



Szanowni Państwo,

Instytut Medycyny Pracy im. prof. J. Nofera w Łodzi (IMP) realizuje projekt, którego celem jest wspieranie firm i organizacji w zarządzaniu zdrowiem starzejących się pracowników. Zapraszamy do zapoznania się z oferowanym wsparciem, z którego będą mogli Państwo skorzystać w najbliższych latach.

### **BEZPŁATNE KONSULTACJE DLA PRACODAWCÓW**

**Zapraszamy pracodawców oraz kadrę nadzorującą bezpieczeństwo, ochronę zdrowia i *wellbeing* w zakładach pracy do bezpłatnych konsultacji wspierających zarządzanie zdrowiem wobec procesów starzenia się zasobów pracy.**

#### **DLA KOGO?**

Z konsultacji mogą skorzystać wszystkie firmy zlokalizowane w Polsce, niezależnie od wielkości, formy własności i profilu działalności oraz zaawansowania realizowanych działań prozdrowotnych dla pracowników.

Konsultacje odbywają się zdalnie (telefonicznie bądź w formie telekonferencji). W zależności od sytuacji epidemicznej możliwe jest udzielenie konsultacji także w IMP w Łodzi.

#### **GDZIE?**

Wystarczy wysłać mail na adres [pracanazdrowie@imp.lodz.pl](mailto:pracanazdrowie@imp.lodz.pl) lub wypełnić formularz dostępny na stronie <https://pracanazdrowie.pl>. W treści wiadomości lub w formularzu należy podać informację, który temat z oferty konsultacji będzie głównym tematem rozmowy. W ciągu 3 dni roboczych od wysłania wiadomości ekspert IMP podejmie kontakt w celu ustalenia konkretnego terminu konsultacji lub bezpośrednio odpowie na zadane pytania. Informacji organizacyjnych dotyczących konsultacji udzielamy też telefonicznie: 426314538.

#### **TEMATY UDZIELANYCH KONSULTACJI:**

- jak poprzez wpływ na styl życia pracowników podnieść produktywność i ograniczyć absencję wynikającą z chorób, dolegliwości i procesów starzenia się, m.in. jak zmniejszyć zdrowotne skutki pracy siedzącej, zwiększyć rekreacyjną aktywność fizyczną, wspierać zdrowe odżywianie się pracowników, rozwiązywać problemy dotyczące palenia tytoniu, konsumpcji alkoholu i innych substancji psychoaktywnych, pomóc w redukcji stresu, komunikować się w sprawach zdrowia
- jak prowadzić diagnozę potrzeb zdrowotnych personelu, m.in. jak przygotować odpowiednią ankietę dla różnych grup wiekowych, co ustalić bez użycia ankiet

wykorzystując „miękkie” metody, o co warto pytać pracowników i o co pytać nie należy, jak rozmawiać na tematy drażliwe – np. stan zdrowia, jak interpretować i przedstawiać zebrane wyniki

- jak podnieść skuteczność benefitów prozdrowotnych i działań w sferze wellbeing, m.in. jak monitorować i oceniać firmowe inwestycje w zdrowie, dostosować ofertę do stanu zdrowia różnych wiekowo pracowników, włączyć personel w działania prozdrowotne i wspierać aktywność, ograniczyć nieracjonalne wydatki na zdrowie
- jak zaplanować, wdrożyć i rozwijać strategię promocji zdrowia personelu, m.in. jak dobrać zespół współpracowników, wyznaczyć i komunikować prozdrowotne cele firmy, ustalić problemy do rozwiązania w pierwszej kolejności, wybrać metody wspierania zachowań prozdrowotnych, budować kulturę organizacyjną sprzyjającą zdrowiu, omijać potencjalne przeszkody w promocji zdrowia, wykorzystać promocję zdrowia w budowaniu wizerunku firmy
- jak ocenić fizyczne obciążenie pracą na różnych stanowiskach oraz związane z nim ryzyko zawodowe i wykorzystać wyniki tej oceny dla poprawy warunków pracy i wzmacniania zdrowia pracowników, m.in. jak dobrać adekwatne do potrzeb zakładu/stanowiska pracy metody oceny fizycznego obciążenia pracą, odnieść uzyskane wyniki do obowiązującego stanu prawnego oraz jakie zaproponować stosowne mechanizmy naprawcze w celu ochrony zdrowia pracowników w różnym wieku jak dokonać oceny ergonomicznej stanowisk pracy, urządzeń i narzędzi pracy, organizacji i sposobów jej wykonywania oraz zaplanować i wdrożyć działania naprawcze, m.in. jak dobrać je do konkretnych stanowisk pracy, w tym pracy przy komputerze, w transporcie ręcznym, pracach powtarzalnych i wykonywanych w wymuszonym rytmie, metody oceny ergonomicznej oraz jak odnieść uzyskane wyniki do aktualnych zaleceń ergonomii i zaproponować stosowne rozwiązania naprawcze dla pracowników w różnym wieku
- jak zapobiegać negatywnym skutkom zdrowotnym pracy zmianowej oraz realizować działania edukacyjne i profilaktyczne w tym zakresie
- jak ocenić ryzyko zawodowe w odniesieniu do czynników chemicznych w środowisku pracy oraz przygotować zalecenia dla pracowników ekspozowanych na te czynniki, m.in. jakie są obowiązki pracodawcy w tym obszarze, zwłaszcza przy narażeniu na czynniki rakotwórcze i mutagenne, oraz jakie są zalecenia dotyczące ograniczenia narażenia
- jak ocenić ryzyko zawodowe w odniesieniu do szkodliwych czynników biologicznych oraz przygotować zalecenia profilaktyczne dla pracowników ekspozowanych na takie czynniki, m.in. jak zidentyfikować szkodliwe czynniki biologiczne w środowisku pracy, jakie są obowiązki pracodawcy w tym obszarze oraz zalecenia dotyczące ograniczenia narażenia
- jak dostosować warunki pracy do aktualnych zaleceń sanitarnych dla zapewnienia bezpieczeństwa i higieny w związku z pandemią Covid-19

- jak ocenić celowość wykonywania u pracowników badań genetycznych dotyczących wrażliwości na czynniki szkodliwe występujące w środowisku pracy, z uwzględnieniem prawnych i etycznych ograniczeń takich badań
- jak ocenić psychospołeczne warunki pracy i ich wpływ na zdrowie, samopoczucie, zadowolenie i efektywność pracy oraz jak realizować działania edukacyjne i interwencyjne adresowane do różnych grup zawodowych, m.in. jak minimalizować stres zawodowy, jego skutki dla zdrowia i funkcjonowania, jak radzić sobie z sytuacjami trudnymi w miejscu pracy
- jak przeciwdziałać wczesnemu wykluczeniu z rynku pracy poprzez poradnictwo i wczesne interwencje w przypadku związanych z wiekiem problemów zdrowotnych stanowiących przeciwwskazanie do kontynuowania pracy na dotychczasowym stanowisku lub w wyuczonym zawodzie

\*projekt realizowany w ramach zadania Celu Operacyjnego 5 Narodowego Programu Zdrowia na lata 2021-2025, finansowanego przez Ministra Zdrowia, Wyzwania demograficzne.

Instytut Medycyny Pracy im. prof. J. Nofera w Łodzi  
ul. świętej Teresy od Dzieciątka Jezus 8  
91-348 Łódź  
tel.: (48) 42 631 45 02  
REGON: [000288538](https://krajowyrejestry.pl/REGON/000288538) | NIP: 724-000-31-25  
[www.pracanzdrowie.pl](http://www.pracanzdrowie.pl)



Zadanie realizowane ze środków Narodowego Programu Zdrowia  
na lata 2021-2025, finansowane przez Ministra Zdrowia



### **Klauzula informacyjna - RODO**

Szanowni Państwo, zgodnie z art. 14 ust. 1 i 2 RODO, informujemy, że:

1. Administratorem Pani/Pana Danych Osobowych jest Instytut Medycyny Pracy im. prof. dra med. Jerzego Nofera w Łodzi, adres: ul. Św. Teresy od Dzieciątka Jezus 8, 91-348 Łódź, tel. 42 63-14- 502, [impx@imp.lodz.pl](mailto:impx@imp.lodz.pl);
2. Administrator wyznaczył Inspektora Ochrony Danych, z którym mogą się Państwo kontaktować w sprawach przetwarzania Państwa danych osobowych za pośrednictwem poczty elektronicznej: [iod@imp.lodz.p](mailto:iod@imp.lodz.p) lub tel. 42 63-14-670;

3. Administrator uzyskał Pani/Pana dane z zakupionej bazy danych „DUN&BRADSTREET Poland Sp. z o.o.”. Zgodnie z oświadczeniem firmy „DUN&BRADSTREET Poland Sp. z o.o.”, dane zostały zebrane w sposób legalny na podstawie ogólnodostępnych informacji bądź za zgodą osób, których dane dotyczą. Ponadto dane te zostały uzupełnione o ogólnodostępne, publiczne dane zamieszczone na oficjalnych stronach internetowych firm i podmiotów, w serwisach internetowych, czy w innych dokumentach udostępnianych w formie elektronicznej. Zakres danych osobowych, które możemy przetwarzać obejmuje: nazwę firmy, imię i nazwisko, zajmowane w firmie stanowisko, adres firmy, dane teleadresowe.
4. Pani/Pana dane osobowe przetwarzane będą na podstawie (art. 6 ust. 1 lit. a, f RODO): udzielonej zgody, w celu aktywności naukowej i wdrożeniowej związanych są z promocją zdrowia w miejscu pracy, oraz na podstawie prawnie uzasadnionych interesów Administratora (np. upowszechnianiem informacji o działaniach realizowanych przez IMP, przesyłaniem zaproszeń do udziału w przedsięwzięciach inicjowanych przez IMP., zapewnienia bezpieczeństwa usług świadczonych drogą elektroniczną, przechowywanie danych do celów archiwalnych oraz zapewnienie rozliczalności czyli wykazania spełnienia przez nas obowiązków wynikających z przepisów prawa).
5. Pani/Pana dane osobowe będą udostępniane jedynie osobom upoważnionym przez Administratora oraz innym podmiotom na podstawie przepisów prawa.
6. Pani/Pana dane osobowe przetwarzane będą przez okres aktywności naukowej, a następnie dla celów rozliczeniowych i kontrolnych – zgodnie z obowiązującymi przepisami prawa w tym zakresie oraz zgodnie z przepisami o archiwizacji.
7. Posiada Pani/Pan prawo dostępu do treści swoich danych, ich sprostowania, usunięcia lub ograniczenia przetwarzania (np. jeżeli są nieprawdziwe lub nieaktualne), a także prawo do wniesienia sprzeciwu wobec przetwarzania (gdy ich przetwarzanie odbywa się na podstawie prawnie uzasadnionego interesu Administratora lub do celów statystycznych a sprzeciw jest uzasadniony szczególną sytuacją w której się Pani/Pan znalazł) oraz prawo do przenoszenia danych i uzyskania kopii danych.
8. Posiada Pani/Pan prawo do cofnięcia zgody na przetwarzanie danych osobowych w dowolnym momencie bez wpływu na zgodność z prawem przetwarzania, którego dokonano na podstawie zgody przed jej cofnięciem.
9. W sytuacji niezadowolenia przysługuje Pani/Panu prawo wniesienia skargi do organu nadzorczego, tj. Urząd Ochrony Danych Osobowych.
10. Podanie przez Panią/Pana danych osobowych jest dobrowolne. Konsekwencją niepodania danych osobowych będzie brak możliwości informowania o działaniach związanych z promocją zdrowia w miejscu pracy.
11. Pani/Pana dane osobowe nie będą przetwarzane w sposób zautomatyzowany – nie będą podlegały profilowaniu.
12. Pani/Pana dane osobowe nie będą przekazywane do państw trzecich i organizacji międzynarodowych.

#### **KLAUZULA POUFNOŚCI (CONFIDENTIAL CLAUSE)**

Ta wiadomość pocztowa i wszelkie załączone do niej pliki są poufne i podlegają ochronie prawnej. Jeśli nie jesteś jej prawidłowym adresatem, jakiegokolwiek jej ujawnienie, reprodukcja, dystrybucja lub inne rozpowszechnienie, są ściśle zabronione. Jeśli otrzymał Pan/i niniejszy przekaz wskutek błędu, proszę o niezwłocznie powiadomienie nadawcy i usunięcie otrzymanych informacji.

This message is confidential and may also be legally privileged. If you are not the intended recipient, please notify the sender by return email and then delete this message from your system. You should not copy or forward this message or disclose its contents to any person.