

POVZETEK 4. IZOBRAŽEVANJA

Načrtovanje, izvajanje in vrednotenje ukrepov promocije zdravja na delovnem mestu

- 1. Promocija zdravja na delovnem mestu (PZDM)** so sistematične ciljne aktivnosti in ukrepi, ki so namenjeni vsem zaposlenim in se izvajajo za vse zaposlene pod enakimi pogoji, z namenom ohranjanja in krepitev telesnega in duševnega zdravja zaposlenih ter njihovega dobrega počutja.
- K izvajanju promocije zdravja na delovnem mestu so delodajalci v Sloveniji **zakonsko obvezani**, medtem ko je sodelovanje **zaposlenih** pri aktivnostih **prostovoljno**.
- Priporočljivo je, da delodajalci in zaposleni pri PZDM sodelujejo, saj le-ta prinaša **prednosti za obe skupini**, prav tako pa ima **pozitivne učinke na celotno družbo**.
- Pomembno podlago za uspešno načrtovanje in izvajanje ukrepov PZDM predstavlja ustrezno opravljena **ocena tveganja**.
- Promocija zdravja je lahko uspešna le, če je vključena v vse organizacijske in delovne procese in poteka sistematično po sledečih korakih: 1) natančno in akcijsko **načrtovanje potrebnih ukrepov**, prepoznanih v analizi stanja v organizaciji, 2) vestno **izvajanje ukrepov** s podporo vodstva in motiviranjem zaposlenih, 3) **vrednotenje izvedenih ukrepov**, vztrajna **modifikacija programa** ter **trajna promocija zdravja**.
- Stroški promocije zdravja** na delovnem mestu so delodajalcu **davčno priznan strošek**, tudi zaposlenemu pa se ne obračunava kot boniteta. Vse aktivnosti PZDM so zakonsko odrejeno **brezplačne za vse zaposlene**.
- Promocija zdravja mora biti vedno **usmerjena k tistim težavam**, ki jih imajo zaposleni, in k tistim **obremenitvam in škodljivostim**, ki jih zaposleni občutijo kot težavo.
- Načrt promocije zdravja** je temeljni dokument promocije zdravja na delovnem mestu in podlaga za izvajanje, spremljanje in ocenjevanje. Načrt mora biti **pregleden, jasen, ciljno usmerjen in z jasnimi prioritetami**. Temeljiti mora na temeljiti analizi stanja, ki vključuje pregled razpoložljivih podatkov o **bolniški odsotnosti** zaposlenih, številu **invalidov** v podjetju, **zdravstvenih omejitvah** zaposlenih, **fluktuaciji** delavcev, **poročila medicine dela**, **ocene tveganja** ter **meritve delovnega okolja** in **stanje delovne opreme**. Na podlagi analize stanja

delovna skupina, odgovorna za promocijo zdravja, **opredeli cilje programa ter prednostno ovrednoti ukrepe**.

9. Poznamo tri **ravni ukrepov** in sicer **primarno** (proaktivno rešujemo potencialni vir problema/stresorja), **sekundarno** (krepimo sposobnosti posameznika za reševanje problema/stresorja) in **terciarno** (zmanjšujemo posledice, ki so že nastale zaradi problema/stresorja).
10. Ukrepe, ki jih lahko vpeljujemo na vseh ravneh lahko razdelimo tudi glede na **nivo njihovega vplivanja** oz. na populacijo na katero so usmerjeni. Poznamo torej **organizacijske, okoljske in individualne ukrepe**.
11. Ključ za uveljavljanje načrta PZDM in izvajanje ukrepov so podpora vodstva ter predstavnikov delavcev, uspešno in konstantno delo odgovorne skupine, sodelovanje zaposlenih ter redno **spremljanje in vrednotenje**.
12. Oblike vrednotenja, ki se jih organizacije lahko poslužujejo so **procesno vrednotenje, vrednotenje rezultatov in vrednotenje učinkov**. Na osnovi podatkov, pridobljenih z vrednotenjem, se v zaključni fazi vrši tudi **modifikacija osnovnega načrta**.
13. Dobra promocija zdravja na delovnem mestu je **dolgotrajen proces**, saj je za doseganje uspešnosti programe PZDM potrebno nenehno načrtovati in izboljševati.