

Kampania społeczna CIOP-PIB pn. „Słucham i słyszę”

**Karolina Kucper
Ośrodek Promocji i Wdrażania
CIOP-PIB**

Centralny Instytut Ochrony Pracy - Państwowy Instytut Badawczy

MISJA



**Kształtowania warunków pracy
zgodnie z psychofizycznymi możliwościami człowieka.**



„O co tyle hałasu?”



3 marca
Światowy Dzień Słuchu

25 kwietnia
Międzynarodowy Dzień Świadomości Zagrożenia Hałasem

Światowa Organizacja Zdrowia

do 2050 r. u ponad 2,5 mld osób
może dojść do określonego
stopnia ubytku słuchu,

ok. 700 mln osób
będzie wymagać
rehabilitacji słuchu



Źródło: World Report on Hearing, World Health Organization 2020

Ilu Europejczyków jest narażonych na szkodliwy dla zdrowia poziom hałasu, którego źródłem jest transport?

ponad 20% - wg danych Europejskiej Agencji Środowiska

ponad 30% - wg Światowej Organizacji Zdrowia

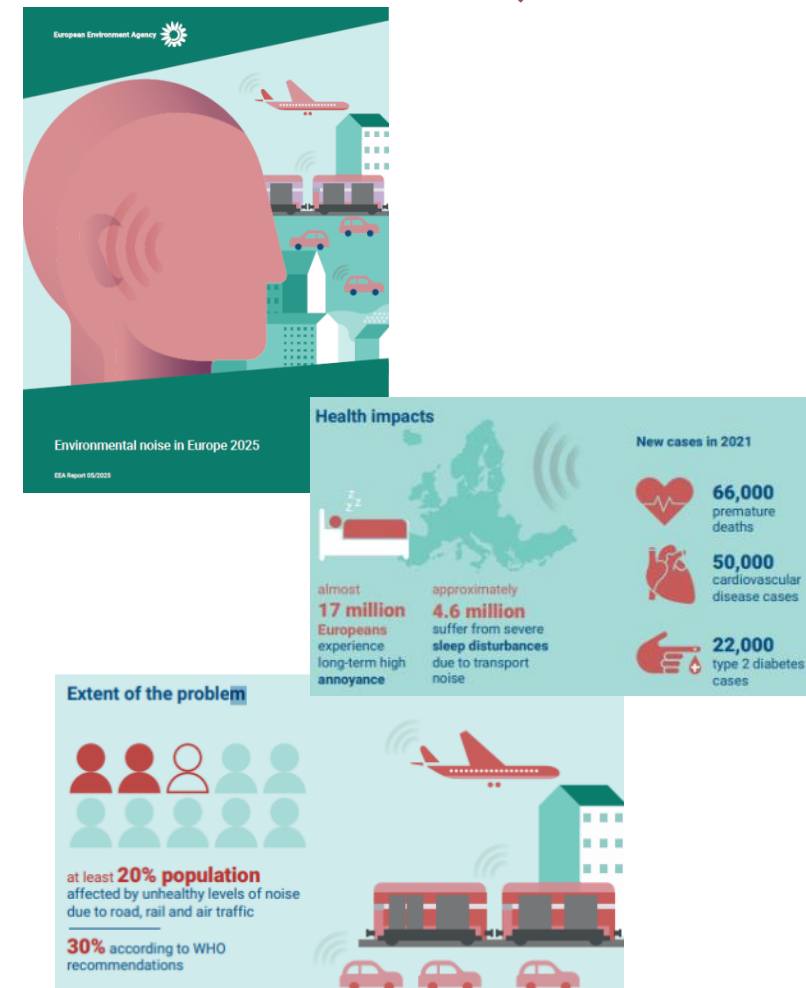
transport drogowy - 92 miliony osób

transport kolejowy - 18 milionów osób

transport lotniczy - 2,6 miliona osób

narażonych na poziom przekraczający próg NDN wynoszący 55 dB w okresie dzień-wieczór-noc

Źródło: Environment noise in Europe 2025, European Environment Agency



Środowiskowe zagrożenia dla zdrowia:

1. zanieczyszczenie powietrza
2. czynniki związane z wzrastającymi temperaturami
3. hałas

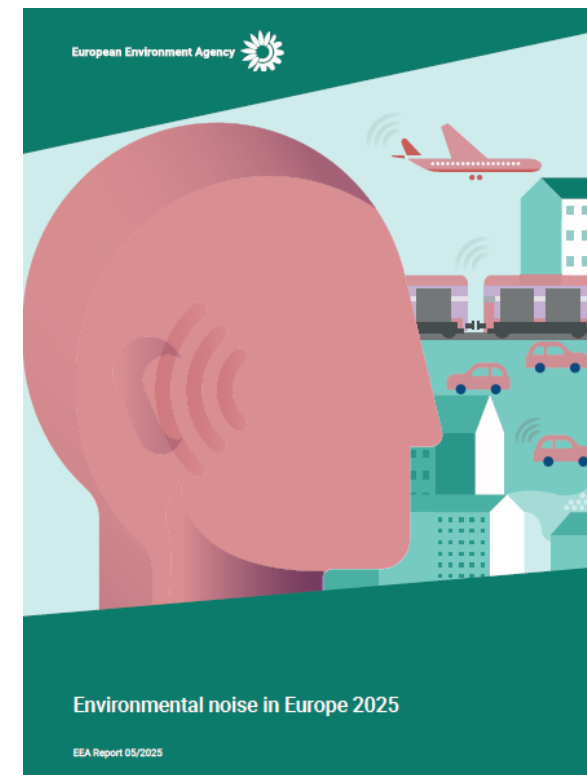
Źródło: Environment noise in Europe 2025, European Environment Agency 2025



Zdjęcie: Canva Pro

Przewlekłe narażenie na hałas, którego źródłem jest transport, przyczynia się do:

- 66 tys. przedwczesnych zgonów rocznie w Europie
- ok. 50 tys. nowych przypadków chorób układu krążenia
- 22 tys. przypadków cukrzycy typu 2



2,3 %

wszystkich
zdiagnozowanych chorób
zawodowych w Polsce w
2024 r. to
...ubytek słuchu

Źródło:

Świątkowska B. Hanke W., Choroby zawodowe w
Polsce w 2024 r., Instytut Medycyny Pracy im.
prof. J. Nofera w Łodzi

Ubytek słuchu

obustronny trwały odbiorczy
ubytek słuchu typu
ślimakowego lub czuciowo-
nerwowego spowodowany
hałasem, wyrażony
podwyższeniem progu
słuchu o wielkości co
najmniej 45 dB w uchu lepiej
słyszającym, obliczony jako
średnia arytmetyczna dla
częstotliwości
audiometrycznych 1, 2 i 3
kHz

**171,4 tys.
pracowników**

było narażonych na
hałas w 2024 r.

.....to blisko połowa
wszystkich
zatrudnionych w
warunkach zagrożenia
związanego ze
środowiskiem pracy

Źródło: Główny Urząd Statystyczny

Kampania społeczna pn. „Słucham i słyszę” na rzecz zapobiegania chorobom słuchu wśród pracowników



Zachęca pracodawców do działań na rzecz zdrowego słuchu pracowników:

- eliminowania lub / i ograniczanie nadmiernego hałasu w miejscu pracy
- szerzenia wiedzy o higienie narządu słuchu
- podejmowania profilaktyki
- organizowania badań przesiewowych dla pracowników

Zanieczyszczenie hałasem stanowi również zagrożenie dla zdrowia dzieci

Przewlekłe narażenie na hałas transportowy może również negatywnie wpływać na dzieci, zwłaszcza że znajdują się one w ważnej fazie uczenia się i rozwoju. Wpływ hałasu na dzieci obejmuje **opóźnienia w nauce i upośledzenie funkcji poznawczych**, ale także skutki takie jak **zwiększone ryzyko nadwagi**.

ok. 15 milionów dzieci w Europie mieszka na obszarach dotkniętych szkodliwym poziomem hałasu

Hałas transportowy w Europie przyczynia się do:

- **ponad 560 tys.** przypadków trudności w czytaniu
- **63 tys.** problemów behawioralnych
- **ok. 272 tys.** przypadków nadwagi u dzieci



Zdjęcie: Canva Pro

Źródło: Environmental noise in Europe 2025, European Environment Agency, 2025

Adresaci kampanii „Słucham i słyszę”:

- pracodawcy
- specjaliści bezpieczeństwa pracy
- służby medycyny pracy
- przedstawiciele związków zawodowych
- wszyscy pracownicy



Autor: Jan Bokiewicz,
Konkurs na plakat bezpieczeństwa pracy. CIOP-PIB

Oczywiste i nieoczywiste stanowiska pracy narażone na hałas

- pracownicy przemysłowi
- nauczyciele, pedagodzy
- pracownicy branży muzycznej

- *instruktorzy fitness*



Zdjęcie: źródło – Canva Pro

Kampania społeczna pn. „Słucham i słyszę” na rzecz zapobiegania chorobom słuchu wśród pracowników



Patroni honorowi kampanii:



Partnerzy strategiczni kampanii:



INSTYTUT FIZJOLOGII
I PATOLOGII SŁUCHU



INSTYTUT MEDYCYNY PRACY IM. PROF. J. NOFERA

Kampania społeczna pn. „Słucham i słyszę”
na rzecz zapobiegania chorobom
słuchu wśród pracowników

Partnerzy kampanii



CHRONIMY ZDROWIE
Z MYŚLĄ O PRZYSZŁOŚCI



ABRASERVICE



PERN



Kujawsko - Pomorski
Specjalny Ośrodek Szkolno - Wychowawczy
im. Janusza Korczaka w Toruniu



AKADEMIA MUZYCZNA
im. Karola Lipińskiego we Wrocławiu



INDORAMA
VENTURES



Kampania społeczna pn. „Słucham i słyszę” na rzecz zapobiegania chorobom słuchu wśród pracowników



Zadbaj o zdrowy słuch w miejscu pracy
(i w swoim życiu)

Zajrzyj na stronę:
www.ciop.pl/slucham-i-slysze i dołącz do kampanii!

Organizator kampanii: **CIOP PIB**

Partnerzy strategiczni:

- Instytut Medycyny Pracy im. Prof. J. Nofera
- Instytut Neurologii i Patologii Słuchu
- Ministerstwo Zdrowia
- Ministerstwo Pracy i Polityki Społecznej

Kampania społeczna pn. „Słucham i słyszę”
na rzecz zapobiegania chorobom
słuchu wśród pracowników

Hałas

– niewidzialny wróg
Twojego słuchu

Słucham i słyszę 2025

Kampania społeczna pn. „Słucham i słyszę”
na rzecz zapobiegania chorobom
słuchu wśród pracowników

Organizator:
CIOP PIB

www.ciop.pl/slucham-i-slysze

Kampania realizowana w ramach VI etapu programu wieloletniego pn. „Rządowy Program Poprawy Bezpieczeństwa i Zdrowia Pracy (2022-2025)”, finansowanego w całości ze środków publicznych ze środków Ministerstwa Rodziny, Pracy i Polityki Społecznej.
Koordynator Programu: Centralny Instytut Ochrony Pracy – Państwowy Instytut Badawczy.

Co oferujemy?

Słucham i słyszę **CIOP PIB**

Biurowy savoir-vivre przeciwhałasowy

Praktyki, dzięki którym w Twoim miejscu pracy będzie ciszej

1. Włącz wibracje lub wycisz sygnał dzwonka w telefonie oraz w innych urządzeniach elektronicznych.
2. Nie używaj funkcji głośnomówiących w telefonie.
3. Gdy odchodzisz od biurka, zabieraj telefon komórkowy ze sobą.
4. Wyłącz powiadomienia dźwiękowe aplikacji telefonicznych i komputerowych.
5. Podczas korzystania z multimedów używaj słuchawek.
6. Gdy chcesz coś powiedzieć osobie siedzącej dalej, podjeżdż do niej lub skorzystaj z komunikatora.
7. Spotkania z więcej niż dwoma osobami prowadź w oddzielnym pomieszczeniu.
8. Unikaj głośnych rozmów prywatnych w pobliżu współpracowników.

Ochronniki słuchu - dobór i użytkowanie

Przedłowe umieszczenie wkładek przeciwhałasowych w zewnętrzny przewód słuchowy wpływa na sprawność obu uszu!

CIOP PIB

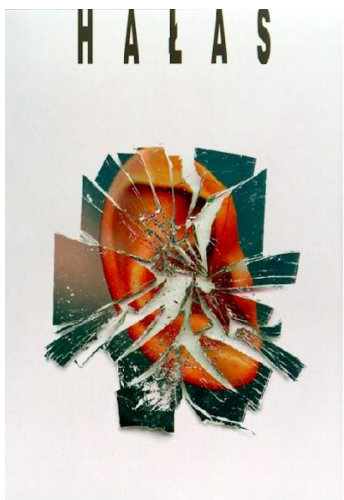
SYSTEM PRZEKAZYWANIA DŹWIĘKU
POD OCHRONKĄ SŁUCHU
STEROWANY BEZPRZEWODNIE

CIOP PIB

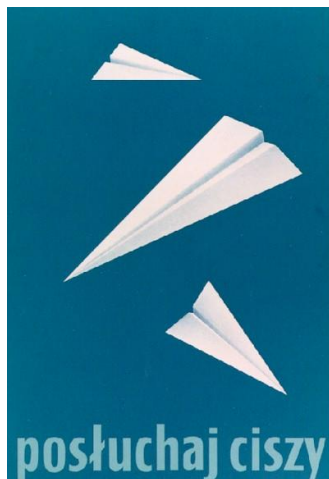
SYTYWNIENIE OGRANICZONYM SŁUCHEM Z REGULOWANYM TĘPOTNIEM W WYKONANIU WYSTĘPIENIA BALADA IMPULSOWA

CIOP PIB

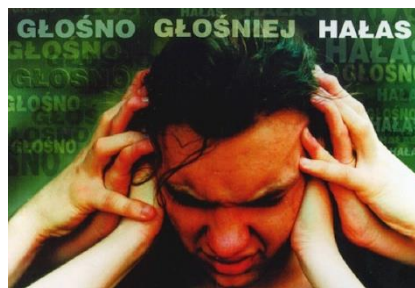
Kampania społeczna pn. „Słucham i słyszę” na rzecz zapobiegania chorobom słuchu wśród pracowników



Autor: Aneta Sedlakova



Autor: Jarosław Zduniewski



Autor: Marzena Beata Musiał



Autor: Mirosław Rymar

Co oferujemy?



Autor: Jakub Jagiełło



Autor: Maciej Burda

Więcej o kampanii na stronie
[www.ciop.pl/słucham-i-słysz](http://www.ciop.pl/slucham-i-slysze)