

## **PREGLED ZADNJIH SPREMEMB V DOKUMENTU**

<b>Sprememba v točki:</b>	<b>OPIS SPREMEMBE</b>

Na podlagi 6. in 32. člena Zakona o varnosti in zdravju pri delu (Uradni list RS št. 43/11, v nadaljevanju ZVZD-1) je direktorica Doma upokoencev dr. Franceta Bergelja Jesenice (v nadaljevanju delodajalec), 1.4. 2021 sprejela naslednji

## **NAČRT >>PROMOCIJA ZDRAVJA NA DELOVNEM MESTU << V Domu upokoencev dr. Franceta Bergelja Jesenice**

1. Načrt promocije zdravja na delovnem vsebuje sistematične ciljne aktivnosti in ukrepe, ki jih delodajalec izvaja zaradi ohranjanja in krepitev telesnega in duševnega zdravja delavcev, za zmanjševanje tveganj za zbolevanja in poškodb na delovnem mestu ter za zmanjševanje pojavnosti poklicnih bolezni.
2. Delodajalec promocijo zdravja na delovnem mestu načrtuje tako, da sprejme načrt promocije zdravja na delovnem mestu ter zanjo zagotovi potrebna sredstva, pa tudi način spremljanja njenega izvajanja.
3. Delavci se po lastni volji in presoji udeležujejo aktivnosti navedenih v načrtu promocije zdravja na delovnem mestu (razen preventivnih zdravniških pregledov in usposabljanj, ki so obvezna) ter lahko delodajalcu predlagajo sprejetje novih ali razširjenih aktivnosti.
4. Delavci, ki se ne udeležijo aktivnosti promocije zdravja na delovnem mestu, ne smejo biti v manj ugodnem položaju ali kakor koli drugače sankcionirani. Delodajalec mora na ustrezen način delavcem predstaviti cilje promocije zdravja na delovnem mestu v smislu, da je udeležba na teh aktivnostih dobrodošla in za njih koristna.
5. Udeležba na aktivnostih izvajanja promocije zdravja na delovnem mestu je za delavce brezplačna. Delavcem za udeležbo na aktivnostih promocije zdravja na delovnem mestu ne pripada nobena nagrada.
6. Promocija zdravja na delovnem mestu pomeni izvajanje naslednjih aktivnosti :
  - zagotavljanje predhodnih preventivnih in usmerjenih obdobjnih preventivnih zdravniških pregledov
  - teoretično in praktično usposabljanje s področja varnosti in zdravja pri delu, usposabljanje za varstvo pred požarom, zagotavljanje ustreznih delovnih pogojev (upoštevanje ustreznosti fizikalnih pogojev dela – temperatura, vlaga, osvetlitev...)
  - omogočanje delavcem, da sodelujejo pri izboljšavah organizacije dela in delovnega okolja

- optimalno usklajevanje delovnega časa zaposlenih in delo organizirano v skupnem interesu (gibljev delovni čas)
- spodbujanje dobrih medosebnih odnosov
- zagotavljanje pretoka informacij in skrb za pozitivno delovno vzdušje
- usklajevanje delovnih obveznosti in zasebnega življenja, predvsem v zvezi z varstvom otrok ali skrbi za družinskega člana
- širjenje informacij o zdravem načinu življenja (ponudba izobraževanja z vsebinami zdravega življenjskega sloga in z vsebinami obvladovanja težav sodobnega življenja, ponudba razgibalnih vaj na delovnem mestu, ponudba programov telesne vadbe...)

7. V zvezi s promocijo zdravja na delovnem mestu se zavezuje za uvedbo naslednjih UKREPOV:

- spodbujanje delavcev k pitju zadostne količine tekočin
- nudenje brezplačnega cepljenja zaposlenih (gripa, sars-covid 19, hepatitis B)
- spodbujanje delavcev, da poskrbijo sami za zdrav življenjski slog (s peš hojo ali s kolesom v službo, vaje za gibljivost in moč, uporaba znanj o zdravi prehrani, obvladovanje in preprečevanje stresa, spodbujanje pri opuščanju škodljivih navad kot je kajenje)
- v skladu s slovensko zakonodajo je v Domu kajenje prepovedano, prav tako pa uživanje alkohola in drugih prepovedanih substanc.
- skrb za dosledno informiranje na področju promocije zdravja na delovnem mestu (na vidnih mestih bodo dostopna različna navodila in drugo promocijsko gradivo – plakati, letaki, ki govorijo o zdravem načinu življenja). Posebno pozornost bomo namenili svetovnim dnevom: 31. januar – dan brez cigaret, 7. april – dan zdravja, 10. maj – dan gibanja, 31. maj – dan športa, 22. september - dan brez avtomobila, 15. oktober – dan hoje, 16. oktober – dan hrane

Za dodatne ukrepe za izboljšanje zdravja in negovanja dobrih medosebnih odnosov v Domu upokojencev dr. Franceta Bergelja Jesenice se bomo posvetovali z našim izbranim izvajalcem medicine dela ter se na področju izobraževanja povezali z zunanjimi zdravstvenimi ustanovami in posamezniki, ki se ukvarjajo s področji, ki so zajeta v vsebino promocije zdravja na delovnem mestu.

**Pripravil:**

Sedina Velić  
Diplomirana medicinska sestra

**Pregledal:**

Marija Trček  
PVK

**Odobril:**

dr. Karmen Arko  
Direktorica