

# PROMOCIJA ZDRAVJA PRI DELU V ŠOLAH

Tanja Oberč Tomažin, dr. med.,  
specializantka medicine dela, prometa in športa

# VODNIK »SCHOOL EMPLOYEE WELLNESS: A GUIDE FOR PROTECTING THE ASSETS OF OUR NATION'S SCHOOLS«

## ○ 4 glavna načela:

- povezava z že obstoječimi programi
- k bolj zdravim izbaram privabiti tiste, ki se zanje brez vključitve v organizirane oblike ne odločijo
- vzpostavitev majhnega programa lahko zagotovi temelj za razvoj bolj ambicioznega, celovitega, v rezultate usmerjenega programa
- potrebna je široka podpora pri oblikovanju programov

# VODNIK »SCHOOL EMPLOYEE WELLNESS: A GUIDE FOR PROTECTING THE ASSETS OF OUR NATION'S SCHOOLS«

## ◉ 9 korakov:

- pridobitev administrativne podpore
- prepoznavna virov
- določitev vodje
- organizacija odbora oz. skupine za zdravje
- zbiranje in analiziranje podatkov
- razvoj načrta
- izvajanje načrta
- evalvacija in prilagoditev programa
- ohranjanje programa

# RAZISKOVALNI PROJEKT NA FINSKEM – PRIMER PROGRAMA PZD

- ◉ ključni problem visoka raven hrupa
- ◉ cilj → 70 % zaposlenih meni, da je raven hrupa še sprejemljiva
  
- ◉ aktivnosti:
  - namestitev lončnic na okenske police ter likovnih izdelkov učencev na stene hodnika
  - nakup družabnih iger, knjig in križanke za učence v učilnicah
  - nakup pripomočkov in športne opreme za igro na prostem
  - organizacija športnih aktivnosti med odmori
  - ureditev »tihe sobe«, kjer bodo lahko učenci ustvarjali različne izdelke
  - nakup opreme za namizni nogomet

# **RAZISKOVALNI PROJEKT NA FINSKEM – PRIMER PROGRAMA PZD**

- paneli za zmanjšanje hrupa
- obveščanje ravnatelja in staršev učencev o problemu
- pridobitev ustreznih ponudb za izvedbo meritev hrupa
- prilagoditev delovnih obveznosti učiteljev, tako da ne bodo razporejeni vse šolske dni na območjih, kjer je raven hrupa visoka
- ureditev zvočnih signalov pred začetkom vsake šolske ure

# PRIMERI SLOVENSКИH PROGRAMOV PZD 1

- ◉ skupina za zdravje (predstavnik vodstva, predstavnik delavcev, izvajalec medicine dela, strokovni sodelavec za VZD ter drugi zunanji strokovnjaki)
  
- ◉ cilji:
  - obvladovanje stresa na delovnem mestu
  - skrb za psihofizično kondicijo zaposlenih
  - skrb za zdravstveno preventivo
  - skrb za pozitivno klimo na delovnem mestu
  - strokovno usposabljanje za obvladovanje novosti na delovnem mestu
  
- ◉ predvideno ekonomsko ovrednotenje
- ◉ kontrolni list izvedenih aktivnosti

## PRIMERI SLOVENSКИH PROGRAMOV PZD 2

- ◉ „V dokumentu PZD se ne ukvarjamo z zaposlenimi, ki imajo kronična obolenja.“
- ◉ Analiza: „Glavni razlog za bolniško odsotnost so virusna obolenja, sledijo kostno-mišična obolenja kot posledica poškodb, na tretjem mestu pa so depresivna obolenja kot posledica nesposobnosti reagiranja na trenutne izzive v življenju.“

## **PRIMERI SLOVENSКИH PROGRAMOV PZD 2**

- ⦿ splošni ukrepi, ukrepi za zmanjševanje virusnih obolenj, ukrepi za zmanjšanje bolezni kostno-mišičnega sistema, ukrepi za zmanjšanje depresivnih obolenj in stresa, drugi ukrepi za splošno počutje
- ⦿ kvalitativna in kvantitativna evalvacija



# PRIMERI SLOVENSКИH PROGRAMOV PZD 3

Program PZD vsebuje le predvidene aktivnosti:

- zagotavljanje preventivnih pregledov
- teoretično in praktično usposabljanje s področja varnosti in zdravja pri delu
- omogočanje delavcem, da sodelujejo pri izboljšavah organizacije dela in delovnega okolja
- izdelava delovnega koledarja
- navodila za delo
- stimulativno plačilo za delo v skladu z osebnim prispevkom delavca
- spodbujanje dobrih medsebojnih odnosov in podpore med sodelavci
- spodbujanje zaposlenih, da uporabljajo stopnice namesto dvigala
- spodbujanje kolesarjenja v službo in nazaj
- nakup službenega kolesa za kolesarjenje na sestanke med delovnim časom ali za aktiven odmor

## **PRIMERI SLOVENSКИH PROGRAMOV PZD 4**

- zmanjšanje odsotnosti z dela zaradi bolezni dihal za 10 % v obdobju enega leta
- ukrepi:
  - redno prezračevanje učilnic
  - pitna voda v učilnici, kabinetu oziroma zbornici
  - demonstracija vaj za aktivni odmor
  - izobraževanje o pravilni tehniki govora
  - navodila za starše bolnih otrok
  - papirnati robčki za bolne otroke v učilnicah
  - predstavitev poučevanja s prenosnim mikrofonom
  - nakup prenosnih mikrofонов za zainteresirane učitelje
  - izvedba meritev mikroklima in hrupa na šoli
  - priprava strategije ničelne tolerance do hrupa na šoli

# POVZETEK

- ◉ priporočila iz tujine podobna slovenskim
- ◉ analize ni / je pomanjkljiva
- ◉ cilji neustrezni / niso opredeljeni
- ◉ ukrepi neusmerjeni
- ◉ pomanjkljivo načrtovanje
- ◉ pomanjkljiva evalvacija