

Koliko stanejo posledice stresa v delovnem okolju, kako jih omiliti in privarčevati?

Ste vedeli, da je kar 50–60 % vseh izgubljenih delovnih dni mogoče pripisati stresu in psihosocialnim obremenitvam, naložbe v promocijo zdravja pa so ne le zelo ekonomične (2,5 do 4,8 EUR na vloženi EUR), ampak tudi prispevajo k višji storilnosti, zadovoljstvu zaposlenih in ugledu delovne organizacije?

Spoštovane, spoštovani,

v torek, **13. decembra, ob 11. uri** bomo v Atriju ZRC na Novem trgu 2 predstavili

prvo prosto dostopno e-orodje za celovito podporo promociji zdravja na delovnem mestu,

ki je sad slovenske pameti in je nastalo v sodelovanju [Družbenomedicinskega inštituta ZRC SAZU](#), [Inštituta za produktivnost](#) in [Zveze svobodnih sindikatov Slovenije](#).

Še do nedavnega je veljalo, da so biološke, kemične in fizične bremenitve ključna tveganja za zdravje zaposlenih. Vendar pa številne raziskave kažejo, da na področju varovanja zdravja na delovnem mestu še posebej velik izziv predstavljajo **psihosocialna tveganja**.

Fizično, psihično in socialno zdravje ter dobro počutje v delovnem okolju namreč ogrožajo številne **psihosocialne obremenitve**, npr. dolg in naporen urnik, preobremenjenost zaradi veliko dela, negotovost zaposlitve, premalo sodelovanja pri odločanju, nejasnost in konfliktnost vlog, pomanjkanje podpore sodelavcev in nadrejenih, ustrahovanje, nadlegovanje idr.

Take okoliščine so vir **prekomernega stresa**, ki pripelje tudi do **resnih zdravstvenih zapletov**.

Za normalno življenje je nekaj stresa nujno potrebnega, prav gotovo pa ni priporočljivo živeti v stalnem stresu, o čemer poroča kar polovica zaposlenih v Sloveniji. To zmanjšuje njihovo učinkovitost in kvaliteto življenja ter povzroča bolezni, ki vodijo v bolniške izostanke, izgorelost, odhode iz delovne organizacije. Vse to je precejšnje **ekonomsko breme** tako za delodajalce kot za družbo, omiliti ga je mogoče, če pravočasno odkrijemo in ustrezno **obvladamo dejavnike tveganja za prekomerni stres**.

Pri tem vam bosta v pomoč e-orodji

e-OPSA (za obvladovanje psihosocialnih obremenitev in absentizma)

KALDOZ (kalkulator pričakovane donosnosti ukrepov promocije zdravja).

E-ORODJE ZA OBVLADOVANJE PSIHOSOCIALNIH TVEGANJ IN ABSENTIZMA

JAVNI SEKTOR
ORGANIZACIJE IZ IZBRANIH DEJAVNOSTI JAVNEGA SEKTORJA
javna in državna uprava, lokalna samouprava, nekateri javni zavodi in agencije
VSTOP!

ZDRAVSTVENI/SOCIALNI
ORGANIZACIJE IZ ZDRAVSTVENO-SOCIALNIH DEJAVNOSTI
bolnišnice, zdravstveni domovi, domovi za ostarele, centri za socialno delo, vzgojno-zdravstveni zavodi
VSTOP!

OSTALE ORGANIZACIJE
ostala podjetja in organizacije
VSTOP!

KALDOZ
VSE ORGANIZACIJE
kalkulator stroškov in donosnosti promocije zdravja na delovnem mestu
VSTOP!

PREPOZNAJTE IN OBVLADAJTE STRES V SVOJEM DELOVNEM OKOLJU

Orodje e-OPSA je rezultat projekta »Ocenjevanje izvorov psihosocialnih tveganj v zdravstvenih, socialnih in izbranih dejavnostih javnega sektorja: e-orodje za celovito podporo promociji zdravja zaposlenih«, ki ga je na podlagi javnega razpisa za sofinanciranje projektov za promocijo zdravja na delovnem mestu v letu 2015 in 2016 finančno podprl Zavod za zdravstveno zavarovanje Slovenije.

PRIROČNIKI IN SPLETNI ORODJI SO PROSTO DOSTOPNI NA:
www.opsa.si

Orodji sta prilagojena posebnostim slovenskega družbeno-gospodarskega prostora, obenem pa vključujeta najnovejša spoznanja o psihosocialnih in drugih tveganjih v delovnih okoljih. Z njima lahko opredelimo vrsto, intenziteto in škodljive posledice stresa, ki jih doživljajo zaposleni zaradi izpostavljenosti različnim obremenitvam v delovnem okolju in zasebnem življenju. Tako olajšata oblikovanje ustreznih ukrepov pri obvladovanju stresa v delovnem okolju in stroškov, povezanih s posledicami slabega zdravja in počutja njihovih zaposlenih.

Komu je predstavitev orodij **e-OPSA** in **KALDOZ** namenjena?

Vsem, ki sodite v eno od skupin ljudi, za katere verjamemo, da jim ni vseeno za počutje zaposlenih in njihovo zdravje: kadroviki, promotorji zdravja na delovnem mestu, predstavniki delodajalcev in delojemalcev, strokovni delavci za varnost pri delu ter predstavniki medijev.

Vstop na predstavitev je prost. Vljudno vabljeni!

Dodatne informacije: www.opsa.si, FB-profil E-orodje za celovito podporo promociji zdravja zaposlenih, [Agata Tomažič](#) – PRR ZRC SAZU in/ali dr. [Lilijana Šprah](#), predstojnica Družbenomedicinskega inštituta.