



**PRACA
NA ZDROWIE**

Centrum Konsultacyjne wspierające zdrowie starzejącego się personelu firm

Instytut Medycyny Pracy im. prof. Jerzego Nofera w Łodzi, w ramach realizacji zadania Narodowego Programu Zdrowia na lata 2021-2025, finansowanego przez Ministra Zdrowia*, zaprasza pracodawców, profesjonalistów zajmujących się zarządzaniem zdrowiem pracowników oraz lekarzy i pielęgniarki służby medycyny pracy do skorzystania z bezpłatnych konsultacji, wspierających zdrowie i aktywność zawodową zróżnicowanego wiekowo personelu, ze szczególnym uwzględnieniem starzejących się pracowników.



*projekt realizowany w ramach zadania Celu Operacyjnego 5 Narodowego Programu Zdrowia na lata 2021-2025, finansowanego przez Ministra Zdrowia, Wyzwania demograficzne pn. „Edukacja w zakresie zarządzania zdrowiem starzejących się pracowników oraz opracowanie i upowszechnienie instrumentów promujących zdrowie i zachowania prozdrowotne w środowisku pracy”.



**INSTYTUT MEDYCYNY PRACY
IM. PROF. J. NOFERA**

Dla kogo?

Z konsultacji mogą skorzystać wszystkie firmy zlokalizowane w Polsce, niezależnie od wielkości, formy własności i profilu działalności oraz zaawansowania realizowanych działań prozdrowotnych dla pracowników.

Wsparcie adresowane jest do pracodawców, profesjonalistów zajmujących się zarządzaniem zdrowiem pracowników oraz służby medycyny pracy.

GDZIE?

Konsultacje odbywają się zdalnie (telefonicznie lub w formie telekonferencji). W zależności od sytuacji epidemicznej możliwe jest udzielenie konsultacji także w IMP w Łodzi.



Instytut Medycyny Pracy im. prof. J. Nofera w Łodzi
ul. św. Teresy od Dzieciątka Jezus 8, 91 - 348 Łódź

JAK UMÓWIĆ KONSULTACJĘ?

Wystarczy wysłać mail na adres pracanazdrowie@imp.lodz.pl lub wypełnić formularz dostępny na stronie www.pracanazdrowie.pl. W treści wiadomości lub w formularzu należy podać informację, który temat z oferty konsultacji będzie głównym tematem rozmowy. W ciągu 3 dni roboczych od wysłania wiadomości ekspert IMP podejmie kontakt w celu ustalenia konkretnego terminu konsultacji lub bezpośrednio odpowie na zadane pytania. Informacji organizacyjnych dotyczących konsultacji udzielamy też telefonicznie: 426314538.



[http://](http://www.pracanazdrowie.pl)

www.pracanazdrowie.pl

pracanazdrowie@imp.lodz.pl



INSTYTUT MEDYCYNY PRACY
IM. PROF. J. NOFERA

TEMATY UDZIELANYCH KONSULTACJI:

- **jak przeciwdziałać wczesnemu wykluczeniu z rynku pracy poprzez poradnictwo i wczesne interwencje w przypadku związanych z wiekiem problemów zdrowotnych** stanowiących przeciwwskazanie do kontynuowania pracy na dotychczasowym stanowisku lub w wyuczonym zawodzie;
- **jak poprzez wpływ na styl życia pracowników podnieść produktywność i ograniczyć absencję wynikającą z chorób, dolegliwości i procesów starzenia się**, m.in. jak zmniejszyć zdrowotne skutki pracy siedzącej, zwiększyć rekreacyjną aktywność fizyczną, wspierać zdrowe odżywianie się pracowników, rozwiązywać problemy dotyczące palenia tytoniu, konsumpcji alkoholu i innych substancji psychoaktywnych, pomóc w redukcji stresu, komunikować się w sprawach zdrowia;
- **jak prowadzić diagnozę potrzeb zdrowotnych personelu**, m.in. jak przygotować odpowiednią ankietę dla różnych grup wiekowych, co ustalić bez użycia ankiet, wykorzystując „miękkie” metody, o co warto pytać pracowników i o co pytać nie należy, jak rozmawiać na tematy drażliwe – np. stan zdrowia, jak interpretować i przedstawiać zebrane wyniki;
- **jak podnieść skuteczność benefitów prozdrowotnych i działań w sferze wellbeing**, m.in. jak monitorować i oceniać firmowe inwestycje w zdrowie, dostosować ofertę do stanu zdrowia różnych wiekowo pracowników, włączyć personel w działania prozdrowotne i wspierać aktywność, ograniczyć nieracjonalne wydatki na zdrowie;
- **jak zaplanować, wdrożyć i rozwijać strategię promocji zdrowia personelu**, m.in. jak dobrać zespół współpracowników, wyznaczyć i komunikować prozdrowotne cele firmy, ustalić problemy do rozwiązania w pierwszej kolejności, wybrać metody wspierania zachowań prozdrowotnych, budować kulturę organizacyjną sprzyjającą zdrowiu, omijać potencjalne przeszkody w promocji zdrowia, wykorzystać promocję zdrowia w budowaniu wizerunku firmy;

- **jak przeciwdziałać malejącej sprawności fizycznej i radzić sobie z obciążeniem pracą wraz z wiekiem**, w tym jak ocenić fizyczne obciążenie pracą na różnych stanowiskach i związane z nim ryzyko zawodowe, a także jak wykorzystać wyniki tej oceny dla poprawy warunków pracy i wzmocnienia zdrowia pracowników; jak dokonać oceny ergonomicznej stanowisk pracy, urządzeń i narzędzi pracy, organizacji i sposobów jej wykonywania oraz zaplanować i wdrożyć działania naprawcze;
- **jak zapobiegać negatywnym skutkom zdrowotnym pracy zmianowej** oraz realizować działania edukacyjne i profilaktyczne w tym zakresie;
- **jak ocenić ryzyko zawodowe w odniesieniu do czynników chemicznych i biologicznych w środowisku pracy** oraz przygotować zalecenia dla pracowników ekspozowanych na te czynniki;
- **jak ocenić psychospołeczne warunki pracy i ich wpływ na zdrowie, samopoczucie, zadowolenie i efektywność pracy oraz jak realizować działania edukacyjne i interwencyjne adresowane do różnych grup zawodowych**, m.in. jak minimalizować stres zawodowy, jego skutki dla zdrowia i funkcjonowania, jak radzić sobie z sytuacjami trudnymi w miejscu pracy.

