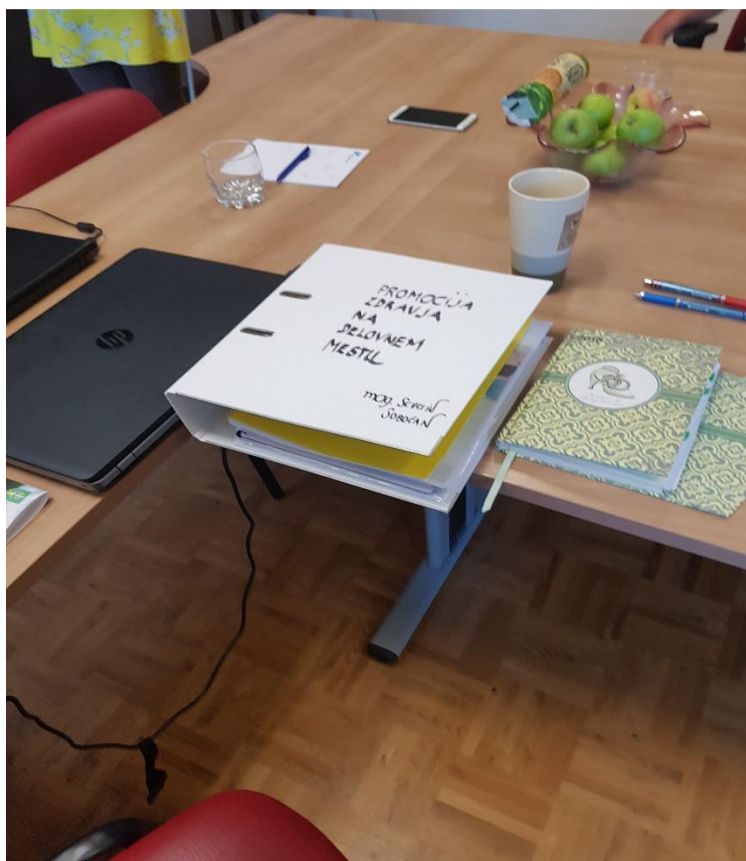




ZAKLJUČNO POROČILO O IZVEDBI PILOTNEGA PROJEKTA V OBČINI APAČE IN RAZKRIŽJE



SINDIKAT OBČIN SLOVENIJE
Maribor, 30. september 2016

Projekt "Krepitve telesnega in duševnega zdravja zaposlenih v slovenskih občinah" je na podlagi Javnega razpisa za sofinanciranje projektov za promocijo zdravja v letu 2015 in 2016 finančno podprl Zavod za zdravstveno zavarovanje Slovenije.



**KREPITEV TELESNEGA IN DUŠEVNEGA ZDRAVJA
ZAPOSLENIH V SLOVENSKEH OBČINAH**
(PROJEKT SOFINANCIRA ZAVOD ZA ZDRAVSTVENO ZAVAROVANJE SLOVENIJE)

V sklopu projekta »Krepitev telesnega in duševnega zdravja zaposlenih v slovenskih občinah« sta bila izvedena dva pilotna projekta prenosa dobrih praks za premagovanje psihosocialnih tveganj na delovnih mestih v slovenskih občinah.

Pilotna projekta sta se izvajala v **Občini Apače** in **Občini Razkrižje**, ki sta izkazali interes za sodelovanje, in sicer v obdobju od **15.6.-15.9.2016**, pri čemer smo z aktivnostmi in usklajevanji pričeli že v mesecu aprilu 2016.

V okviru pilotnih projektov so bile izvedene naslednje aktivnosti:

- podrobnejši pregled ukrepov, ki jih Občina Apače in Občina Razkrižje že izvajata za preprečevanje psihosocialnih tveganj na delovnih mestih (pregled ukrepov za krepitev telesnega in duševnega zdravja v občini);
- definiranje novih oziroma dodatnih ukrepov za krepitev telesnega in duševnega zdravja zaposlenih v obeh občinah;
- izdelava podrobnega načrta uvajanja konkretnih ukrepov v prakso poslovanja (izdelava konkretnega programa promocije zdravja za obe občini);
- vrednotenje pilotnega projekta v obeh sodelujočih občinah;
- definiranje nadaljnjih ukrepov.

I. PODROBNEJŠI PREGLED UKREPOV, KI JIH OBČINA APAČE IN OBČINA RAZKRIŽJE ŽE IZVAJATA ZA PREPREČEVANJE PSIHO SOCIALNIH TVEGANJ NA DELOVNIH MESTIH

Na obe občini smo dne 11.5.2016 naslovili prošnjo, da nam pošljejo podrobnejši pregled ukrepov, ki jih občini že izvajata za preprečevanje psihosocialnih tveganj na delovnih mestih (pregled ukrepov za krepitev telesnega in duševnega zdravja v občini). Dobili smo naslednje odgovore oz. pojasnila:

OBČINA APAČE:

Do začetka izvajanja pilotnega projekta so na področju promocije zdravja zaposlenih naredili bolj malo (pisno seznanjanje o izogibanju stresa, srečanje izven delovnega časa enkrat letno). Razlog za to so navedli v dejstvu, da so manjši kolektiv z izredno omejenimi proračunskimi sredstvi. Ker pa se zavedajo, da je treba zadeve (upoštevanje zakonodaje) premakniti, so začeli s pripravami Načrta promocije zdravja na delovnem mestu, zato jim sodelovanje v pilotnem projektu pride zelo prav. Po besedah direktorice občinske uprave ge. Sobočan se v občini zavedajo, da ni dovolj le seznanjanje o izogibanju stresa, ampak bo potrebna izvedba delavnic na temo komunikacije in obvladovanja stresa, več srečanj izven delovnega časa, itd.

OBČINA RAZKRIŽJE:

Direktorica občinske uprave ga. Holc nam je sporočila, da posebnih ukrepov na področju promocije zdravja na delovnem mestu v njihovi občini še niso izvajali.

II. DEFINIRANJE NOVIH OZIROMA DODATNIH UKREPOV ZA KREPITEV TELESNEGA IN DUŠEVNEGA ZDRAVJA ZAPOSLENIH V OBEH OBČINAH

Sindikat občin Slovenije • info@sios.si • www.sios.si



**KREPITEV TELESNEGA IN DUŠEVNEGA ZDRAVJA
ZAPOSLENIH V SLOVENSKIH OBČINAH**
(PROJEKT SOFINANCIRA ZAVOD ZA ZDRAVSTVENO ZAVAROVANJE SLOVENIJE)

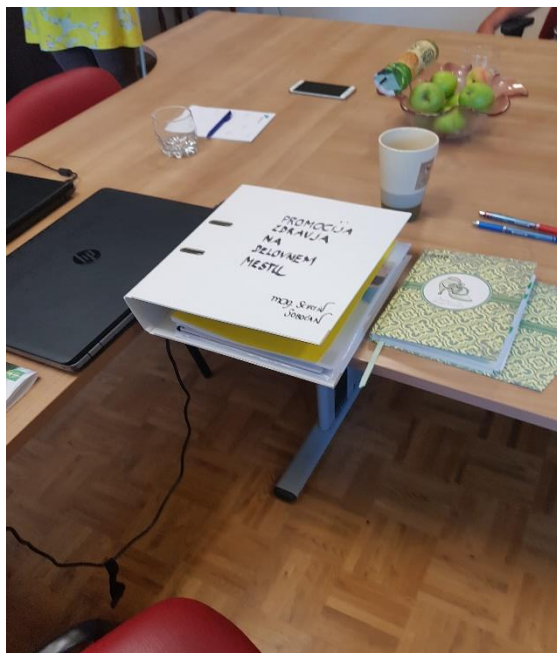
Glede na ugotovitve, da posebnih ukrepov za krepitev telesnega in duševnega zdravja zaposlenih v občinah doslej še niso posvečali veliko pozornosti, smo pristopili k celoviti pripravi novih ukrepov za obe občini.

III. IZDELAVA PODROBNEGA NAČRTA UVAJANJA KONKRETNIH UKREPOV V PRAKSO POSLOVANJA (IZDELAVA KONKRETNEGA PROGRAMA PROMOCIJE ZDRAVJA ZA OBE OBČINI)

Za obe občini je bil pripravljen konkretni Program promocije zdravja na delovnem mestu (v nadaljevanju: program), ki smo ga obema občinama poslali dne 14.6.2016 v dopolnitev in sprejem s strani župana kot predstojnika.

Program je bil pripravljen na podlagi predhodno izpolnjenih vprašalnikov vseh zaposlenih, ki so med drugim vsebovali vprašanja o organizacijski klimi v občini, prehranjevalnih navadah, telesni aktivnosti ter telesnem in duševnem zdravju. Tako smo prišli do rezultatov, ki so pokazali sledeče:

- zaposleni imajo slabe prehranjevalne navade in se premalo gibljejo;
- medosebni odnosi v občini so zadovoljivi, vendar obstaja možnost za izboljšanje;
- neučinkovita organizacija dela ter neprimerna porazdelitev nalog;
- zaposleni dojemajo svoje delo kot psihično naporno, pogosto morajo hiteti, kar posledično povzroča večjo količino stresa ter pogostejše napake pri delu;
- splošno zdravstveno stanje so zaposleni ocenili kot povprečno, najpogostejše zdravstvene težave zaznavajo z bolečinami v hrbtenici, vratu, glavi in očeh, kar je seveda posledic narave dela, ki je večino časa v sedečem položaju za računalnikom;
- večina zaposlenih bi bila pripravljena sodelovati pri organizirani rekreaciji oziroma odmorih za razgibavanje v delovnem času.



Obe občini sta za operativno izvajanje promocije zdravja v programu določili kot odgovorni osebi direktorici občinskih uprav, in sicer sta to:

- ga. Severin Sobočan – Občina Apače



**KREPITEV TELESNEGA IN DUŠEVNEGA ZDRAVJA
ZAPOSLENIH V SLOVENSKIH OBČINAH**
(PROJEKT SOFINANCIRA ZAVOD ZA ZDRAVSTVENO ZAVAROVANJE SLOVENIJE)

- ga. Monika Holc – Občina Razkrižje

Z imenovanjem sta prevzeli skrb za pripravo programa aktivnosti, načrtovanje začetnih človeških virov in spodbujanje sodelovanja zaposlenih.

V programu smo določili osnovne cilje in prednostne naloge ter določili nabor ukrepov po posameznih psihosocialnih tveganjih. Program je sprejel in podpisal župan vsake izmed obeh občin ter se je objavil na oglasni deski občine ter posredoval vsem zaposlenim.

IV. IZVEDBA BREZPLAČNEGA IZOBRAŽEVANJA V OBEH OBČINAH

V sklopu pilotnega projekta smo na obeh občinah izvedli brezplačno predavanje za vse zaposlene in vodstvo skupaj, in sicer na temo medosebne komunikacije in odpravljanja stresa na delovnem mestu. Predavanje je izvedel g. Marko Korenjak, predsednik Sindikata občin Slovenije, strokovnjak za medosebno komunikacijo, trener nevro-lingvističnega programiranja (NLP) in specializant sistemske psihoterapije na Univerzi Sigmunda Freuda.

Predavanje je bilo izvedeno dne 7.7.2016, in sicer od 09:00-10:30 v Občini Razkrižje ter od 12:30-14:00 v Občini Apače.

Po izvedbi obeh predavanj je predsednik Sindikata občin Slovenije g. Korenjak Marko izročil direktoricama občinskih uprav obeh občin sokovnik Nutribullet, ki ga bodo lahko v okviru promocije zdravja koristili vsi zaposleni v službenih prostorih.





**KREPITEV TELESNEGA IN DUŠEVNEGA ZDRAVJA
ZAPOSLENIH V SLOVENSKIH OBČINAH**
(PROJEKT SOFINANCIRA ZAVOD ZA ZDRAVSTVENO ZAVAROVANJE SLOVENIJE)



V. VREDNOTENJE PILOTNEGA PROJEKTA V OBEH SODELUJOČIH OBČINAH

Pilotno izvajanje aktivnosti smo sproti vrednotili s ciljem pridobitve nevtrálnih, objektivnih rezultatov. Pripravljen je bil podroben načrt vrednotenja, ki je vključeval namen in cilj vrednotenja, posamezne aktivnosti, ki smo jih vrednotili, načine in metodologijo vrednotenja, pripravljeni so bili kontrolni mejniki in pogostost vrednotenja ter vsi potrebni metodološki pripomočki in orodja za izvajanje vrednotenja.

Vrednotenje se je izvajalo ves čas trajanja pilotnega projekta, in sicer iz vidika ustreznosti, učinkovitosti, uspešnosti, koristnosti in vzdržnosti (trajnosti) tega pilotnega projekta. Uporabljene so bile tako kvantitativne, kakor tudi kvalitativne metode in orodja. Z obema občinama smo v sklopu pilotnega projekta opravili številne konzultacije tudi po telefonu in elektronski pošti.

Po zaključku pilotnega projekta smo zaposlenim na obeh občinah poslali anketni vprašalnik glede njihovega videnja na pripravljen program promocije zdravja v njihovi občini. Od obeh občin smo prejeli tudi končno poročilo o izvajanju pilotnega projekta, ki je priloga tega zaključnega poročila.

Ugotovitve na podlagi analize anketnih vprašalnikov in končnega poročila:

OBČINA APAČE

S strani Občine Apače smo zraven končnega poročila prejeli tudi 8 izpolnjenih anketnih vprašalnikov zaposlenih. Zaposleni so enotno pohvalili izvedeno delavnico z dne 7.7.2016 in bili mnenja (87,5 % da, vsekakor; 12,5 % mogoče), da bi se podobnih delavnic vsekakor z veseljem udeležili. Ugotavljamo, da se takšnih in podobnih izobraževanj delodajalci premalo poslužujejo in bo potrebno v prihodnje več časa in sredstev nameniti tudi temu področju, saj takšne delavnice in izobraževanja pozitivno vplivajo na klimo kolektiva. Delodajalec se je v končnem poročilu »obvezal«, da bo v letu 2017 zagotovil finančna sredstva za takšne delavnice, saj se sam zaveda pozitivnega vpliva na zdravje zaposlenih. Mnenja glede vlaganja delodajalčeve energije v odpravljanje stresa na delovnem mestu so bila deljena, so pa pohvalili vlaganja v delovne prostore v zadnjih letih. Nenazadnje so se zaposleni pred časom preselili v nove občinske prostore,



**KREPITEV TELESNEGA IN DUŠEVNEGA ZDRAVJA
ZAPOSLENIH V SLOVENSKEH OBČINAH**
(PROJEKT SOFINANCIRA ZAVOD ZA ZDRAVSTVENO ZAVAROVANJE SLOVENIJE)

kjer je zelo dobro poskrbljeno za udobno počutje zaposlenih na delovnem mestu. Na tem mestu je potrebno pohvaliti tudi prizadevanja delodajalca glede napotitev zaposlenih na obdobje zdravniške preglede, saj delodajalec redno izpolnjuje to obveznost. Večji del zaposlenih bi se udeležil športnega dneva, ki bi ga organiziral delodajalec, obstaja pa tudi želja zaposlenih po sofinanciranju telesne rekreacije izven delovnega časa, kar pa je seveda pogojeno s finančnimi sredstvi, ki jih pa je na občinah v zadnjih letih vedno manj. Delodajalec redno skrbi tudi opozarjanje zaposlenih o škodljivih posledicah kajenja, za kar nam je delodajalec kot dokaz poslal tudi kopijo takšnega obvestila, saj ga je zmotilo dejstvo, da sta kljub temu dva zaposlena v anketi označila, da temu ni tako. Uvedli so tudi »zeleni ponedeljek«, prav tako zaposleni pridno uporabljajo tudi sokovnik, prejet od Sindikata občin Slovenije.



ALI SO DOSEŽENI REZULTATI, NAMEN IN CILJI PILOTNEGA PROJEKTA USTREZNI GLEDE NA POTREBE RAZLIČNIH CILJNIH SKUPIN ZAPOSLENIH V OBČINAH

Zaposleni v Občini Apače se zavedajo pomena in ciljev pilotnega projekta, vendar bo na tem področju potrebno še marsikaj storiti. Rezultati pilotnega projekta so bili pričakovani in v povprečju zadovoljivi, obstajajo pa v kolektivih vedno različni ljudje z različnimi pričakovanji, zato je vsem skoraj nemogoče vedno ustreči.

VPLIV IZVEDENIH AKTIVNOSTI NA OBČINO

Izvedene aktivnosti v sklopu pilotnega projekta so vsekakor zelo pozitivno vplivale na občino, saj so tako zaposleni kot delodajalec spoznali, kako pomembno je področje ustrezne promocije zdravja na delovnem mestu, ki se neposredno odraža tudi na življenje in počutje doma. V prakso izvajanja promocije zdravja v Občini Apače so bili z naše strani uvedeni različni primeri dobrih praks (tako domačih kot tujih), ki jih bo treba v prihodnje le še nadgrajevati.

ALI JE PROJEKT OMOGOČIL VREDNOTE, OBNAŠANJE ALI VEŠČINE ZAPOSLENIH NA NAČIN, DA LE TE POZITIVNO VPLIVAJO NA POSLOVANJE OBČINE?

Vsekakor so zaposleni osvojili osnovne veščine za izboljšanje svojega zdravja in počutja na delovnem mestu, na njih samih pa je, ali bodo osvojeno znanje unovčili tudi v prihodnje ter z redno vadbo in zdravim prehranjevanjem poskrbeli zase. Sama izvedba pilotnega projekta je dobro vplivala tudi navzven, saj so tudi občani pozdravljali sam projekt in ukrepe delodajalca za svoje zaposlene.

ALI SO BILE IZVEDENE AKTIVNOSTI V OKVIRU PILOTNEGA PROJEKTA TAKŠNE, DA BO NJIHOVO ZNANJE UPORABNO V PRAKSI?

Zaposleni so prepričani, da je pridobljeno znanje uporabno v praksi, vendar bo vanj potrebno vlagati še več energije, časa in sredstev, če bodo želeli ohraniti nivo njihovega zdravja na dolgi rok.

ALI BODO UDELEŽENCI, VKLJUČENI V PILOTNI PROJEKT, PRIDOBILJENO NOVO ZNANJE (TEHNIKE, PRIPOMOČKE, ORODJA) UPORABLJALI NA DELOVNEM MESTU, PRI SVOJEM VSAKODNEVNEM DELU?



**KREPITEV TELESNEGA IN DUŠEVNEGA ZDRAVJA
ZAPOSLENIH V SLOVENSKEH OBČINAH**
(PROJEKT SOFINANCIRA ZAVOD ZA ZDRAVSTVENO ZAVAROVANJE SLOVENIJE)

75 % anketiranih je mnenja, da bo pridobljeno novo znanje (nove tehnike, pripomočki, orodja) pozitivno vplivalo in pripomoglo k večji učinkovitosti občinske uprave.

OBČINA RAZKRIŽJE

S strani Občine Razkrižje smo prav tako prejeli končno poročilo in 6 izpolnjenih anketnih vprašalnikov zaposlenih. Zaposleni so pohvalili izvedeno delavnico z dne 7.7.2016 in bili mnenja (50 % da, vsekakor; 50 % mogoče, 0 % ne), da bi se podobnih delavnic vsekakor z veseljem udeležili. Tudi v tej občini smo ugotovili, da manjka takšnih in podobnih izobraževanj za zaposlene in bo potrebno v prihodnje več časa in sredstev nameniti tudi temu področju, saj te delavnice zelo pozitivno vplivajo na klimo kolektiva. Mnenja glede vlaganja delodajalčeve energije v odpravljanje stresa na delovnem mestu so bila deljena (večina jih je mnenja, da malo oziroma samo do neke mere). Na podlagi izpolnjenih anket smo ugotovili, da delodajalec ne izpolnjuje redno obveznosti napotitve zaposlenih na redne zdravniške preglede. Večji del zaposlenih bi se udeležil športnega dneva, ki bi ga organiziral delodajalec, obstaja pa tudi želja zaposlenih po sofinanciranju telesne rekreacije izven delovnega časa, kar pa je seveda pogojeno s finančnimi sredstvi, ki jih pa je na občinah v zadnjih letih vedno manj. Ugotovljeno je bilo, da zaposleni še vedno ne izvajajo petminutnih vaj na delovnem mestu, zato jih bo delodajalec na tem področju moral še bolj izobraziti o pomenu vaj na njihovo zdravje. Zaposleni so bili deljenega mnenja o opozarjanju delodajalca glede škodljivih posledic kajenja (50 % da, 50 % ne). V pripravi imajo tudi projekt za ureditev zeliščnega parka, eko vrta in zdrave tržnice, ki bo za uporabo tudi vsem zaposlenim. Večji del zaposlenih bi se udeležil tudi predavanja na temo zdravega prehranjevanja.



ALI SO DOSEŽENI REZULTATI, NAMEN IN CILJI PILOTNEGA PROJEKTA USTREZNI GLEDE NA POTREBE RAZLIČNIH CILJNIH SKUPIN ZAPOSLENIH V OBČINAH

Glede na relativno kratko obdobje trajanja pilotnega projekta (3 mesece) so rezultati pričakovani in v povprečju zadovoljivi. Zaposleni v Občini Razkrižje se zavedajo pomena in ciljev pilotnega projekta, vendar bo na tem področju potrebno še marsikaj storiti.



**KREPITEV TELESNEGA IN DUŠEVNEGA ZDRAVJA
ZAPOSLENIH V SLOVENSKIH OBČINAH**
(PROJEKT SOFINANCIRA ZAVOD ZA ZDRAVSTVENO ZAVAROVANJE SLOVENIJE)

VPLIV IZVEDENIH AKTIVNOSTI NA OBČINO

Izvedene aktivnosti v sklopu pilotnega projekta so vsekakor zelo pozitivno vplivale na občino, saj so tako zaposleni kot delodajalec spoznali, kako pomembno je področje ustrezne promocije zdravja na delovnem mestu, ki se neposredno odraža tudi na življenje in počutje doma. V prakso izvajanja promocije zdravja v Občini Razkrižje so bili z naše strani uvedeni različni primeri dobrih praks (tako domačih kot tujih), ki jih bo treba v prihodnje le še nadgrajevati.

ALI JE PROJEKT OMOGOČIL VREDNOTE, OBNAŠANJE ALI VEŠČINE ZAPOSLENIH NA NAČIN, DA LE TE POZITIVNO VPLIVAJO NA POSLOVANJE OBČINE?

Zaposleni so pridobili znanja in načine za izboljšanje svojega zdravja in počutja na delovnem mestu, na njih samih pa je, ali bodo osvojeno znanje unovčili tudi v prihodnje ter z redno vadbo in zdravim prehranjevanjem poskrbeli zase.

ALI SO BILE IZVEDENE AKTIVNOSTI V OKVIRU PILOTNEGA PROJEKTA TAKŠNE, DA BO NJIHOVO ZNANJE UPORABNO V PRAKSI?

Zaposleni so prepričani, da je pridobljeno znanje uporabno v praksi, vendar se hkrati zavedajo, da bo vanj potrebno vlagati še več energije, časa in sredstev, če bodo želeli ohraniti nivo njihovega zdravja na dolgi rok.

ALI BODO UDELEŽENCI, VKLJUČENI V PILOTNI PROJEKT, PRIDOBILJENO NOVO ZNANJE (TEHNIKE, PRIPOMOČKE, ORODJA) UPORABLJALI NA DELOVNEM MESTU, PRI SVOJEM VSAKODNEVNEM DELU?

Večina anketiranih (83 %) je mnenja, da bo pridobljeno novo znanje (nove tehnike, pripomočki, orodja) pozitivno vplivalo in pripomoglo k večji učinkovitosti občinske uprave.

Na podlagi analize in evalvacijskega poročila smo v zadnji fazi pripravili celovit model, s smernicami in programom aktivnosti za uvajanje strategije in posameznih novih metodologij, orodij in praks v obstoječo poslovno prakso občin, za njihove vodstvene in strokovne delavce in zaposlene.

VI. ZAKLJUČEK

Z izvedbo pilotnih projektov v Občini Apače in Razkrižje smo v njihovo prakso uspešno prenesli primere dobrih praks tako iz Slovenije kot tudi iz tujine. Glede na dejstvo, da v obeh občinah pred izvedbo pilotnih ukrepov praktično niso izvajali skoraj nič ukrepov na področju promocije zdravja zaposlenih, smo prepričani, da so rezultati izvajanja tega projekta zelo pozitivno vplivali na obe občini. Prepričani smo, da smo s pilotnima projektoma zasnovali pot k učinkovitejšim ukrepom delodajalcev na področju promocije zdravja na delovnem mestu v vseh slovenskih občinah.

Tako Občini Apače kot tudi Občini Razkrižje se zahvaljujemo za sodelovanje v pilotnem projektu!

Projekt "Krepitve telesnega in duševnega zdravja zaposlenih v slovenskih občinah" je na podlagi Javnega razpisa za sofinanciranje projektov za promocijo zdravja v letu 2015 in 2016 finančno podprl Zavod za zdravstveno zavarovanje Slovenije.