



101
SL

FACTS

Evropska agencija za varnost in zdravje pri delu

Promocija zdravja med mladimi delavci Povzetek primerov dobre prakse

Statistični podatki kažejo, da je pogostost nezgod pri delu brez smrtnega izida med delavci, starimi od 18 do 24 let, več kot 40 % višja kot pri delavcih na splošno. Pri mladih je večja tudi verjetnost, da bodo zboleli za poklicno boleznijo.

Vendar pa delovna mesta, namesto da bi bila zdravju škodljiva, lahko postanejo pomembno okolje za promocijo zdravja, če ponujajo priložnosti za izboljšanje splošnega zdravja delavcev. To koristi tudi podjetjem, saj znižuje stroške, povezane z obolenji zaposlenih, in vpliva na dvig produktivnosti.

Kaj lahko storimo na delovnem mestu?

Ta informativni bilten povzema 12 primerov promocije zdravja na delovnem mestu, ki so jih izvedli v Avstriji, Belgiji, na Danskem, v Italiji, Nemčiji, na Nizozemskem, v Romuniji in na Švedskem (1). Študije primerov obsegajo različne pobude in programe promocije zdravja mladih delavcev. Podjetja so mlade delavce opredelila na različne načine: medtem ko jih je večina opredelila glede na starost, so v nekaterih primerih med „mlade“ delavce šteli tudi tiste zaposlene, ki so šele začeli delati na posameznih delovnih mestih. Programe so izvajala različna javna in zasebna podjetja. Številni programi so bili namenjeni delavcem s fizično zahtevnimi poklici v zasebnem sektorju.

Ključna sporočila

- Večina programov promocije zdravja se je osredotočala na posameznika, še posebej na dejavnike življenjskega sloga

Večina primerov se je osredotočala na posamezne dejavnike. Pobude in programi so zlasti obravnavali dejavnike življenjskega sloga, kot so zloraba alkohola, kajenje, pravilna prehrana in telesna dejavnost. To je pomembno, saj bodo bolj zdravi zaposleni koristili tudi podjetju. Drugi obravnavani dejavniki so bili: razvoj osebnih veščin, krepitev skupinskega duha, optimizacija delovnega okolja in psihosocialna vprašanja. Številni programi so zajemali več tem. Med obravnavanimi primeri so bili štirje začasni ukrepi, ostali pa so bili stalni projekti. To dejstvo je pomembno, saj stalni projekti zagotavljajo bolj trajne učinke.



- Med pripravo in izvajanjem, pa tudi med nadaljnjim spremljanjem so bili uporabljeni zelo različni pristopi

Med pripravo, izvajanjem in nadaljnjim spremljanjem vseh obravnavanih programov so bili uporabljeni različni pristopi. Prvič, različne interesne skupine (npr. zaposleni, učitelji in nadzorniki) so sodelovale pri pripravi devetih od enajstih programov. Z razgovori, sestanki ali anketami so imele te skupine možnost vplivati na vsebino programa promocije zdravja in prispevati k praktičnim strategijam. Pri izvajanju programov promocije zdravja je bilo opredeljenih pet elementov: (1) usposabljanje in mentorstvo, (2) aktivnosti, (3) spodbude za mlade delavce, (4) obveščanje in (5) politika. Vsak od njih je bil bistven za uspeh programa. Večina programov je vključevala seminarje, usposabljanje in delavnice. Poleg tega je bilo vzpostavljanje podpornih mrež pomemben del šestih programov promocije zdravja. Primeri takšnih mrež so skupine za izmenjavo izkušenj, projektne skupine ali podporne skupine. Pri nadaljnjem spremljanju so bili uporabljeni razgovori, ankete in povratne informacije.

- Sodelovanje je bilo pomembno za promocijo zdravja med mladimi delavci

Programi so razlikovali pobudnike od akterjev in izvajalcev. Pobudniki so bila podjetja ali ustanove, ki so dale pobudo za promocijo zdravja na delovnem mestu, akterji in izvajalci pa so podpirali pripravo in izvajanje programov. Poleg podjetij so bile pobudnice programov promocije zdravja tudi vlade. Kadar je bila pobudnica projekta vlada, je bila to običajno lokalna vlada. V vseh obravnavanih primerih so akterji in izvajalci bolj ali manj sodelovali.

(1) EU-OSHA, podatkovna zbirka praktičnih rešitev, študije primerov o spodbujanju zdravja med mladimi delavci, <http://osha.europa.eu/whpyw>

- Promocija zdravja na delovnem mestu je izboljšala zdravje mladih delavcev, koristi pa je imelo tudi podjetje

Programi promocije zdravja na delovnem mestu niso koristili samo zaposlenim, ampak tudi njihovim podjetjem. Podjetja so imela koristi od tovrstnih programov zaradi boljšega duševnega in telesnega zdravja zaposlenih. Poleg boljšega zdravja zaposlenih in višje kakovosti dela so programi koristili podjetjem tudi zato, ker se je njihova podoba izboljšala in ker so postala privlačnejša za iskalce zaposlitve.

- Vrednotenje je prineslo številne izboljšave, vendar so povratne informacije lahko pretirano pozitivne

V številnih primerih so bili za vrednotenje uporabljeni kvalitativni podatki, ki so bili zbrani med razgovori in delavnicami, ter kvantitativni podatki, zbrani z anketami in vprašalniki. Vrednotenje je bilo pomembno zaradi ugotavljanja učinkovitosti programov in za uvajanje izboljšav v nadaljnje izvajanje programov. Programi promocije zdravja so pripomogli k izboljšanju osebnih veščin zaposlenih, večji ozaveščenosti o njihovem zdravstvenem stanju in znižanju ravni stresa. Vse povratne informacije so bile pozitivne. Vendar pa obstajajo razumni dvomi o izključno pozitivnih rezultatih programov promocije zdravja. Zaradi načina poročanja so bile informacije morda pristranske.

- Ključna dejavnika za uspeh programov promocije zdravja med mladimi delavci sta bila široko zastavljen program in sodelovanje delavcev

V številnih primerih je bilo sodelovanje delavcev pomemben dejavnik uspeha. Ti programi niso bili usmerjeni samo v potrebe zaposlenih, ampak so jih spodbujali k sodelovanju. Poleg tega je širši program sodelujočim dal priložnost, da si izberejo temo, ki je povezana z njihovimi posebnimi težavami pri delu. Med drugimi ključnimi dejavniki uspeha so bili odprto komuniciranje, sodelovanje vodstva in podpora pri delu.

Splošne ugotovitve

Programi promocije zdravja med mladimi delavci na delovnem mestu so se osredotočali predvsem na posamezne dejavnike, kot so dejavniki življenjskega sloga. Pri več kot polovici primerov so programe uvedla podjetja sama, kar lahko štejemo za pozitivno značilnost. Druga prednost programov promocije zdravja je bila, da jih je bila več kot polovica stalnih, pri čemer je znano, da je veliko večja verjetnost, da bodo taki projekti privedli do trajnih sprememb med mladimi delavci. To je pomembno, saj se delavci zdravih navad,



© EU-OSHA/Salus & Co cartoon

ki jih pridobijo v mladosti, pogosto držijo vse življenje, to pa zagotavlja boljše zdravje v starosti.

Priporočila

- Pomembno je zagotoviti, da so posegi celostni in se ne nanašajo samo na posamezne dejavnike. Zajemati morajo tudi dejavnike na organizacijski ravni.
- Bistvenega pomena je sodelovanje zaposlenih že v fazi priprave, upoštevanje njihovih potreb in mnenj o tem, kako organizirati delo, delovno mesto in aktivnosti za promocijo zdravja na delovnem mestu.
- Prihodnje študije primerov bi se morale osredotočati tudi na prepreke, ovire in nova spoznanja.

Več informacij o promociji zdravja na delovnem mestu je na voljo na naslovu: <http://osha.europa.eu/sl/topics/whp>, o mladih delavcih pa na naslovu: http://osha.europa.eu/sl/priority_groups/young_people

Ta informativni bilten je na voljo v 24 jezikih na naslovu: <http://osha.europa.eu/sl/publications/factsheets>

Evropska agencija za varnost in zdravje pri delu

Gran Vía, 33, 48009 Bilbao, ŠPANIJA
Tel. +34 944794360 • Faks +34 944794383
E-naslov: information@osha.europa.eu

© Evropska agencija za varnost in zdravje pri delu. Razmnoževanje je dovoljeno z navedbo vira. Printed in Belgium, 2012

