



**Jak wziąć udział w kampanii i uzyskać status partnera
kampanii „Stres w pracy? Nie, dziękuję!”
na poziomie krajowym**

Informacje na temat polskiej edycji kampanii „Stres w pracy? Nie, dziękuję!”

Kampanii patronują:

- Minister Pracy i Polityki Społecznej
- NSZZ „Solidarność”
- Pracodawcy RP
- Szkoła Wyższa Psychologii Społecznej

Kampanię wspiera Grupa Doradcza:

- Państwowa Inspekcja Pracy
- Ogólnopolskie Porozumienie Związków Zawodowych
- Komisja Krajowa NSZZ „Solidarność”
- Forum Związków Zawodowych
- Polska Konfederacja Pracodawców Prywatnych „Lewiatan”
- Business Centre Club
- Pracodawcy RP
- Szkoła Wyższa Psychologii Społecznej

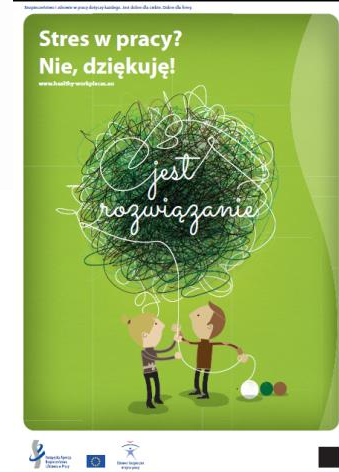
Grupy docelowe kampanii „Stres w pracy? Nie, dziękuję!”

Pracodawcy:

- wykształcenie przekonania, że zarządzanie stresem jest ważne z punktu widzenia wymagań prawnych, sukcesu firmy oraz motywacji i zdrowia personelu, i że wymaga wdrożenia odpowiednich środków na poziomie organizacji.

Pracownicy:

- przekonanie pracowników o tym, że stres związany z pracą to kwestia organizacyjna dotycząca procesu pracy, a występowanie zjawiska stresu zawodowego należy zgłaszać pracodawcy.



Do udziału w kampanii są zachęceni:

- pracodawcy z sektora publicznego i prywatnego
- (bez względu na wielkość przedsiębiorstwa)
- menedżerowie, kadra kierownicza i pracownicy
- specjaliści BHP
- przedstawiciele związków zawodowych
- stowarzyszenia pracodawców
- ośrodki edukacyjno-szkoleniowe
- instytucje i organizacje ubezpieczeniowe i prewencyjne.

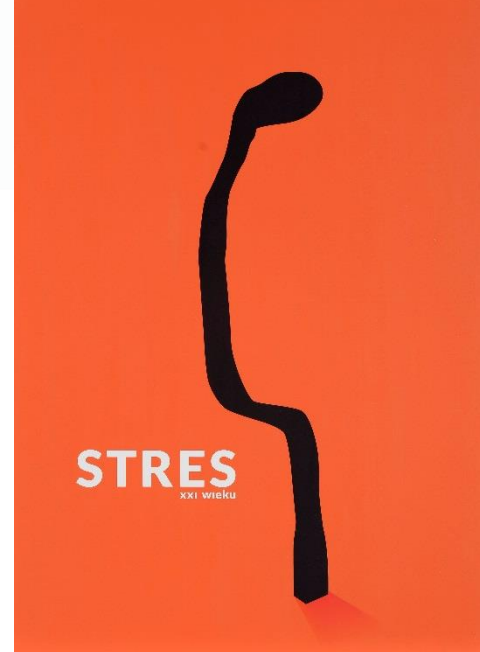


Materiały informacyjne i promocyjne kampanii „Stres w pracy? Nie, dziękuję!”

▪ **Materiały informacyjne:**

- plakat
- ulotka
- ulotka Konkursu Dobrych Praktyk
- przewodnik po kampanii
- przewodnik po narzędziach wspomagających zarządzanie zagrożeniami psychospołecznymi (online)

▪ **Materiały promocyjne: długopisy, notesy, torby – wzmacniające wizualizację kampanii /dostępne w maju/**



Materiały informacyjne i promocyjne kampanii „Stres w pracy? Nie, dziękuję!”

Zamówienie na materiały informacyjne:

- do pobrania ze strony stres.ciop.pl
- wysyłka pocztowa lub odbiór osobisty na ul. Czerniakowskiej 16



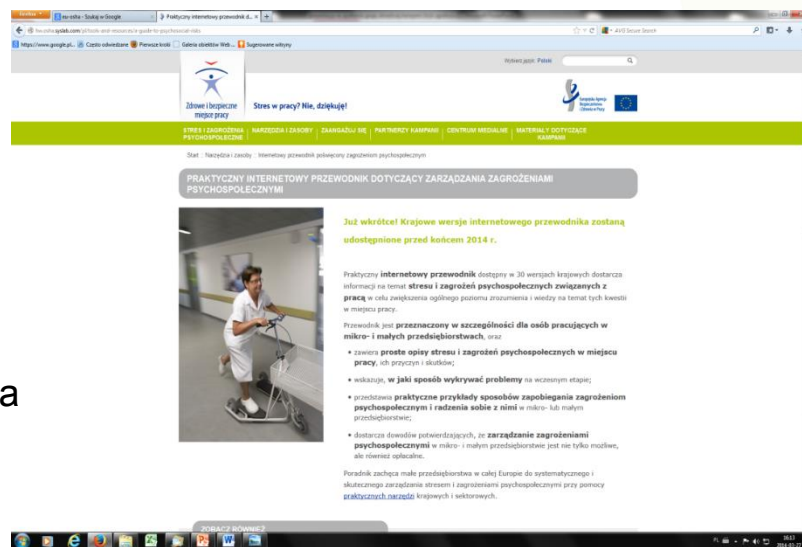
Narzędzia wspomagające zarządzanie stresem i innymi zagrożeniami psychospołecznymi, dostępne w Internecie, promowane w ramach kampanii (1)

Internetowy przewodnik EU-OSHA

dotyczący zarządzania zagrożeniami psychospołecznymi (dostępny w drugiej połowie 2014 r.)

Przewodnik jest przeznaczony w szczególności dla osób pracujących w mikro- i małych przedsiębiorstwach:

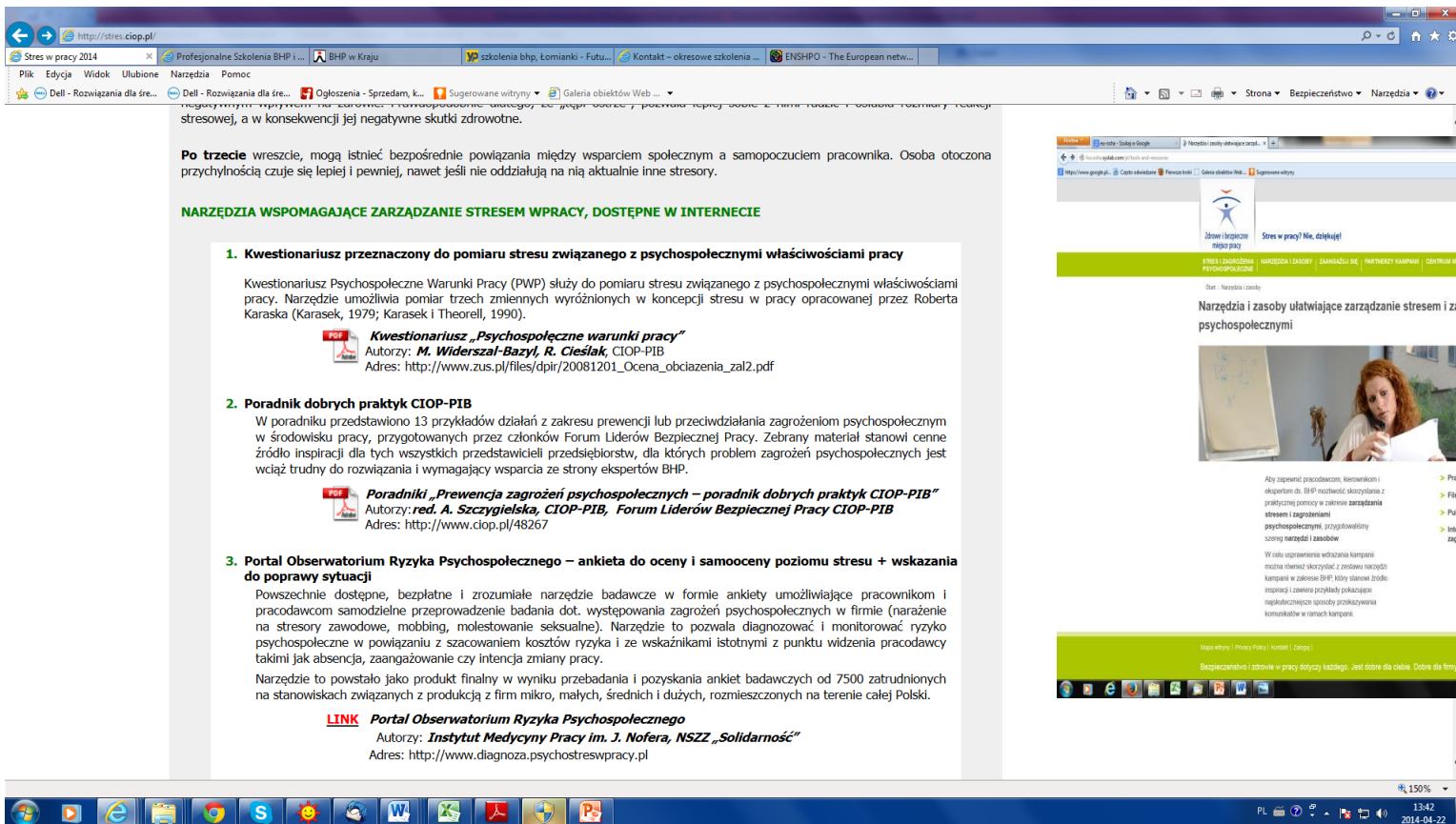
- zawiera przystępne opisy stresu i zagrożeń psychospołecznych w miejscu pracy, ich przyczyn i skutków
- wskazuje, w jaki sposób wykrywać problemy na wczesnym etapie
- przedstawia praktyczne przykłady sposobów zapobiegania zagrożeniom psychospołecznym i radzenia sobie z nimi
- dostarcza informacji potwierdzających, że zarządzanie zagrożeniami psychospołecznymi w mikro- i małym przedsiębiorstwie jest nie tylko możliwe, ale również opłacalne.



<https://www.healthy-workplaces.eu>

Narzędzia wspomagające zarządzanie stresem i innymi zagrożeniami psychospołecznymi, dostępne w Internecie, promowane w ramach kampanii (2)

Narzędzia dostępne na poziomie krajowym – informacje o nich i linki na stronie kampanii (stres.ciop.pl):




stresowej, a w konsekwencji jej negatywne skutki zdrowotne.

Po trzecie wreszcie, mogą istnieć bezpośrednie powiązania między wsparciem społecznym a samopoczuciem pracownika. Osoba otoczona przychylnością czuje się lepiej i pewniej, nawet jeśli nie oddziałują na nią aktualnie inne stresory.


NARZĘDZIA WSPOMAGAJĄCE ZARZĄDZANIE STRESEM W PRACY, DOSTĘPNE W INTERNECIE

- 1. Kwestionariusz przeznaczony do pomiaru stresu związanego z psychospołecznymi właściwościami pracy**

Kwestionariusz Psychospołeczne Warunki Pracy (PWP) służy do pomiaru stresu związanego z psychospołecznymi właściwościami pracy. Narzędzie umożliwia pomiar trzech zmiennych wyróżnionych w koncepcji stresu w pracy opracowanej przez Roberta Karaska (Karasek, 1979; Karasek i Theorell, 1990).

 **Kwestionariusz „Psychospołeczne warunki pracy”**
Autorzy: **M. Widerszal-Bazył, R. Cieślak, CIOP-PIB**
Adres: http://www.zus.pl/files/dpir/20081201_Ocena_obciazenia_zal2.pdf
- 2. Poradnik dobrych praktyk CIOP-PIB**

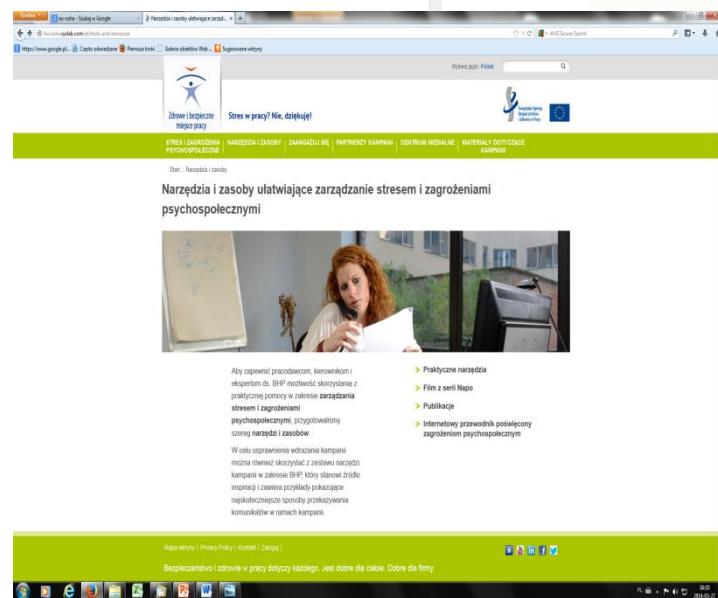
W poradniku przedstawiono 13 przykładów działań z zakresu prewencji lub przeciwdziałania zagrożeniom psychospołecznym w środowisku pracy, przygotowanych przez członków Forum Liderów Bezpiecznej Pracy. Zebrany materiał stanowi cenne źródło inspiracji dla tych wszystkich przedstawicieli przedsiębiorstw, dla których problem zagrożeń psychospołecznych jest wciąż trudny do rozwiązania i wymagający wsparcia ze strony ekspertów BHP.

 **Poradnik „Prewencja zagrożeń psychospołecznych – poradnik dobrych praktyk CIOP-PIB”**
Autorzy: **red. A. Szczygielska, CIOP-PIB, Forum Liderów Bezpiecznej Pracy CIOP-PIB**
Adres: <http://www.ciop.pl/48267>
- 3. Portal Obserwatorium Ryzyka Psychospołecznego – ankieta do oceny i samooceny poziomu stresu + wskazania do poprawy sytuacji**

Powszechnie dostępne, bezpłatne i zrozumiałe narzędzie badawcze w formie ankiety umożliwiające pracownikom i pracodawcom samodzielnie przeprowadzenie badania dot. występowania zagrożeń psychospołecznych w firmie (narażenie na stresory zawodowe, mobbing, molestowanie seksualne). Narzędzie to pozwala diagnozować i monitorować ryzyko psychospołeczne w powiązaniu z szacowaniem kosztów ryzyka i ze wskaźnikami istotnymi z punktu widzenia pracodawcy takimi jak absencja, zaangażowanie czy intencja zmiany pracy.

Narzędzie to powstało jako produkt finałny w wyniku przebadania i pozyskania ankiet badawczych od 7500 zatrudnionych na stanowiskach związanych z produkcją z firm mikro, małych, średnich i dużych, rozmieszczonych na terenie całej Polski.

LINK **Portal Obserwatorium Ryzyka Psychospołecznego**
Autorzy: **Instytut Medycyny Pracy im. J. Nofera, NSZZ „Solidarność”**
Adres: <http://www.diagnoza.psychostreswpracy.pl>



Stres w pracy? Nie, dzięki!

Narzędzia i zasoby ułatwiające zarządzanie stresem i zagrożeniami psychospołecznymi

Aby zapewnić pracodawcom, kierownikom i ekspertom ds. BHP możliwość skorzystania z praktycznej pomocy w zakresie zarządzania stresem i zagrożeniami psychospołecznymi, przygotowaliśmy szereg narzędzi i zasobów.

W celu uproszczenia wdrażania kampanii można również skorzystać z zestawu narzędzi kampanii w zakresie BHP. Każdy stanowi źródło inspiracji i zawiera przykłady praktycznej, niekolejzącej sposoby przekazywania komunikatów w ramach kampanii.

- Praktyczne narzędzia
- Film z serii Napo
- Publikacje
- Internetowy przewodnik poświadczenia zagrożeniami psychospołecznymi

Jak wziąć udział w kampanii i uzyskać status partnera kampanii na poziomie krajowym?

Firmy mogą wziąć w kampanii udział na wiele sposobów:

- publikując i upowszechniając materiały kampanii (można je zamówić lub pobrać ze strony internetowej kampanii stres.ciop.pl)
- biorąc udział w seminariach, konferencjach i warsztatach organizowanych w ramach kampanii
- organizując własne przedsięwzięcia takie jak np. konferencje, seminaria czy warsztaty dla pracowników, w zależności od możliwości i inwencji firmy
- zwracając szczególną uwagę na kwestie psychospołeczne w procesie oceny ryzyka zawodowego
- stosując i promując narzędzia do zarządzania stresem i zagrożeniami psychospołecznymi związanymi z pracą (ich lista i informacje o nich są dostępne na stronie stres.ciop.pl)
- biorąc udział w Europejskim Konkursie Dobrych Praktyk.

Jak wziąć udział w kampanii i uzyskać status partnera kampanii na poziomie krajowym?

Krajowy Punkt Centralny
Europejskiej Agencji Bezpieczeństwa i Zdrowia w Pracy

Zgłoszenie partnerstwa w polskiej edycji europejskiej kampanii 2014-2015 „Stres w pracy? Nie, dziękuję!”

Firma/instytucja (nazwa i adres):
.....
.....
.....

Osoba zgłaszająca:
.....

W ramach kampanii zrealizowaliśmy/choemy zrealizować:

- Upowszechnienie materiałów kampanii i informacji o kampanii
- Organizacja własnych przedsięwzięć (warsztatów, seminariów, dyskusji, wystaw i innych spotkań)
- Udział w imprezach kampanii organizowanych przez inne jednostki
- Promowanie kampanii na stronach internetowych, w biuletynach firmowych itp.
- Inne (proszę wymienić jakie):
.....

Mile widziane są informacje zwrotne na temat podejmowanych działań, dzięki którym większa będzie możliwość oceny realizacji kampanii w Polsce, a także dokumentacja fotograficzna, jeśli to możliwe. Prosimy o przesłanie informacji na adres focalpoint.pl@ciop.pl.

Zgłoszenie partnerstwa jest związane z dobrowolnymi działaniami podejmowanymi przez firmy/organizacje na rzecz kampanii. Współpraca pomiędzy partnerami kampanii a Krajowym Punktem Centralnym EU-OSHA nie wiąże się z żadnymi zobowiązaniami prawnymi. Krajowy Punkt Centralny nie odpowiada za wykorzystanie materiałów kampanii przez partnerów.

Prosimy o przesłanie wypełnionego formularza pocztą elektroniczną na adres focalpoint.pl@ciop.pl lub faksem pod numer: +48 22 623 36 98

stres.ciop.pl
zakładka „Partnerzy kampanii”

Jak wziąć udział w kampanii i uzyskać status partnera kampanii na poziomie krajowym?

■ Co zyskują partnerzy kampanii?

- ✓ Pierwszeństwo w dostępie do warsztatów i szkoleń organizowanych w ramach kampanii
- ✓ Udział przedstawicieli Krajowego Punktu Centralnego EU-OSHA w spotkaniach organizowanych przez partnerów
- ✓ Promocję firmy/organizacji na stronie internetowej kampanii i CIOP-PIB oraz w mediach społecznościowych
- ✓ Plakaty i wybrane wydawnictwa CIOP-PIB (bezpłatnie)
- ✓ Możliwość umieszczenia logotypów EU-OSHA, CIOP-PIB i kampanii w swoich materiałach
- ✓ Dyplom partnera kampanii lub podziękowanie przesłane do kierownictwa firmy.



Kalendarium polskiej edycji kampanii w 2014 r. (1)

Kwiecień

- ✓ Otwarcie kampanii, konferencja prasowa (7 kwietnia, Warszawa)
- ✓ Konferencja „Stres w pracy? Nie, dziękuję!” (10 kwietnia, Poznań)
- Seminarium „Stres w pracy” dla firm i osób indywidualnych zainteresowanych udziałem w kampanii (23 kwietnia, Warszawa)
- Ogłoszenie Konkursu Dobrych Praktyk

Maj

- Seminarium „Stres i inne zagrożenia zawodowe w pracy nauczyciela”, (22 maja, Goraj, we współpracy z Ogólnopolskim Stowarzyszeniem Pracowników Służb BHP, Oddział Piła)

Czerwiec

- Konferencja „Stres w pracy” (3 czerwca, Częstochowa, we współpracy z Politechniką Częstochowską)
- Seminarium „Stres i inne zagrożenia zawodowe w pracy nauczyciela” (12 czerwca, Czchów, we współpracy z Siecią Ekspertów ds. BHP)

Kalendarium polskiej edycji kampanii w 2014 r. (2)

Wrzesień

- Seminarium nt. stresu w sektorze transportu (Muzeum Drogownictwa, Szczecin, we współpracy z Siecią Ekspertów ds. BHP)
- Konferencja nt. stresu zawodowego (19 września, Starogard Gdański, we współpracy z POLPHARMA SA)

Październik

- Rozstrzygnięcie Konkursu Dobrych Praktyk
- Konferencja „Stres w pracy” (Wrocław, we współpracy z Państwową Inspekcją Pracy)
- Pokaz filmu nagrodzonego w konkursie EU-OSHA na film poruszający temat warunków pracy (Wrocław)



Zapraszamy do udziału w kampanii!

Dane do kontaktu:

Krajowy Punkt Centralny EU-OSHA
CIOP-PIB
Czerniakowska 16, 00-701 Warszawa
Tel. 22/ 623 36 77
E-mail: focalpoint.pl@ciop.pl

Strona polskiej edycji kampanii:
stres.ciop.pl
/w nowym portalu CIOP-PIB/



[Facebook](#)