στα κάτω άκρα κατά τη κίνηση του ανθρώπου. Ωστόσο για πιο δραστηρικές λύσεις απαιτείται η χρήση υποδήματος. Σε συνδυασμό με τους κινδύνους που υπάρχουν στους διάφορους τομείς εργασίας (πτώση αντικειμένων, αιχμηρές επιφάνειες, υγρασία, νοτισμένες επιφάνειες, ηλεκτρικές τάσεις κ.α.) η χρήση υποδήματος ασφαλείας είναι επιβεβλημένη για τον κάθε εργαζόμενο.

Ως **εργαζόμενος**, είστε υποχρεωμένος να διατηρείτε υγιή τα πόδια σας. Για το λόγο αυτό βεβαιωθείτε ότι:

- Φοράτε καλής ποιότητας κάλτσες εργασίας και τις αλλάζετε κάθε μέρα.
- Τα υποδήματα ασφαλείας είναι άνετα. Τα καλής ποιότητας και ανατομικά σχεδιασμένα υποδήματα ασφαλείας δεν πρέπει να είναι άβολα ή να μην ταιριάζουν απόλυτα στο πέλμα σας.
- Τα άνετα υποδήματα ασφαλείας μειώνουν την κόπωση και σας διατηρούν φρέσκους και δραστήριους για μεγαλύτερο χρονικό διάστημα.
- Είστε ενήμεροι για τους κινδύνους στο χώρο εργασίας σας. Αν έχετε ανησυχίες για την ασφάλεια των ποδιών σας, ειδοποιήστε τον εργοδότη σας ή τον υπεύθυνο ασφαλείας. Βεβαιωθείτε ότι τα παπούτσια που φοράτε είναι κατάλληλα για τον χώρο εργασίας σας.

Ως **εργοδότης** μπορείτε να αποφύγετε σημαντικά προβλήματα που οφείλονται στην υγεία των κάτω άκρων στον χώρο εργασίας. Αρκεί να:

- Βεβαιωθείτε ότι για κάθε τομέα εργασίας χρησιμοποιούνται τα σωστά υποδήματα ασφαλείας. Υπάρχουν πολλά εμπορικά σήματα, σχέδια και είδη υποδημάτων ασφαλείας για διάφορα περιβάλλοντα εργασίας. Ζητήστε από τον κατασκευαστή ή τον προμηθευτή να σας συμβουλευτεί σχετικά με τα σωστά υποδήματα για χρήση.
- Τα άνετα υποδήματα ασφαλείας αυξάνουν την παραγωγικότητα και δημιουργούν ένα ευχάριστο περιβάλλον εργασίας.
- Επιδιώξτε οι εργαζόμενοι σας να δοκιμάσουν τα υποδήματα για να βεβαιωθείτε ότι το παπούτσι ή η μπότα είναι στο σωστό μέγεθος και ταιριάζει απόλυτα. Τα καλής ποιότητας υποδήματα ασφαλείας δεν πρέπει να είναι άβολα εάν έχουν φορεθεί σωστά.
- Κάνετε ενέργειες προώθησης της υγείας των άκρων στο χώρο εργασίας σας, ειδικά κατά την Εβδομάδα Υγείας των κάτω άκρων (στα μέσα Οκτωβρίου).
- Επικοινωνήστε με έναν ορθοπεδικό για να εξηγήσει στους εργαζόμενους τη σημασία της υγείας των κάτω άκρων.
- Ενθαρρύνετε τα μέλη του προσωπικού σας να αναφέρουν προβλήματα που σχετίζονται με τα υποδήματα που χρησιμοποιούν.
- Δείτε το αρχείο υγείας των κάτω άκρων της επιχείρησής σας - πολλές καταγγελίες μπορεί να υποδηλώνουν ότι σειρά τραυματισμών οφείλονται στο χώρο εργασίας.
- Κάνετε μια «Αξιολόγηση κινδύνου κάτω άκρων» στο χώρο εργασίας - αναζητήστε τρόπους για να ελαχιστοποιήσετε την επιβάρυνση των ποδιών των εργαζομένων σας. (Ο ορθοπεδικός μπορεί να σας βοηθήσει να αξιολογήσετε τους κινδύνους του ποδιού στο χώρο εργασίας).
- Κάντε αντιληπτό στον υπεύθυνο ασφαλείας ή στον θεράποντα ιατρό ότι τα παπούτσια πρέπει να λαμβάνονται σοβαρά υπόψη.
- Εάν οι υπάλληλοί σας φορούν παπούτσια ασφαλείας, ρωτήστε τον εαυτό σας: Διαθέτουμε επαρκή γκάμα υποδημάτων ασφαλείας για κάθε μέλος του προσωπικού; Αν όχι, η τμηματοποίηση της τροφοδοσίας και της χρήσης των υποδημάτων ασφαλείας μπορεί να είναι πιο αποδοτική.

ΟΔΗΓΙΕΣ ΦΡΟΝΤΙΔΑΣ ΤΩΝ ΥΠΟΔΗΜΑΤΩΝ

Χρησιμοποιήστε μαλακή βούρτσα και νερό. Σε καμία περίπτωση μην τα καθαρίζετε με αλκοόλες, διαλυτικές ουσίες, πετρελαιοειδή ή άλλα χημικά.

Να τα διατηρείται στεγνά και καθαρά σε σκιερό μέρος θερμοκρασίας δωματίου

Βρεγμένα υποδήματα δεν πρέπει να τοποθετηθούν απευθείας κοντά σε θερμές επιφάνειες αλλά πρέπει να στεγνώσουν σε αεριζόμενο μέρος θερμοκρασίας δωματίου.

ΣΥΜΒΟΛΑ	ΠΕΡΙΓΡΑΦΗ
O	Χωρίς προστατευτικό δακτύλων
S	Προστατευτικό δακτύλων αντοχής σε 200 J & 15 kN
E	Απορρόφηση μηχανικής ενέργειας στη φτέρνα
P	Προστασία από διάτρηση στη σόλα (καρφί \varnothing 4,5 mm)
PL	Προστασία από διάτρηση στη σόλα (καρφί \varnothing 4,5 mm)
PS	Προστασία από διάτρηση στη σόλα (καρφί \varnothing 3 mm)
WPA	Άνω μέρος ανθεκτικό στη διείσδυση & απορρόφηση νερού
WR	Αντίσταση στην υδατοπερατότητα (αδιάβροχο, 80 min)
FO	Αντίσταση της σόλας σε πετρελαιοειδή
HRO	Αντίσταση εξωτερικής σόλας σε θερμή επιφάνεια
HI	Μόνωση από θερμότητα στη σόλα
CI	Μόνωση από ψύχος στη σόλα
M	Προστασία μεταταρσίου
AN	Προστασία ταρσού
CR	Αντίσταση στην κοπή του άνω μέρους
C	Μερικώς αγωγίμο υποδήμα
LG	Πρόσφυση σε σκάλα
SC	Κάλυμμα προστασίας από τη λείανση
SR	Αντιολισθηρότητα σε κεραμικά πλακίδια+γλυκερίνη

ΣΗΜΑΝΣΕΙΣ	ΠΕΡΙΓΡΑΦΗ	ΠΡΟΤΥΠΟ
SB	S+Βασικές απαιτήσεις (αντοχή, ασφάλεια&απόδοση των υλικών / εργονομία υποδημάτων και άνεση/αντοχή στην ολίσθηση κεραμικό δάπεδο+απορρυπαντικό)	EN 20345
S1	SB + E + A + Κλειστή περιοχή φτέρνας	
S1P	S1 + P	
S1PL	S1 + PL	
S1PS	S1 + PS	
S2	S1 + WPA	
S3	S2 + P + Εξωτερική σόλα με καρφιά	
S3L	S2 + PL + Εξωτερική σόλα με καρφιά	
S3S	S2 + PS + Εξωτερική σόλα με καρφιά	
S6	S2 + WR	
S7	S3 + WR	EN 20347
S7L	S3L + WR	
S7S	S3S + WR	
OB	O+Βασικές απαιτήσεις (αντοχή, ασφάλεια&απόδοση των υλικών / εργονομία υποδημάτων και άνεση/αντοχή στην ολίσθηση κεραμικό δάπεδο+απορρυπαντικό)	
O1	OB + E + A + Κλειστή περιοχή φτέρνας	
O2	O1 + WPA	
O3	O2 + P + Εξωτερική σόλα με καρφιά	
O3L	O2 + PL + Εξωτερική σόλα με καρφιά	
O6	O2 + WR	
O7	O3 + WR	
O7L	O3L + WR	
O7S	O3S + WR	



EUROPEAN NORM DESCRIPTION

EN ISO 20345:2022

This standard details basic and additional (i.e., optional) requirements for general-purpose safety footwear (e.g., mechanical risks, slip resistance, thermal risks, and ergonomic design) and for footwear designed for specific professions and worksite conditions. Safety footwear that complies with EN 20345 is fitted with toecaps to ensure protection against impact when tested at an energy level of at least 200 J and against compression when tested at a compression load of at least 15 kN.

EN ISO 20347:2022

This standard details basic and additional (i.e., optional) requirements for occupational footwear that will not be exposed to mechanical risks (e.g., impact or compression) and for footwear designed for specific professions and worksite conditions. Occupational footwear that complies with EN 20347 does not include toecaps that ensure protection against impact forces and compression loads. These types of footwear are designed for workplaces and activities in which both hazards to feet and toes are not identified during risk assessments.

WHY CHOOSING SAFETY FOOTWEAR

Shoes have a significant effect of the legs' movement, but most of us ignore the real meaning of choosing safety shoe. The human body uses natural methods to absorb vibrations as well as reduce the impact forces that develop in the lower limbs during human movement. However, for more drastic solutions, the use of footwear is required. The absorb vibration and the difficulties in the various work areas, make the use of safety shoes essential for every employee.

As a **worker**, you are required to keep your feet healthy. For this reason make sure that:

- Wear good quality socks and change them every day.
- Safety shoes are comfortable. Good quality and anatomically designed safety shoes should not be uncomfortable or not fit perfectly into your foot.
- Comfort safety shoes reduce fatigue and keep you fresh and active for longer.
- You are aware of the dangers in your workplace. If you have concerns about the safety of your feet, notify your employer or the safety manager. Make sure the shoes you wear are right for your workplace.

As an **employer**, you can avoid serious problems due to leg health in the workplace. As long as:

- Make sure that for each work area, your employees use the correct safety shoes. There are many brands, designs and types of safety footwear for different work environments. Ask the manufacturer or vendor to advise you the right shoes for your need.
- Comfort safety shoes increase productivity and create a friendly work environment.
- Seek your employees to test the shoes to make sure the shoe or boot is the right size and fit perfectly. Good quality safety shoes should not be uncomfortable if they are worn properly.
- Make actions to promote the health of the limbs in your workplace, especially during the Lower Health Week (mid-October).
- Call an orthopedic to your workplace to explain to employees the importance of leg health.
- Encourage your staff members to report problems related to the shoes they use.
- Look at the health records of your company's lower limbs - many complaints may indicate that a range of injuries are due to the workplace
- Do a 'Lower Limit Risk Assessment' at work - look for ways to minimize the burden on your employees' feet. (The orthopedic can help you assess the dangers of the foot at the workplace).
- Make it clear to the safety manager that the workers' complaints should be taken seriously.
- If your employees wear safety shoes, ask yourself: Do we have a sufficient range of safety shoes for each staff member? If not, segmentation of the supply and use of safety shoes can be more cost-effective.

HOW TO CLEAN THEM

Use soft brushes and water. Never use such materials as alcohol, diluents, petrol or any other chemicals.

Keep your shoes dry and clean, in any appropriate place in room temperature.

Wet shoes should never be put directly into contact with warm sources after use, but left to dry up in an airy lace in room temperature.

SYMBOLS DESCRIPTION

O	With no toe protection
S	Toe protection 200 J + 15kn
E	Energy absorption of seat region
P	Metallic perforation resistant insert with conical nail (ø 4,5 mm)
PL	Non-metallic perforation resistant insert with conical nail (ø 4,5 mm)
PS	Non-metallic perforation resistant insert with conical nail (ø 3 mm)
WPA	Upper resistant to water penetration and absorption
WR	Water resistant footwear
FO	Sole resistant to fuel oil
HRO	Sole resistant to hot contact
HI	Heat insulation
CI	Cold insulation
M	Metatarsal protection
AN	Ankle protection
CR	Cut resistance
C	Partially conductive footwear
LG	Ladder grip system
SC	Scuff cap abrasion resistance
SR	Slip resistance ceramic floor + glycerine

MARKINGS DESCRIPTION STANDARD

SB	S+Basic requirements (resistance, safety and performance of materials / footwear ergonomics and comfort/slip resistance ceramic floor+detergent)	EN 20345
S1	SB + E + A + Closed heel area	
S1P	S1 + P	
S1PL	S1 + PL	
S1PS	S1 + PS	
S2	S1 + WPA	
S3	S2 + P + Outsole with cleats	
S3L	S2 + PL + Outsole with cleats	
S3S	S2 + PS + Outsole with cleats	
S6	S2 + WR	
S7	S3 + WR	
S7L	S3L + WR	
S7S	S3S + WR	
OB	Basic requirements for occupational footwear met(footwear ergonomics and comfort/slip resistance ceramic floor+detergent)	EN 20347
O1	OB + E + A + Closed heel area	
O2	O1 + WPA	
O3	O2 + P + Outsole with cleats	
O3L	O2 + PL + Outsole with cleats	
O6	O2+ WR	
O7	O3 + WR	
O7L	O3L + WR	
O7S	O3S + WR	