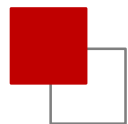


# Promicanje zdravlja na radnom mjestu

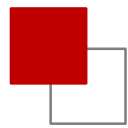
*Prim.dr.sc. Ana Bogadi Šare, dr.med.*



# *Promicanje zdravlja na radnom mjestu*

---

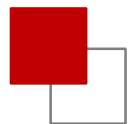
- **Luksemburška deklaracija – 1997.**  
The Luxembourg Declaration on Workplace Health Promotion in the European Union
- **Europska mreža za promicanje zdravlja na radnom mjestu**  
European Network for Workplace Health Promotion - ENWHP
- **Promicanje zdravlja na radnom mjestu je rezultat udruženih napora poslodavaca, radnika i društva u unapređivanju zdravlja i blagostanja ljudi na radu.**



# *Promicanje zdravlja na radnom mjestu*

---

- područja aktivnosti:
  - poboljšanje radnih uvjeta
  - promjene u organizaciji rada
  - balans između rada i privatnog života
  - psihičko zdravlje i stres
  - starenje
  - način života
  - prehrana i zdravlje
  - fizička aktivnost



# *Promicanje zdravlja na radnom mjestu*

---

- načini/alati:
  - kampanje
  - radionice, predavanja
  - vježbe, sportske aktivnosti
  - druženja
  - promotivni materijali: letci, poster, brošure, vodiči

# European Network for Workplace Health Promotion - ENWHP



You are here

The ENWHP

ENWHP Initiatives

Workplace Health Promotion

How good is your WHP?

News & Events

Publications

External links & info

SEARCH



Join us! Move Europe with us!



## WELCOME

Operating in a highly competitive business environment and with increasing pressure on the labour market, many employers in Europe are becoming aware that **they** need to implement measures to improve productivity and efficiency while at the same time enhancing the working environment and company culture.

Workplace health promotion has been shown to play a major role in achieving these outcomes. The European Network for Workplace Health Promotion (ENWHP) promotes good practice in workplace health promotion and advocates the adoption of such practice in all European workplaces.

The European Network for Workplace Health Promotion and its initiatives have received funding from the European Union in the framework of the Health Programme (2008-2013).



Funded by  
the Health Programme  
of the European Union

Round table "Towards health promotion at the workplace" - Presentations available now!

\*\*Click on the titles in the programme\*\*

On Thursday, 20 November 2014 the European Network for Workplace Health Promotion (ENWHP) and its newest member, [the Croatian Institute for Health Protection and Safety at Work \(CIHPSW\)](#), organised a round table in Zagreb. The idea behind the round table was to boost the development of a national forum for Workplace Health Promotion (WHP) in Croatia, to disseminate good workplace health practices and policies, and to address representatives from companies, politics, health experts and other stakeholders.

### Programme

09.30 - Welcome and opening of meeting by dr. Ana Bogadi Sare (CIHPSW)

09.45 - Welcome by representatives of the Croatian Ministry of Health, the



At this particular time in the economic cycle, workplace health promotion is more important than ever to employers right across Europe.



*Steve Bell  
Scottish Centre for Healthy Working Lives, United Kingdom*

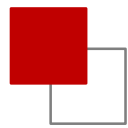
The European Network for  
Mental Health Promotion

WHP-Training

ProMenPol

**CompHP**  
DEVELOPING COMPETENCIES AND  
PROFESSIONAL STANDARDS FOR HEALTH  
PROMOTION CAPACITY BUILDING IN EUROPE

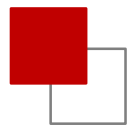




# *Europska mreža za promicanje zdravlja na radnom mjestu*



- **1. Inicijativa** (1997.-1999.): Kriteriji kvalitete i čimbenici uspjeha promicanja zdravlja na radnom mjestu
- **2. Inicijativa** (1999.-2000.): Promicanje zdravlja na radnom mjestu u malim i srednjim poduzećima
- **3. Inicijativa** (2001.-2002.): Promicanje zdravlja na radnom mjestu u sektoru javne uprave
- **4. Inicijativa** (2002.-2004.): Implementacija infrastrukture za promicanje zdravlja na radnom mjestu
- **5. Inicijativa** (2004.-2006.): Zdravi rad u Europi koja stari
- **6. Inicijativa** (2005.-2007.): Širenje dobrog zdravlja na radu u zemljama istočne Europe
- **7. Inicijativa** (2007.-2009.): Move Europe – zdravi životni stil na radnom mjestu
- **8. Inicijativa** (2009.-2011.): Rad u skladu sa životom
- **9. Inicijativa** (2011.-2013.): Promicanje zdravlja na radu za osobe s kroničnim bolestima

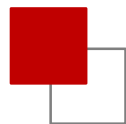


# *Europska mreža za promicanje zdravlja na radnom mjestu*

---



## ***Primjeri dobre prakse u promicanju zdravlja na radnom mjestu***



# OMV, Austrija

„PRO.FIT”

- proizvodnja, transport i prodaja plina i naftnih derivata, 1124 radnika, 20% žena, 20% noćnog rada

**Organizacija i financiranje:** OMV, Fond osiguranja rudarske industrije Gornje Austrije

**Izvršitelji:** stručnjak za sigurnost, medicinar rada, predstavnici radnika, rukovoditelji

## **Analiza stanja:**

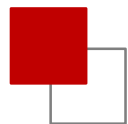
- radionice s radnicima (*Health circles*): utvrđivanje nepovoljnih i stresnih uvjeta rada – 176 (100 psihosocijalnih faktora), sugestije

## **Aktivnosti:**

- „škola za leđa”: edukacija o dizanju i prenošenju tereta, vježbe razgibavanja za radnike koji rade s računalom
- prostor za vježbanje i sportske aktivnosti
- savjetovanje o zdravoj prehrani, meni za prehranu u kantini (nutricionist)
- „tjedan zdravih navika”: edukacija o prehrani, vježbama i relaksaciji (fond osiguranja), dva dana slobodno za edukaciju (OMV)
- fleksibilno radno vrijeme, nepuno radno vrijeme

**Rezultat:** smanjenje broja ozljeda na radu





# Federalno osiguravajuće društvo za zaposlenike (BfA), Njemačka

---

- mirovinsko osiguranje, 27.000 radnika

**Organizacija i financiranje:** tvrtka, suradnja s zdravstvenim osiguranjem

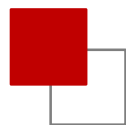
**Izvršitelji:** povjerenstvo = rukovoditelji, glavni doktor tvrtke, predstavnik službe sigurnosti, socijalne službe, predstavnici radnika, žena, hendikepiranih

**Analiza stanja:** analiza bolovanja (redovita), procjena rizika, upitnici za radnike (redovito): zadovoljstvo, uvjeti i naponi na radu, zdravstveni problemi

## **Aktivnosti:**

- obilasci radnih mjesta: stručnjak sigurnosti, doktor, predstavnik radnika, neposredni rukovoditelj
- redoviti sastanci radnika, rukovoditelja, stručnjaka: primjedbe, sugestije
- intranet stranica: publikacija „Zdravlje na radu”
- edukacijski programi: rad s računalom, bolna leđa, suočavanje sa stresom
- kampanje „zdravog života”: dan dijabetesa, tjedan srca, pušenje
- tečaj relaksacije i vježbanja
- „zdrava” prehrana: kantina, edukacija
- nepuno radno vrijeme, rad od kuće, vrtić

**Rezultat:** poboljšanje komunikacije i zadovoljstva, smanjenje bolovanja



# *The Driver and Vehicle Licencing Agency (DVLA), Wales, Velika Britanija*

---

- državna agencija, 4.900 radnika

**Organizacija i financiranje:** agencija

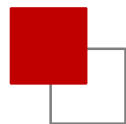
**Izvršitelji:** odjel ljudskih resursa, rukovoditelji

**Analiza stanja:** procjena rizika, analiza bolovanja

**Aktivnosti:**

- korekcije radnih uvjeta (rad s računalima, nošenje tereta)
- informiranje i savjetovanje vezano za zdravstvene rizike (za rukovoditelje i radnike)
- fleksibilno, nepuno radno vrijeme, plaćeni i neplaćeni odmor za rješavanje privatnih problema
- jaslice i vrtić unutar agencije
- trudnice: informiranje o pravima, razgovor kod liječnika medicine rada
- neformalne grupe radnika: stariji, kronični bolesnici, s privatnim problemima

**Rezultat:** smanjenje bolovanja, poboljšanje radne atmosfere



# NOKIA, Finska

„Total Wellness Programme”

---

- telekomunikacije, sjedište, 21.500 radnika

## **Organizacija i financiranje:** NOKIA

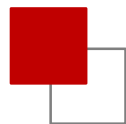
**Izvršitelji:** odjel za ljudske resurse, odjel medicine rada, suradnja s Finskim institutom za medicinu rada

**Analiza stanja:** analiza bolovanja, ozljeda na radu i profesionalnih bolesti, upitnici o zdravlju i zadovoljstvu radnika (zdravlje, fizička spremnost, otpornost na stres, obiteljski život, hobiji)

## **Aktivnosti:**

- sistematski pregledi, rehabilitacija
- vlastiti sustav edukacije
- razne akcije: literaturni sastanci, kazališne predstave, zabave

**Rezultat:** povećanje zadovoljstva



## *Mannesmannröhren-Werke, Njemačka*

---

- proizvodnja bešavnih čeličnih cijevi, 12.192 radnika

**Organizacija i financiranje:** Mannesmannröhren-Werke

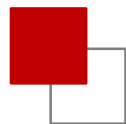
**Izvršitelji:** služba medicine rada

**Analiza stanja:** godišnji izvještaji medicine rada (rezultati pregleda, analiza bolovanja, rezultati upitnika o zadovoljstvu poslom i radnim uvjetima)

**Aktivnosti:**

- ergonomska poboljšanja, promjene u organizaciji rada
- analiza povezanosti bolesti i rada kod dugih bolovanja
- seminari za rukovoditelje za bolje rješavanje problema s bolesnim radnicima
- edukacije za radnike o pravilnom dizanju i nošenju tereta te držanju tijela

**Rezultat:** povećana produktivnost



# TITAN S.A., Grčka

---

- proizvodnja cementa, 1.314 radnika

## **Organizacija i financiranje:** TITAN

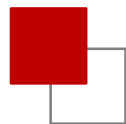
**Izvršitelji:** liječnik medicine rada, stručnjak sigurnosti na radu

**Analiza stanja:** analiza bolovanja, ozljeda na radu, rezultati medicinskih pregleda, upitnici za radnike o radnim uvjetima i zdravstvenim problemima

## **Aktivnosti:**

- korekcije radnih uvjeta (smanjenje zapašenosti precipitatorima, smanjenje buke)
- nagrada za odjele s malim brojem ozljeda
- „staff development programme”: praćenje odnosa zahtjeva posla i vještina radnika (rukovoditelji, liječnik)
- prostori za odmor i za sportske aktivnosti
- „zdrava” hrana u kantini
- informacijski materijali: prehrana, AIDS, droge, ...

**Rezultat:** smanjenje ozljeda na radu, smanjenje bolovanja, poboljšanje radne atmosfere, povećanje produktivnosti



# Sommerhuber, Austrija

---

- keramička industrija, 250 radnika, 50% žena

**Organizacija i financiranje:** Sommerhuber, Fond socijalnog osiguranja Gornje Austrije, Ustanova za osiguranje od nesreća, Inspekcija

**Izvršitelji:** stručnjak sigurnosti, rukovoditelji, radničko vijeće, predstavnici radnika, liječnik tvrtke, predstavnici fonda osiguranja i inspekcije

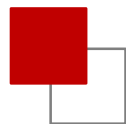
**Analiza stanja:**

- analiza bolovanja, procjena rizika: najviše statodinamički napori i rizik od prehlada

**Aktivnosti:**

- pomoćna sredstva za manipulaciju teretima, bolji stolci
- radnici nakon dugih bolovanja: lakši posao, češći odmori
- fleksibilno radno vrijeme

**Rezultat:** smanjenje bolovanja, povećanje motiviranosti radnika, smanjenje „škarta”



# *Acroplastica, Italija*

---

- proizvodnja plastike, 69 radnika

**Organizacija i financiranje:** tvrtka

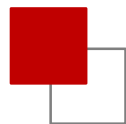
**Izvršitelji:** rukovodstvo, odjel ljudskih resursa, predstavnici radnika, odjel sigurnosti na radu, služba medicine rada

**Analiza stanja:** upitnik o radnim zahtjevima i potrebama radnika (2x godišnje), analiza bolovanja, ozljeda na radu, rezultati medicinskih pregleda

**Aktivnosti:**

- vodič o zdravstvenim rizicima na radu i zdravom načinu života
- edukacijski programi (2 dana mjesečno/radnik): nove vještine, zdravstvene i sigurnosne teme
- prostori za odmor
- sportski događaji, druženja
- redoviti sastanci s rukovodstvom: diskusija i sugestije

**Rezultat:** smanjenje ozljeda na radu i bolovanja, povećanje produktivnosti



## *Du Pont, Nizozemska*

---

- kemijska industrija, 1.500 radnika

**Organizacija i financiranje:** tvrtka

**Izvršitelji:** rukovodstvo

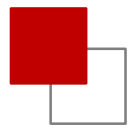
**Analiza stanja:** „Wellness Checkpoint” (upitnik za radnike – rizici na radu, životni stil)

**Aktivnosti:**

- pri uvođenju novih materijala konzultacija sa stručnjakom i medicinarom
- edukacijski programi (6 dana godišnje): nove vještine, suočavanje sa stresom
- zdravstveni pregledi, pomoć kod ovisnosti
- „zdrava” prehrana u kantini
- sportski događaji, druženja

**Rezultat:** smanjenje ozljeda na radu i bolovanja, poboljšanje produktivnosti

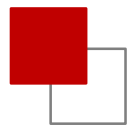




# *Promicanje zdravlja na radnom mjestu*

---

- **Organizacija i financiranje:** najčešće poslodavac
- **Izvršitelji:**
  - ljudski resursi
  - rukovoditelji
  - predstavnici radnika
  - služba sigurnosti
  - služba medicine rada
- **Analiza stanja:**
  - procjena rizika
  - analiza bolovanja
  - analiza ozljeda na radu i profesionalnih bolesti
  - rezultati medicinskih pregleda
  - informacije dobivene od radnika - upitnici

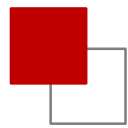


# *Promicanje zdravlja na radnom mjestu*

---

## ■ **Aktivnosti:**

- redoviti obilasci radnih mjesta: praćenja radnih uvjeta
- redoviti sastanci/radionice s radnicima, upitnici o zadovoljstvu, naporima na radu i zdravstvenim problemima
- poboljšanje radnih uvjeta
- organizacijske mjere: radno vrijeme (nepuno, fleksibilno, rad od kuće), smanjena opterećenja nakon dugih bolovanja, rotacija radnika
- edukacija i informiranje: radionice, predavanja, brošure, vodiči, letci
- edukacija, informiranje i savjetovanje vezano za zdravstvene rizike na radu: pravilna manipulacija teretima, bolna leđa, rad s računalom, noćni i smjenski rad, upravljanje stresom

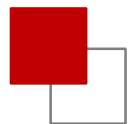


# *Promicanje zdravlja na radnom mjestu*

---

## ■ **Aktivnosti:**

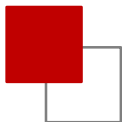
- informiranje i savjetovanje vezano za životni stil radnika: prehrana, fizička aktivnost, pušenje, alkohol, droga
- zdravstveni pregledi: stariji radnici, sistematski, rehabilitacija
- neformalne skupine radnika: stariji radnici, kronični bolesnici
- vježbe i sportske aktivnosti: vježbe na radnom mjestu, vježbe i sport u slobodno vrijeme
- „zdrava” prehrana: kantina, edukacija
- socijalni događaji: druženja, izleti



# *Promicanje zdravlja na radnom mjestu*

---

- **Rezultat:**
  - smanjenje bolovanja
  - smanjenje ozljeda na radu i profesionalnih bolesti
  - smanjenje fluktuacije radnika
  - poboljšanje radne atmosfere
  - povećanje produktivnosti



Hrvatski zavod za zaštitu zdravlja i sigurnost na radu:  
[www.hzzzsr.hr](http://www.hzzzsr.hr)

European Network for Workplace Health Promotion:  
[www.enwhp.org](http://www.enwhp.org)



Hrvatski zavod za zaštitu zdravlja i sigurnost na radu  
Radoslava Cimermana 64a, Zagreb  
[www.hzzzsr.hr](http://www.hzzzsr.hr)  
e-mail: [hzzzsr@hzzzsr.hr](mailto:hzzzsr@hzzzsr.hr)