



## Povzetek projekta Po kreativni poti do znanja 2017 – 2020, 1. odpiranje, za namen objave in predstavitve na spletni strani sklada

### 1. Polni naslov projekta: ZDRAVJE IN EKONOMIKA UKREPOV ZA VIŠANJE PRODUKTIVNOSTI ZAPOSLENIH V JAVNEM SEKTORJU

- V katero področje na prvi klasifikacijski ravni KLASIUS-P se uvršča projekt glede na vsebinsko zasnovo (neustrezno področje izbrišite):

7 - Zdravstvo in sociala

**2. V sodelovanju z:** (navede se univerza oz. samostojni visokošolski zavod, ki je prijavil projekt in članica, ki je nosilka projekta ter partner/ja – podjetje/ji oz. organizacija, ki je/sta bilo/i vključeno/i v projekt)

**Univerza v Ljubljani, Fakulteta za upravo in Prehransko svetovanje, Mojca Cepuš s.p**

### 3. Besedilo:

- Opredelite problem, ki se je razreševal tekom izvajanja projekta

Za izvedbo ukrepov promocije zdrave prehrane in ekonomike ukrepov za izboljšanje zdravja, dobrega počutja in višanje produktivnosti na delovnem mestu, morajo sodelovati skupaj delodajalci, družba in zaposleni. Pozitivni učinki ukrepov so odvisni prav od zaposlenih, saj je od njih odvisno, kako bodo poskrbeli za svoje zdravje in dobro počutje. Delodajalec mora zagotoviti ustrezne oblike promocije, ki zaposlenim omogočajo usvojitev potrebnih znanj o zdravi prehrani in s tem povezanih ekonomičnih ukrepov za izboljšanje zdravja. Da se zmanjša tveganje in negativni učinki za posameznika, delodajalca in tudi državo, nekateri delodajalci izvajajo aktivnosti za izboljšanje delovnega okolja zaposlenih. V izogib negativnim učinkom, ki jih lahko povzroča nezdrava prehrana, izvajajo nekateri delodajalci izobraževalno promocijske aktivnosti, s ciljem, da se dolgoročno izboljšajo prehranske navade zaposlenih, njihovo zdravje in dobro počutje, kar posledično lahko zelo vpliva na njihovo produktivnost. Kljub dokazanim izboljšanim rezultatom pri promoviranju zdravja, mnogi delodajalci zaradi različnih vzrokov ne izvajajo ukrepov promocije zdravja in ekonomike ukrepov za izboljšanje zdravja na delovnem mestu, kar nam predstavlja priložnost in osrednji izziv za izvedbo našega projekta, in sicer: razviti inovativni model za usposabljanje zaposlenih za samostojno implementacijo prehrabnih navad, v sklopu katerega bodo študenti preučevali kreativne in inovativne rešitve za izzive podjetja, Uporaba modela je v pomoč in je izboljšala zdravje zaposlenih, obenem pa pomagala podjetju pri izboljšanju lastne promocije. Izziv, ki ga je projekt naslavljal, je povezan z odsotnostjo ustreznega modela usposabljanja zaposlenih in izboljšanje ekonomike ukrepov povezane z zdravjem, s katerima lahko dolgoročno vplivamo na dobro počutje in zdravje zaposlenih. Projekt se je osredotočal na javni sektor, kjer je zaznati velik primanjkljaj urejenosti tega področja, odsotnost ustreznih znanj in pomanjkanje ozaveščenosti zaposlenih.

- Opišite potek reševanja problema oz. kratek povzetek projekta

Potek reševanja problema se je odvijal v državnih inštitucijah (DI), visokošolski organizaciji (VO) in v podjetju (P1). Potekal je na naslednji način, in sicer. Izvedba prenosa znanja delovnega mentorja o zdravi prehrani v VO, izvedba prenosa znanja pedagoškega mentorja v P1 o uporabi osnovnih in naprednih statističnih metod in tehnik na podatkovnih bazah v zdravstvu in delu s podatkovnimi bazami v zdravstvu. Delovni in pedagoški mentor sta obiskala UE Ljubljana (in kasneje organizacijo ARSO, kjer se je izvedlo enkratno merjenje), kjer je bil sklenjen dogovor o izvajanju temeljnih projektnih aktivnosti v DI. V DI je delovni mentor tri mesece izvajal predavanja o različnih vsebinah s področja uvajanja elementov zdrave prehrane. Zaposlene na Upravni Enoti Ljubljana (in v krajšem



obsegu ARSO) je delovni mentor izobraževal o pomenu zdravja, načelih zdrave prehrane in zdravega življenjskega sloga ter njun vpliv na zdravje (psihološke in fiziološke spremembe v telesu) zaposlenega in njegovo počutje ter delovno produktivnost. V času projekta so bili v projekt vključeni študenti ves čas aktivno vključeni v različne vsebine projekta (priprava logotipov, priprava projektnih gradov, sodelovanje na predavanjih, sodelovanje na projektnih sestankih, priprava zdravega zajtrka, vsebinska in oblikovna priprava projektne brošure, izdelava jedilnikov (predlogov za zdrave obroke)), ki bodo lahko zaposlenim vodilo za pripravo obrokov v službi in doma. Tako se je zaposlenim omogočilo, da dobijo nove zdrave prehranske ideje in postanejo čim bolj samostojni ter da znanje ostane trajno. Študenti so tudi pripravili dva znanstvena članka povezana z zdravo prehrano). Na začetnem in končnem predavanju je bil izveden anketni vprašalnik za ugotavljanje prehranskih navad in dobrega počutja zaposlenih in zvišanje produktivnosti pri zaposlenih v državnih institucijah, čemur je sledila vnos, obdelava in analiza statističnih rezultatov.

Pedagoški in delovni mentor sta ves čas trajanja projekta nudila strokovno podporo študentom, seznanjala člane projekta z napredkom, izvajala kontrolo in nadzor nad izvajanjem temeljnih aktivnosti, vključno s pripravo končnega poročila, diseminacijo rezultatov, ter sklenitve potencialnega dogovora o nadaljnjem sodelovanju med vsemi projektnimi partnerji.

- Navedite in opišite rezultate projekta ter njihov doprinos k družbeni koristnosti

V sklopu predavanj o pomenu zdravja, načelih zdrave prehrane in zdravega življenjskega sloga ter njun vpliv na zdravje (psihološke in fiziološke spremembe v telesu) zaposlenega in njegovo počutje ter delovno produktivnost, se je na prvem in zadnjem predavanju izvedel anketni vprašalnik, ki je služil za oceno stanja na področju prehranskih navad med zaposlenimi na UE Ljubljana. Med glavne rezultate projekta prištevamo oceno o napredku in s tem izboljšanju prehranskih navad med zaposlenih, ter ugotovitev, da so k temu napredku pozitivno prispevala predvsem kvalitetna izvedena predavanja, ki so predstavljala temeljno dejavnost projekta.

Med glavne rezultate prištevamo razvoj modela v obliki brošure za pomoč pri izboljšanju prehranskih navad zaposlenih. V brošuri so predstavljeni jedilniki zdravih zajtrkov, malic, kosil, večerij, zdravih napitkov, prilog in sladice, ki so lahko zaposlenim v pomoč pri izboljšanju prehranskih navad med in tudi po končanem projektu.

Preko izvedenih predavanj o pomenu zdravja in zdrave prehrane za zaposlene smo dosegli družbene koristi, ki so se preko ocen anketnih vprašalnikov pokazale skozi napredek v prehranjevalnih navadah, kar prispeva k dobrem počutju, povečanju energije in boljšemu zdravju zaposlenih, kar pa prinese manjše stroške v zdravstvu, ker se uporaba zdravstvenih storitev zmanjša, saj z dobro prehrano občutno izboljšamo imunski sistem, ter fiziološko vplivamo na svoje telo (boljše regenerativne sposobnosti, zmanjšanje odvečne telesne teže itd...). Na ta način smo posredno tudi vplivali na izboljšanje produktivnosti zaposlenih na delovnem mestu, saj nam dobra prehrana omogoča dobro počutje in izboljšanje/povečanje energije zaposlenih, kar je dokazano, da povzroča motiviranost zaposlenih pri delu. Razvili smo model, ki vključuje sodelovanje različnih partnerjev projekta (podjetje, delovna organizacija, fakulteta), in uporabo metode (anketni vprašalnik), ki vključuje začetna in končna mnenja, ocenitev in analizo prehranskih navad pri delu in v vsakdanjem življenju ter usposobitev zaposlenih za samostojno implementacijo prehranskih navad - preko razvitega modela v obliki brošure o zdravi prehrani, ki je zaposlenim v pomoč za samostojno prehranjevanje in izboljšanje njihovih prehranskih navad. Z združitvijo več aktivnosti v razvoj inovativnega modela za usposabljanje zaposlenih za samostojno implementacijo prehranskih navad (razviti model v obliki brošure z jedilniki) bo zaradi dobrih rezultatov in družbenih koristi, ki smo jih dosegli, ta pristop lahko uporabljen tudi v različnih drugih v javnih in zasebnih organizacijah.

Nadaljnji rezultat projekta je priprava dveh znanstvenih člankov na temo uvajanja elementov zdrave prehrane v javnih organizacijah z naslovom "Prehranske navade zaposlenih na in izven delovnega mesta". V članku so zajete vsebine vezane na pomen promocije zdravja na delovnem, analizo raziskav promocije zdravja na delovnem mestu, analiza raziskav uvajanja zdrave prehrane na in izven delovnega mesta, ekonomski učinki promocije zdravja, zdravstveni učinek promocije zdravja, ter razpravno zaključni del. Nadaljnji rezultat projekta je obsegal pripravo znanstvenega članka o pomenu in zavedanju ljudi o gensko spremenjeni hrani (GSO) z naslovom »Poznavanje in razumevanje problematike precepcije GSO hrane v Sloveniji in svetu«. V članku so zajete vsebine vezane na predstavitev gensko spremenjenih organizmov, zakonodaje, ki ureja področje GSO,



GSO v Sloveniji, metodologijo, rezultate in zaključek. Na ta način, s pripravo dveh znanstvenih prispevkov, smo cilje projekta celo presegli.

#### **4. Priloge:**

- Slikovno gradivo: Priložite vsaj dve sliki npr. sliko končnega produkta, sliko študentov pri delu na projektu, sliko s sestankov ipd. Pri pošiljanju slik bodite pozorni, v kolikor gre za končni produkt, da bo zadoščeno zahtevam glede informiranja in obveščanja (ustrezni logotipi itd.).

