



Na podlagi 6. člena Zakona o varnosti in zdravju pri delu (Ur. l. RS, št.: 43/2011), **OSNOVNA ŠOLA MLADIKA**, Žnidaričevo nabrežje 1, 2250 Ptuj, ki jo zastopa g. Bogomir Širovnik,

sprejema naslednji

## **PROGRAM PROMOCIJE ZDRAVJA NA DELOVNEM MESTU za šolsko leto 2018/19**

### **1 CILJ**

Cilj promocije zdravja je preko ozaveščanja zaposlenih in z zmanjšanjem nezdravega življenjskega sloga doseči boljše zdravje, ki je eno od osnovnih potreb in za večino ljudi najvišja vrednota v življenju.

Promocija zdravja je usmerjena k preprečevanju ne-zdravja in spodbuja harmonično izboljševanje fizičnega, mentalnega in socialnega zdravja (medsebojno prekrivanje preventive, zdravstvene vzgoje in varovanja zdravja).

### **2 IZVAJANJE**

#### **2.1 Ocenitev potreb**

s pregledovanjem obstoječih podatkov:

- vzroki poškodb pri delu in vzroki za bolniško odsotnost z dela,
- poročila o preventivnih zdravstvenih pregledih,
- invalidnost,
- različne ankete in raziskave (ocena obremenitev na delovnem mestu, zadovoljstvo zaposlenih,..).

## 2.2 Določitev prednostnih nalog

posebni cilji	prednostne naloge	realizacija
- obvladovanje stresa na delovnem mestu	<ul style="list-style-type: none"> <li>- minute za duševno zdravje na jutranjih pogovorih (tim Zdrave šole pripravi različne sprostitvene vaje)</li> <li>- Bachovi cvetni plesi – preplesavanja <i>Splošni cilji programa se nanašajo na spoznavanje, razumevanje in uporabo novodobnih terapevtskih tehnik na področju gibanja ob glasbi. Namenjeni so uravnovešanju vseh ravni človekove osebnosti (telesne, umske in duhovne) s ciljem izboljšanja pedagoške prakse.</i> <i>»Bachovi« cvetni plesi so skupinski plesi v krogu, spremljani z ljudsko glasbo različnih evropskih narodov, predvsem baltskih. Razvila jih je Latvijka Anastasia Genā, ki je živela v Nemčiji, v 90.tih letih prejšnjega stoletja, in sicer iz baltskih ljudskih plesov. Ti plesi se navezujejo na 38 Bachovih cvetnih pripravkov oziroma Bachovih kapljic. Med plesom se lahko pomirimo, sprostimo ter začutimo svojevrstne energije posameznih rastlin, ob čemer se tudi zdravimo.</i></li> </ul>	- 1 x tedensko 5 minut na jutranjem pogovoru
- skrb za psihofizično kondicijo zaposlenih	<ul style="list-style-type: none"> <li>- tedenska organizirana vadba v večernih urah za vse zaposlene (vodi šolska športna pedagoginja)</li> <li>- Bachovi cvetni plesi – preplesavanja</li> </ul>	- 1 x tedensko celo leto
- skrbeti za zdravstveno preventivo	- preventivni zdravstveni pregledi delavcev	- celo leto po seznamu
- skrb za pozitivno klimo na delovnem mestu	- neformalna družabna srečanja s športnimi vsebinami (pohodi ...)	- po dogovoru vsaj 3 x letno
	- športne igre (v organizaciji sindikata)	- cca. 3 x letno
	- simbolična darilca ob osebnih jubilejih (rojstni dnevi, poroka, napredovanja ...)	- celo leto po seznamu
	- skupna kosila pred večjimi prazniki	- cca. 5 x letno
	- neformalni pogovori ob jutranji kavici	- vsaj 1 x tedensko celo leto
	- strokovne ekskurzije: strokovno usposabljanje in druženje	- po ponudbi vsaj 2 x letno
	- družabno srečanje z upokojenimi delavci šole	- december 2018
- strokovno usposabljanje za obvladovanje novosti na delovnem mestu	- vsaj 3 seminarji z delavnicami za zaposlene v trajanju od 3 do 5 šolskih ur; izbor vsebine glede na trenutne aktualne potrebe in kvaliteto ponudbe izvajalcev	- celo šolsko leto 2018/19
	- predavanje in delavnice na temo Stresa na delovnem mestu	- glede na ponudbo
	- predavanje: Medvrstniško nasilje	- glede na ponudbo

posebni cilji	prednostne naloge	realizacija
	- razvojna naloga: formativno spremljanje (pod mentorstvom ZRSŠ OE Maribor)	- celo leto
	- Evidenca delovnega časa v eAsistentu (postopno uvajanje)	- celo leto
	- specialna izobraževanja za posamezna predmetna področja	- celo leto glede na ponudbo

Vse prednostne naloge so za zaposlene **brezplačne**.

Ptuj, 3. september 2018

OSNOVNA ŠOLA MLADIKA  
*Bogomir Širovnik*  
 (ravnatelj)