

Pobuda »Živim zdravo«

Novartisovi zaposleni v Sloveniji sodelujejo v prvi globalni pobudi zdravega načina življenja in dobrega počutja »Živim zdravo«



Lekovce je pri jutranji telovadbi spodbujala olimpijka Petra Majdič.

Zaposleni v družbah skupine Novartis iz 32 držav po svetu so od ponedeljka, 19. septembra, do petka, 23. septembra 2011, v okviru nove globalne pobude »Živim zdravo« sodelovali v prvem tednu zdravega življenja. V tem tednu Novartis zaposlenim nudi različne možnosti, s pomočjo katerih lahko sami aktivno poskrbijo za svoje zdravje in dobro počutje. Slednje vključuje tako informacije kot tudi aktivnosti in nasvete za zdrav način življenja.

Novartis se je za osredotočanje na preventivne programe v okviru pobude »Živim zdravo« odločil na osnovi podatkov Svetovnega ekonomskega foruma (World Economic Forum – WEF). Ti kažejo, da programi za zdravje in dobro počutje zaposlenih, ki vključujejo aktivnosti za spremembo življenjskega sloga, lahko pomagajo preprečiti tudi do 40 odstotkov nenalezljivih bolezni, kot so srčno-žilne bolezni, rak in pljučne bolezni.

»Pobuda »Živim zdravo« podpira naše trdno prepričanje, da se naše poslanstvo skrbeti za zdravje najprej začne v lastni hiši, pri naših zaposlenih,« je poudaril Joseph Jimenez, predsednik uprave Novartisa. Dodal je: »Ta pobuda zaposlenim v Novartisu pomaga pri njihovi aktivni vlogi v skrbi za lastno zdravje«.

Vsak dan v okviru tedna zdravega življenja se je osredotočil na eno izmed štirih smernic globalne pobude: **gibaj, izberi, izmeri in obvladuj**. Zaposleni so na vseh štirih področjih dobili nasvete in izobraževanje za bolj zdravo življenje.

Predsednik uprave Leka Vojmir Urlep je ob tednu zdravega življenja izpostavil: »V Leku imamo na področju skrbi za zdravje in dobro počutje zaposlenih že kar nekajdesetletno tradicijo. Prek naših dosedanjih aktivnosti, izvedenih prav na tem področju, smo razvili program, ki sodelavcem omogoča redno spremljanje njihovega zdravstve-

nega stanja. Globalna Novartisova pobuda nam je omogočila, da smo dosedanje programe, povezane z zdravjem zaposlenih, združili na enem mestu in nekatere dodatno razširili. Tako se v tem tednu lahko še posebej posvetimo sebi in storimo korak več za svoje zdravje, za kar nam ob hitrem življenjskem tempu žal pogosto zmanjka časa.« Zaposleni v Sloveniji so v tednu zdravega življenja lahko sodelovali pri različnih športnih aktivnostih (**gibaj**), in sicer so se lahko udeležili jutranje vadbe na prostem, se priključili aktivnostim z vadbenimi napravami in šli na pohod. En dan je bil namenjen zdravim obrokom in prigrizkom (**izberi**). Zaposleni so se lahko udeležili predavanja o zdravem načinu prehranjevanja in izbrali med dodatno ponudbo zdravih in uravnoteženih obrokov na vseh Lekovih lokacijah. V omenjenem tednu so potekale brezplačne meritve ključnih kazalnikov zdravja, kot so krvni tlak, krvni sladkor, holesterol in indeks telesne mase (**iz-**



Dr. Ester Lovšin Barle iz Sandozovega razvojnega centra Slovenija je lekovec predstavila zdravo prehrano.

meri). Poseben dan je bil namenjen ozaveščanju o programih pomoči zaposlenim (**obvladuj**), in sicer je potekala delavnica za zaposlene na temo reševanja težav. V tem tednu je Lek svoje zaposlene pozval tudi k bolj pogosti uporabi stopnic namesto dvigal, jih spodbujal k uporabi manjše količine soli v prehrani in uvedel brezplačno psihološko svetovanje po telefonu za zaposlene na vseh lokacijah v Sloveniji. Pobuda »Živim zdravo« se bo stopoma širila po celotni Novartisovi skupini. V letošnjem letu je bilo v pobudo vključenih 76 največjih Novartisovih lokacij v 32 državah. To



Sodelavec iz Leka na Prevaljah in šampionka Petra Majdič si merita ključne kazalnike zdravja.

pomeni, da je projekt dosegel kar 80 odstotkov zaposlenih v celotni skupini. Leta 2012 bo Novartis pobudo razširil na 88 dodatnih lokacij in s tem predvidoma dosegel kar 95 odstotkov vseh svojih zaposlenih. Novartisov teden zdravega življenja sovпада s projektom »Wellness Week« pod pokroviteljstvom

Svetovne zdravstvene organizacije (WHO) in s srečanjem vrha Združenih narodov (UN) na temo Preprečevanja in obvladovanja kroničnih nenalezljivih bolezni.

Novartis je član Zveze za dobro počutje na delovnem mestu (Workplace Wellness Alliance) pri Svetovnem gospodarskem forumu (WEF) (<http://www.weforum.org/issues/workplace-wellness-alliance>). Zveza je nastala kot odziv na vse večje breme kroničnih nenalezljivih bolezni, ki so glavni vzrok obolevnosti in prezgodnjih smrti v svetu ter predstavljajo velik del svetovnih zdravstvenih stroškov.

OPTIČNO SEVANJE

in Uredba o varovanju delavcev pred tveganji zaradi izpostavljenosti umetnim optičnim sevanjem (Uradni list RS, št.: 34/2010)

Ponujamo vam paket storitev za obvladovanje optičnega sevanja:

- ocena nevarnosti za posamezna delovna mesta, kjer so prisotni viri umetnih optičnih sevanj,
- izvedba meritev optičnega sevanja na delovnih mestih, kjer je to smiselno in potrebno,
- označevanja naprav z opozorilnimi znaki za nevarnost optičnega sevanja (SIST EN 12198),
- izdelava oz. revizija ocene tveganja na delovnem mestu z opredeljenim tveganjem zaradi prisotnosti umetnih optičnih sevanj,
- izvedba strokovnega usposabljanja za delavce, ki delajo na delovnih mestih v prisotnosti umetnih virov optičnega sevanja,
- preventivni in periodični zdravstveni pregledi za delavce, ki delajo v okolju s povečanim tveganjem.

Kontaktne osebe:

Tom Zickero T: 01 585 51 63 M: 041 674 007
Andraž Tancek T: 01 585 51 96 M: 051 671 809

E: tom.zickero@zvd.si
E: andraz.tancek@zvd.si

ZVD

ZVD Zavod za varstvo pri delu d.d.

Chengdujska cesta 25
 1260 Ljubljana - Polje
 T: 01 585 51 00
 F: 01 585 51 01
 W: www.zvd.si
 E: info@zvd.si



Z NAMI JE VARNEJE