

Promocija zdravja pri delu na OŠ Marije Vere

Violeta Vodlan

oš Marije Vere, Kamnik

Delovno okolje ima na posameznike številne pozitivne učinke, lahko pa delo in delovno okolje negativno vplivata na človeka in njegovo zdravje. Obenem se na delovnem mestu lahko naučimo večščin za zdrav življenjski slog in aktivno sodelujemo v izboljševanju razmer za zdravo in varno delo. Glavni cilj promocije pri zdravju je boljše zdravje in s tem posledično večja kakovost življenja in dela. V članku je predstavljen program promocije zdravja delavcev Osnovne šole Marije Vere. Za izboljšanje zdravja zaposlenih bo potrebno marsikaj spremeniti v delovnem okolju, pri učencih in njihovih starših. Veliko pa bodo morali storiti sami zaposleni. Zavedamo se, da so zaposleni naša prioriteta in da moramo storiti vse za njihovo zdravje, varnost in dobro počutje v delovnem okolju, saj le zdrav in zadovoljen učitelj lahko uspešno opravlja delo z učenci.

Ključne besede: bolniški stalež, absentizem, promocija zdravja pri delu, delovno okolje, šole, učitelji

Uvod

Danes se vse spreminja z neverjetno hitrostjo in posamezniki se v življenju srečujemo z novimi izzivi in obveznostmi. Za razvoj vsake organizacije so najbolj pomembni zaposleni, ki se morajo na delovnem mestu počutiti varno in seveda biti zdravi. Danes se delovne obveznosti in prilagajanje spremembam ne more primerjati s preteklostjo. V času elektronske pošte in mobilnih telefonov se pogosto pričakuje, da smo zaposleni na razpolago našim strankam tudi izven poslovnega časa.

Promocija zdravja pomeni oglaševanje zdravega načina življenja oz. predstavitev in širjenje ideje o sodobnem načinu življenja s poudarkom na skrbi za telo, um in duha. Zdravje danes pomeni veliko več kot zgolj odsotnost bolezni ali poškodb. Promocija zdravja na delovnem mestu ni samo vrsta ukrepov, ki jih sprejme delodajalec, da zaščiti delavce pred poškodbami. Je dodana vrednost k razvoju zaposlenih na delovnem mestu. Zaposlenim so na podlagi njihovih potreb ponujene možnosti za bolj zdravo življenje na delovnem mestu. Z vključevanjem zaposlenih v načrtovanje in izvajanje ukrepov se sodelovanje zaposlenih

veča in s tem posledično lastna odgovornost za zdravje na delu.

Upravljanje zdravja na delovnem mestu obsega optimizacijo organizacije dela in okolja, promocijo dejavnega sodelovanja vseh vpletenih in podporo za razvoj osebja. Usmerjeno je tako v zdravo oblikovanje poteka dela kot v spodbude za z zdravjem povezano odgovorno vedenje delavcev. Na ta način se okrepi vse možnosti za zdravje v ustanovi in promovira ustvarjalne možnosti in obvezo zaposlenih.

Učinki promocije zdravja se najbolj odražajo na zaposlenih. Manj je bolniške odsotnosti, ljudje so zadovoljni na delovnem mestu, bolj motivirani za delo in kakovost dela v organizaciji se veča. Ali si želimo še kaj več?

Strokovna podlaga in zakonodajni vidik

Začasna zadržanost od dela zaradi zdravstvenih razlogov, nege družinskega člana in nekaterih drugih vzrokov, ki jih opredeljuje Zakon o zdravstvenem varstvu in zdravstvenem zavarovanju (zvvz, 13. člen), je ena izmed pravic, ki jo delavcem zagotavlja obvezno zdravstveno zavarovanje. Delavec ima v času te odsotnosti z dela pravico do denarnega nadomestila, ki ga mora zagotoviti njegov delodajalec, deloma pa Zavod za zdravstveno zavarovanje Slovenije (zzzs).

Zdravstveni absentizem (začasna zadržanost od dela zaradi bolniške odsotnosti) predstavlja v Sloveniji resen problem, ki ima negativne učinke tako na delavce (nižji dohodek) kot na delodajalce (zmanjšana realizacija) (Izobraževalno raziskovalni inštitut Ljubljana 2012, 4–5).

Mednarodne primerjave zdravstveni absentizem v Sloveniji uvrščajo zelo visoko v deležu odsotnih delavcev (med 31 državami na 7. mestu), kot po številu povprečnega trajanja odsotnosti delavcev v staležu (na 3. mestu). Slovenija ima v povprečju na zaposlenega med državami EU 27 največ dni odsotnosti iz zdravstvenih razlogov, 8,6 dni na zaposlenega, več jih ima le še sosednja država Hrvaška.

V Sloveniji letno evidentiramo od 10 do 11 milijonov izgubljenih delovnih dni, kar pomeni, da dnevno izostane od dela okoli 39.000 ljudi. V letu 2009 je bilo zaradi bolniškega staleža izgubljenih 10.313.315 delovnih dni, od tega v breme delodajalcev 5.626.424, v breme zzzs pa 4.686.891 delovnih dni. Skupni letni stroški delodajalcev in zzzs zaradi zdravstvenega absentizma so ocenjeni na 750 do 800 milijonov evrov (Vučković 2010, 10–20).

Ena od strategij zmanjševanja absentizma je promocija zdravja

na delovnem mestu, katere cilj je dolgoročno vplivanje na zmanjševanje bolniških odsotnosti zaradi bolezni in poškodb. (Dodič Fikfak idr. 2006, 5) Promocija zdravja je strategija posredovanja med ljudmi in njihovim okoljem za zdravje. Je proces, ki omogoča, da ljudje oz. skupnosti povečajo nadzor nad dejavniki, ki vplivajo na determinante zdravja, in na tej osnovi svoje zdravje izboljšajo. Promocija zdravja je celovit pristop k zdravju, ki s pomočjo usklajenih socialnih in političnih dejavnosti ustvarja trdne temelje za izboljšanje in ohranjanje zdravja posameznikov in skupnosti.

Svetovna zdravstvena organizacija je promocijo zdravja utemeljila kot enega od temeljnih pristopov na 1. mednarodni konferenci v Ottavi leta 1986. Takrat je bila izdana Ottawska listina za promocijo zdravja (Stergar in Urdih Lazar 2006, 28), ki predstavlja temeljno vodilo za načrtovanje politik varovanja zdravja prebivalstva. Leta 1996 so zdravstvene organizacije in podjetja s področja varnosti pri delu ustanovile Evropsko mrežo za promocijo zdravja pri delu (European Network for Workplace Health Promotion – ENWHP). Mrežo sestavlja 31 članic, ki so se s sprejemom Luksemburške deklaracije zavezale k spodbujanju promocije zdravja pri delu. V Sloveniji je bil v letu 2011 sprejet nov Zakon o varnosti in zdravju pri delu, ki pravi, da mora delodajalec načrtovati in izvajati promocijo zdravja na delovnem mestu (ZVDZ-1, 6. člen). Delodajalec mora z delavci in promotorji zdravja načrtovati in izvajati ukrepe, »potrebne za zagotovitev varnosti in zdravja delavcev ter drugih oseb, ki so navzoče v delovnem procesu, vključno s preprečevanjem, odpravljanjem in obvladovanjem nevarnosti pri delu, obveščanjem in usposabljanjem delavcev, z ustrezno organizirano in potrebnimi materialnimi sredstvi« (ZVDZ, 5. člen).

Ustanove na področju šolstva imamo v večini primerov pooblaščenih podjetja, ki za nas opravljajo strokovne naloge iz varstva pri delu, požarnega varstva in varovanja okolja. Slovenska vlada je v letu 2003 sprejela Resolucijo o nacionalnem programu varnosti in zdravja pri delu (RENPVZD), ki pa do sedaj še ni bila revidirana, navkljub novemu Zakonu o varnosti in zdravju pri delu iz leta 2011 (ZVDZ-1). Zato so v pooblaščenih podjetjih za varnost pri delu pripravili usmeritve, ki so bile nam ravnateljem zelo dobrodošle pri izdelavi programa promocije zdravja pri delu.

Z novo zakonodajo smo se prvič srečali s programom promocije zdravja na delovnem mestu. In če je zdravje vrednota in je vrednote potrebno živeti, potem ni dopustno napisati zgolj dokumenta in ga vložiti v omaro. S Kliničnega inštituta za medicino dela, prometa in športa v Ljubljani je prišlo obvestilo o izobraževanju za svetovalce za promocijo zdravja v programu Čili za delo.

In če je ravnatelj prvi med enakimi, potem je bila odločitev za izobraževanje kot na dlani. Inštitut izvaja omenjeno izobraževanje od leta 2007 dalje. Izobraževalni program obsega osem modulov v skupnem trajanju sto pedagoških ur. Izobraževanje se zaključí s preverjanjem znanja. V okviru usposabljanja sem pridobila znanja o varnem delu in ukrepih za promocijo zdravja na delovnem mestu ter se usposobila za samostojno izvajanje programa (Besednjak in Draksler 2012, 12–13).

Program promocije zdravja pri delu na OŠ Marije Vere

oš Marije Vere je vključena v Slovensko mrežo zdravih šol (glej <http://www.ivz.si>), v katerih še posebej spodbujamo zdrav življenjski slog. Otroci se pri učenju zgledujejo po učitelju in zgledi so tisti, ki vlečejo. Nikogar ne moremo prepričevati o nečem, v kar ne verjamemo sami in če ne živimo tako kot razlagamo.

Skozi celo leto sledimo rdeči niti Zdravih šol, ki se glasi »Zdrav človek v zdravem okolju – vrednota za vse čase«. Naše poslanstvo je, da zdravi in zadovoljni učitelji posredujejo znanje učencem s sodobnim, kakovostnim in inovativnim pristopom in jih vzgajamo za življenje. Z različnimi aktivnostmi razvijamo učence v samostojne, uspešne, kritične in zadovoljne osebnosti. Spodbujamo potrebo po telesni aktivnosti in zdravem življenju.

Zdravstveni absentizem predstavlja tudi na oš Marije Vere velik problem. V primeru odsotnosti učitelja je potrebno poiskati nadomestnega učitelja, ki pogosto nima ustrezne smeri izobrazbe. Poleg tega lahko na razredni stopnji nadomeščajo samo učitelji, ki poučujejo v popoldanskem podaljšanem bivanju in to predstavlja za zaposlenega lahko tudi do 10 ur poučevanja dnevno. Na predmetni stopnji nadomeščajo učitelji, ki imajo v urniku proste ure ali pouk učencem odpade. Če pa so z dela odsotni drugi zaposleni, npr. svetovalna delavka, knjižničarka ali specialna pedagoginja, jih ne more nihče nadomestiti, dokler ne mine 30 delovnih dni, ko dobimo od MIZŠ soglasje za objavo prostega delovnega mesta. Namesto odsotnih delavcev nujno delo razdelimo med druge zaposlene, večino dela pa morajo delavci sami opraviti za nazaj, ko se vrnejo z bolniškega staleža.

Analiza bolniškega staleža delavcev OŠ Marije Vere v obdobju od 2006 do 2010

Analiza bolniškega staleža je pomembno izhodišče za poglobljeno analizo zdravstvenega stanja zaposlenih in uvajanje ukrepov, ki

PREGLEDNICA 1 Delež bolniškega staleža po MKB skupinah najpogostejših bolezni v dejavnosti osnovnošolskega izobraževanja v Sloveniji v obdobju od 2006 do 2010 (v odstotkih)

Skupine MKB	2006	2007	2008	2009	2010
Bolezni mišično-kostnega sistema in veznega tkiva	0,42	0,53	0,60	0,56	0,60
Nosečnost, porod in poporodno obdobje	0,43	0,51	0,52	0,40	0,40
Bolezni dihal	0,35	0,43	0,40	0,50	0,41

OPOMBE Po podatkih Inštituta za varovanje zdravja Republike Slovenije, <http://www.ivz.si>.

PREGLEDNICA 2 Delež bolniškega staleža po MKB skupinah najpogostejših bolezni v oš Marije Vere v obdobju od 2006 do 2010 (v odstotkih)

Skupine MKB	2006	2007	2008	2009	2010
Bolezni dihal	0,45	0,52	1,14	0,95	0,25
Poškodbe in zastrupitve na delovnem mestu	0,05	0,07	0,05	—	—
Dejavniki, ki vplivajo na zdravstveno stanje in na stik z zdravstveno službo	—	0,04	0,04	0,04	1,60

OPOMBE Po podatkih Inštituta za varovanje zdravja Republike Slovenije, <http://www.ivz.si>.

naj bi stanje izboljšali. Podatki o bolniškem staležu nastajajo pri izvajalcu osnovne zdravstvene dejavnosti. Te podatke pošiljajo ambulate mesečno na območni Zavod za zdravstveno varstvo, kjer jih obdelajo za finančno zavarovalniške in socialno medicinske analize. Mesečno pošiljajo podatke na Inštitut za varovanje zdravja ter z zzs. Podatki so anonimni, niso vezani na osebo, enota opazovanja je zaključen primer bolniškega staleža. Pri analizi bolniškega staleža po skupinah bolezni in drugih zdravstvenih vzrokih, ki povzročajo odsotnost z dela, se uporablja Mednarodna klasifikacija bolezni (MKB, glej (http://www.ivz.si/podatki_klasifikacije_sifranti)).

Za izdelavo programa promocije zdravja pri delu sem na podlagi pridobljenih podatkov o bolniškem staležu zaposlenih naredila analizo bolniškega staleža delavcev oš Marije Vere v obdobju od 2006 do 2010. V njej sem predstavila najpogostejše bolezni v osnovnih šolah v Sloveniji v primerjavi z našo šolo.

V osnovnošolskem izobraževanju v Sloveniji je bilo največ primerov bolniškega staleža v obdobju od 2006 do 2010 zaradi bolezni mišično-kostnega sistema in vezivnega tkiva. Ker so v osnovnošolskem izobraževanju zaposlene večinoma ženske, je na drugem mestu odstotek bolniškega staleža zaradi nosečnosti in na tretjem mestu sledijo bolezni dihal.

Iz preglednice 2 je razvidno, da je visok odstotek bolniškega staleža v oš Marije Vere v vseh letih zaradi bolezni dihal, sledijo poškodbe na delovnem mestu in bolezni, ki spadajo med dejavnike,

PREGLEDNICA 5 Primerjava boleznih dihal delavcev oš Marije Vere z oš izobraževanjem v RS 2010 (v odstotkih)

Postavka	2006		2007		2008		2009		2010	
	(1)	(2)	(1)	(2)	(1)	(2)	(1)	(2)	(1)	(2)
Indeks onesposabljanja	1,6	1,5	1,9	1,6	4,2	1,5	5,5	1,8	0,9	1,5
Indeks frekvence	17,9	19,4	25	25,8	37,5	22,6	52,5	26,5	22,1	22,2
Resnost	9,1	6,6	7,5	6,1	11,1	6,4	10,8	7	4,2	6,7

OPOMBE Naslovi stolpcev: (1) oš Marije Vere, (2) oš izobraževanje v RS. Po podatkih Inštituta za varovanje zdravja Republike Slovenije, <http://www.ivz.si>.

ki vplivajo na zdravstveno stanje in na stik z zdravstveno službo. Bolezni dihal so edina skupina boleznih v obdobju od 2006 do 2010, zaradi katerih so bili naši delavci kontinuirano odsotni z dela.

V analizi sem naredila tudi primerjavo boleznih dihal zaposlenih na oš v Sloveniji in na naši šoli.

Indeks onesposabljanja. Pri delavcih oš Marije Vere je bilo na zaposlenega izgubljenih več dni zaradi boleznih dihal kot je slovensko povprečje od 2006 do 2009. Največ izgubljenih dni na zaposlenega je bilo v letu 2009, medtem ko je bil indeks onesposabljanja delavcev oš Marije Vere v letu 2010 pod povprečjem.

Indeks frekvence. Po pogostosti odhajanja v bolniški stalež pri delavcih oš Marije Vere zaradi boleznih dihal smo bili v letu 2008 in 2009 visoko nad slovenskim povprečjem, ostala tri leta pod povprečjem.

Resnost. Delavci oš Marije Vere so od 2006 do 2009 ostajali doma zaradi boleznih dihal več dni kot je slovensko povprečje v osnovnošolskem izobraževanju (8,54 dni na leto). V letu 2010 je bila odsotnost z dela zaradi boleznih dihal prvič pod slovenskih povprečjem v zadnjih petih letih.

Analiza anketnega vprašalnika

V aprilu 2012 sem 61 zaposlenim na oš Marije Vere (devet delavcev je bilo odsotnih z dela) razdelila anketne vprašalnike o zdravju pri delu. Od 61 razdeljenih vprašalnikov jih je bilo 58 vrnjenih, kar je 95,1 %. Od 58 zaposlenih je 16 kadilcev. Največ kadilcev je v starostni skupini od 40 do 49 let. Devet zaposlenih je v času dela na naši šoli prenehalo s kajenjem.

Anketiranci so na vprašanje, kako pogosto se v enem šolskem letu srečujete s katero od naštetih težav odgovorili, da se zelo pogosto srečujejo z boleznimi dihal (hripavost, izguba glasu, pre-

hlad, viroze) in utrujenostjo. Strokovni delavci so v zadnjem času zelo obremenjeni s številnimi spremembami in prenovami v šolstvu. Učitelji imajo neenakomeren delovni čas in morajo v času pouka opraviti še doprinos ur, ki jih koristijo v času šolskih počitnic. Pogostokrat je njihova delovna obveznost podaljšana v večerni čas.

Anketiranci so na vprašanje, kaj jih v delovnem okolju moti, odgovorili, da jih zelo moti hrup in morajo govoriti glasneje kot sicer.

Struktura vzrokov, pogostost in dolžina bolniškega staleža naših zaposlenih se razlikujejo, vendar so vodilni vzrok absentizma bolezni dihal. Po naših podatkih ima vsako leto 15 % strokovnih delavcev težave s hripavostjo ali izgubo glasu. Pri boleznih dihal prevladujejo prehladi in viroze, sledijo bronhitis, astme in pljučnice. Ker je bil odstotek bolniškega staleža v oš Marije Vere v zadnjih letih zaradi boleznih dihal nad slovenskim povprečjem, bodo ukrepi programa promocije zdravja na tem področju prednostni. Pogosto se zaposleni nalezajo prehlada od svojih učencev, ki prihajajo v šolo bolni. Zaradi ogrevanja s centralno kurjavo imamo posledično v prostorih šole bolj suh zrak. Učenci od 1. do 5. razreda so ves čas pouka v istih učilnicah, ki so premalo prezračene. Strokovni delavci pogostokrat zaradi hrupa govorijo bolj glasno in imajo težave z glasilkami. Na šoli je samo učilnica za glasbeno vzgojo zvočno izolirana.

Zavedamo se, da so naši zaposleni naš najpomembnejši kapital. Absentizem je zaradi boleznih dihal v našem delovnem okolju največji. Ker je učiteljev govor zelo pomembno orodje pri poučevanju, je zmanjšanje boleznih dihal naših zaposlenih prednostno področje promocije zdravja pri delu. Glede na rezultate analize zdravja delavcev oš Marije Vere bo prvi cilj promocije zdravja izboljšanje zdravja zaposlenih in zmanjšanje odsotnosti z dela zaradi boleznih dihal za 10 % v obdobju enega leta. Za izboljšanje zdravja zaposlenih bomo zmanjšali tveganja za boleznih dihal na delovnem mestu in spodbujali zaposlene k vsakodnevni telesni vadbi. Telesna aktivnost je varovalni dejavnik proti prehladam.

Prepričani smo, da delovno okolje povečuje tveganje za boleznih dihal. Vsakodnevno glasno govorjenje v učilnicah in telovadnici ter stiki z bolnimi otroki zagotovo vplivajo na zdravstveno stanje naših zaposlenih. Poleg slabega zraka v učilnicah in nezvočnih prostorih je dejavnik tveganja za boleznih dihal tudi pogosta uporaba krede pri pisanju na šolske table. Nekateri zaposleni kadijo, kar še povečuje tveganje za boleznih dihal.

Z nekaterimi ukrepi v delovnem okolju, programom promocije zdravja in večjo angažiranostjo zaposlenih želimo zmanjšati absentizem zaradi boleznih dihal na naši šoli.

Ukrepi v delovnem okolju

V delovnem okolju je potrebno najprej poskrbeti za redno prezračevanje učilnic. Za to so zadolženi učenci reditelji, ki morajo vsak odmor prezračiti učilnice. Učiteljem je potrebno poskrbeti, da imajo na razpolago vodo za pitje v učilnici, kabinetu oz. zbornici. Športni pedagogi demonstrirajo vaje za aktivni odmor posebej za učitelje, zaposlene v pisarni oz. tehnične delavce. Za strokovne delavce organiziramo izobraževanje o pravilni tehniki govora. Za vsako učilnico poskrbimo papirnate robčke in skupaj z medicinsko sestro pripravimo navodila za starše bolnih otrok. Ob začetku šolskega leta na roditeljskih sestankih povemo, zakaj se ne sme bolnih otrok pošiljati v šolo. Na pedagoški konferenci predstavimo poučevanje s prenosnim mikrofonom. Za zainteresirane učitelje kupimo prenosne mikrofone. Strokovni sodelavec za varstvo pri delu opravi meritve mikroklimе in hrupa na šoli. Zaposlene obvestimo o rezultatih meritev. Skupina za evalvacijo vzgojnega načrta pripravi strategijo ničelne tolerance do hrupa na šoli.

Promocija zdravja

Za izboljšanje odpornosti spodbujamo zaposlene k vsakodnevni telesni aktivnosti. Uvedemo dnevnik spremljanja in poiščemo sponzorje za nagrade. Da bi dosegli čim boljše izvajanje promocije zdravja, je potrebno oblikovati delovno skupino, odgovorno za načrtovanje in izvedbo promocije zdravja. Delavce je potrebno najprej seznaniti z rezultati anketnih vprašalnikov o zdravju, analizo zdravja delavcev naše šole in promocijo zdravja. Na zboru delavcev se imenuje delovna skupina, v kateri bosta predstavnika učiteljev razredne in predmetne stopnje, vodja aktivna športnih učiteljev, predstavnik administrativnih in tehničnih delavcev, delavski zaupnik za varnost in zdravje pri delu in vodstvo šole. K sodelovanju bomo povabili strokovnega delavca za varnost in zdravje pri delu ter pooblaščenega zdravnika za medicino dela. Skupina je odgovorna za razvoj modela, njegovo izvajanje in spremljanje. Vsak član delovne skupine ima svoje naloge in obveznosti. Skupna obveza je izvajanje programa promocije zdravja in iskanje rešitev za doseganje zastavljenih ciljev tako v delovnem okolju kot prostem času zaposlenih. Ves čas je potrebno skrbeti za sprotno in aktualno

promocijo na vseh sestankih, oglasnih deskah, kotičku za zdravje in spletni strani.

Izobraževanje in usposabljanje zaposlenih

Najprej je potrebno usposobiti vse zaposlene za izvajanje aktivnega odmora. Učitelji športne vzgoje naj vaje demonstrirajo posebej administrativno-tehničnim delavcem, ki so na delovnem mestu po 8 ur in posebej učiteljem, ki so manj časa na delovnem mestu in vaje lahko izvajajo skupaj z učenci v času pouka (minuta za zdravje). Zaposlene je potrebno ozavestiti o pomenu vsakodnevne telesne vadbe. Učitelji športne vzgoje naj predstavijo različne rekreativne športne dejavnosti in individualno svetujejo posameznikom, katera vadba je za njih najbolj primerna. Za zaposlene, ki bodo vodili dnevnik telesne vadbe z dokazili, npr. o doseženih planinskih vrhovih, sodelovanju na maratonih ali različnih športnih tečajih, bomo nagradili s praktičnimi darili.

Učiteljev poklic je odvisen od govora, zato bi morali bodoči učitelji že na fakulteti poslušati predmet Tehnika govora in diha. Z izobraževanjem in delavnicami za zaposlene bomo strokovne delavce naučili boljše izgovorjave, jih pripeljali do večje govorne kondicije in jih skozi vaje usposobili za obvladovanje govornega aparata ter avtomatiziranje preponskega diha, kar omogoča lažje govorjenje in zmanjšanje obremenitev glasilk ter uporabo prepone za govor. Zaposlene bomo ozaveščali o pomenu zračenja prostorov, zmanjševanja hrupa in pitja vode.

Sodelovanje s pooblaščenim zdravnikom in strokovnim delavcem za varnost in zdravje pri delu

Pooblaščen zdravnik in strokovni delavec za varstvo in zdravje bosta člana naše delovne skupine. S strokovnim delavcem za varstvo in zdravje pri delu bomo bolj intenzivno sodelovali pri merjenju mikroklimatskih razmer (hrup in vlaga) v šoli ter izboljšanju zvočnosti v prostorih. S pooblaščenim zdravnikom bomo v letošnjem letu izpeljali preventivni zdravstveni pregled vseh delavcev, ki so starejši od 40 let.

Zaključek

Promocija zdravja pri delu je dolgotrajen proces, ki prinaša zaposlenim večjo varnost, zdravje in dobro počutje v delovnem okolju. V šolah imamo dvojno vlogo: skrbimo za promocijo zdravja

pri delu naših zaposlenih in smo zgled varnega in zdravega delovnega okolja našim učencem in njihovim staršem. Kako se zaposlene prepriča, da so telesno aktivni in zdravo živijo? Zagotovo jim mora biti ravnatelj kot vodja šole vzgled pri tem. Ne da samo prepričuje zaposlene, kako naj se zdravo živi, temveč da s svojim ravnanjem pokaže, kako se to dela.

V letošnjem letu sem nastopila nov petletni mandat ravnateljice. Preden sem se prijavila, sem kritično ovrednotila delo za nazaj in ugotovila, da sem se preveč posvečala rezultatom dela in premalo zaposlenim. V naslednjem mandatu želim delati tako, da bodo zaposleni vedeli, da mi ni vseeno zanje. In promocija zdravja pri delu je prvi korak.

Ljudje sledijo vodilnim, ki jih poznajo,
vodilnim, ki jim je mar.

John C. Maxwell

Literatura

- Besednjak, K., in K. Draksler. 2012. »Kako poteka širjenje programa Čili za delo v podjetja«. *Čili za delo* 3 (1): 12–13.
- Dodič-Fikfak, M., A. Franko, T. M. Gazvoda, M. Kožuh, M. Molan, B. Pelhan, A. Sabadin, E. Stergar in T. Urdih Lazar. 2006. *Zdravi delavci v zdravih organizacijah*. Ljubljana: Univerzitetni klinični center.
- Izobraževalno raziskovalni inštitut Ljubljana. 2012. »Absentizem: brošura za delodajalce.« Ljubljana: Izobraževalno raziskovalni inštitut Ljubljana. <http://www.iri-lj.si/images/stories/dokumenti/absentizem-delodajalci.pdf>
- Stergar, E. in T. Urdih Lazar. 2006. *Priročnik za svetovalce za promocijo zdravja pri delu*. Ljubljana: Klinični center Ljubljana.
- »Resolucija o nacionalnem programu varnosti in zdravja pri delu (RENPVZD).« http://zakonodaja.gov.si/rpsi/ro6/predpis_RESO26.html
- Vučkovič, R. 2010. »Obvladovanje zdravstvenega absentizma: izziv za družbo.« V *Zdravstveni absentizem v Sloveniji: zbornik primerov iz prakse 14 slovenskih podjetij*, ur. D. Kos, 10–20. Zavod za zdravstveno zavarovanje Slovenije, Ljubljana.
- »Zakon o varnosti in zdravju pri delu (ZVZD-1).« http://zakonodaja.gov.si/rpsi/ro7/predpis_ZAKO5537.html
- »Zakon o zdravstvenem varstvu in zdravstvenem zavarovanju (ZZVZZ).« http://zakonodaja.gov.si/rpsi/ro5/predpis_ZAKO213.html

- Violeta Vodlan je ravnateljica na oš Marije Vere
ravnateljica@os-marijevere.si

modern didactic approaches and establish project cooperation among teachers and institutions. Their work is also based on actual experience. We have seen that teachers took advantage of the opportunities offered to them by mobility projects and applied their experience to quality work in new programmes of professional education and training.

Keywords: mobility, new programs, teacher training, professional development and creativity of teachers, international cooperation

VODENJE 2|2013: 127–134

Violeta Vodlan

Promotion of Health at Work at the Marija Vera Primary School

The work environment has many positive effects on individuals, but work and the work environment may also have a negative influence on workers and their health. At the same time the workplace can be used as a place for learning the skills of healthy living and taking an active part in the improvement of conditions for healthy and safe work. The main goal of promoting health is to improve health, thereby also improving the quality of life and work. The article presents the programme of promotion of health among workers of the Marija Vera primary school. Many changes need to be implemented in the work environment, by students and their parents to improve the health of employees. Yet even more needs to be done by the employees themselves. We are aware of the fact that employees are our priority and no expenses can be spared in the care of their health, safety and well-being at the workplace. After all, only a healthy and content teacher can successfully work with students.

Keywords: school, teachers, sick leave, absenteeism, promotion of health at work, work environment

VODENJE 2|2013: 135–144