



PODNIK  
PODPORUJÍCÍ ZDRAVÍ

# PODNIKY PODPORUJÍCÍ ZDRAVÍ JAKO PŘÍKLADY DOBRÉ PRAXE

MUDr. Vladimíra Lipšová, Ing. Jana Zónová

**Státní zdravotní ústav**

Centrum hygieny práce a pracovního lékařství

„Nové trendy v BOZP a kvalita života 2019“, 16. 10. 2019



# Podpora zdraví na pracovišti

- Péče o zdraví zaměstnanců nad rámec povinné legislativy
- Zaměření



**Pracovní rizika**



**Strava**



**Pohyb**



**Stres**



**Kouření**

- Výsledky: ↓nemocnosti, ↓ úrazovosti, ↓ fluktuace  
↑ spokojenosti, ↑ loajality, ↑ image firmy  
finanční návratnost



PODNIK  
PODPORUJÍCÍ ZDRAVÍ

# Podnik podporující zdraví

- Soutěž/certifikační systém
- Ocenění úrovně podpory zdraví na pracovišti
- Každoročně vyhlašována hlavním hygienikem ČR/MZ
- Organizačně zajištěna SZÚ, CHPPL
- Kritéria kvality podpory zdraví na pracovišti - I., II., III. stupeň
- Certifikát na 3 roky
- 2005 - první ročník - 10 podniků
- 2019 - **23 podniků**





## Průběh soutěže

- Přihláška + sebehodnotící dotazník + projekt (březen)
- Osobní audit na pracovišti - kritéria kvality
- Závěrečná zpráva s hodnocením
  - I. stupeň (80–90 %)
  - II. stupeň (90–95 %)
  - III. stupeň (95–100 %)
- Slavnostní předání certifikátů a cen

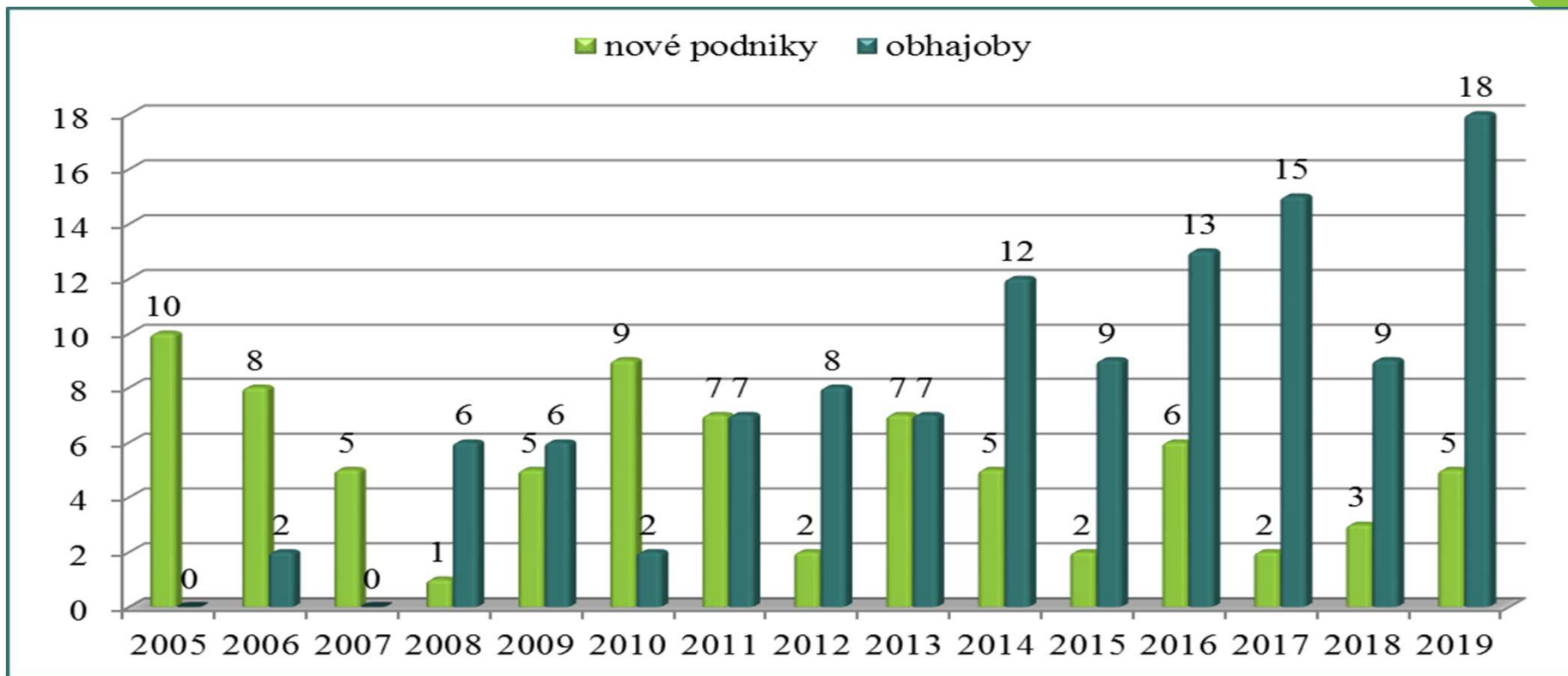




PODNIK  
PODPORUJÍCÍ ZDRAVÍ

# PPZ = oceněné podniky 2005–2019

76 oceněných podniků (73 % výrobních)  
191 provedených auditů





PODNIK  
PODPORUJÍCÍ ZDRAVÍ

## Příklady dobré praxe

malý/střední podnik – administrativní charakter práce

První účast, 220 zaměstnanců

### Pracovní prostředí

- open space
- odhlučněné prostory
- ergonomický nábytek, práce vstoje
- odpočinkové zóny, stolní fotbal, ...

### Komunikace/pracovní atmosféra

- 1x měsíčně celoagenturní porady
- školení vedoucích v leadershipu
- podpora, motivace podřízených
- individuální koučink
- mindfulness
- „Nevypusť duši“ – prevence syndromu vyhoření, ...





## malý/střední podnik – pokr.

### Sladění pracovního a rodinného života

- zkrácené úvazky
- home office
- dětský baby klub (1,5–6 let)
- příměstské tábory
- akce pro děti v první a poslední den školního roku
- mikulášská besídka s dárky

### Teambuildingové akce

- zimní lyžařské výjezdy na hory
- letní sportování u vody/v přírodě
- vánoční večírek
- Powerleague (sportovní a vědomostní soutěže)
- kroužky/setkávání (Cestovatelský klub, Beauty studio)





## malý/střední podnik – pokr.

### Sport

- běžecké soutěže, volejbal, paddleboarding
- lukostřelba, stolní tenis
- multisport karta
- v budově – jóga, pilates, kruhový trénink
- „Step by step“ – soutěž týmů, s minimálním denním počtem kroků 10 000/den a s odměnou pro vítěze
- jízda do práce na kole (úschovna kol, sprchy na pracovišti)

### Regenerace

- 2-4x za měsíc masáž (30 min., na pracovišti, v pracovní době)
- chiropraktická péče





PODNIK  
PODPORUJÍCÍ ZDRAVÍ

## malý/střední podnik – pokr.

### Den zdraví

- zdravotní přednášky, workshopy
- měření krevního tlaku, zraku, váhy
- poradenství týkající se zdravé výživy

### Strava

- každý den sezónní čerstvé ovoce zdarma
- dovoz obědů ze „zdravých“ restaurací
- 4x ročně tematicky zaměřené společné snídaně

### CSR

- kojenecký ústav v Krči (finančně i osobně – Dětský den, úprava zahrady, hřiště, charitativní bazárek)
- ekologické chování (třídění odpadu, šetření elektrickou energií, ekologické přípravky)



PODNIK  
PODPORUJÍCÍ ZDRAVÍ

## malý/střední podnik – pokr.

### Výsledky

- nemocnost nižší než 1 %
- fluktuace – nízká
- spokojenost zaměstnanců – zvýšení během posledních 3 let

Investice do PZP – 2 % zisku

Ocenění – III. stupeň





## Příklady dobré praxe velký podnik – potravinářská výroba

- Opakovaná certifikace
- 2013, 2016, 2019
- 500 zaměstnanců
- **„Be Well – Tomorrow Starts Today“**
- Zaměření podpory zdraví – dle výběru zaměstnanců (dotazníky)
- Individuální přístup k zaměstnancům
  - rodinné/osobní důvody
  - změna pracovní pozice – přesun z výroby do admin., úprava směn
  - pružná pracovní doba, home office (administrativa)



## **velký podnik – pokr.**

### **Potřeba zdravého zaměstnance – nutnost ve výrobě potravin**

- pracovní docházka bez nemocnosti – finanční bonus (kvartálně)
- určen na podporu zdraví (sport, lékárna)

### **Ordinace v závodě – přítomnost sestry**

- měření cholesterolu, glykémie, CRP, měření krevního tlaku
- očkování (chřipka, klíšťová encefalitida)
- dermatolog 2-3x ročně
- psycholog na podporu duševního zdraví
- instruktáž samovyšetřování prsou
- konzultace zdravé výživy – Ing. Petr Havlíček



## velký podnik – pokr.

### Strava

- nový poskytovatel, modernizace jídelny
- 10 druhů salátů denně, 1x týdně salát a ovoce zdarma
- „FIT“ menu, více ryb, tematické týdny, čerstvé sushi 1x za 2
- zvýšení docházky na obědy

### Ergonomie – ve výrobě

- modernizace, robotizace
- kvalitní OOPP (3 druhy obuvi, bederní pásy, bandáže, vložky do bot)

Masáže, pedikúra, dentální hygiena



## **velký podnik – pokr.**

### **Sport**

- 2x týdně lekce pilates a jógy, posilovna na pracovišti
- volné vstupenky do bazénu, beachvolejbal
- „Do práce na kole“
- charitativní sportovní akce – Běh pro Světlušku, Teribear, Avon pochod

### **Nekuřáctví**

- konzultace, žvýkačky, náplasti

### **CSR**

- spolupráce s Dětským domovem, základní a zvláštní školou
- výpomoc při úklidu, mytí oken, úklid zahrady, drobné opravy
- finanční podpora



PODNIK  
PODPORUJÍCÍ ZDRAVÍ

## velký podnik – pokr.

### Výsledky

- krátkodobá nemocnost – 1 %
- nemoc z povolání – naposledy před 10 lety
- pracovní úraz – 1x za poslední 3 roky

Ocenění – III. stupeň





PODNIK  
PODPORUJÍCÍ ZDRAVÍ

## Závěr

### Podniky podporující zdraví

- výborná péče o zaměstnance
- zvýšení spokojenosti
- zlepšení zdraví
- prokazatelné výsledky







PODNIK  
PODPORUJÍCÍ ZDRAVÍ

**Děkuji za pozornost**

[Vladimira.lipsova@szu.cz](mailto:Vladimira.lipsova@szu.cz)

[www.szu.cz](http://www.szu.cz)

[www.podnikpodporujicizdravi.cz](http://www.podnikpodporujicizdravi.cz)

Podpořeno MZ ČR – RVO (Státní zdravotní ústav – SZÚ, 75010330)