



REPUBLIKA SLOVENIJA
UPRAVNA ENOTA MARIBOR

PROMOCIJA ZDRAVJA PRI DELU V UPRAVNI ENOTI MARIBOR

Uresničevanje promocije zdravja v praksi

Maša Černelj

Vodja Službe za skupne zadeve

November 2011

UVOD

- ◆ Predstavitev Upravne enote (UE)
- ◆ Projekt promocije zdravja UE
 - Anketa
 - Politika zdravja
 - Skupina za zdravje
 - Analiza kazalnikov zdravja
 - Program ukrepov
 - Izvajanje sprejetih ukrepov
 - Načrt nadaljnjih aktivnosti
- ◆ Projekt promocije zdravja - integriteta

Upravna enota Maribor

- ◆ Je državni organ na lokalni ravni.

- ◆ Naloge:
 - *odločanje o upravnih zadevah na prvi stopnji,*
 - *izvajanje nalog za delovanje UE.*

- ◆ Naloge izvaja 168 uslužbencev.

Upravna enota Maribor

◆ Sprejela je:

- Izjavo o varnosti z oceno tveganja,
- Politiko kakovosti po zahtevah mednarodnega standarda ISO 9001:2008.

◆ Je dobitnik pečata Mesta Maribor.

◆ Osnovna dolgoročna cilja UE:

- zadovoljne stranke,
- zadovoljni uslužbenci.

Projekt promocije zdravja

- ◆ **ANKETA o odnosu vodilnih uslužbencev do lastnega zdravja in zdravja uslužbencev**
 - **Zaključki analize ankete:**
 - ◆ Vodilni lastnemu zdravju in skrbi zanj posvečajo veliko pozornost,
 - ◆ so pripravljeni sodelovati pri vzpostavitvi delovnih razmer, ki bi zaposlenim omogočile zdrav način dela,
 - ◆ so v programih promocije zdravja videli priložnost za izboljšanje psihofizične kondicije zaposlenih.
 - **Uslužbenci so:**
 - ◆ bili seznanjeni z rezultati ankete,
 - ◆ pozitivno ocenili prizadevanja vodilnih.

Projekt promocije zdravja

◆ **POLITIKA ZDRAVJA – akt, v katerem je promocija zdravja opredeljena kot ena od prioritet UE.**

◆ **Cilji:**

- izboljšati psihofizično kondicijo zaposlenih,
- povečati odgovornost uslužbencev do lastnega zdravja,
- uveljaviti bolj zdrav način življenja in zdravju prijazne delovne razmere,
- zmanjšati bolniško odsotnost,
- povečati kakovost življenja in posledično kakovost dela.

Projekt promocije zdravja

◆ Zaveze vodstva:

- zagotavljati pogoje za izvajanje ukrepov promocije zdravja,
- ustanoviti skupino za zdravje.

◆ Zaveze uslužbencev:

- upoštevati sprejete ukrepe, navodila, pravila in postopke za zdravo delo,
- skrbeti za lastno zdravje,
- ne ogrožati zdravja sodelavcev,
- aktivno sodelovati pri odkrivanju tveganj za zdravje,
- predlagati rešitve za izboljšanje stanja.

Projekt promocije zdravja

◆ SKUPINA ZA ZDRAVJE

◆ Naloge:

- skrb za izvajanje programov promocije zdravja (PPZ),
- spremljanje poteka PPZ,
- vrednotenje PPZ,
- sprejemanje ukrepov za izboljšanje stanja na področju zdravja.

◆ Člani:

- *svetovalka za zdravje, predstavniki vodstva, sindikata, uslužbencev ter zunanjih sodelavcev za varnost in zdravje pri delu*

Projekt promocije zdravja

◆ ANALIZA KAZALNIKOV ZDRAVJA

◆ Je temeljila na podatkih o:

- bolniškem staležu,
- poškodbah pri delu,
- invalidnosti in fluktuaciji,
- izsledkih preiskav delovnega okolja in delovne opreme,
- izsledkih preventivnih zdravstvenih pregledov,
- rezultatih ocene tveganja in ukrepov izhajajočih iz nje.

Projekt promocije zdravja

◆ Je pokazala:

- V UE so največji problem bolezni mišično-kostnega sistema in vezivnih tkiv.
- Povzročitelji teh bolezni so:
 - ◆ pretežno delo za računalnikom,
 - ◆ prisilne drže,
 - ◆ premeščanje težkih bremen.
- Visoki dejavniki tveganja so:
 - ◆ psihična utrujenost,
 - ◆ debelost,
 - ◆ kajenje.

Projekt promocije zdravja

◆ PROGRAM UKREPOV IN NALOG

- ◆ Urediti pisarniške prostore v skladu z ergonomskimi načeli. (dolgoročni ukrep)
- ◆ Organizirati delo tako, da bo omogočena rotacija med uslužbenci in olajšano gibanje med delovnimi opravili. (stalna naloga)
- ◆ Usposabljanje uslužbence za varno delo. (obdobna naloga)
- ◆ Informirati uslužbence o aktivnem preživljanju prostega časa, zdravi prehrani, osnovnih načelih ustvarjanja ugodne psihosocialne klime in drugimi vsebinami, ki so odločilnega pomena za zdravje in kondicijo uslužbencev. (stalna naloga)
- ◆ Uvesti sprostitutvene tehnike in aktivni odmor med delom. (stalna naloga)

Projekt promocije zdravja

◆ **IZVAJANJE SPREJETIH UKREPOV**

- ◆ Urejanje delovnega okolja.
- ◆ Informiranje uslužbencev o aktivnostih v zvezi s promocijo zdravja.
- ◆ Izvajanje permanentnih predavanj na temo "Dejavniki tveganja in zdrav življenjski slog".
- ◆ Interni prenosi znanja.
- ◆ Organizacijsko-kadrovske spremembe po proučitvi problematike in v soglasju z uslužbenci.

Projekt promocije zdravja

- ◆ Izvajanje 10-minutnega aktivnega odmora med delom.
- ◆ Omogočanje tečajev nordijske hoje.
- ◆ Organiziranje družabnih aktivnosti z namenom uvajanja uslužbencev v zdrav življenjski slog.
- ◆ Izvedena je bila prva akcija iz projekta "Družini prijazna upravna enota".
- ◆ Izvajanje zdravstveno-socialnih svetovanj in razgovori z uslužbenci, ki se znajdejo v različnih stiskah.

Projekt promocije zdravja

◆ NAČRT NADALJNJIH AKTIVNOSTI

- ◆ Usposabljanje za različne načine **obvladovanja doživetij preobremenjenosti**.
- ◆ Priprava ukrepov za dvig motivacije za delo in zdrav življenjski slog.
- ◆ Analiziranje **posameznih delovnih mest**.

Projekt promocije zdravja

◆ **UGOTOVITVE ob izvajanju PROJEKTA**

Po odzivu uslužbencev se lahko sklepa:

- S primernimi ukrepi je mogoče:
 - ◆ zmanjšati negativne vplive dela in delovnega okolja,
 - ◆ vplivati na medsebojne odnose, storilnost in dobro počutje,
 - ◆ usmerjati uslužbence v boljši življenjski slog.
- Našteto na daljši rok privede do boljših rezultatov dela in do boljšega zdravja ter večjega zadovoljstva uslužbencev.
- Skrb za zdravje je dragocena naložba.

Projekt promocije zdravja - integriteta

◆ VZPOREDNICE:

- Integriteta in Politika zdravja v UE sta povezana s pojmi: odgovornost, etičnost, lojalnost in nekonfliktnost.
- Ti se odražajo v nekoruptivnem, transparentnem in nepristranskem delovanju.
- Takšnega delovanja so sposobni le zadovoljni uslužbenci.

Projekt promocije zdravja - integriteta

- Načrt integritete z registrom tveganj UE je začrtal ciljno delovanje.
- Tako je zastavljen tudi projekt promocije zdravja, ki vodi k dvigu zadovoljstva na individualni ravni in kakovosti dela UE.
- S tem se vzpostavlja t.i. "okolje ničelne tolerance" do vseh oblik korupcije in do drugih odstopanj od pravno in moralno sprejemljivih ravnanj.

HVALA ZA POZORNOST



REPUBLIKA SLOVENIJA
UPRAVNA ENOTA MARIBOR

