



PROGRAM PROMOCIJE ZDRAVJA in predstavitev DOBRE PRAKSE

Krško, november 2016



Pomen promocije zdravja

- ▶ V podjetju Kostak d.d. se zavedamo, da je zdravje zaposlenih predpogoj za dobro in uspešno življenje in delo, tako za posameznika kot za delovno organizacijo.
- ▶ Zato vsako leto načrtujemo in izdelamo program promocije zdravja, ki je namenjen ohranjanju in kreptitvi telesnega in duševnega zdravja ter dobrega počutja zaposlenih.

* V okviru programa promocije zdravja izvajamo več aktivnosti, nekatere se izvajajo že nekaj let, nekaj izmed njih se izvaja tudi v okviru sprejetih ukrepov projekta družini prijazno podjetje, na novo pa načrtujemo aktivnosti na podlagi opravljenih analiz v podjetju, z uvajanjem ukrepov pa pričakujemo:

- * **zmanjšanje števila zdravstvenih okvar in omejitev,**
- * **zmanjšanje stopnje zdravstvenega absentizma,**
- * **zmanjšanje tveganj za nastanek poškodb pri delu.**




Program promocije zdravja In dobra praksa nov. 2016

Aktivnosti, ki se redno izvajajo:

1. Možnost anonimnega psihološkega svetovanja.
2. Osveščanje zaposlenih na temo osebne higiene na delovnem mestu za skupine, ki so izpostavljene komunalnim odpadkom in kjer je večje tveganje za okužbe.
3. Podpora zaposlenim in pomoč pri vključevanju v program odvajanja kajenja, alkohola ter pri vključevanju zdravega načina prehranjevanja-interne delavnice ter pogovori zaposlenih z promotorko zdravja v podjetju.
4. Izvedba internih delavnic na temo varnosti in zdravja pri delu (poškodbe pri delu in njihovo obveščanje, uporaba osebne varovalne opreme na delovnem mestu, predstavitev dobrih in slabih praks).
5. Spodbujanje k članstvu v športnem društvu Žlapovec in izvajanju aktivnosti, ki jih društvo ponuja.


Program promocije zdravja In dobra praksa nov. 2016



6. Izvedba internih delavnic na temo mehkih veščin-komunikacija in medosebni odnosi, stres na delovnem mestu.
7. V lanskem letu smo sklenili s Termalnim centrom Paradiso pogodbo o sodelovanju, v okviru katere delavcem nudimo brezplačne storitve, njihovim družinskim članom pa cenejše storitve, ki so podrobneje določene v samem programu promocije zdravja in omenjeni pogodbi. Aktivnost se je izkazala za učinkovito in dobro sprejeto med zaposlenimi, zato bomo tudi v prihodnje omogočili ta ukrep.

Kot smo omenili, so to aktivnosti, ki jih izvajamo redno v našem podjetju in s katerimi bomo nadaljevali tudi v prihodnje.


Program promocije zdravja In dobra praksa nov. 2016




Predstavitev dobre prakse v podjetju- urice za zdravje

- V letu 2015 smo v sodelovanju z Zdravstvenim centrom Aristotel d.o.o v sklopu projekta "Zdravje za Posavje pričeli izvajati zdrave urice.
- Promotorka zdravja iz zdravstvenega centra Aristotel, ga. Mojca Lokar, je v vseh delovnih sredinah zainteresiranim zaposlenim izmerila krvni tlak, sladkor ter holesterol.
- Na podlagi rezultatov preiskav so se opravili individualni razgovori z vsakim zaposlenim, ki je imel odstopanje od meritev, da so podrobneje pridobili informacije o rezultatih meritev ter nasvete o zdravem življenjskem slogu. Hkrati so zaposleni izpostavili različne zdravstvene težave, ki jih pestijo, družinske anamneze, bolezni, skrbi ter se pogovorili o pogojih na delovnem mestu.

Program promocije zdravja In dobra praksa nov. 2016

- 
 • Opravljenih je bilo 155 obiskov (nekateri so urice obiskali večkrat), pri čemer so na podlagi analiz merjenja najpogostejši dejavniki tveganja povišan krvni tlak, holesterol, trigliceridi, nižji HDL holesterol ter krvni sladkor.
- Največ težav je pri zaposlenih v Sektorju gradenj ter Sektorju komunale (vozniki, strojniki).
- Konec aprila 2016 so bili rezultati predstavljeni tudi predstavnikom skupine "Čili za delo", katera se je sestala z dr. Kovačevo in se pogovorila o nadaljnjih ukrepih. Predlagana je bila delavnica "zdrav življenjski slog", ki vključuje "Program za zdravo srce" za namen preprečevanja dejavnikov tveganja za nastanek kronično nenalezljivih bolezni.
- Urice za zdravje so bile med zaposlenimi pozitivno sprejete, predvsem zato, ker lahko zaposleni med delovnim časom izvajajo samokontrolo nad svojim zdravjem ter se osveščajo o zdravem načinu življenja.

Program promocije zdravja In dobra praksa nov. 2016


 V prihodnje želimo, da bi se zdrave urice nadaljevale, saj bomo samo tako merili pravi učinek izvajanja omenjene aktivnosti.

Hkrati se bomo tudi v prihodnje trudili, da bomo zaposlene osveščali o pomenu pravilne prehrane ter jih vzpodbujali k uživanju sadja na delovnem mestu, kar bomo z oskrbo sadja iz lokalnega okolja v podjetju omogočili.

