



Zveza Svobodnih Sindikatov Slovenije

Sindikalna akademija ZSSS

**PROGRAM USPOSABLJANJA DELAVSKIH ZAUPNIKOV ZA UČINKOVITO PREDSTAVLJANJE INTERESOV DELAVCEV ZA VARNO IN ZDRAVO DELOVNO OKOLJE: OCENJEVANJE TVEGANJA ZARADI PSIHOSOCIALNIH OBREMENITEV S TREMI VERZIJAMI E-ORODJA OPSA IN IZRAČUN DONOSNOSTI PROMOCIJE ZDRAVJA Z E-KALKULATORJEM KALDOZ**

Datum: 24. 11. 2016

**Tip usposabljanja:** nadaljevalno usposabljanje članov svetov delavcev in delavskih zaupnikov za varnost in zdravje pri delu

**Programski sklop:** psihosocialna tveganja, promocija zdravja

**Podlage za usposabljanje:**

I. Programski dokument 6. kongresa ZSSS, 7. 12. 2014

A. *Poleg poštenega plačila za opravljeno delo sta tudi varnost in zdravje pri delu avtentičen delavski interes in zato sindikalni cilj.*

B. *Izbrani nalogi ZSSS na področju usposabljanja izvoljenih delavskih predstavnikov za varnost in zdravje pri delu v obdobju do leta 2017, opredeljeni v VIII. poglavju programskega dokumenta z naslovom VARNOST IN ZDRAVJE PRI DELU:*

- Pripravili bomo strokovna usposabljanja o učinkovitih tehnikah posvetovanja z delodajalcem, vlogi delavskih predstavnikov v postopkih ocenjevanja tveganja in promociji zdravja, posebnih varnostnih problemih v dejavnosti ipd.
- Na ravni delodajalca bomo zahtevali, da se ocene tveganja po delovnih mestih dopolnijo s tveganjem za poklicne bolezni.

II. Psihosocialna tveganja so psihološki in socialni vidiki dela, delovnih mest, zaposlenih in delovne organizacije. Povečujejo verjetnost za zdravstvene zaplete pri zaposlenih, doživljanje prekomernega stresa, preobremenjenosti, izgorevanja, odsotnosti z dela. Prav tako pa vplivajo na zmanjšano

---

*Pripravljeno v projektu »Boljše poklicno zdravje delavcev z usposabljanjem delavskih zaupnikov za varnost in zdravje pri delu«, 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.*

učinkovitost in storilnost na delovnem mestu. Zato je pomembno psihosocialna tveganja obvladovati. Zakon o varnosti in zdravju pri delu (ZVZD-1) delodajalce obvezuje, da sprejmejo ukrepe za preprečevanje, odpravljanje in obvladovanje primerov nasilja, trpinčenja, nadlegovanja in drugih oblik psihosocialnega tveganja na delovnih mestih, ki lahko ogrozijo zdravje delavcev. Ker v slovenskem prostoru še vedno ne razpolagamo z dovolj znanja in zadovoljivimi kompetencami, strokovnimi podlagami in smernicami ter ne nazadnje tudi z orodji za obvladovanje psihosocialnih tveganj v delovnem okolju. Zato so strokovni delavci za varnost in zdravje pri delu v delovnem okolju še vedno pretežno prepuščeni predvsem lastni iznajdljivosti in iniciativi. Prav zaradi tega je veliko ocen tveganja za psihosocialne obremenitve narejenih zgolj skozi oči ocenjevalca. Takšno ocenjevanje ni strokovno! Psihosocialna tveganja so namreč po svoji naravi odvisna od prepleta različnih dejavnikov ter izrazito povezana s subjektivnim doživljanjem obremenitev in osebnostnimi značilnostmi posameznika, ki pa jih ocenjevalec tveganja največkrat ne pozna. V ta namen je Družbenomedicinski inštitut ZRC SAZU v sodelovanju z ZSSS in Inštitutom za produktivnost razvil »e-OPSA«. To je e-orodje za ocenjevanje izvorov psihosocialnih tveganj na osnovi najnovejših smernic na področju obvladovanja psihosocialnih tveganj, hkrati pa omogoča tudi podporo programom promocije zdravja. Je odlično orodje, ki naj ga pozna vsak, ki sodeluje v postopku ocenjevanja tveganja – torej tudi delavski zaupniki za varnost in zdravje pri delu.

### **O e-orodjih, ki jih zajema usposabljanje (E-OPSA in KALDOZ)**

E - OPSA je e-orodja za ocenjevanje izvorov psihosocialnih tveganj na delovnih mestih. To orodje oziroma aplikacija je dosegljiva na svetovnem spletu in uporabna na vseh računalnikih oziroma operacijskih sistemih. Izdelana je v treh, uporabnikom prilagojenih različicah, namenjenih:

- a) zaposlenim v dejavnostih zdravstva in sociale,
- b) zaposlenim v izbranih dejavnostih javnega sektorja, in
- c) zaposlenim v drugih dejavnostih (splošna različica).



E-OPSA omogoča tudi koristno podporo programom promocije zdravja zaposlenih saj:

- a) vsebuje platformo za enostaven vnos podatkov s strani uporabnika in samodejno obdelavo podatkov, povezanih izvorov psihosocialnih tveganj zaposlenih, z nazornim grafičnim in tekstovnim prikazom ocene tveganj ter njihovih posledic. Omogoča tudi primerjalno analizo psihosocialnih obremenitev med več poklicnimi skupinami znotraj določenega podjetja in
- b) predlaga seznam v izvore psihosocialnih obremenitev usmerjenih ukrepov, ki jih je možno vključiti v programe promocije zdravja. Ukrepi zajemajo primarne, sekundarne in terciarne intervencije, tako na ravni posameznika, kot na ravni delovne organizacije.

E-orodje KALDOZ je kalkulator stroškov in donosnosti ukrepov promocije zdravja. Njegov namen je pokazati načine za ocenjevanje prihrankov in donosnosti ukrepov promocije zdravja in sicer na področjih prezentizma, absentizma ter fluktuacije v odvisnosti od višine vlaganj.

#### **Razpis terminov usposabljanja v posameznem koledarskem letu:**

- sindikati dejavnosti januarja/februarja izberejo termin za tekoče koledarsko leto po razpisu, ki ga pripravi Sindikalna akademija ZSSS,
- na razpisani termin, ki ga izbere sindikat dejavnosti, se prijavljajo delavski zaupniki VZD/sveti delavcev te dejavnosti,
- sindikat dejavnosti v sodelovanju z regijskimi organizacijami ZSSS poskrbi za do 17 udeležencev na izbrani termin.

#### **Razpis usposabljanja za delavske zaupnike VZD / svete delavcev, ki so se pred tem udeležili splošnega 3-dnevnega usposabljanja za novoizvoljene:**

- spletna stran ZSSS – Sindikalna akademija ZSSS,
- Glasilo ZSSS Delavska enotnost,
- E-novice ZSSS,
- E-novice ZSSS za delavske zaupnike za varnost in zdravje pri delu.

**Število udeležencev na posamezno usposabljanje:** največ 17

#### **Usposabljanje je namenjeno:**

1. v zasebnem sektorju:
  - a. članom sveta delavcev pri delodajalcih z več kot 20 zaposlenimi,
    - i. članom odborov za varnost in zdravje pri delu pri svetih delavcev,
  - b. delavskim zaupnikom pri delodajalcih z manj kot 20 zaposlenimi,
  - c. delavskim zaupnikom za varnost in zdravje pri delu pri delodajalcih zasebnega sektorja, kjer se delavci niso odločili za volitve sveta delavcev,

2. v javnem sektorju:
  - a. delavskim zaupnikom za varnost in zdravje pri delu.

**Lokacija usposabljanja:** e-učilnica, sejna soba 6/II, Dalmatinova 4, Ljubljana

**Udeleženci usposabljanja prejmejo:**

- Priročnik za obvladovanje psihosocialnih tveganj in absentizma s pomočjo orodja e-OPSA (Prilagojena različica za izbrane dejavnosti zdravstvenega in socialnega sektorja)
- Priročnik za obvladovanje psihosocialnih tveganj in absentizma s pomočjo orodja e-OPSA (Prilagojena različica za izbrane dejavnosti javnega sektorja)
- Priročnik za obvladovanje psihosocialnih tveganj in absentizma s pomočjo orodja e-OPSA (Splošna različica za vse dejavnosti)
- Vodnik v stroške in donosnost promocije zdravja
- okvirni sporazum o stresu v zvezi z delom
- okvirni sporazum o nasilju in nadlegovanju na delovnem mestu
- Vzorec Dogovora o preprečevanju nadlegovanja in nasilja na delovnem mestu med sindikatom in delodajalcem s prilogama 1- vzorec Izjave delodajalca o ničelni toleranci do nasilja na delovnem mestu in 2- vzorcem Pravilnika o prepovedi spolnega in drugega nadlegovanja na delovnem mestu.

**Cilji usposabljanja:**

- povečanje kompetenc na področju obvladovanja psihosocialnih tveganj in oblikovanja predlogov ukrepov za posvetovanje z delodajalcem;
- znati uporabljati e-orodje (e-OPSA) za obvladovanja psihosocialnih tveganj;
- izpopolnitev znanja in veščin, potrebnih za uspešno opravljanje svoje vloge na področju promocije zdravja;
- spoznati ključne argumente za promocijo zdravja na delovnem mestu;

- pridobitev modela in nekaterih drugih orodij v pomoč za proaktivno delovanje za promocijo zdravja na delovnem mestu;
- seznanitev s primeri dobre prakse promocije zdravja v Sloveniji oz. tujini;
- pridobitev podatkov in informacij o stroških in donosnosti programov promocije zdravja ter se naučiti uporabljati kalkulator donosnosti KALDOZ.

#### **Udeleženec usposabljanja OBVEZNO potrebuje:**

- osnovna računalniška znanja
- lasten prenosni računalnik ali tablico (Ipad, Android), ki ima:
  - nameščene najmanj Windows 7 ali novejši (Torej 8 ali 10, najbolje 10). Če je nameščen Windows XP, potem naj ima računalnik naložen Firefox ali Opera ali Chrome
  - omogočeno WI-FI opcijo,
  - možnost povezati se v "ne-varno"\* omrežje OPSA.

(\*Opomba: Ne varno samo zato, ker omrežje, ki se začasno vzpostavi na predavanju ni zaščiteno z geslom, da je pri vklopu WI-FI manj zapletov.)

- omogočen dostop do emaila, za prejem obrazca.
- slovensko tipkovnico.

#### **Podroben program:**

|                      |  |
|----------------------|--|
| <b>9.15 – 9.30</b>   | <b>Prihod in registracija udeležencev</b>  |
| <b>9.30 – 10.30</b>  | <b>Psihosocialna tveganja v delovnem okolju – kje so njihovi izvori in kakšne so posledice za zaposlene in delovno organizacijo?</b> |
| 10.30 – 10.45        | Odmor  |
| <b>10.45 – 12.15</b> | <b>Uporaba orodja e-OPSA (e-orodje za obvladovanje psihosocialnih tveganj in absentizma)</b>   |
| 12.15 – 12.45        | Odmor  |
| <b>12.45 - 14.00</b> | <b>Dobra praksa upravljanja s psihosocialnimi obremenitvami pri delu (organizacijski vidik)</b>                                      |

---

*Pripravljeno v projektu »Boljše poklicno zdravje delavcev z usposabljanjem delavskih zaupnikov za varnost in zdravje pri delu«, 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.*

|               |   |
|---------------|---|
| 14.00 - 14.15 | Odmor   |
| 14.15 - 15.30 | Se splača? Stroški in donosnost programov promocije zdravja pri delu (kalkulator KALDOZ). |

### Teme z opredelitvijo vsebin in izvajalci:

#### 1. DEL USPOSABLJANJA (od 9.30 do 12.15):

**1. Predavanje (60 min):** Psihosocialna tveganja v delovnem okolju – kje so njihovi izvori in kakšne so posledice za zaposlene in delovno organizacijo?

Predavateljice: dr. Šprah Lilijana ali Smrke Urška, mag. psih. in Zorjan Saša, mag. psih.

Psihosocialna tveganja, ki so jim izpostavljeni zaposleni v svojem delovnem okolju predstavljajo pomemben izvor stresa in z njim povezanih negativnih pojavov (absentizem, prezentizem, fluktuacija idr). V okviru predavanja bo predstavljena problematika psihosocialnih obremenitev ter njihov vpliv na psihofizično zdravje zaposlenih, zmanjšano storilnost in učinkovitost na delovnem mestu, usklajevanje poklicnega in zasebnega življenja, idr. Slušatelji se bodo seznanili z najnovejšimi epidemiološkimi podatki iz področja poklicnega zdravja ter aktualnimi smernicami in priporočili na področju učinkovitega obvladovanja psihosocialnih tveganj tako na ravni zaposlenega kakor delovne organizacije. Ker ocenjevanje in preprečevanje psihosocialnih tveganj, povezanih z delom, predstavlja glede na izsledke številnih raziskav enega od najpoglavitejših sodobnih izzivov za varnost in zdravje pri delu, bodo na predavanju predstavljena tudi nekatera razpoložljiva orodja namenjena presoji psihosocialnih tveganj.

**2. Delavnica (90 min):** Uporaba orodja e-OPSA (e-orodje za obvladovanje psihosocialnih tveganj in absentizma)

Predavateljice/vodje delavnice: dr. Šprah Lilijana, univ. dipl. psih. ali Smrke Urška, mag. psih. in Zorjan Saša, mag. psih.

Za nemoten potek delavnice praktičnega dela z orodjem e-OPSA je nujno, da se vsi udeleženci predhodno seznanijo z orodjem. V ta namen bomo prijavljenim udeležencem posli Vprašalnik psihosocialnih obremenitev. To izpolnjevanje traja približno 15 minut. Vabilo za izpolnjevanje bodo prejeli na e-poštni naslov, ki ga bodo navedli ob prijavi. Prijavljeni udeleženec bo moral vprašalnik izpolniti najkasneje 3 delovne dni pred usposabljanjem.

V sklopu delavnice se bodo udeleženci seznanili z značilnostmi in s praktično uporabo novega orodja e-OPSA. Uporabniku prijazno e-orodje za ocenjevanje izvorov stresa je razvila raziskovalna skupina DMI ZRC SAZU, ZSSS in Inštituta za produktivnost v treh različicah, prilagojenih zaposlenim v zdravstvenih, socialnih ter izbranih dejavnostih javnega sektorja. Orodje je prilagojeno posebnostim slovenskega družbeno-gospodarskega prostora, obenem pa vključuje tudi najnovejša spoznanja o novo nastajajočih

psihosocialnih in drugih tveganjih v izbranih delovnih okoljih. Udeleženci se bodo na osnovi praktičnih primerov usposobili za delo z orodjem in z njegovo pomočjo izdelali oceno tveganj, opredelili vrsto, intenziteto in škodljive posledice psihosocialnih obremenitev, ki jih doživljajo zaposleni tako v delovnem okolju kot zasebnem življenju ter se usposobili za pripravo selektivnih ukrepov za zmanjševanje posledic psihosocialnih obremenitev.

## 2. DEL USPOSABLJANJA (od 12.45 do 15.30):

### **1. Predavanje (75 minut):** Dobra praksa upravljanja s psihosocialnimi tveganji v organizacijah

Predavatelj: dr. Podjed Klemen, univ.dipl. ekonom.

Predstavljena bo dobra praksa upravljanja s psihosocialnimi tveganji v organizacijah, s poudarkom na korakih izvedbe ter izkušnjah iz prakse (EU, Slovenija). Udeleženci bodo spoznali nekaj ključnih statističnih in drugih podatkov, ki kažejo na potrebo po upravljanju psihosocialnih tveganj oziroma posledica teh obremenitev v delovnih organizacijah. Spoznali bodo tudi odnos med učinkovitostjo in delovnimi rezultati ter stopnjo doživljanja stresa. Predstavljeni bodo koraki dobre prakse, s poudarki na kritičnih elementih izvajanja ter priporočili, kako se izogniti ključnim tveganjem. Udeleženci bodo spoznali nekaj specifičnih orodij za podporo ukrepom.

### **2. Predavanje (75 minut) in delavnica:** Kalkulator donosnosti promocije zdravja (KALDOZ)

Predavatelj: dr. Podjed Klemen

V slovenskem prostoru primanjkuje zavesti in strokovnih osnov o donosnosti programov promocije zdravja, ki so pogosto še vedno razumljeni zgolj kot strošek. Predstavljena bo vrsta podatkov iz znanstvenih študij, ki kažejo na naravo stroškov slabega zdravja in počutja ter donosnost ukrepanja na tem področju. Predstavljen bo kalkulator donosnosti promocije zdravja (KALDOZ), ki omogoča oceno stroškov ter izračun kazalnikov ekonomske učinkovitosti ukrepov. Udeleženci se bodo, tudi s pomočjo vaj, naučili uporabljati kalkulator ter razumeli okvirne finančno ekonomske vidike promocije zdravja pri delu.

**Pripomočki:** Avdiovizualna oprema, internetna povezava, osebni prenosni računalnik, USB ključi

### **Izdelki po zaključenem usposabljanju:**

1. potrdilo o opravljanem usposabljanju, programu in terminu usposabljanja ter o pridobljenih znanjih in veščinah,
2. izročena priponka z znakom delavskega zaupnika VZD /sveta delavcev,

3. vpis potrdila o usposabljanju v Sindeks Sindikalne akademije ZSSS,
4. vpis usposabljanja v člansko evidenco ZSSS,