



Ministerstwo  
Zdrowia

---



NARODOWY  
INSTYTUT  
ZDROWIA  
PUBLICZNEGO  
PAŃSTWOWY INSTYTUT  
BADAWCZY

# Edukacja zdrowotna w zakładach pracy - potrzeby, stan, rekomendacje

dr Eliza Goszczyńska

Krajowe Centrum Promocji Zdrowia w Miejscu Pracy  
Instytut Medycyny Pracy im. prof. J. Nofera w Łodzi

# Potencjał w zakładach pracy do prowadzenia EZ personelu

Moda na *wellbeing*

Liczne czynniki ułatwiające lub stymulujące rozwój praktyki EZ w zakładach pracy

# Stan EZ personelu organizowanej przez zakłady pracy

Stosunkowo niewielki odsetek zakładów pracy realizujących EZ

Niski poziom przygotowania aktorów EZ w Polsce do prowadzenia działań tego rodzaju

# Narzędzia i tematyka EZ personelu organizowanej przez zakłady pracy w Polsce

Badanie KCPZwMP/IMP, 2024 r.,  
N=1032 reprezentacja zakładów pracy  
zatrudniających ≥50 pracowników

Formy i tematyka EZ	% zakładów pracy
<b>- w zakresie ergonomii</b>	
Instruktaże ergonomiczne przy stanowiskach pracy, jak wykonać pracy, by uniknąć dolegliwości, jak radzić sobie, gdy one wystąpią	33
<b>- w zakresie promocji aktywności fizycznej</b>	
Edukacja pracowników (np. webinary, prelekcje, newslettery) na temat aktywności fizycznej, jej wpływu na zdrowie, doboru ćwiczeń itp.	15
Konsultacje dla pracowników ze specjalistami np. fizjoterapeutami, lekarzami, trenerami na temat dopasowania aktywności do charakteru pracy, stanu zdrowia, ustalanie planów treningowych itp.	13
Udostępnianie pracownikom platformą internetowych, aplikacji, testów pomagających im monitorować własną aktywność fizyczną, oceniać jej efekty, dobrać formy ćwiczeń, rywalizować itp.	11
<b>- w zakresie zdrowia psychicznego</b>	
Szkolenia, treningi, webinary uczące pracowników, jak radzić sobie ze stresem, jak dbać o swój dobrostan	22
Udostępnianie internetowej platformy pomocy psychologicznej albo innych form konsultacje ze specjalistami, dostępu do terapeutów	11
<b>- w zakresie promocji zdrowego odżywiania się</b>	
Edukacja o zdrowym jedzeniu, warsztaty kulinarne	8
Konsultacje z dietetykiem i psychodietetykiem dla pracowników (bezpośrednie lub online)	7

# Wyzwania społeczne dla EZ w środowisku pracy

Zrzucanie odpowiedzialności za zdrowie personelu z zakładów pracy na odbiorców przekazów edukacyjnych

Przeciążenie ludzi informacjami

Niejednoznaczność komunikatów EZ docierających do adresatów

Bierność lub lekceważący stosunek jej odbiorców do własnego zdrowia

Niedocieranie z treściami EZ do grup najbardziej potrzebujących

Utrudnienia doświadczane przez ludzi w podejmowaniu i wytrwaniu w zmianie zachowania antyzdrowotnego

# Rekomendowane obszary doskonalenia kompetencji merytorycznych specjalisty EZ w środowisku pracy

Diagnozowanie potrzeb i oczekiwań zdrowotnych personelu, a także możliwości po stronie zakładu pracy do ich wsparcia

Dobieranie treści, języka, narzędzi i nadawców EZ do zdiagnozowanych grup docelowych

Kreowanie pozytywnego klimatu społecznego wokół przekazów EZ w zakładach pracy

Budowanie partnerstwa dla EZ zarówno z jej adresatami, jak i wykonawcami

Komunikowanie o przedsięwzięciach EZ na rzecz budowania świadomości i przychylności personelu odnośnie tego rodzaju oferty



Ministerstwo  
Zdrowia

---



NARODOWY  
INSTYTUT  
ZDROWIA  
PUBLICZNEGO  

---

PAŃSTWOWY INSTYTUT  
BADAWCZY

**Dziękuję za uwagę**