



VABILO

na brezplačno izobraževanje

KREPITEV TELESNEGA IN DUŠEVNEGA ZDRAVJA ZAPOSLENIH V SLOVENSКИH OBČINAH

ki bo potekalo v petek, dne 20.05.2016,

s pričetkom ob 09.30 uri

v Hotelu Habakuk, Pohorska ulica 59, 2000 Maribor (brezplačen parking).

IZOBRAŽEVANJE JE NAMENJENO

VODSTVENEMU KADRU SLOVENSКИH OBČIN

(ŽUPANI/ŽUPANJE, DIREKTORJI/DIREKTORICE,

PODŽUPANI/PODŽUPANJE, VODJE NOTRANJИH ORGANIZACIJSКИH ENOT)

Delodajalec ima po Zakonu o varnosti in zdravju pri delu **zakonsko obveznost**, da načrtuje in izvaja promocijo zdravja na delovnem mestu. **Promocija zdravja** je nujna kot odgovor na situacijo v današnjem svetu. Prav takšno ceno, ki jo plačujemo zaradi premajhne skrbi za okolje, bomo morali plačati tudi za premajhno skrb za zdravje in dobro počutje naših uslužbencev. V tem kontekstu ne moremo promocije zdravja obravnavati kot strošek, ampak kot pomembno **naložbo**, preko katere bo zagotovljena boljša prihodnost in višja kakovost življenja uslužbencev ter kvaliteta njihovega dela.

Delodajalec mora **izvajati** in organom nadzora tudi **dokazati, da izvaja program promocije zdravja na delovnem mestu oz. nudi dobre osnove za varno in zdravo vedenje delavcev v svojem okolju.**

Delovno okolje, kot okolje v katerem zaposleni prebijejo tretjino svojega časa dnevno, lahko namreč povzroča in ohranja bolezni, lahko pa ohranja in spodbuja zdravje.

“Projekt Krepitev telesnega in duševnega zdravja zaposlenih v slovenskih občinah 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”



Da bi v slovenskih občinah delovno okolje ohranjalo in spodbujalo zdravje zaposlenih, vas v okviru projekta »Krepitev telesnega in duševnega zdravja zaposlenih v slovenskih občinah«, ki ga sofinancira **Zavod za zdravstveno zavarovanje RS**, vabimo na izobraževanje, na katerem vam bo predstavljen pomen medosebne komunikacije in obvladovanja stresa na delovnem mestu ter pomen in vpliv zdrave prehrane in gibanja na zdravje zaposlenih v slovenskih občinah.

PROGRAM IZOBRAŽEVANJA:

09.30 - 09.45: **PROJEKT »KREPITEV TELESNEGA IN DUŠEVNEGA ZDRAVJA ZAPOSLENIH V SLOVENSКИH OBČINAH«**: kratka predstavitev vsebine, ciljev, namena projekta, analize vprašalnikov in sofinancerja projekta.

09.45 - 11.00: **MEDOSEBNA KOMUNIKACIJA IN OBVLADOVANJE STRESA NA DELOVNEM MESTU**: prepoznavanje stresa in stiske pri zaposlenih, tehnike obvladovanja stresa in izogrevanja na delovnem mestu, prepoznavanje in ravnanje z delavcem, ki je v stiski, uspešno vključevanje ranljivih ciljnih skupin v delovni proces, reševanje medosebnih konfliktov, pomen in učinki dobre komunikacije na med nadrejenimi in podrejenimi, obvladovanje komuniciranja v težavnih timih.

11.00 - 11.15: ODMOR

11.15 - 11.45: **POMEN ZDRAVE PREHRANE NA DELOVNEM MESTU – STRES ALI SPROSTITEV?**: pomen in vpliv (ne)zdrave prehrane na naše zdravje, kaj in kako lahko delodajalec pripomore k boljšemu zdravju svojih zaposlenih, pomen skupnih malic in druženja uslužbencev in vodstva, vpliv kajenja in uživanja alkoholnih pijač na zdravje zaposlenih, delovanje različnih stresorjev.

11.45 – 12.15: **Z GIBANJEM DO ZDRAVJA**: dejavniki tveganja in njihov vpliv na zdravje, pomen redne telesne aktivnosti na zdravje, zmanjševanje ter odpravljanje stresa kot pomembnega dejavnika zdravja, zagotavljanje odmorov s strani delodajalca.

Izobraževanje je **BREZPLAČNO** in bo trajalo predvidoma do 12:15 ure.

KOMU JE IZOBRAŽEVANJE NAMENJENO?

Izobraževanje je namenjeno vodstvenim kadrom slovenskih občin (župani/županje, direktorji/direktorice, podžupani/podžupanje, vodje notranjih organizacijskih enot).

“Projekt Krepitev telesnega in duševnega zdravja zaposlenih v slovenskih občinah 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”



PREDAVALI BODO:

Marko Korenjak, predsednik Sindikata občin Slovenije, strokovnjak za medosebno komunikacijo, trener nevro-lingvističnega programiranja (NLP) in specializant sistemske psihoterapije na Univerzi Sigmunda Freuda. Predavatelj ima uspešno opravljeno pedagoško andragoško dokvalifikacijo na Pedagoški fakulteti v Mariboru ter psihoterapevtsko propedeutiko pri Slovenski krovni zvezi za psihoterapijo. Marko je predsednik slovenskega združenja bolnikov obolelih za hepatitisom SLOVENIJA HEP ter član ekspertne skupine, ki bo v letu 2016 pripravila strateški razvojni načrt za evropsko združenje pacientov z obolenji jeter za obdobje 2017-2021.

Zvezdana Vražič, dipl. m. s., spec. klin. diet., specialistka klinične dietetike in voditeljica športne rekreacije odraslih, zaposlena v Zdravstvenem domu dr. Adolfa Drolca.

VABLJENI!

“Projekt Krepitev telesnega in duševnega zdravja zaposlenih v slovenskih občinah 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”