

Na podlagi 32. člena Zakona o varnosti in zdravju pri delu (ZVZD-1) in 54. člena Statuta INZ je upravni odbor Inštituta za novejšo zgodovino na 117. seji dne 3. 7. 2018 sprejel

NAČRT PROMOCIJE ZDRAVJA NA DELOVNEM MESTU

I. PRAVNA PODLAGA

Zakon o varnosti in zdravju pri delu nalaga delodajalcu, da mora načrtovati in izvajati promocijo zdravja.

Promocija zdravja na delovnem mestu so sistematično ciljne aktivnosti in ukrepi, ki jih delodajalec izvaja zaradi ohranjanja in krepitev telesnega in duševnega zdravja delavcev.

Delodajalec mora načrtovati in izvajati promocijo zdravja na delovnem mestu ter zanjo zagotoviti potrebna sredstva, pa tudi način spremljanja njenega izvajanja.

II. NAMEN

Promocija zdravja na delovnem mestu zajema skupna prizadevanja delodajalca, delavcev in družbe za izboljšanje zdravja in dobrega počutja na delovnem mestu.

Promocija zdravja na delovnem mestu vključuje:

- Izboljšanja organizacije dela in delovnega okolja (uvedba gibljivega delovnega časa, spodbujanje sodelovanja zaposlenih v procesu izboljševanja delovnega okolja ipd),
- Spodbujanja delavcev, da se udeležujejo zdravih dejavnosti (razgibavanje na delovnem mestu, ponudba programov telesne vadbe,...),
- Omogočanje izbire zdravega načina življenja in
- Spodbujanja osebnostnega razvoja (obvladovanje z delom povezanega stresa, pomoč zaposlenim pri opuščanju kajenja)

Vodstvo Inštituta za novejšo zgodovino se zaveda pomena zdravja zaposlenih in je v ta namen pripravilo načrt promocije zdravja, s katerim želi zaposlenim pomagati pri zmanjševanju tveganj za zbolevanje in poškodbe, za zmanjševanje nastanka poklicnih bolezni, ter na splošno za izboljšanje življenja in za spodbujanje osebnostnega razvoja. Zaveda se tudi, da ima vsak posameznik pravico izbirati tako zdravje, kot si ga sam želi in takšno, ki se vklaplja v njegov življenjski slog.

Zaposleni na Inštitutu za novejšo zgodovino se s tem dokumentom zavezujejo, da ne bodo ogrožali svojega zdravja in zdravja svojih sodelavcev.

Vodstvo Inštituta za novejšo zgodovino se zaveda, da promocija zdravja na delovnem mestu prispeva k boljšemu počutju in zdravju delavcev, s čimer se doseže:

- zmanjšano izostajanje od dela,
- večja motivacija, izboljšana produktivnost,
- manjša fluktuacija zaposlenih,
- pozitivna in skrbna podoba

Neposredne ali posredne ekonomske koristi promocije zdravja pri delu kot vložek v zaposlene in torej v prihodnost inštituta dolgoročno vplivajo na njegovo strokovno in poslovno uspešnost.

Posreden ekonomski vpliv na poslovno uspešnost inštituta ima tudi zdrav življenjski slog zaposlenih izven delovnega časa. Življenjski slog pogojujejo elementi kot so:

- aktivno življenje, telesna dejavnost
- zdrava prehrana
- duševno zdravje in stres
- škodljive razvade, škodljiva raba alkohola, drog, kajenje
- spodbujanje ne kajenja – odvajanje od kajenja

Vodstvo Inštituta za novejšo zgodovino se zaveda, da promocija zdravja pomeni:

- načela in navodila, ki obravnavajo delavce kot pomemben dejavnik uspeha;
- kulturo zavoda in načela vodenja, v katera je sodelovanje zaposlenih vtakano zato, da bi delavce spodbudili k prevzemanju odgovornosti;
- organizacijo dela, ki ponuja delavcem uravnoteženo povezavo med zahtevami dela po njihovih sposobnostih in zmožnostih vplivanja na lastno delo ter družbeno podporo;
- politiko do človeških virov, ki dejavno zasleduje cilje na področju promocije zdravja pri delu; integrirano varnost in zdravje pri delu.

Načrt promocije zdravja bo sproti prilagajali potrebam. V ta namen bodo izdelani letni programi promocije zdravja.

O dodatnih ukrepih za izboljšanje zdravstvenega stanja zaposlenih na Inštitutu za novejšo zgodovino se bo posvetoval z izbranim izvajalcem medicine dela ter se na področju izobraževanja povezovali z zunanjimi zdravstvenimi ustanovami in posamezniki, ki se ukvarjajo in imajo registrirano tovrstno dejavnost.

Promocija zdravja na delovnem mestu deluje predvsem preventivno. Zaposleni s kroničnimi obolenji se morajo držati navodil osebnega ali imenovanega zdravnika. V primeru, da imajo pri opravljanju del in nalog težave, se morajo pogovoriti z delodajalcem.

III. IZVAJANJE PROMOCIJE ZDRAVJA NA DELOVNEM MESTU

OBLIKOVANJE DELOVNE SKUPINE ZA PROMOCIJO ZDRAVJA

Načrtovanje in izvedbo promocije zdravja na delovnem mestu (letni program promocije zdravja na delovnem mestu) pripravlja delovna skupina za promocijo zdravja.

Delovna skupina vključuje direktorja inštituta in predstavnika delavcev (zaupnik za varnost in zdravje pri delu). Delovna skupina lahko v izdelavo programa promocije zdravja vključi pooblaščenega izvajalca medicine dela, prometa in športa, strokovnega delavca za varnost in zdravje pri delu in druge zunanje strokovnjake iz področij, ki lahko pripomorejo k boljšim rezultatom promocije zdravja pri delu.

Direktor INZ s sklepom oblikuje delovno skupino.

O programu promocije zdravja se obvesti vse zaposlene preko interneta, oglasnih desk ali sestankov.

Delovna skupina za promocijo zdravja se po vpeljavi programa promocije zdravja na delovnem mestu sestajala večkrat letno, da bo analizirala stanje in vpeljala dodatne ukrepe.

OCENITEV POTREB

Za doseganje čim večje učinkovitosti programa promocije zdravja na delovnem mestu komisija oceni potrebe in pričakovanja delavcev.

Vodstvo INZ izbere način ocenjevanja s pregledovanjem obstoječih podatkov:

- vzroki poškodb pri delu in vzroki za bolniško odsotnost z dela,
- poročila o preventivnih zdravstvenih pregledih,
- ankete in raziskave (ocena obremenitev na delovnem mestu, zadovoljstvo zaposlenih,..)

UKREPI ZA IZVAJANJE PROMOCIJE ZDRAVJA NA DELOVNEM MESTU

V skladu s zakonskimi določili je v prostorih Inštituta za novejšo zgodovino prepovedano kaditi. Poleg tega je na delovnih mestih prepovedano uživanje alkohola, drog in drugih prepovedanih substanc.

Inštitut za novejšo zgodovino skrbi, da vsi zaposleni hodijo na redne zdravstvene preglede za kontrolo krvnega tlaka, ravni holesterola in krvnega sladkorja in ostalih parametrov,

Inštitut za novejšo zgodovino izvaja potrebne meritve fizikalnih škodljivosti na delovnem mestu - toplotnih razmer (vlaga, temperatura) in osvetljenosti kot to določajo podzakonski predpisi in se v primeru odstopanja glede na standarde oz. predpise posvetuje z ustreznimi strokovnimi službami o odpravi odstopanj.

Z namenom izboljšanja zdravja zaposlenih Inštitut za novejšo zgodovino načrtuje, da bo izvedel še naslednje ukrepe:

- spodbujal delavce, da si bodo tudi sami prizadevali osvojiti zdrav življenjski slog (hoja – sprehod po parku, zmerne gibalne športne aktivnosti, prihod peš v službo ali uporaba kolesa, vaje za gibljivost in moč ter druge redne zmerne telesne aktivnosti, zdrava prehrana, obvladovanje in preprečevanje stresa, opuščanje zdravju škodljivih navad (alkohol, kajenje);
- seznanjal zaposlene s ponudbo izobraževanj iz različnih vsebin, ki govorijo o načinih krepitve imunskega sistema, pomenu zdrave prehrane, pitja tekočin, gibanja;
- na vidno mesto namestil promocijska gradiva (plakati, letaki), ki govorijo o načinih preprečevanja obolenj.
- spodbujal delavce k pitju dovolj nesladkanih tekočin.
- obveščal zaposlene o dnevih, povezanih z zdravjem na delovnem mestu (npr. dan brez cigarete (31. januar), dan zdravja (7. april), dan gibanja (10. maj), dan športa (31. maj), dan brez tobaka (31. maj), dan brez avtomobila (22. september), dan hoje (15. oktober), dan hrane (16. oktober).
- zaposlenim omogočil - v skladu z dopustnimi finančnimi sredstvi - predavanja iz promocije zdravja na delovnem mestu z zunanjimi strokovnimi izvajalci: prednostni temi stres, ublažitev oz. odprava nevarnosti sedečega dela.

IV. KONČNA DOLOČBA

Načrt promocije zdravja na delovnem mestu začne veljati dan po objavi na spletni strani Inštituta za novejšo zgodovino.



Inštitut za novejšo zgodovino
dr. Petra Svoljšak, predsednica upravnega
odbora

A handwritten signature in blue ink, which appears to read 'Petra Svoljšak', is written over a horizontal line.