



Il-Promozzjoni tas-Saħħa fuq il-Post tax-Xogħol għal Dawk li Jhaddmu

X'inhi l-Promozzjoni tas-Saħħa fuq il-post tax-xogħol?

Il-promozzjoni tas-saħħa fuq il-post tax-xogħol (*Workplace health promotion* - WHP) hija l-isforz li jagħmlu flimkien dawk li jhaddmu, l-impjegati u s-soċjetà biex itejbu s-saħħa u l-benesseri tan-nies fuq il-post tax-xogħol (1). Dan jista' jinkiseb permezz ta' taħlita ta':

- titjib tal-organizzazzjoni tax-xogħol u tal-ambjent tax-xogħol,
- promozzjoni tal-partecipazzjoni tal-ħaddiema f'attivitajiet li jmxexxu 'l quddiem is-saħħa,
- għażliet tajbin għas-saħħa, u
- inkoraġġiment tal-iżvilupp personali.

Eżempji ta' miżuri ta' WHP:

Miżuri organizzattivi:

- jiġu offruti sigħat tax-xogħol u postijiet tax-xogħol flessibbli,
- l-impjegati jingħataw iċ-ċans li jippartecipaw fit-titjib tal-organizzazzjoni tax-xogħol tagħhom u tal-ambjent tax-xogħol tagħhom,
- l-impjegati jingħataw opportunitajiet għal tagħlim tul il-ħajja.

Miżuri ambjentali:

- jiġu pprovduti spazji soċjali,
- issir projbizzjoni komprensiva fuq it-tipjip,
- jiġi pprovdut ambjent tax-xogħol psikosoċjali ta' appoġġ.

Miżuri individwali:

- jiġu offruti u ffinanzjati korsijiet u avvenimenti sportivi,
- in-nies jiġu mħeġġa jieklu ikel tajjeb għas-saħħa,
- jiġu offruti programmi ta' waqfien mit-tipjip, u
- jiġi appoġġjat il-benesseri mentali billi, pereżempju, jiġu offruti pariri psikosoċjali anonimi esterni, konsulenza u taħriġ kontra l-istress.

Għaliex għandu jsir investiment fid-WHP?

Organizzazzjoni ta' suċċess tkun ibbażata fuq impjegati f'saħħithom li jaħdmu f'ambjent li joffri appoġġ (1). Billi tagħmel lill-ħaddiema jhossuhom aħjar u aktar f'saħħithom, id-WHP twassal għal (2):

- tnaqqis fl-assenteiżmu,
- zieda fil-motivazzjoni, titjib fil-produttività,
- reklutaġġ aktar faċli,
- tnaqqis fiċ-ċaqliq tal-ħaddiema,
- immaġini pożittiva u li toffri attenzjoni.

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

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



Ir-riċerka turi li kull Euro investit fid-WHP irendi Ritorn fuq l-Investment ta' bejn €2.5 u €4.8 fi tnaqqis fl-ispejjeż marbuta mal-assenteiżmu (3).

Kif timplimenta d-WHP?

Erba' passi għal organizzazzjoni b'saħħitha

Wieħed mill-elementi l-aktar importanti fl-implimentazzjoni b'suċċess tad-WHP huwa l-impenn kontinwu lejn dan is-suġġett minn kull naħa. Għalhekk, l-impenn tal-amministrazzjoni huwa essenzjali sabiex jiġi evitat kunflitt bejn il-programm WHP u l-prattici tal-amministrazzjoni. Huwa wkoll importanti ħafna li l-membri tal-persunal jiġu integrati kull meta jkun possibbli u li tiġi mħeġġa l-partecipazzjoni massima matul l-istadji kollha tal-implimentazzjoni tad-WHP.

Barra minn hekk, ħafna mill-programmi tad-WHP ippjanati tajjeb jikkombinaw il-ħtiġijiet tal-organizzazzjoni ma' dawk tal-ħaddiema. Bħala konsegwenza, ma hemm ebda mudell standardizzat għad-WHP. Minflok, jeħtieġ li kull organizzazzjoni tfassal il-prinċipji ewlenin tad-WHP biex ikunu jaqblu maċ-ċirkostanzi partikolari tagħha. Dawn jinkludu:

1. It-tħejjija

- **Ibni forza tax-xogħol** li tkun responsabbli għall-ippjanar u l-implimentazzjoni tad-WHP. Din għandha tinkludi, bl-aħjar mod, rappreżentanti minn:
 - l-amministrazzjoni anzjana,
 - il-kumitat tal-persunal,
 - id-dipartiment tar-riżorsi umani, u
 - is-servizz u l-kumitat tas-saħħa u s-sigurtà fuq il-post tax-xogħol.
- **Għarraf lil kulhadd** dwar il-programm WHP billi tuża mezzi ta' komunikazzjoni diversi, bħal powsters, bord tal-avviżi, l-intranet u laqgħat.

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

- **Kun ċert li l-d-dispożizzjonijiet legiżlattivi fuq is-saħħa u s-sigurtà fuq il-post tax-xogħol qed ikunu segwiti.** WHP huwa effettiv biss meta l-perikli fuq ix-xogħol ikunu ġestiti kif suppost.

2. L-Ippjanar

- **Evalwa l-ħtiġijiet. Tista' tagħmel l-aħjar użu mill-effettività ta' programm ta' WHP billi tevalwa l-ħtiġijiet u l-aspettattivi tal-ħaddiema. L-għażliet biex tagħmel dan jinkludu:**
 - gruppi ta' fokus;
 - servejs imwettqa permezz ta' kwestjonarji online;
 - irbit tal-valutazzjoni ma' azzjonijiet simili eżistenti (eż. l-inkluzjoni ta' mistoqsijiet dwar is-saħħa u l-benesseri fi stħarriġ tal-valutazzjoni tar-riskju);
 - l-analiżi tad-dejta eżistenti: statistiċi tal-kumpaniji, bħad-demografija tal-forza tax-xogħol, l-assenteiżmu, ir-rati ta' ċaqliq tal-ħaddiema, kif ukoll dejta oħra dwar is-saħħa mis-sorveljanza tas-saħħa fuq il-post tax-xogħol jew l-iskrining volontarju tas-saħħa, jistgħu jindikaw oqsma fejn hemm bżonn li tittiehed azzjoni.
- **Iddeċiedi dwar il-prijoritajiet.** Identifika l-miri speċifiċi tal-programm ta' WHP u stabbilixxi l-prijoritajiet xierqa. Dawn il-miri jistgħu jinkludu:
 - it-titjib tal-bilanċ bejn ix-xogħol u l-ħajja,
 - it-tnaqqis tal-ilmenti muskuloskeletalni,
 - il-promozzjoni ta' stil ta' ħajja tajjeb għas-saħħa b'mod ġenerali.
- **Involvi ruhek f'attivitajiet ta' prevenzjoni tar-riskji.** Kull fejn ikun possibbli, l-ippjanar u l-interventi ta' WHP għandhom ikunu konnessi ma' attivitajiet ta' prevenzjoni tar-riskji.
- **Integra attivitajiet tas-saħħa eżistenti ta' suċċess,** bħal gruppi ta' ġiri, fil-programm tad-WHP.
- **Implimenta programm ikkoordinat** minflok tmexxi diversi interventi mhux konnessi ma' xulxin.
- **Involvi organizzazzjonijiet intermedjarji,** jekk ikun hemm bżonn, u hu vantaġġ minn kwalunkwe offerti, materjal jew inizjattivi. Dawn jistgħu jinkludu:
 - Kumpaniji statutorji ta' assigurazzjoni kontra l-incidenti li joffru, pereżempju, primjums imnaqqsa għal dawk l-organizzazzjonijiet li jimplementaw programmi tad-WHP,
 - Pjanijiet ta' assigurazzjoni tas-saħħa li joffru rifużjoni lill-membri jekk jirreġistraw f'kors jew klabb sportiv,
 - it-teħid ta' vantaġġ mill-kopertura tal-assigurazzjoni għat-trattament tal-ħaddiema kontra d-dipendenza mit-tabakk.
- **Agħti opportunità lill-ħaddiema kollha.** Evita li toħloq inugwaljanzi billi, pereżempju, ma tiħux inkunsiderazzjoni l-iskedi taż-żmien tal-ħaddiema kollha. Jista' jkun ukoll li ta' min jikkunsidra kif tikkomunika ma' dawk li m'għandhomx kontinjuet tal-email.
- **Aħseb dwar l-evalwazzjoni tar-riżultati** qabel tibda l-proċess. Il-monitoraġġ tas-sinjali ta' suċċess jew falliment għandu jgħin fl-evalwazzjoni u t-titjib tal-programm, jekk ikun meħtieġ.

3. It-Twettiq

- **Ikseb appoġġ attiv u viżibbli mingħand l-amministrazzjoni anzjana, medja u bażika.** Dan huwa wieħed mill-aktar fatturi importanti fil-ħolqien ta' kultura ta' post tax-xogħol tajjeb għas-saħħa.
- **Involvi lill-ħaddiema** kemm jista' jkun possibbli. Aktar ma tqabbel tajjeb il-programm tad-WHP mal-ħtiġijiet tal-ħaddiema, inqas ser ikollok bżonn tippromwovih. L-inċentivi mfassla għall-organizzazzjoni tiegħek jistgħu jkunu utli għat-tibdil għal kultura f'saħħitha fi hdan l-organizzazzjoni tiegħek. Dawn jistgħu jinkludu:
 - stimoli finanzjarji u donazzjonijiet lejn l-ispiza tal-attivitajiet soċjali jew sportivi esterni,
 - ħin ta' waqfien mix-xogħol għal parteċipazzjoni,
 - kompetizzjonijiet u premijiet biex jonoraw u jippremjaw il-parteċipazzjoni fi programmi ta' WHP.
- **Adatta l-materjali għall-udjenza fil-mira.** Il-grad ta' kumplessità, id-dettall u l-livell tal-qari għandhom ikunu addattati għall-udjenza tiegħek. Itlob feedback.

4. Evalwazzjoni u implimentazzjoni kontinwa

- **Analizza l-impatt tal-programm tad-WHP:**
 - fuq is-sodisfazzjon tal-persunal billi, pereżempju, twettaq stħarriġ,
 - fuq fatturi ekonomiċi rilevanti, bħaċ-ċaqliq tal-persunal, il-produttività u r-rati ta' assenteiżmu.
- **Evalwa l-benefiċċji finanzjarji** tal-programm tad-WHP.
- **Ikkomunika r-riżultati** tal-evalwazzjoni tiegħek: informa lin-nies dwar is-suċċessi tiegħek u l-bidliet li qiegħed/qiegħda tippjana li tagħmel fil-futur.
- **Tiqaqx tippjana u ttejjeb:** WHP tajba hija proċess kontinwu.
- **Ifhem** ir-riżultati dettaljati tal-evalwazzjoni meta tippjana għall-futur.

Ftakar:

- Ma hemm l-ebda skop fl-implimentazzjoni ta' programm ta' WHP jekk ma jiġix offrut ambjent tax-xogħol sikur u tajjeb għas-saħħa. Id-WHP hija bbażata fuq kultura tajba għas-saħħa, li l-ewwel nett tirrikjedi ġestjoni xierqa tar-riskji.
- Il-promozzjoni tas-saħħa fuq il-post tax-xogħol tmur lil hinn mir-rekwiżiti legali. Hija bbażata fuq azzjoni volontarja fuq iż-żewġ naħat.
- Id-WHP tista' tirnexxi biss jekk tiġi integrata bħala komponent permanenti fil-proċessi organizzattivi kollha.

Aktar informazzjoni dwar WHP hija disponibbli fuq <http://osha.europa.eu/en/topics/whp>

Aktar informazzjoni bl-Ingliż dwar il-promozzjoni tas-saħħa fuq il-post tax-xogħol hija disponibbli fuq:

- <http://www.osha.org.mt/>
- <http://www.workingforhealth.gov.uk/>
- <http://www.workingforhealthni.gov.uk/>
- <http://www.workplacehealth.ie/>

L-Aġenzija Ewropea għas-Saħħa u s-Sigurtà fuq il-post tax-Xogħol

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

