

Introducere

Evaluarea stării de sănătate a firmei vă permite să descoperiți dacă firma sau instituția dumneavoastră ar putea să-și îmbunătățească managementul sănătății la locul de muncă ! Investind 15 minute din timpul dumneavoastră, veți afla în ce măsură există o promovare a sănătății în organizația dumneavoastră.

Evaluarea stării de sănătate a firmei vă permite să verificați politicile și acțiunile de promovare a sănătății la locul de muncă. Pe baza întrebărilor, veți evalua singur/ă calitatea măsurilor de promovare a sănătății la locul de muncă din firma sau instituția dumneavoastră. Chestionarul este structurat pe patru teme: evitarea fumatului, exercițiile fizice, alimentația și stresul. Fiecare întrebare necesită un răspuns DA sau NU. Pentru a obține un rezultat valid, este necesar să răspundeți la toate întrebările. După completarea chestionarului pentru firma dv, veți primi un răspuns prin e-mail. Acest răspuns conține un set de recomandări cu sfaturi practice și idei menite să stimuleze și să amplifice promovarea sănătății la locul de muncă în organizația dumneavoastră.



Date de identificare

| | |
|------------------------------|----------------------|
| Firma sau instituția | <input type="text"/> |
| Adresă | <input type="text"/> |
| Oraș | <input type="text"/> |
| Țară | <input type="text"/> |
| Numele persoanei de contact | <input type="text"/> |
| Funcție | <input type="text"/> |
| E-mail | <input type="text"/> |
| Număr de telefon | <input type="text"/> |
| Domeniu de activitate (CAEN) | <input type="text"/> |
| Numărul de lucrători | <input type="text"/> |

- combaterea fumatului
- alimentația sănătoasă
- stilul de viață activ
- combaterea stresului



Politica și cultura organizației

0% 100%

Face parte promovarea sănătății la locul de muncă (bunăstarea la locul de muncă, stil de viață/obiceiuri sănătoase, sănătate și securitatea în muncă etc.) din misiunea sau filosofia organizației dumneavoastră?

Da Nu

Există vreo politică scrisă de promovarea sănătății la locul de muncă în firma/instituția dumneavoastră?

Da Nu

Conducerea instituției dumneavoastră se implică și susține activ politica și inițiativele de promovarea sănătății la locul de muncă ?

Da Nu

Au lucrătorii (angajații) posibilitatea de a participa la elaborarea politicii de promovare a sănătății la locul de muncă?

Da Nu

Au lucrătorii acces la informații despre politica firmei/instituției de promovare a sănătății la locul de muncă?

Da Nu



Combaterea fumatului / organizare și structuri

7%  100%

Există în firma/instituția dumneavoastră un plan de acțiune (distinct sau făcând parte din planul/politica de sănătate și securitate în muncă) pentru combaterea fumatului?

Da Nu

Există un coordonator și/sau un grup de lucru care se ocupă cu combaterea fumatului?

Da Nu

Au beneficiat Coordonatorul și/sau membrii grupului de lucru de pregătire specifică și primesc informații actualizate privind combaterea fumatului?

Da Nu

Există suficiente resurse financiare (buget) și/sau materiale (infrastructură etc.) disponibile pentru elaborarea de acțiuni de combatere a fumatului?

Da Nu

Sunt implicați lucrătorii (angajații) în realizarea activităților de combatere a fumatului la locurile lor de muncă?

Da Nu



Combaterea fumatului / strategie și implementare

15%  100%

A fost făcută o evaluare de nevoi privind combaterea fumatului în firma/instituția dumneavoastră?

Da Nu

Este interzis fumatul în toate zonele de lucru și în zonele comune (cantină, toalete, săli de sedință, etc)?

Da Nu

Dacă nu, este fumatul permis doar în locuri special amenajate?

Da Nu

Dacă fumatul este permis numai în locuri special amenajate, există o ventilație suficientă în aceste locuri?

Da Nu

Oferă firma/instituția dumneavoastră informații despre combaterea fumatului la locul de muncă? De exemplu: reviste, rețeaua internă, e-mail, note interne, avizier, ședințe de informare, interviuri, campanii de informare, evenimente, etc.

Da Nu

Sunt sprijiniți lucrătorii care încearcă să renunțe la fumat? De exemplu: prin consiliere în privința renunțării la fumat, prin ședințe de grup, prin furnizarea terapiei de înlocuire a nicotinei, prin oferirea de prime pentru angajații care renunță la fum

Da Nu

Li se oferă o pregătire specială acelor voluntari dintre angajați care își susțin colegii care încearcă să renunțe la fumat?

Da Nu





move europe

Combaterea fumatului / evaluare și rezultate

23%  100%

Sunt evaluate activitățile de combatere a fumatului prin discuții în cadrul grupului de lucru, prin chestionare distribuite lucrătorilor etc. ?

Da Nu



Alimentația sănătoasă / organizare și structuri

30%  100%

Există în firma/instituția dumneavoastră un plan de acțiune privind promovarea consumului de alimente și băuturi sănătoase?

Da Nu

Există un coordonator și/sau un grup de lucru care se ocupă de promovarea alimentației sănătoase?

Da Nu

Au beneficiat Coordonatorul și/sau membrii grupului de lucru de pregătire specifică și primesc informații actualizate privind alimentația sănătoasă ?

Da Nu

Există suficiente resurse financiare (buget) și/sau materiale (infrastructură, etc.) disponibile pentru realizarea de acțiuni de promovare a alimentației sănătoase?

Da Nu

Sunt implicați lucrătorii în realizarea activităților de promovare a alimentației sănătoase?

Da Nu



Alimentația sănătoasă / strategie și implementare

38%  100%

A fost făcută în firma/instituția dumneavoastră o evaluare de nevoi privind necesitatea organizării acțiunilor de promovare a alimentației sănătoase?

Da Nu

Există vreo zonă confortabilă, curată (considerată sigură din punctul de vedere al igienei alimentației) în care să mănânce lucrătorii (angajații) din firma/instituția dumneavoastră?

Da Nu

Oferă firma/instituția dumneavoastră alimente și băuturi sănătoase? (Fără sucuri artificiale, fără fast-food, fără dulciuri sau alcool)

Da Nu

Dacă nu, există alternative de alimente și băuturi sănătoase care sunt oferite și promovate? (Prin prețuri reduse, degustări gratuite, etc.)

Da Nu

Oferă firma fructe gratuite?

Da Nu

Oferă firma apă potabilă gratuită?

Da Nu

Oferă firma/instituția dumneavoastră informații despre nevoia unei alimentații sănătoase la locul de muncă? De exemplu: reviste, rețeaua internă, e-mail, note interne, avizier, ședințe de informare, interviuri, campanii, evenimente, etc.

Da Nu

Sunt susținuți lucrătorii (angajații) în privința adoptării unei alimentații sănătoase? Este oferită consiliere de specialitate din partea unui dietetician?

Da Nu





move europe

Alimentația sănătoasă / rezultate și evaluare

46%  100%

Sunt evaluate acțiunile de promovare a alimentației sănătoase? Prin discuții în cadrul grupului de lucru, prin chestionare distribuite angajaților, etc.

Da Nu



Stilul de viață activ / organizare și structuri

53%  100%

Există în firma/instituția dumneavoastră un plan de acțiune privind promovarea exercițiilor fizice/a unui stil de viață activ?

Da Nu

Există un coordonator și/sau un grup de lucru care se ocupă cu promovarea exercițiilor fizice/stilului de viață activ?

Da Nu

Au beneficiat Coordonatorul și/sau membrii grupului de lucru de pregătire specifică și primesc informații actualizate privind exercițiile fizice/stilul de viață activ?

Da Nu

Există suficiente resurse financiare (buget) și/sau materiale (infrastructură, etc.) disponibile pentru realizarea de activități de promovare a exercițiilor fizice/stilului de viață activ?


Da Nu

Sunt lucrătorii (angajații) implicați în realizarea activităților de promovare a exercițiilor fizice/stilului de viață activ?

Da Nu



Stilul de viață activ / strategie și implementare

61%  100%

A fost făcută în firma/instituția dumneavoastră o evaluare de nevoi privind necesitatea acțiunilor de promovare a exercițiilor fizice/stilului de viață activ?

Da Nu

Sunt organizate în timpul programului ședințe de exerciții fizice? De exemplu: antrenament fizic, pauze pentru exerciții de relaxare în timpul ședințelor sau pentru lucrătorii sedentari (muncă prelungită la calculator), exerciții de încălzire înaintea înc

Da Nu

Organizează firma/instituția dumneavoastră activități fizice înainte/după orele de program? (grupuri de jogging, echipă de fotbal, ping-pong, badminton, etc.)

Da Nu

Este promovat mersul pe jos/folosirea bicicletei pe drumul către/de la serviciu de către firma/instituția dumneavoastră?

Da Nu

Au acces lucrătorii la dotări/infrastructură pentru exerciții fizice la locul de muncă sau în afara acestuia? (de exemplu: reducere la abonamente la un club sportiv)

Da Nu

Pot face duș lucrătorii după ce fac exerciții fizice la locul de muncă?

Da Nu

Oferă firma/instituția dumneavoastră consiliere/examinare/suținere profesionistă lucrătorilor (angajaților) care doresc să facă exerciții fizice?

Da Nu

Oferă firma/instituția informații despre exercițiile fizice/stilul de viață activ? De exemplu: reviste, rețeaua internă, e-mail, note interne, avizier, ședințe de informare, interviuri, campanii, evenimente, etc.

Da Nu





move europe

Stilul de viață activ / rezultate și evaluare


69%  100%

Sunt evaluate activitățile de promovare a exercițiilor fizice/stilului de viață activ? De exemplu: prin discuții în cadrul grupului de lucru, prin chestionare distribuite lucrătorilor, etc.

Da Nu



Stresul / organizare și structuri

76%  100%

Există în firma/instituția dumneavoastră un plan de activități pentru reducerea stresului?

Da Nu

Există un coordonator și/sau un grup de lucru care se ocupă cu prevenirea stresului la locul de muncă?

Da Nu

Au beneficiat Coordonatorul și/sau membrii grupului de lucru de pregătire specifică și primesc informații actualizate privind prevenirea stresului la locul de muncă?

Da Nu

Există suficiente resurse financiare (buget) și/sau materiale (infrastructură, etc.) disponibile pentru realizarea de activități de prevenire a stresului?

Da Nu

Sunt lucrătorii implicați în realizarea activităților de prevenire a stresului la locul de muncă?

Da Nu



Prevenirea stresului / strategie și implementare

84%  100%

A fost efectuată o evaluare a riscului privind stresul la locul de muncă în firma/instituția dumneavoastră?

Da Nu

Sunt lucrătorii (angajații) implicați în identificarea surselor/cauzelor posibile de stres la locul de muncă?

Da Nu

Sunt luate măsuri de ajustare a încărcării cu sarcini (pentru fiecare dintre angajați) ? (termene de predare, viteza de lucru, volumul de lucru, etc.)

Da Nu

Se iau măsuri de evitare a monotoniei activității pentru fiecare dintre membrii personalului? De exemplu: rotația personalului (creșterea frecvenței schimbării sarcinilor), diversificarea activității (inclusiv sarcini mai interesante), extinderea act

Da Nu

Se iau măsuri de creștere a controlului lucrătorilor (angajaților) asupra propriilor lor activități? (Program de lucru flexibil, pauze flexibile)

Da Nu

Oferă firma/instituția dumneavoastră consiliere (în regim confidențial) sau susținere lucrătorilor (angajaților) care suferă de stres?

Da Nu

Oferă firma/instituția dumneavoastră informații despre stres? De exemplu: reviste, rețeaua internă, e-mail, note interne, avizier, ședințe de informare, interviuri, campanii, evenimente, etc.

Da Nu





move europe

Stresul / rezultate și evaluare

92%  100%

Sunt evaluate activitățile/măsurile de prevenire a stresului? De exemplu: prin discuții în cadrul grupului de lucru, prin chestionare distribuite lucrătorilor, etc.

Da Nu





End of Move Europe Company Health Check

Vă mulțumim pentru implicarea dumneavoastră și pentru că ați verificat starea curentă a managementului sănătății la locul de muncă. Aceasta a fost evaluată pe baza criteriilor de calitate a unor măsuri exemplare de promovare a sănătății la locul de muncă elaborate de Rețeaua Europeană de Promovare a Sănătății la Locul de Muncă (ENWHP).

Dacă doriți mai multe informații privind măsurile și conceptul de promovare a sănătății la locul de muncă, stiluri de viață sănătoase: exerciții fizice; alimentație sănătoasă; metode de reducere a stresului; combaterea fumatului; cum să devii un Model de Bună Practică ca și "Companie Partener al Proiectului Move Europe", dacă preferați o consiliere personalizată în elaborarea activităților de promovare a sănătății la locul de muncă, vă rugăm să precizați acest lucru și să trimiteți un e-mail la Fundația Romtens: e-mail: office@romtens.ro (Fundația Romtens)

