



Promovarea sănătății la locul de muncă pentru angajatori

Ce reprezintă promovarea sănătății la locul de muncă?

Promovarea sănătății la locul de muncă (PSLM) reprezintă efortul comun depus de angajatori, angajați și societate în vederea îmbunătățirii sănătății și stării de bine în muncă⁽¹⁾. Aceasta este asigurată printr-o serie de factori:

- îmbunătățirea organizării activității și a mediului de muncă;
- promovarea participării angajaților la activități sănătoase;
- asigurarea posibilității de a face alegeri sănătoase și
- încurajarea dezvoltării personale.

Exemple de măsuri privind PSLM:

Măsuri de organizare:

- oferirea unui program și a unor locuri de muncă flexibile;
- facilitarea participării angajaților la îmbunătățirea organizării activității și mediului lor de muncă;
- asigurarea unor oportunități de învățare pe tot parcursul vieții pentru angajați.

Măsuri privind mediul de muncă:

- asigurarea unor spații de socializare;
- interzicerea totală a fumatului;
- asigurarea unui mediu de muncă psihosocial antrenant.

Măsuri individuale:

- asigurarea și finanțarea unor cursuri și evenimente sportive;
- încurajarea unei alimentații sănătoase;
- asigurarea unor programe de renunțare la fumat și
- susținerea bunăstării psihice prin oferirea, spre exemplu, de asistență psihosocială externă confidențială, consiliere și formări artistice.

De ce trebuie să se investească în PSLM?

O organizație de succes se bazează pe angajați sănătoși care își desfășoară activitatea într-un mediu antrenant⁽¹⁾. Prin faptul că face angajații să se simtă mai bine și mai sănătoși, PSLM vizează⁽²⁾:

- reducerea absenteismului;
- stimularea motivației, creșterea productivității;
- facilitarea procedurii de recrutare;
- reducerea fluctuației lucrătorilor;
- promovarea unei imagini pozitive și atente.

Studiile arată că fiecare euro investit în PSLM aduce un beneficiu de 2,5-4,8 euro în ceea ce privește reducerea costurilor asociate absenteismului⁽³⁾.



Cum se pune în aplicare PSLM?

Patru pași către o organizație sănătoasă

Unul dintre cele mai importante elemente pentru aplicarea cu succes a PSLM îl reprezintă implicarea permanentă în activități a tuturor părților. Astfel, implicarea conducerii este esențială pentru evitarea unui conflict între programul PSLM și practicile de management. De importanță majoră sunt și integrarea personalului, ori de câte ori este posibil, și încurajarea unei participări maxime pe parcursul tuturor etapelor de punere în aplicare a PSLM.

Mai mult decât atât, cele mai bine planificate programe PSLM combină necesitățile organizației cu acelea ale lucrătorilor. În consecință, nu există un model standard pentru PSLM. În schimb, fiecare organizație trebuie să adapteze principiile fundamentale ale PSLM pentru ca acestea să corespundă situației sale specifice. Acestea includ:

1. Pregătirea
 - **Instituirea unui grup operativ** responsabil pentru planificarea și punerea în aplicare a PSLM. În mod ideal, acesta ar trebui să includă reprezentanți ai:
 - conducerii superioare;
 - comitetului personalului;
 - departamentului de resurse umane și
 - serviciului și comitetului de securitate și sănătate în muncă.
 - **Informarea tuturor** cu privire la programul PSLM prin utilizarea unor canale de comunicare diverse, cum ar fi afișe, anunțuri, intranet și reuniuni.
 - **Asigurarea respectării cerințelor legislative privind securitatea și sănătatea în muncă.** Programul PSLM este eficient numai atunci când riscurile profesionale sunt gestionate cu succes.
2. Planificare
 - **Evaluarea necesităților.** Eficiența unui program PSLM poate fi maximizată prin evaluarea necesităților și așteptărilor

(1) <http://www.enwhp.org>

(2) http://www.who.int/occupational_health/topics/workplace/en/index1.html

(3) http://www.iga-info.de/fileadmin/texte/iga_report_3e.pdf

lucrătorilor. Opțiunile pentru realizarea acestei evaluări includ:

- grupuri de lucru;
- desfășurarea de sondaje bazate pe chestionare *online*;
- asocierea evaluării cu acțiuni similare existente (de exemplu, includerea întrebărilor legate de sănătate și bunăstare într-un sondaj privind evaluarea riscurilor);
- analizarea datelor existente: statisticile societății, cum ar fi structura forței de muncă, absenteismul, rata de fluctuație a lucrătorilor și alte date privind sănătatea din partea autorităților de supraveghere a sănătății la locul de muncă sau din examinările voluntare ale sănătății ar putea indica domeniile în care se impun acțiuni.
- **Stabilirea priorităților.** Identificarea obiectivelor specifice ale programului PSLM și stabilirea priorităților în mod corespunzător. Aceste obiective ar putea include:
 - consolidarea echilibrului dintre viața profesională și viața privată;
 - reducerea plângerilor legate de afecțiunile musculo-scheletale;
 - promovarea unui stil de viață sănătos în general.
- **Implicarea în activitățile de prevenire a riscurilor.** Oriunde este posibil, planificarea și intervențiile privind PSLM ar trebui asociate activităților de prevenire a riscurilor.
- **Integrarea actualelor activități de succes din domeniul sănătății,** cum ar fi grupurile de coordonare, în programul PSLM.
- **Punerea în aplicare a unui program coordonat** în locul desfășurării mai multor intervenții independente.
- **Implicarea organizațiilor intermediare,** dacă este cazul, și valorificarea oricăror oferte, materiale sau inițiative. Acestea ar putea include:
 - prime reduse oferite de către societățile autorizate de asigurare împotriva accidentelor organizațiilor care pun în aplicare programe PSLM;
 - planuri de asigurări de sănătate care să ofere membrilor rambursarea sumei în cazul în care se înscriu într-un club sau la un curs sportiv;
 - utilizarea poliței de asigurare pentru tratarea dependenței de tutun a lucrătorilor.
- **Oferirea de oportunități tuturor lucrătorilor.** Evitarea generării inegalităților prin neluarea în calcul, spre exemplu, a programului tuturor lucrătorilor. De asemenea, merită să se reflecteze asupra mijloacelor de comunicare cu lucrătorii care nu dețin o adresă de e-mail.
- **Reflectarea asupra evaluării rezultatelor** înainte de demararea procesului. Monitorizarea semnelor de reușită sau de eșec va contribui la evaluarea și la îmbunătățirea programului, dacă este cazul.

3. Realizare

- **Obținerea sprijinului activ și vizibil al conducerii de la toate nivelurile.** Acesta este unul dintre cei mai importanți factori în crearea unei culturi a locului de muncă sănătos.
- **Implicarea lucrătorilor** cât mai mult posibil. Cu cât programul PSLM corespunde într-o mai mare măsură necesităților lucrătorilor, cu atât mai puțin veți fi nevoit să îl promovați. Stimulente adaptate organizației dumneavoastră se pot dovedi utile în trecerea la o cultură sănătoasă în cadrul organizației. Acestea pot include:
 - stimulente financiare și donații pentru cheltuielile asociate activităților sociale sau sportive externe;
 - acordarea de timp liber pentru participare;
 - competiții și premii pentru aprecierea și recompensarea participării la programele PSLM.
- **Adaptarea materialelor la publicul-țintă.** Gradul de complexitate, detaliu și nivelul de citire ar trebui să corespundă publicului dumneavoastră. Solicitați feedback.

4. Evaluare și aplicare continuă

- **Analiza impactului programului PSLM:**
 - asupra gradului de satisfacție a personalului prin desfășurarea unui sondaj;
 - asupra factorilor economici relevanți, cum ar fi fluctuația personalului, productivitatea și rata absenteismului.
- **Evaluarea beneficiilor financiare** ale programului PSLM.
- **Comunicarea rezultatelor** evaluării dumneavoastră: informarea personalului cu privire la succesele înregistrate și la schimbările pe care intenționați să le faceți pe viitor.
- **Planificarea și perfecționarea permanentă:** buna promovare a sănătății la locul de muncă este un proces continuu.
- **Înțelegerea** rezultatelor detaliate ale evaluării în momentul stabilirii planurilor de viitor.

Rețineți:

- Punerea în aplicare a unui program PSLM fără a asigura totodată un mediu de muncă sigur și sănătos este inutilă. PSLM se bazează pe o cultură sănătoasă care presupune în primul rând gestionarea corespunzătoare a riscurilor.
- Promovarea sănătății la locul de muncă depășește limita cerințelor juridice, bazându-se pe acțiuni voluntare din partea ambelor părți.
- PSLM poate avea succes numai dacă este integrat ca o componentă permanentă în toate procesele organizaționale.

Informații suplimentare referitoare la PSLM sunt disponibile la: <http://osha.europa.eu/ro/topics/whp>

Informații suplimentare privind PSLM în România sunt disponibile la: <http://www.romtens.ro/>

Agenția Europeană pentru Sănătate și Securitate în Muncă

Gran Vía, 33, 48009 Bilbao, SPANIA
Tel. +34 944794360, Fax +34 944794383
E-mail: information@osha.europa.eu

