



univerzitetni klinični center ljubljana



Predstavitev kampanje

premikamo evropo





## Premaknite Evropo

Inovacijski potencial, kakovost in prožnost podjetja/organizacije/ustanove so zelo pomembni za njeno učinkovitost in zmožnost za obstoj v mednarodni konkurenci. Upravljanje s človeškimi viri prevzema pri tem pomembno vlogo, ker delavce pripravlja na nove izzive. Njihova ustvarjalnost, delavnost in iznajdljivost je namreč srce vsakega uspešnega podjetja. Hitro spreminjajoči se svet dela zahteva od delavcev, da delajo učinkovito in ustvarjajo visoko kakovost, da so prilagodljivi, se prožno odzivajo na spremembe in se nenehno izpopolnjujejo. Samo zdravi in motivirani delavci so lahko dolgoročno kos tem izzivom.

V globalni konkurenci postaja zdravje delavcev glavni vir uspešnega podjetja/organizacije/ustanove. Glede na staranje delovne sile postaja hkrati pomembna tudi promocija zdravja pri delu. Dolgoročnega uspeha, tj. ohranjanja delovne zmožnosti in uspešnosti, v prihodnje ne bo mogoče zagotoviti s posamičnimi ukrepi. Potreben bo celosten pristop, ki upošteva

tako telesno kot tudi duševno blaginjo zaposlenih. Dobre razmere na delovnem mestu so enako pomembne kot promocija zdravega življenjskega sloga nasploh.

Glede na demografske spremembe bo v dobrih desetih letih vsak tretji delavec v Evropi star več kot 50 let. To je velikanski izziv tako za podjetja/organizacije/ustanove kot tudi za sisteme socialne varnosti. Promocija zdravja in preprečevanje bolezni tako na delovnem mestu kot v zasebnem življenju lahko dolgoročno odločilno prispeva k ohranjanju zdravja in učinkovitosti zaposlenih, kar je enako koristno za delavce kot za podjetja/organizacije/ustanove.

Projekt »Premikamo Evropo« ima za svoj cilj ustvariti Evropo, v kateri zdravi delavci ustvarjajo zdrava podjetja. Pridružite se nam že zdaj! Skupaj premaknimo Evropo!

Pokrovitelj projekta »Premikamo Evropo« v Sloveniji je Ministrstvo za zdravje.

## »Premikamo Evropo« – evropska kampanja



»Letno izgubimo v povprečju 17 delovnih dni na zaposlene zaradi bolniške odsotnosti. Stroški odsotnosti z dela zaradi bolezni in poškodb so ogromni. Pri tem pa nam primeri dobre prakse iz tujine kažejo, da je mogoče z ukrepi promocije zdravja pri delu veliko prihraniti. Z vlaganji v boljše zdravje delavcev lahko namreč pozitivno vplivamo na poslovanje podjetij zaradi znižanja odstotka bolniškega staleža, nižje fluktuacije ter manjših stroškov za pridobivanje in usposabljanje novih kadrov, gradimo pa tudi boljše delovno klimo, ki vodi do višje produktivnosti. Hkrati razbremenjujemo sistem zdravstvenega zavarovanja in socialnega varstva zaradi znižanja odstotka dolgotrajnih bolniških odsotnosti ter manjših stroškov za socialno varnost bolnih in invalidov. Največ pa seveda pridobijo delavci – lastno zdravje.«

Dr. Metoda Dodič Fikfak, predstojnica Kliničnega inštituta za medicino dela, prometa in športa

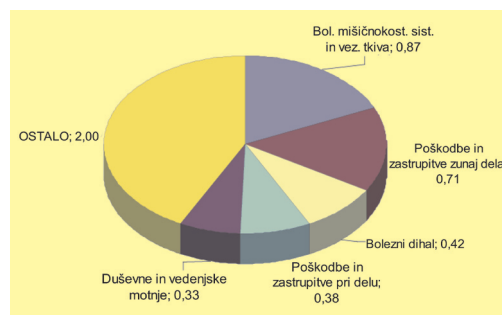
Podjetja/organizacije/ustanove neposredno čutijo zdravstvene težave svojih delavcev. Samo v Sloveniji izgubimo vsako leto več kot 10 milijonov delovnih dni zaradi bolniških odsotnosti. Stroški teh odsotnosti pa znašajo okoli 400 milijonov evrov. Proces staranja delovne sile, ki ga napovedujejo demografske spremembe, bo to stanje še poslabšal. Možnosti za ukrepanje ne gre iskati le v izboljševanju delovnih razmer v podjetjih/organizacijah/ustanovah. Kritični dejavnik za zdravje zaposlenih je tudi življenjski slog posameznika. Dovolj gibanja, zdrava prehrana, obvladovanje stresa in nekajenje oziroma opuščanje kajenja so ukrepi, ki zdravje lahko občutno izboljšajo. Zato je projekt »Premikamo Evropo« usmerjen prav v ta področja življenjskega sloga. Delovno mesto je kraj, kjer velik del prebivalstva preživi veliko časa. Zato je idealen kraj za spodbujanje zdravega načina življenja. Za večino ljudi je delo več kot zgolj vir dohodka – vpliva na človekovo samospoštovanje, pomembno pa je tudi za družabne stike. Na delovnem mestu je mogoče ustvarjati višjo raven zdravja tako z zagotavljanjem zdravega delovnega okolja kot tudi s posredovanjem dragocenega znanja in spodbud za zdrav način življenja. Vlaganja se bogato obrestujejo: raziskave kažejo, da je z vsakim evrom, vloženim v promocijo zdravja pri delu, mogoče prihraniti med 2,50 in 4,80 evra.

#### Evropska mreža za promocijo zdravja pri delu (European Network for Workplace Health Promotion – ENWHP)

Evropsko mrežo za promocijo zdravja pri delu so ustanovile leta 1996 strokovne organizacije na področju javnega zdravja ter zdravja in varnosti pri delu. Njene članice iz 31 evropskih držav združuje skupna vizija »Zdravi delavci v zdravih podjetjih«. Mreža ENWHP je izdelala enotna merila kakovosti in v javnosti razširja primere dobre prakse in ozavešča o pomenu zdravja na delovnem mestu. Mrežo podpira Evropska komisija.

Cilj pobude Evropske mreže za promocijo zdravja pri delu »Premikamo Evropo« je krepitev pomena promocije zdravja pri delu po vsej Evropi. Vodilna evropska podjetja v okviru

projekta po enaki metodologiji preverjajo kakovost svojih ukrepov za promocijo zdravja in postavljajo lastno dobro prakso na ogled celotni Evropi.



Vir: IVZ RS, 2007

*Bolniški stalež za polni delovni čas po MKB-10, Slovenija, 2004*

Odstotek bolniškega staleža, ki upošteva tako povprečno trajanje ene odsotnosti z dela kot tudi pogostost bolniškega staleža, je v Sloveniji najvišji zaradi poškodb. Takoj za njimi sledijo bolezni mišic in kosti, bolezni dihal ter duševne in vedenjske motnje. Res je sicer, da če posebej obravnavamo poškodbe na delu in zunaj dela, slednje sodijo na drugo mesto, poškodbe na delu pa na tretje, vendar je bistvena ugotovitev, da gre pri slovenskih delavcih za tvegano obnašanje oziroma za slabo razvito varnostno kulturo, hkrati pa so poškodbe tisti dogodek, na katerega je s promocijo zdravja mogoče relativno uspešno vplivati.

Veliko težavo pri zmožnosti za delo predstavljajo kostno-mišične bolezni, ki so pogosto posledica prisilnega telesnega položaja pri delu, ponavljajočega se dela in statično obremenjenih mišic. Te je mogoče obvladovati le z dobro organizacijo dela, skrbnim načrtovanjem načina dela in delovnega okolja in usposobljenostjo delavca za tako delo. Kostno-mišične bolezni v glavnem ne povzročajo smrti, bistveno pa vplivajo na kakovost življenja in na delovno učinkovitost. Nikakor ne smemo zanemariti duševnih in vedenjskih motenj, ki jih je verjetno še več, kot je prikazano, vendar so skrite pod (psih)osmatskimi boleznimi.

# Pridružite se gibanju »Premikamo Evropo«



»V Talumu za zdravje zaposlenih pod sloganom "Zdravo Talum" sistematično skrbimo že deset let. Naša želja je, da sodelavke in sodelavci čim dlje ostanemo v dobri psihofizični kondiciji - predvsem zaradi nas samih, a tudi zaradi zavedanja, da bomo lahko takšni dlje uspešno opravljali svoje delo. To se kaže kot modra naložba, še posebej v sedanjem času pomanjkanja ustreznih sodelavcev na trgu dela ter predvidenih sprememb na področju pokojninske zakonodaje.«

Mag. Danilo Toplek, predsednik uprave Taluma

Promocija zdravja pri delu je že dolga leta v mnogih podjetjih/organizacijah/ustanovah običajna praksa. Ob rastočem pomenu zdravja si je skrb za zdravje delavcev utrla pot v poslovne strategije in načela številnih podjetij/organizacij/ustanov. Projekt »Premikamo

Evropo« si je zastavil za cilj obveščati javnost o primerih dobre prakse na tem področju in jih postavljati za zgled drugim podjetjem/organizacijam/ustanovam. Tudi vaše podjetje/ustanova/organizacija ima priložnost, da se nam pridruži.

## Premikamo Evropo - trije koraki

### *Prvi korak: Vprašalnik o zdravju v organizaciji*

Na spletnem naslovu [www.cilizadelo.si](http://www.cilizadelo.si) je vprašalnik o zdravju v podjetju/organizaciji/ustanovi. Vabimo vas, da ga izpolnite. Glede na vprašanja in odgovore boste sami ocenili kakovost ukrepov za promocijo zdravja pri delu v vašem podjetju/organizaciji/ustanovi.

### *Drugi korak: Modeli dobre prakse*

Podjetjem/organizacijam/ustanovam, ki bodo izstopale zaradi kakovostne skrbi za zdravje zaposlenih, bomo poslali vprašalnik o najboljši praksi. Vprašalnik predstavlja priložnost, da podrobneje predstavite vaš

vi. Tisti, ki dosegajo na področju promocije zdravja pri delu vidne uspehe, bodo vključeni v kampanjo kot podjetja/organizacije/ustanove, ki »premikajo Evropo«. Povabili jih bomo, da si preberejo Luksemburško deklaracijo in jo podpišejo.

koncept promocije zdravja pri delu. Predstavljene koncepte bo ocenila strokovna komisija. Najboljšim bomo podelili priznanje za uspehe na področju promocije zdravja pri delu. Za to priznanje se lahko potegujejo vsi, ki sodelujejo v projektu »Premikamo Evropo«.

### *Tretji korak: Priznanje podjetju za uspehe na področju promocije zdravja*

Pod pokroviteljstvom Ministrstva za zdravje in v sodelovanju z medijskim partnerjem časnikom Dnevnik bomo podelili »Priznanje za zdravje« podjetjem/organizacijam/ustanovam z najbolj prepričljivim programom

promocije zdravja pri delu. Nagrado bo javno podelil minister za zdravje, naš medijski partner pa bo zagotovil ustrezno javno pozornost.

## Izkoristite ugodnosti, ki jih prinaša projekt »Premikamo Evropo«



»Živeti zdravo življenje« je poslanstvo Krke, ki izpostavlja zdravje kot najpomembnejšo vrednoto. Kakovost življenja omogoča Krka s svojimi izdelki in storitvami, s skrbjo za svoje zaposlene in s svojo družbeno odgovornostjo, ki jo dokazuje z vlaganjem v družbeno okolje in v zdravo in vzpodbudno delovno okolje. Življenje dejansko živimo šele, ko smo zdravi in ko prepoznamo njegovo kakovost.

V Krki se zavedamo, da je naša uspešnost predvsem posledica dela uspešnih sodelavcev, ki so se sposobni prilagajati hitrim zahtevam na vseh področjih življenja in dela. Zelo pomembno je zavedanje odgovornosti vsakega posameznika pri skrbi za svoje zdravje ter ob tem tudi naša skrb in odgovornost, da k temu prispevamo tako, da zagotavljamo zdravje in dobro fizično in psihično kondicijo vso delovno dobo in tudi kasneje.

V Krki si že vrsto desetletij prizadevamo za aktivnosti, ki povečujejo kakovost življenja in dela sodelavcev in izboljšujejo njihovo zdravje. V aktivnosti, ki potekajo preko Trim kluba, kot so tedenska rekreacija, preventivna zdravstvena rekreacija, termalno zdravljenje, letovanja, športni dnevi in družabna srečanja, so vključeni skoraj vsi naši sodelavci. Poskrbljeno je za zdravo prehrano med delom. Na zadovoljstvo in dobro počutje pa vplivamo tudi z razvijanjem dobrih medsebojnih odnosov in kakovostnim vodenjem, kar preverjamo z merjenjem organizacijske klime.

Želimo pozitivno vplivati na življenjski slog in zdravje sodelavcev, zato se vsako leto intenzivneje posvetimo posameznemu področju. Tako smo lani začeli s projektom opuščanja kajenja, letos pa posebno pozornost namenjamo ukrepom za popolno odsotnost alkohola in drog na delovnem mestu, s poudarkom na osveščanju in vzpodbujanju klime zavračanja njune zlorabe.«

Jože Colarič, predsednik uprave in generalni direktor Krke

Promocija zdravja pri delu, usmerjena v trajnostni razvoj podjetja/organizacije/ustanove, ustvarja zmagovalce na vseh straneh. Višja raven zdravja prinaša koristi ne le delavcem, ampak tudi podjetju/organizaciji/ustanovi. Dolgoročno se zbolewnost zmanjša in odsotnost z dela upade. Motiviranost delavcev se poveča, če imajo občutek večje blaginje. Pripravljenost na fleksibilnost pozitivno vpliva na storilnost.

Podjetja/organizacije/ustanove z zdravimi delavci imajo dokazano višji ustvarjalni in inovacijski potencial. In ne nazadnje, pozitivno

delovno okolje seva tudi navzven, to pa ima za posledico zadovoljne in zveste stranke. Zdaj podjetja/organizacije/ustanove vse pogosteje presojava z družbenimi merili. Z jasno zavezanostjo promociji zdravja pri delu podjetje/organizacija/ustanova potrdi, da sprejema svojo družbeno odgovornost.

Podjetja/organizacije/ustanove, ki »premikajo Evropo«, veljajo v javnosti za inovativna, trdna in predana evropskemu projektu. Akcijo spremlja tudi obsežna dejavnost za ozaveščanje javnosti, ki prinaša številne koristi.



### **Spremljajoča medijska kampanja**

V vsem času trajanja projekta »Premikamo Evropo« bomo javnost seznanjali z dogajanjem in z zavezanostjo vključenih podjetij/organizacij/ustanov ciljem te pobude. Prirejali bomo dogodke in strokovna srečanja, v katerih bodo imela osrednjo vlogo sodelujoča podjetja/organizacije/ustanove.



### **Priznanje podjetju za uspehe na področju promocije zdravja**

To priznanje še zlasti učinkovito usmerja pozornost javnosti na podjetja/organizacije/ustanove, ki »premikajo Evropo«, in na njihove koncepte promocije zdravja pri delu.

Z javno podelitvijo nagrade bomo širšo javnost seznanili s cilji projekta »Premikamo Evropo« in s prizadevanji slovenskih podjetij/organizacij/ustanov za zdravje vseh zaposlenih.

univerzitetni klinični center ljubljana   
Klinični inštitut za medicino  
dela, prometa in športa

Izdajatelj in založnik: Klinični center Ljubljana, Klinični inštitut za medicino dela, prometa in športa

Urednici: Eva Stergar in Tanja Urdih Lazar

Besedilo in oblikovanje: Berliner Botschaft

Prevod: Hela Čopič

Jezikovni pregled: Cvetana Tavzes

Tisk: Littera Picta d. o. o.

Naklada: 8000 izvodov

Ljubljana, junij 2007

Natis je omogočilo Ministrstvo za zdravje RS

