

# PODNIK PODPORUJÍCÍ ZDRAVÍ

Ing. Jana Zónová  
Státní zdravotní ústav, Centrum hygieny práce a pracovního lékařství





## PODPORA ZDRAVÍ NA PRACOVÍŠTI

- Pracoviště - místo zdroje možného rizika poškození zdraví
- Klasický přístup v bezpečnosti a ochraně zdraví při práci se zaměřoval na odstranění či minimalizaci těchto rizik.
- V současné, moderní době se však pracoviště stávají jedním z nejdůležitějších prostředí vhodných pro podporu zdraví, což je dáno tím, že pracovní populace, tedy většina dospělých osob, tráví velkou část dne v zaměstnání.
- Projekty podpory zdraví ovlivňují fyzické, duševní, ekonomické, ale i sociální zdraví zaměstnanců, což má vliv nejen na jejich rodiny, komunitu, ale i na celou společnost.
- Zdraví zaměstnanců je ovlivňováno jak pracovními riziky, tak mimopracovními faktory.



# SOUTĚŽ PODNIK PODPORUJÍCÍ ZDRAVÍ

- V České republice je každoročně vyhlašována od roku 2005;
- Po úspěšném splnění podmínek soutěže získá podnik ocenění na úrovni I., II. či III. stupně;
- Titul platný 3 roky.



# SOUTĚŽ PODNIK PODPORUJÍCÍ ZDRAVÍ

Hlavním cílem je ocenit ty podniky, kde se podpora zdraví stala nedílnou součástí každodenního pracovního života, tj. podniky, které nadstandardně a nad rámec zákona pečují o zdraví svých zaměstnanců.

Oceněno **95 podniků**

Provedeno **276 auditů** na  
pracovištích

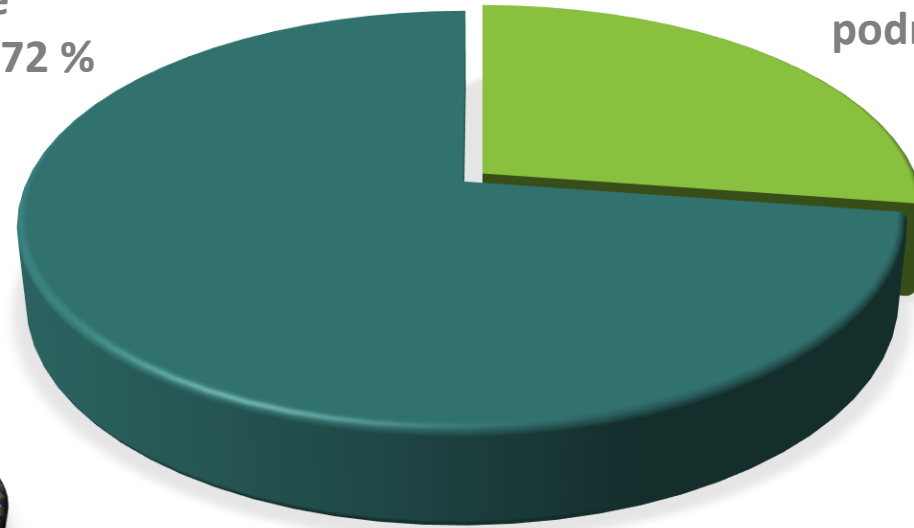
Počet oslovených  
zaměstnanců v  
prvoauditech **139 500 osob**



# PPZ – rozložení dle velikosti

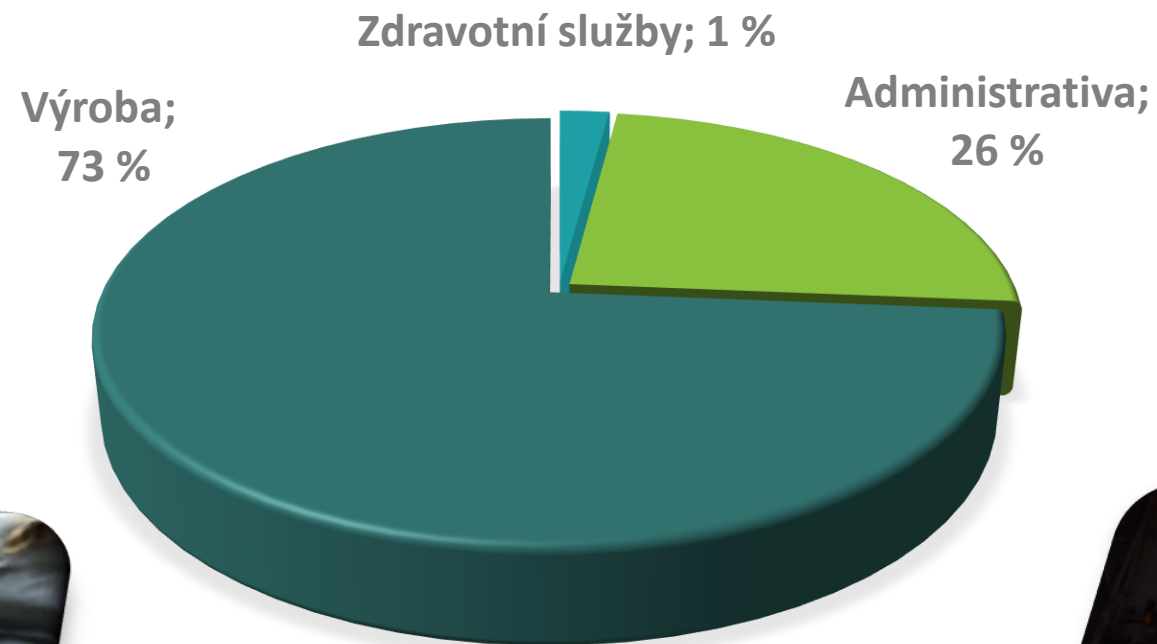
Velké  
podniky; 72 %

Malé a střední  
podniky; 28 %



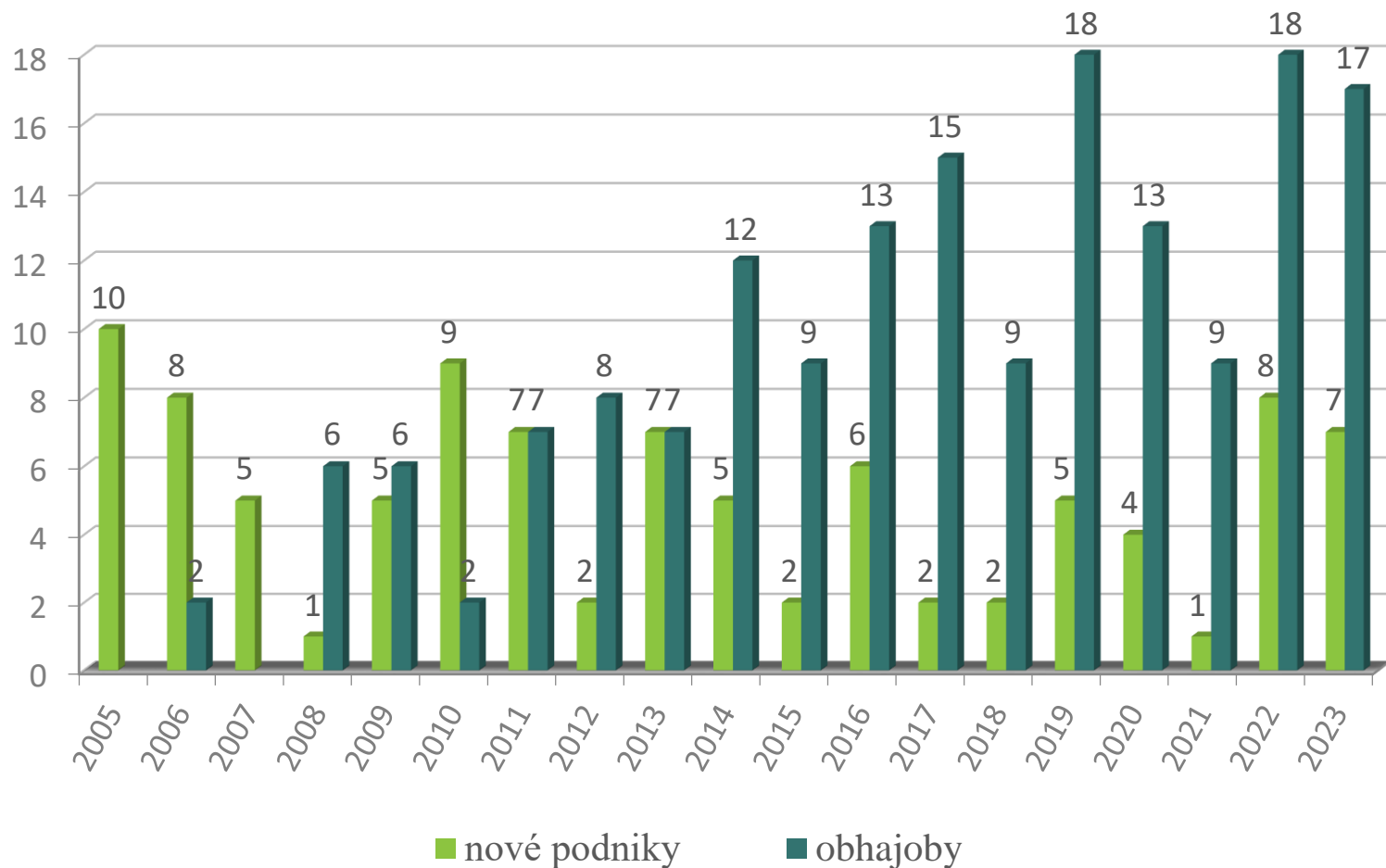


# PPZ – rozložení dle činnosti



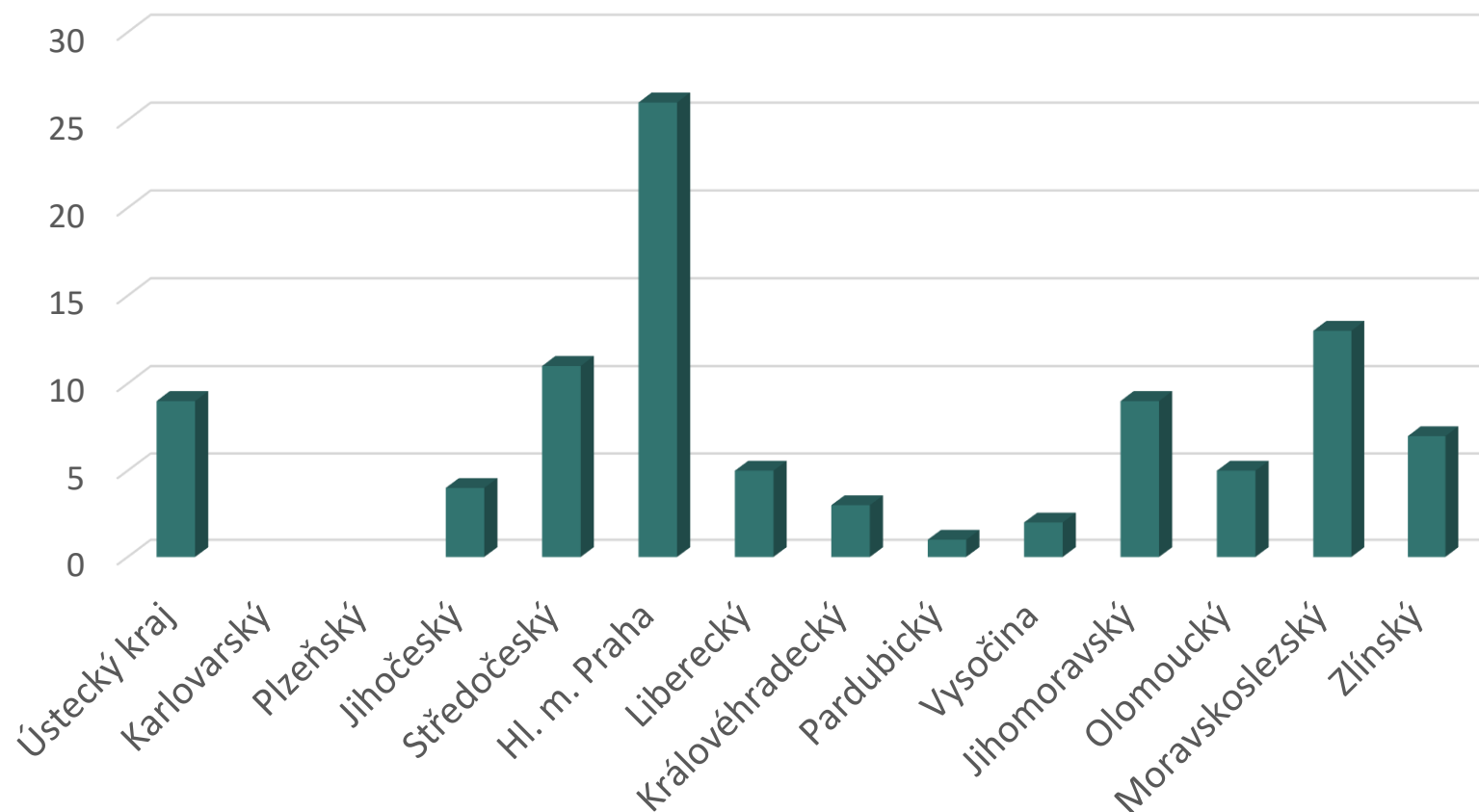


## PPZ – oceněné podniky 2005-2023





## PPZ – rozložení dle krajů

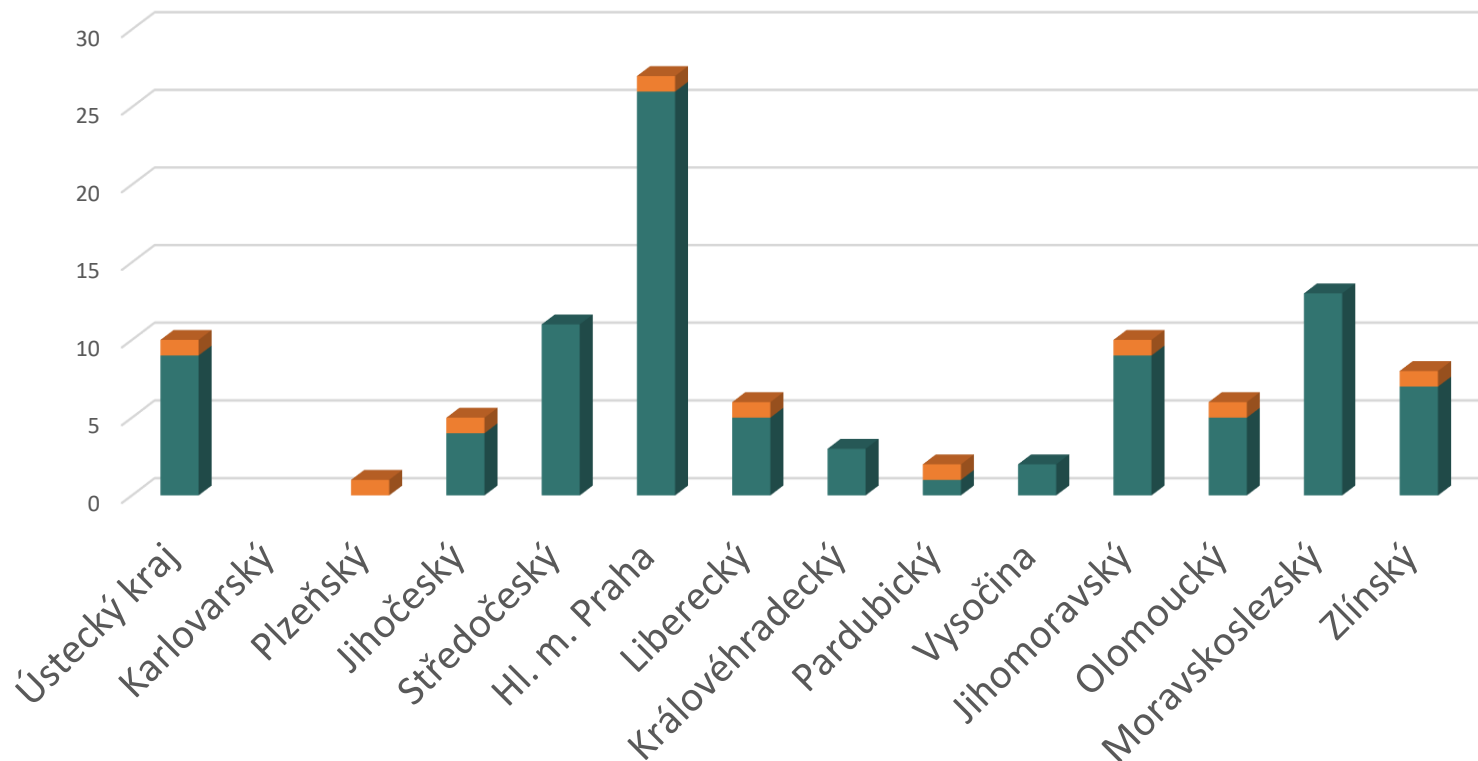






# PPZ – rozložení dle krajů (2024)

ROZLOŽENÍ DLE KRAJŮ





## CO ZÍSKÁTE

- Informace a vedení od erudovaných odborníků;
  - Záruku správných kroků podpory zdraví;
- Zvýšení konkurenceschopnosti, prestiž (navenek, dovnitř);
  - Navázání kontaktů.



Kvalitní programy PZ musí vycházet z analýzy potřeb, zdravotního stavu zaměstnanců a specifík dané pracovní populace.

Celé vedení společnosti musí být projektu nakloněno, vnímat jej jako důležitou součást péče o své zaměstnance a musí jej finančně podpořit.

Program musí mít časový plán, jasně definované cíle a musí být zpětně vyhodnocen.



Zaměření jednotlivých aktivit je především na oblast zdraví a zdravého životního stylu

Pracovní skupina zajišťující podporu zdraví by měla být několikačlenná a složená z různých odborností

Důležitým zaměřením podpory zdraví je také prevence a rehabilitace rizik poškození zdraví vyplývající z náplně práce.



# HLAVNÍ ZAMĚŘENÍ PPZ



Strava



Pohyb



Stres



Kouření



Pracovní rizika



## Strava

65 %

Závodní stravování pro všechny směny

77 %

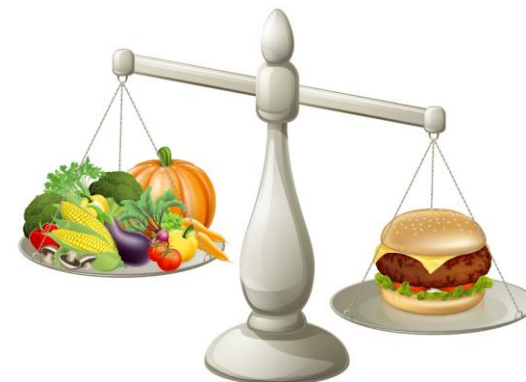
Výběr „fit varianty“ jídla

38 %

Ovoce a zelenina zdarma na pracovišti

96 %

Pitný režim nad rámec zákona





# POHYBOVÁ AKTIVITA

31 %  
Cvičení přímo na  
pracovišti

- Různé typy cvičení – pilates, jóga, zdravá záda,
- Sportovní turnaje – fotbal, badminton, basketbal, volejbal
- Běžecké tréninky a vlastivědné procházky
- Finanční příspěvek





# PROBLEMATIKA KOUŘENÍ



71 % - řeší  
problematiku kouření

46 % - nabízí  
poradenství

12 % - kouření mimo  
areál firmy



## PSYCHOSOCIÁLNÍ RIZIKA

V současné době je stres přítomen na většině pracovišť a jejich negativní dopady na psychické i fyzické zdraví jsou jasně prokázané

92 %

Nárazová či jednodenní školení

46 %

Telefonní linka pomoci

19 %

Osobní psychologická konzultace na pracovišti







## NOVÁ KRITÉRIA - 2025

- V posledních letech se ve světě práce odehrálo množství změn, které měly přímý nebo nepřímý vliv nejen na způsoby práce, pracovní prostředí, pracovní vybavení, ale také na organizaci práce a především na samotnou pracovní sílu - rozvoj digitalizace, kolaborativní robotiky, práci z domova nebo flexibilní formy práce;
- Zaměstnanci tak v současné době čelí novým situacím, novým, mnohdy doposud nepopsaným, rizikům, jsou nuceni přijímat nové chování i návyky, a to vše s nemalými dopady na jejich fyzické i duševní zdraví;
- Kritéria trošičku přísnější než nyní, měly by ale umožnit lépe řídit podporu zdraví a zdravého životního stylu vašich zaměstnanců.



# KULATÉ STOLY

- Tematicky zaměřená setkání, která probíhají formou řízené diskuze;
- Hlavním cílem těchto neformálních setkání je vytvořit prostor pro sdílení i výměnu zkušeností a vzájemnou inspiraci v oblasti péče o zdraví zaměstnanců;
- Zúčastnit se mohou jak PPZ, tak také podniky, které mají o dané téma zájem.



## KULATÉ STOLY

Setkání jsou velmi inspirativní a důležitá, protože oceněné podniky mnohdy skutečně mění životy svých zaměstnanců a nastavují nový standard toho, co znamená být zdravým pracovištěm.

Jejich nápady, poznatky a praxe, které sdílejí, pak pomáhají dalším organizacím vytvářet zdravější, bezpečnější a produktivnější pracoviště.

**Nejbližší termín – 10. 4. 2024 – Vodafone, Praha 5**



## ZÁVĚR

Výsledkem programů podpory zdraví je snižování krátkodobé pracovní neschopnosti, fluktuace, pracovní úrazovosti, zlepšení produktivity podniku a zdravotního stavu zaměstnanců.

Významným benefitem nadstandardní péče o fyzické i duševní zdraví zaměstnanců a dobré vztahy na pracovišti je zvládání nejen běžných, ale i krizových situací.

# Podnik podporující zdraví

Přidejte se k ostatním oceněným podnikům!

[soutěž](#)



PODNIK  
PODPORUJÍCÍ ZDRAVÍ

# Děkuji za pozornost

Ing. Jana Zónová

[jana.zonova@szu.cz](mailto:jana.zonova@szu.cz)

## Zdroje

V. LIPŠOVÁ a kol. Kritéria kvality podpory zdraví na pracovišti. Praha. Státní zdravotní ústav. 2016. ISBN 987-80-7071-370-9

[www.podnikpodporujicizdravi.cz](http://www.podnikpodporujicizdravi.cz)

## Obrázky

[www.123RF.CZ](http://www.123RF.CZ)

<https://pixabay.com>