

IZBOLJŠAJMO USPEŠNOST PROMOCIJE ZDRAVJA PRI DELU!

**Dobro za organizacije.
Koristno za zaposlene.**

dr. Klemen Podjed



DOBRO ZA ZAPOSLENE, DONOSNO ZA ORGANIZACIJE



ZAKONSKE OBVEZNOSTI ZA DELODAJALCA

Zakon o varnosti in zdravju pri delu (ZVZD-1)

- 6. člen: delodajalec **mora načrtovati in izvajati promocijo zdravja**
- 17. in 19. čl.: izdelati izjavo o varnosti z oceno tveganja ter jo izvajati
- 23. čl.: zaščititi delavce pred nasiljem tretjih oseb
- 24. čl.: **sprejeti ukrepe glede mobinga, nasilja tretjih in stresa**
- 32. čl.: **načrtovati** promocijo zdravja, zagotoviti **sredstva** in **spremljati** izvajanje
- 37. čl.: obveščati in seznanjati delavce glede varnosti in zdravja
- 45. in 46. čl.: omogočiti sodelovanje delavcev, z dolžnostjo posvetovanja

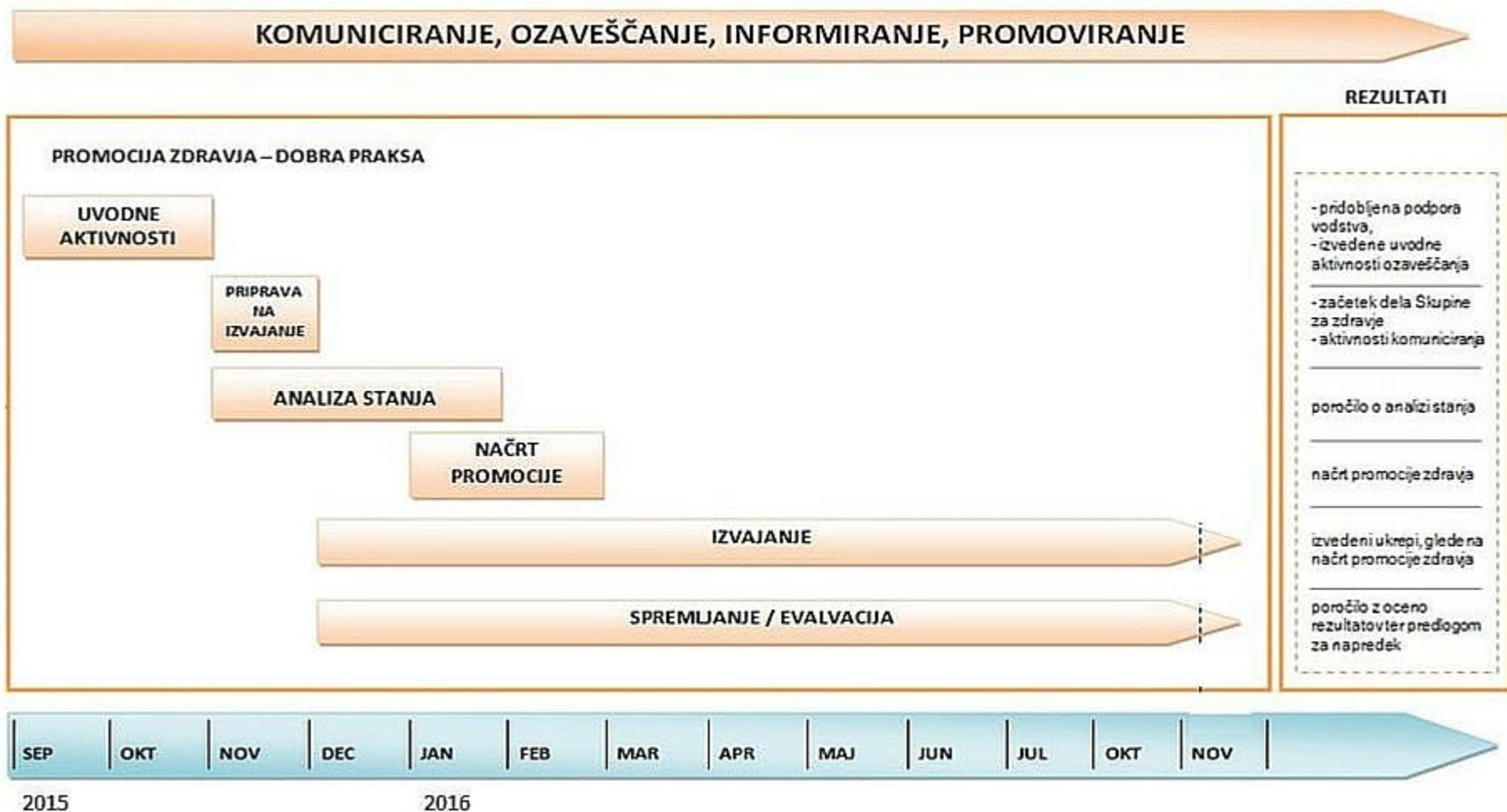
PROMOCIJA ZDRAVJA SE SPLAČA

- 1) vsak vložen € povrne **2,5 do 4,8 €** (Evropska agencija za varnost in zdravje pri delu, 2010)
- 2) zmanjšanje absentizma od **12-36 %** (KIMDPŠ, 2012)
- 3) zvišanje produktivnosti za do **20 %** (Eurofound, 2011)
- 4) ekonomski strošek stresa v RS v 2009: **1.300 €** na delovno aktivnega (Univerza v Mariboru)

nižji stroški
višja produktivnost
manjša fluktuacija...

za doseganje rezultatov
potrebujemo 3 - 5 let!

PRIMER PREGLEDNICE PROJEKTA S TERMINSKIM NAČRTOM



SESTAVA SKUPINE ZA ZDRAVJE

PRIPOROČENI INTERNI ČLANI

- direktor ali predstavnik vodstva
- predstavnik delavcev (sindikat, svet delavcev, oboje..)
- svetovalec / promotor zdravja, če obstaja
- vodja kadrovske službe
- odgovorni za varnost in zdravje pri delu
- odgovorna oseba za izobraževanje
- zaposleni, ki imajo ugled med zaposlenimi, npr. športniki
- vodja proizvodnje, vodja razvoja, in podobno...

ZUNANJI ČLANI

- zunanji strokovnjaki, zdravnik medicine dela, ipd.

KAKO DO PODATKOV ZA ANALIZO STANJA?

- podatki Nacionalnega inštuta za javno zdravje
- poročila zdravnika medicine dela
- podatki iz analiz ocen tveganj
- drugi interni podatki o bolniškem staležu
- rezultati različnih analiz (zadovoljstva zaposlenih, stanja zdravja in počutja...)
- interni rezultati kontrolnih vprašalnikov o izvajanju promocije zdravja, itd.

analiza paraliza!!!



ZDRAVJE NA DELOVNEM MESTU – NAJVEČJI IZZIVI

STRES IN DRUGA PSIHOSOCIALNA TVEGANJA

- 26 % vprašanih stres doživljalo zelo pogosto oz. vsakodnevno (CINDI; Slovenija, 2012)
- 60 % odraslih kot najpogostejši vzrok za doživljene stresa navaja obremenitve na delovnem mestu (CINDI; Slovenija, 2012)
- 18 % vprašanih kot vzrok za doživljanja stresa navaja slabe odnose s sodelavci (CINDI; Slovenija, 2012)



ZDRAVJE NA DELOVNEM MESTU – NAJVEČJI IZZIVI

Slovenski delavci v primerjavi s povprečjem v EU 27 poročajo, da:

- delajo več (zlasti ženske),
- da so manj zadovoljni z delovnimi razmerami,
- da doživljajo večjo zaposlitveno negotovost,
- da so pogosteje prisotni na delovnem mestu kljub boleznim (prezentizem),
- in redkeje izostajajo z dela (absentizem).

Delavci pod stresom in nezadovoljni delavci so manj učinkoviti.

Elementi načrta promocije zdravja

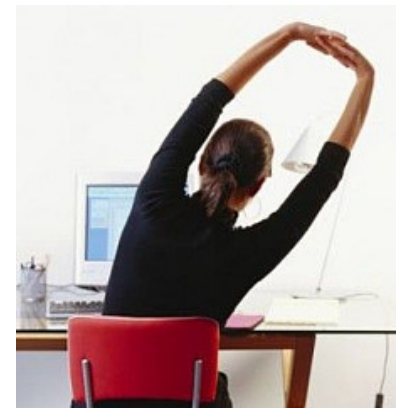
- Vizija in poslanstvo
- Namen
- Ključna področja in prioritete
- Cilji, aktivnosti in časovnice
 - Ozaveščanje in izobraževanje
 - Usposabljanje in razvoj veščin
 - Razvoj politik
 - Podporno okolje
- Kazalniki zdravja in ocenjevanje
- Podpora vodstva

KLJUČNI ELEMENTI NAČRTA PROMOCIJE ZDRAVJA

- izhodišče je kvalitetna analiza
- celovitost načrta
- akcijska naravnost

PRIMERI UKREPOV PROMOCIJE ZDRAVJA

- aktivni prihod na delo, športni dnevi
- delavnice (ozaveščanje, stres, veščine...)
- programi hujšanja, odvajanja od kajenja...
- plačana (ali sofinancirana) redna rekreacija
- kratke masaže vratu in ramen v prostorih podjetja
- prispevki na intranetu, CINDI, info točke
- programi za ranljive skupine



KAJ SPREMLJAMO IN OCENJUJEMO?

- 1) Spremljamo tekoče (pregled in vodenje evidence)
- 2) Rezultate ocenjujemo v rednih časovnih presledkih
(pregled za nazaj, popravki in spremembe za naprej,
npr. vsako leto)
- 3) Spremljamo in ocenjujemo predvsem dvoje:
 - potek programa in doseganje ciljev
 - koristi za zaposlene in organizacijo



KAZALNIKI REZULTATOV POTEKA NAČRTA PROMOCIJE

| Kazalniki rezultatov poteka načrta promocije | Vir podatkov |
|---|--------------|
| % bolniškega staleža | |
| Indeks frekvence | |
| Indeks teže | |
| Indeks onesposabljanja | |
| % Prezentizem | |
| Prihranki iz naslova promocije zdravja (manjši bolniški stalež, fluktuacija, produktivnost ...) | |
| % Kostno mišične bolezni | |
| % Stres | |
| % Izgorelost | |
| % Kadilci med zaposlenimi | |
| % Telesno aktivni | |
| Število nesreč pri delu | |
| Različni izbrani kazalci zadovoljstva zaposlenih | |

KLJUČNA PRIPOROČILA IZDELAVE NAČRTA

- načrt naj pokriva vsa ključna področja promocije zdravja v organizaciji
- načrt naj bo realen in dosegljiv
- pozornost naj bo namenjena tudi ozaveščanju in ustvarjanju zanimanja in zaupanja v program promocije zdravja, kar zahteva potrpežljivost
- za uspeh sta ključna tako podpora vodstva, kot sodelovanje zaposlenih ter delavskih predstavnikov
- načrt zdravja naj bo pregleden ter akcijsko naravnano
- česar ne merimo, ne moremo spremljati in upravljati!

7 PASTI IZVAJANJA PROMOCIJE ZDRAVJA

- 1) ukrepanje brez analize
- 2) nekritična raba standardnih rešitev
- 3) slaba komunikacija
- 4) premalo kapacitet in denarja
- 5) premalo zaupanja in sodelovanja
- 6) neprimeren načrt promocije zdravja
- 7) ni predanosti in pripravljenosti za kontinuirano delo



KLJUČNI POUDARKI

- 1) Promocija zdravja se spleča.
- 2) Promocija zdravja teče bolje, če upoštevamo dobro prakso na tem področju.
- 3) Skupina za zdravje je motor promocije v organizaciji.
- 4) Načrt promocije naj bo celovit, realističen in jasen.
- 5) Ozaveščanje in motiviranje zaposlenih je ključno.
- 6) Spremljamo tako potek izvedbe, kot koristi programa promocije zdravja.
- 7) Promocija zdravja je kontinuiran proces.



VPRAŠANJA?



ZAVOD ZA ZDRAVSTVENO
ZAVAROVANJE SLOVENIJE

Projekt **Znanje za zdravje delavcev**

je na podlagi Javnega razpisa za sofinanciranje projektov za promocijo zdravja na delovnem mestu v letu 2015 in 2016 finančno podprl Zavod za zdravstveno zavarovanje Slovenije

Dodatna gradiva in informacije, nastale v projektu Znanje za zdravje delavcev, ki vam bodo pomagala še uspešneje izvajati promocijo zdravja pri delu, najdete na spletnem naslovu

www.znanje.zdravje-delo.si

KONTAKTI PROJEKTHNIH PARTNERJEV

Nacionalni inštitut za javno zdravje

www.nijz.si, info@nijz.si



Konfederacija sindikatov 90 Slovenije

www.sindikat-ks90.si, ks90@sindikat-ks90.si



Obalna sindikalna organizacija – KS 90

Obalna
sindikalna
organizacija

Inštitut za produktivnost d.o.o.

www.produktivnost.si, info@produktivnost.si

