



REPUBLIKA SLOVENIJA  
MINISTRSTVO ZA NOTRANJE ZADEVE  
POLICIJA

MEDNARODNA KONFERENCA

VARNOST IN ZDRAVJE PRI DELU  
v spreminjajočem se svetu dela

## PRIMER DOBRE PRAKSE "ZDRAVA DELOVNA MESTA ZA VSE GENERACIJE"



Leon VEDENIK

**Policijska uprava Murska Sobota**

Kongresni center Brdo, petek 16. junij 2017



## Policijska uprava Murska Sobota

Ena izmed 8 (osmih) policijskih uprava katere delujejo na območju Republike Slovenije.

Pokriva območje, ki obsega severovzhodni predel države in meri 1337 km<sup>2</sup>, kar predstavlja 6,6 % površine celotne države.

Na severu in severozahodu meji z Republiko Avstrijo (64 km), na vzhodu in severovzhodu z Republiko Madžarsko (102 km), na jugovzhodu z Republiko Hrvaško (61 km) in v notranjosti z območjem Policijske uprave Maribor.





Notranje organizacijske enote PU Murska Sobota so: služba direktorja, sektor kriminalistične policije, sektor uniformirane policije (kjer deluje tudi enota vodnikov službenih psov), operativno-komunikacijski center in služba za operativno podporo.

Na lokalni ravni v okviru PU Murska Sobota deluje 5 območnih in 3 področne policijske postaje.

V nalogah se postaje lahko precej razlikujejo, primarna naloga vsake policijske postaje pa je

**varovanje življenja in premoženja ljudi.**



Področne policijske postaje na območju PU Murska Sobota so:

- postaja splošne policije,
- postaja prometne policije,
- policijska postaja za izravnalne ukrepe in
- postaja mejne policije.

Policijske postaje so, razen postaje splošne policije, na svojem delovnem področju ožje specializirane.



Na Policijski upravi Murska Sobota je zaposleno 537 javnih uslužbencev.

Od tega 447 uslužbencev, ki opravljajo naloge policije ter 90 strokovno tehničnih uslužbencev, ki opravljajo spremljajoča dela (dela na področju kadrovskega in materialno-finančnega poslovanja, tehnična in podobna dela ter druga dela, ki jih je treba opravljati zaradi nemotenega izvajanja javnih nalog).



Starostna struktura delavcev na upravi je naslednja:

- starih od 20 do 29 let je 0,50 %,
- starih od 30 do 35 let je 13,80 %,
- starih od 36 do 40 let je 25,30 %,
- starih od 41 do 45 let je 24,60 %,
- starih od 46 do 49 let je 19,60 %,
- starih od 50 do 55 let je 14,50 %, let in
- delavcev starih od 56 do 65 let je 1,70 %.

Oseb ženskega spola je 21,80 % in oseb moškega spola je 78,20 %.

Povprečna starostna struktura zaposlenih je **45 let**.



## PROJEKT PROMOCIJA ZDRAVJA NA DELOVNEM MESTU

Policijska uprava Murska Sobota je v letu 2015 kot prva izmed organizacijskih enot v Policiji pričela s pilotskim projektom "Promocija zdravja na delovnem mestu" z namenom širjenja pomena celovite varnostne ter zdravstvene kulture zaposlenih.

Vodstvo uprave se zaveda pomena **varnosti in zdravja** svojih zaposlenih skozi celotno starostno obdobje z namenom

izboljšati **delovno** ter **bivalno okolje** in s tem tudi spodbuditi **zdravo staranje**.



S tem namenom je bila v letu 2015 je bila ustanovljena delovna skupina za promocijo zdravja na delovnem mestu, kateri člani so iz različnih organizacijskih enot uprave in različnih delovnih mest.

Kot članica se je v delovno skupino vključila tudi **predstavnica** Nacionalnega inštituta za javno zdravje Republike Slovenije Območna enota Murska Sobota.

V delovni skupini je kot član delovne skupine predstavnik delavcev oz. **delavski zaupnik za varnost in zdravje pri delu** Policijske uprave Murska Sobota.

V zvezi z aktivnostmi sta seznanjena **policijska sindikata** (Sindikat policistov Slovenije in Policijski sindikat Slovenije), katera podpirata aktivnosti, ki jih PU Murska Sobota izvaja.



**Delovna skupina za “Promocijo zdravja na delovnem mestu”**



# IZVEDBA PROJEKTA PROMOCIJA ZDRAVJA NA DELOVNEM MESTU

S projektom, se je vodstvo Policijska uprava Murska Sobota, kljub že osnovnim zakonskim določilom, še dodatno zavezalo, da bo vsem starostnim skupinam zaposlenih z načinom vodenja in promoviranja varnosti in zdravja poskušalo

**z celovitim sistemskim pristopom**

na osnovi izdelane

**OCENE TVEGANJA in ZDRAVSTVENE OCENE**

zagotavljati čim večjo varnost in zdravje pri delu, tako v delovnem kakor posledično tudi v bivalnem okolju ter s tem prispevati k zmanjševanju poškodb pri delu, odsotnosti iz dela in tveganju za zbolevanje ter dviga celovite varnostne in zdravstvene kulture.



Projekt vključuje tri ravni:

1. politiko organizacije (zdravje za vse starostne skupine zaposlenih kot vrednota);
2. podporno okolje za vse starostne skupine zaposlenih  
(zagotavljanje informacij s področja varnosti in zdravja pri delu, zagotavljanje ustreznega delovnega okolja, ponudbe zdrave hrane, tesno sodelovanje z lokalno skupnostjo, zdravstvenimi ustanovami in nevladnimi organizacijami) ter
3. vse starostne skupine zaposlenih kot udeležencev projekta.



## ZNAČILNOSTI PROJEKTA

- Razvojni
- Inovativen
- Pilotni (možnost prenosa)
- Uporaba notranjih resursov
- Smiselno povezovanje z varnostjo pri delu
- Povezovanje z zdravstvom, nevladnimi organizacijami in lokalno skupnostjo



## CILJI PROJEKTA

- umestiti in zagotoviti trajnost programa promocije zdravja na delovnem mestu.
- zagotoviti podporno okolje za varovanje in krepitev zdravja zaposlenih.
- spodbuditi zaposlene, da prevzamejo aktivno vlogo v varovanju in krepitvi zdravja.
- spodbuditi zaposlene k zdravemu načinu življenja.



# AKTIVNOSTI

## **Predavanja/ delavnice**

(stres, zdrava prehrana, telesna aktivnost, kajenje, uživanje alkohola, nalezljive bolezni, krepitev medsebojnih odnosov....)

## **Meritve dejavnikov tveganja (motivacija)**

**Skupinska telesna dejavnost** (pohodi, športne igre, telovadba, testi hoje na 2 km...)

**Krepitev podpornega okolja:** bogate vsebine na intranetu, info-točke, ponudba zdravih malic, fitnes, športna dvorana ...



# POLICIJSKA UPRAVA MURSKA SOBOTA PROMOCIJA ZDRAVJA



## Novice



17. okt 2016  
Društvo varnostnih inšpektorjev Ljubljana prispevalo k izražanju projekta promocija zdravlja na PU Murska Sobota



17. okt 2016  
Tekmovanje kuharjev amaterjev v pripravi zdravih jedi



10. okt 2016  
10. oktober - Svetovni dan duševnega zdravlja



6. okt 2016  
Regijski dogodek v Evropskem tednu mobilnosti in športa

## BLIŽNICE IN APLIKACIJE

- Kliping policije
- Pregled lokalnega tiska
- MAXIMO
- Registracija delovnega časa
- Promocija zdravlja

## LETNI NAČRT DELA IN POROČILA

Letni načrt:

- Načrt dela PUMS za leto 2016
- Načrt dela PUMS za leto 2015
- Načrt dela PUMS za leto 2014
- Načrt dela PUMS za leto 2013

Poročila:

- Statistika za 1. polletje 2016
- Poročilo o delu PUMS v 2015
- Statistika za 1. polletje 2015
- Poročilo o delu PUMS v 2014
- Statistika za 1. polletje 2014
- Poročilo o delu PUMS v 2013
- Statistika za 1. polletje 2013
- Poročilo za leto 2012

## Predavanja

Več ...

### Zdravje pri delu

20. maj Zdrje zdravlja je nacionalno sodelujoče partnerstvo in vse bin promocije zdravlja na delu

30. jul Čim za delo

Več ...

### Ergonomija

27. jul Varno delo s slikovnimi zasloni

27. jul Ergonomski ureditve pisarne

Več ...

### Delovna oprema

8. sep Tehnična dokumentacija proizvajalca delovne opreme

Več ...

### Osebn varovalna oprema

8. sep Tehnična dokumentacija proizvajalca osebne varovalne opreme

## Delavnice

Več ...

### Varnost pri delu

Več ...

### Preventiva

24. jul Visoke temperature in prilagajanje delovnega procesa

Več ...

### Nevarne snovi

8. sep Varnostni listi

Več ...

### Interni dokumenti

10. sep Projekt promocija zdravlja na delovnem mestu

24. jul Izjava o varnosti z ocenitvega

Več ...

## DRUGE POVEZAVE

- IPA Pomurje
- PVD Sever Pomurje
- Policisti ki sindik Slovenije
- Sindikati policistov Slovenije
- Združenje policijskih šefov Slovenije



**Info točke " PROMOCIJA ZDRAVJA" po policijskih enotah**



**Delavnice na temo “Stres na delovnem mestu”**



**Meritve dejavnikov tveganja**





**Predavanja in praktična izvedba na temo “ Zdrav način življenja ”**



**Predavanja na temo “ Nalezljive in nenalezljive bolezni ”**



**Predavanja na temo “ Zdrava hrana in zdrave prehranjevalne navade “**



**Organizacija in izvedba delavnice " Pravilno izvajanje vaj za moč celega telesa "**



**Delavnice na temo " pravilno sedenje ter aktivni odmori med sedenjem "**



**Aktivni pohodi za strokovno tehnično osebje**



REPUBLIKA SLOVENIJA  
MINISTRSTVO ZA NOTRANJE ZADEVE  
POLICIJA



**Aktivni pohodi za policiste**



**Sodelovanje z zunanjimi socialnimi partnerji**



**Soudeležba na prireditvi ob Svetovnem dnevu zdravja - Otok ljubezni - Ižakovci**



**Udeležba na delavnici na temo " Alkohol in rehabilitacija "**



**Udeležba na 4. mednarodnem simpoziju o zdravem življenjskem slogu  
“ Zdrava delovna mesta za vse generacije ”**

Reference: <https://www.24alife.com/press-release/providing-healthy-workplaces-for-all-ages-is-the-answer-to-today-s-demographic-challenges> (26.10.2016)



Reference: <http://www.osha.mddsz.gov.si/aktivnosti/raziskave/predstavitve-raziskav> (26.10.2016)

### Udeležba na seminarju

“ Kako z boljšo organizacijo dela in boljšim vodenjem do varnega in zdravega delovnega okolja ”



**Športne igre Policije v Odrancih z predstavitvijo programov SVIT, ZORA in DORA**



....in test hitre hoje na 2 km



Razstava "Živimo zdravo"



**Tekmovanje zaposlenih v pripravi zdravih jedi**



Vsem zaposlenim bil razdeljen propagandni material s področja varnosti in zdravja pri delu s serijo risanih filmov NAPO



1/3 malic ima nacionalni certifikat “ Zdrava izbira ”



Policijska uprava Murska Sobota je  
dne 16. Avgusta 2016 pristopila k

### **“Iniciativi za zdrava delovna mesta”**

pod pokroviteljstvom Gospodarske zbornice Slovenije v sklopu Projekta »Promocija zdravja – Zdravi od glave do pet« in se s tem pridružila ostalim organizacijam po Sloveniji, katere s svojo politiko vodenja strmijo za zagotavljanje zdravih delovnih mest.



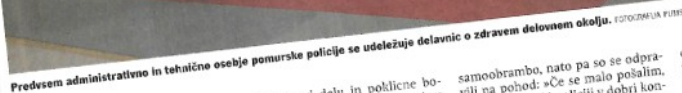


REPUBLIKA SLOVENIJA  
MINISTRSTVO ZA NOTRANJE ZADEVE  
POLICIJA



Dobljena priznanja

Za boljše zdravje na delu  
Z delavnicami o zdravem načinu življenja želijo izboljšati varnost in zdravje pri delu



poskodb pri delu in policijske bo-  
zini, vključno s prepoznavanjem  
občudovanja negativnih posledic  
tresa. Velik pomen imata telesna  
aktivnost in zdravo prehranjevanje  
zapolnjen. »Zvedeli smo že delavci-  
ce o pomenu zdrave prehrane in mo-  
žnostih, kako se za trenutek razgibati  
med delovnim časom.«  
»Da recimo tisti, ki  
morajo večji del časa sedeti za raču-  
nalnikom, prosti trenutek izkoristijo  
za to, da vsaj malo razgibajo, doda  
sogovornik.

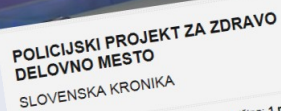
Med drugim so že opravili predava-  
nje o tem, kako se pravilno razgibati,  
ki pa je vodil Tomaž Pivec, na PUMS  
in v okviru izvedenih postopke in

samoobrambo, nato pa so se odpravili na pohod: »Če se malo potrudimo, smo v pomurski policiji v dobri coni aktivnosti. Uniformirani del je po večini tako ali tako aktivno vpet v športno udejstvovanje, temu pa sledi tudi administrativno-tehnično osebo.«

Varnost in zdravje pri delu kot sestavni del zagotavljanja nacionalne varnosti države je bilo področje, s katerim se je na ministrstvu za notranje zadeve oziroma v slovenski policiji, preden je pred tremi leti prišel za kriminalističnega tehnika na PUMS ukuvarja Leon Vedenik. »Varnost in zdravje pri delu je ena izmed temeljnih človekovih pravic in bi morala biti

obvezni sestavi del politik, ki zagotavljajo sistem nacionalne varnosti. Prav tako je varno in zdravo delovno okolje sestavi del življenjskega okolja.« Vedenik je magister slovensko-policijski, »želimo ustvariti korak k boljsemu počutju in zdravemu načinu življenja. Gre moč koraka po koraku. Ne vjenja. Gre moč koraka po koraku. Ne premaknemo kamen, da boš poznejše tudi korak, sem rad silitkov, ko razlagam o zdravem delovnem okolju. Pricalo-vo bode projekt razrisali se na va-je, celistične uprave.

Andrei Bedek



Datum: 19. jan. 2017

Dolžina: 1 min. 50 s.

Ogledi: 122

Q ODDAJI

★ DODAJ MED MOJE

Propr. čas ogleda: 1 min. 32 s.

**DELOVNO MESTO**  
**SLOVENSKA KRONIKA**

Dolžina: **1 min. 50 s.**

Ogledi: **122**

Datum: **19. jan. 2017**

Oddaja Slovenska kronika vsak delovni dan predstavi najpomembnejše dogodke in zgodbе iz slovenskih krajev. Poudarek je na človeških zgodbah, okoliškin in socialnih temah, dnevnem utripu podeželja in mest. Še posebej smo pozorni na pozitivne primere, ki jim namenjamo prostor v čisto vsaki oddaji.

Prispevek na "RTV Slovenija 1" , februar 2017

**Časopis "Vestnik", avgust 2016**

## Predstavitev projekta preko medijev



## STROŠKI

Celotno delo (organizacija različnih delavnic, predavanj in prireditev) je bilo opravljeno z notranjimi kadrovskimi resursi v rednem delovnem času ter s prostovoljnim delom zunanjih sodelujočih strokovnjakov, tako da direktnih finančnih stroškov ni bilo.

Vsa gradiva, katera so bila pripravljena za izvajanje projekta “Promocije zdravja na delovnem mestu” so bila pridobljena brezplačno.

Vse to kaže znake tudi dobrega sodelovanja med slovensko Policijo in lokalno skupnostjo.



## ZAKLJUČEK

Iz evalvacije (anketni vprašalniki, intervjujev in pogovorov z zaposlenimi različnih starostnih skupin) smo zaznali, da so zaposleni, po izvedenih aktivnostih, bolj ozaveščeni o zdravem načinu življenja:

- dvig informiranosti in ozaveščenosti o zdravem načinu življenja,
- začetek spreminjanja življenjskega sloga (prehrana, telesna aktivnost),
- večina zaposlenih koristi stopnice namesto dvigala;
- večje povpraševanje po zdravi malici;
- vse več zaposlenih se vključuje v različne telesne aktivnosti (športni dogodki, koriščenje športne dvorane, »fitesa«...) itn.



REPUBLIKA SLOVENIJA  
MINISTRSTVO ZA NOTRANJE ZADEVE  
POLICIJA



**Poslikana stena na Policijski upravi Murska Sobota prikazuje dogajanje na ulici z osnovnim sporočilom da smo policisti nepogrešljivi ter sestavni del zdrave in varne družbe**



REPUBLIKA SLOVENIJA  
MINISTRSTVO ZA NOTRANJE ZADEVE  
POLICIJA



**Z D R A V   P O L I C I S T   =   V A R E N   D R Ž A V L J A N**



REPUBLIKA SLOVENIJA  
**MINISTRSTVO ZA NOTRANJE ZADEVE**  
POLICIJA

**Hvala za pozornost!**