



101  
BG

# FACTS

Европейска агенция за безопасност и здраве при работа

ISSN 1830-7523

## Насърчаване на здравето сред младите работници Резюме на примери на добри практики

Според наличните данни процентът на злополуките при работа без смъртен изход е с 40% по-висок сред работещите на възраст между 18 и 24 години в сравнение с тези за работната сила като цяло. При младите хора е по-голяма вероятността да страдат от професионални болести.

Въпреки това, вместо да стават причина за увреждане, работните места могат да се превърнат във важен източник за насърчаване на здравето, като предлагат възможност за подобряване на общото здраве на работниците. По този начин ще бъдат облагодетелствани и предприятията чрез намаляване на разходите, свързани с болести, и увеличаване на производителността.

### Какво може да бъде направено на работното място?

В този информационен бюлетин са обобщени 12 примера за насърчаване на здравето на работното място (ЗРМ) от Австрия, Белгия, Дания, Германия, Италия, Нидерландия, Румъния и Швеция<sup>(1)</sup>. Проучванията на отделни примери представят разнообразни инициативи и мероприятия за насърчаване на здравето на младите работници. Учасствалите предприятия дават различни определения за млад работник: въпреки че повечето определят тези работници въз основа на възрастта им, в някои от примерите новопостъпилите на определено работно място също се класифицират като „млади“ работници. Тези програми са проведени в различни предприятия — както частни, така и публични. В повечето от програмите са включени работници от частния сектор, чиято работа изисква физическо натоварване.

### Ключови послания

- Повечето от програмите за насърчаване на здравето се съсредоточават върху индивидуалните фактори, по-специално върху факторите, свързани с начина на живот

Повечето от примерите се съсредоточават върху индивидуалните фактори. Тези инициативи и програми обхващат основно фактори, свързани с начина на живот, като злоупотреба с алкохол, тютюнопушене, диети/хранене и физическа активност. Това е важно, тъй като по-здравите работници ще донесат също ползи на дружествата. Останалите обхванати фактори включват развиване на умения/личностно развитие, изграждане на екипи, оптимизиране на работната среда и психосоциални въпроси. Важно е да се отбележи, че в няколко случая бяха включени няколко фактора. От всички примери за добри практики четири имаха временен характер, докато останалите засягаха продължаващи проекти. Това има значе-

(<sup>1</sup>) Европейска агенция за безопасност и здраве при работа, база данни с практически решения, проучвания на отделни примери за насърчаване на здравето сред младите работници, [http://osha.europa.eu/en/practical-solutions/case-studies/index\\_html/practical-solution?SearchableText=&is\\_search\\_expanded=True&getRemoteLanguage=en&keywords%3Alist=whp&nace%3Adefault=&multilingual\\_thesaurus%3Adefault=&multilingual\\_thesaurus%3Alist=55841D&submit=Search](http://osha.europa.eu/en/practical-solutions/case-studies/index_html/practical-solution?SearchableText=&is_search_expanded=True&getRemoteLanguage=en&keywords%3Alist=whp&nace%3Adefault=&multilingual_thesaurus%3Adefault=&multilingual_thesaurus%3Alist=55841D&submit=Search)



ние, тъй като при продължаващите проекти има по-голяма вероятност за устойчивост.

- По време на подготовката, а и на етапа на последващите действия беше използван широк набор от подходи

По време на фазите на подготовка, изпълнение и последващи действия на разгледаните програми бяха използвани различни подходи. Първо, различни заинтересовани страни (напр. служители, обучаващи и ръководители) участваха при подготовката на девет от 11 случая. Посредством интервюта, срещи или проучвания те получиха възможност да въздействат върху съдържанието на програмата за насърчаване на здравето, както и да допринесат за практическите стратегии. Когато настъпи фазата на изпълнение на програмите за насърчаване на здравето, бяха разграничени пет компонента: 1) обучение и наставничество, 2) дейности, 3) стимули за млади работници, 4) информация и 5) политика. Всеки от тези компоненти беше от ключово значение за гарантиране на успеха на програмата за насърчаване на здравето. По-голяма част от примерите включваха компонент „семинари, обучение и работни срещи“. Освен това в шест от примерите за добри практики беше включено създаване на мрежи като (главна) част от програмата за насърчаване на здравето. Примери за такива мрежи са групи за обмен на опит, проектни екипи или групи за подкрепа. По отношение на фазата на последващите действия бяха използвани интервюта, проучвания и вериги за обратна връзка.

- Съвместната работа беше важна за насърчаването на здравето сред младите работници

При тези примери за добри практики бяха разграничени инициаторите от изпълнителите и организаторите. Инициатори са онези предприятия или институции, които иницираха насърчаването на здравето на работното място, докато изпълнителите и организаторите подпомагаха подготовката и изпълнението на програмите. Както предприятията, така и

правителствата от участващите страни бяха инициатори на програмите за насърчаване на здравето. В примерите при които правителството беше инициатор на проекта, се включиха основно местните общини, които иницирираха програмите. Във всички разгледани примери изпълнителите и организаторите в по-голяма или по-малка степен работиха заедно.

- ЗРМ не само подобри здравето на младите работници, но е от полза и за предприятията

Програмите за насърчаване на здравето на работното място облагодетелстваха не само служителите, но също и предприятията, в които те работят. Първо, предприятията извлякоха полза от програмата за насърчаване на здравето, тъй като служителите подобриха своето здраве, своето психично и физическо състояние. В допълнение към ползите за здравето и качеството на работата, програмите за насърчаване на здравето на работното място облагодетелстват също предприятията чрез подобряване на техния имидж и привлекателността им за нови служители.

- Оценката доведе до много подобрения, но обратната информация изглежда твърде положителна

В много от примерите за оценката бяха използвани качествени данни, получени чрез интервюта и работни срещи, както и количествените данни като проучвания и въпросници. Оценката беше важна, за да покаже ефективността на програмите и да подобри тези, които ще се реализират в бъдеще. Програмите за насърчаване на здравето доведоха до подобрение на личностните умения на служителите, повишиха осведомеността за здравословното им състояние и намалиха нивата на стреса. Обратната информация беше изцяло положителна. Съществуват обаче основателни съмнения относно неизменно положителните резултати от програмите за насърчаване на здравето на работното място. Методът на докладване може да доведе до предубеденост към информацията.

- Ключовите фактори за успеха на програмите за насърчаване на здравето сред младите работници бяха широкият обхват на програмата и участието на работниците

В няколко от примерите за добри практики включването на участниците беше важен фактор за успех. В тези примери програмата беше насочена не само към нуждите на служителите, но тя ги насърчаваше също да вземат участие. В допълнение към това, програма с широк обхват предостави възможност на участниците да изберат тема, отговаряща на техните специфични проблеми при работа. Други ключови фактори за успеха бяха откритата комуникация, участието на ръководството и подкрепата при работа.

## Общи заключения

Програмите за насърчаване на здравето на работното място сред младите работници се фокусираха основно върху индивидуални фактори като факторите на начина на живот. Повече от половината от примерите бяха иницирирани от самите дружества, което може да се счита за положително. Друга положителна страна на програмите за насърчаване на здравето се състоеше в това, че половината от тях представляваха текущи проекти,



© EU-OSHA/Salus & Co cartoon

а е известно, че такива проекти е по-вероятно да доведат до устойчива промяна сред младите работници. Това е важно, тъй като здравословното поведение, усвоено в ранна възраст, има вероятност да се поддържа през целия живот на работниците и да доведе до по-добро здраве в по-напреднала възраст.

## Препоръки

- Важно е да се гарантира, че мероприятията са всеобхватни и насочени не само към индивидуалните фактори, но също към факторите на организационно ниво.
- В този процес е особено важно да бъдат включени служителите и да се вземат предвид техните нужди и гледни точки относно организацията на работата, работното място и дейностите по ЗРМ.
- Бъдещите проучвания на отделни примери следва да бъдат съсредоточени също върху бариерите, препятствията и извлечените поуки.

Допълнителна информация относно насърчаването на здравето на работното място може да се намери на [http://osha.europa.eu/bg/topics/whp/index\\_html](http://osha.europa.eu/bg/topics/whp/index_html), а за младите работници на [http://osha.europa.eu/bg/priority\\_groups/young\\_people/index\\_html](http://osha.europa.eu/bg/priority_groups/young_people/index_html)

Този информационен бюлетин е достъпен на 24 езика на: <http://osha.europa.eu/bg/publications/factsheets>

## Европейска агенция за безопасност и здраве при работа

Gran Vía, 33, 48009 Bilbao, ИСПАНИЯ  
Тел. +34 944794360 • Факс +34 944794383  
Ел. поща: [information@osha.europa.eu](mailto:information@osha.europa.eu)

© Европейска агенция за безопасност и здраве при работа. Възпроизвеждането е разрешено, при условие че се посочи източникът. Printed in Belgium, 2012 г.

