



REPUBLIKA SLOVENIJA
MINISTRSTVO ZA DELO, DRUŽINO,
SOCIALNE ZADEVE IN ENAKE MOŽNOSTI



60 let
izobraževanja
delovnih terapevtov
Slovenije

Univerza v Ljubljani
Zdravstvena fakulteta



ZBORNICA DELOVNIH
TERAPEVTOV SLOVENIJE
STROKOVNO ZDRUŽENJE



ZBORNICA ZDRAVSTVENE IN BABIŠKE
NEGE SLOVENIJE - ZVEZA STROKOVNIH
DRUŠTEV MEDICINSKIH SESTER, BABIC
IN ZDRAVSTVENIH TEHNIKOV SLOVENIJE

vabimo na znanstveno konferenco

Obvladujmo spremljevalce sodobnega časa: sedenje, staranje in kronična bolečina na delovnem mestu

31. januarja 2024

Kongresni center Brdo pri Kranju, dvorana Grandis

POVEZUJE: dr. Sonja Robnik

7.30–8.30

REGISTRACIJA IN JUTRANJA KAVA

8.30–9.00

UVODNI NAGOVORI

Luka Mesec, minister za delo, družino, socialne zadeve in enake možnosti

Dr. Valentina Prevolnik Rupel, ministrica za zdravje

Doc. dr. Martina Oder, dekanja Zdravstvene fakultete

Doc. dr. Katarina Galof, predsednica Zbornice delovnih terapevtov Slovenije

Monika Ažman, predsednica Zbornice zdravstvene in babiške nege Slovenije – Zveze strokovnih društev medicinskih sester, babic in zdravstvenih tehnikov Slovenije

HOMO SEDENTARE (SEDEČI ČLOVEK) V DELOVNEM OKOLJU

Veliko poklicev (npr. v pisarnah, laboratorijih, klicnih centrih, v prevozništvu, šiviljski industriji) zahteva dolgotrajno sedenje. V Evropski uniji sedeče delo opravljata približno dva od petih zaposlenih. Ženske, kažejo podatki Eurofounda, o sedečem delu poročajo pogosteje. Prekomerno sedenje prinaša številne posledice, npr. srčno-žilna obolenja, diabetes II. tipa, kostno-mišična obolenja, povišanje telesne teže, otekanje nog, migrenske glavobole. Katere so strategije za zmanjševanje časa sedenja in mišičnega neudobja, kako oblikovati sedeče delovno mesto, kako izvesti aktivni odmor, kako si lahko pomagamo takrat, ko se sedenju ne moremo izogniti, je le nekaj vidikov sedečega dela, ki jih naslavljamo v tem sklopu.

9.00–10.40

SEDENTARNOST IN SKRB ZA ZDRAVJE

Mag. Alenka Plemelj Mohorič in dr. Katarina Kacjan Žgajnar
Zdravstvena fakulteta

BLAŽENJE POSLEDIC SEDEČEGA DELA – AKTIVNI ODMOR

Nina Hiti, Sara Mohorič
Zdravstvena fakulteta

KAKO SEDETI, KO JE TREBA SEDETI?

Dr. Maja Petrič
Zdravstvena fakulteta

10.40–11.00

ODMOR

STARANJE NA DELOVNEM MESTU: NAJ BO VARNO IN ZDRAVJU PRIJAZNO

Varnost in zdravje pri delu mora biti pomembna organizacijska in osebna vrednota od prvega vstopa na trg dela dalje, saj se posledice dela v ne-trajnostnih delovnih razmerah kopičijo in negativno vplivajo na našo varnost in zdravje ter kakovost življenja. Delež starejših delavk in delavcev se povečuje, nacionalna raziskava o zdravju in zdravstvenem varstvu pa kaže, da se s starostjo viša delež tistih, ki čutijo hude ali zelo hude telesne bolečine, imajo dolgotrajno bolezen ali zdravstveno težavo in slabše ocenjujejo svoje zdravstveno stanje. Panel prinaša odgovore na vprašanja, kako lahko delovno okolje prispeva k varovanju našega zdravja, kaj motivira ljudi, da nadaljujejo z delom po izpolnitvi pogojev za upokožitev, kako stereotipi o starejših lahko znižujejo psihološko varnost njihovega delovnega okolja, pa tudi, kako na delovnih mestih v Sloveniji sploh zaznavamo psihološko varnost.

11.00-12.40	MOTIVI ZA PODALJŠEVANJE DELOVNE AKTIVNOSTI Dr. Urša Bratun <i>Zdravstvena fakulteta</i>
	ZMOTEN DEJSTVA O STAREJŠIH DELAVCIH IN DELAVKAH: POMEN ZA NJIHOVO PSIHOLŠKO VARNO DELOVNO OKOLJE Prof. dr. Tina Kavčič <i>Zdravstvena fakulteta</i>
	KAKO SLOVENSKE ZAPOSLENE ZAZNAVAJO PSIHOLŠKO VARNO SVOJEGA DELOVNEGA OKOLJA UGOTOVITVE MANJŠE RAZISKAVE Dr. Katarina Kacjan Žgajnar, mag. Alenka Plemelj Mohorič, prof. dr. Tina Kavčič <i>Zdravstvena fakulteta</i>
	RAZGIBAJMO MIŠICE - AKTIVNI ODMOR Nina Hiti, Sara Mohorič <i>Zdravstvena fakulteta</i>
12.40-13.00	ODMOR

ŽIVETI IN DELATI S KRONIČNO BOLEČINO

Ocene Slovenskega združenja za zdravljenje bolečine kažejo, da kronično bolečino čuti petina odraslega prebivalstva, ženske pogosteje kot moški. Čeprav je ta vrsta bolečine najpogostejša pri starejših, je prisotna tudi v delovno aktivni populaciji. Pri tistih s kronično bolečino, ki se v enem mesecu ne vrnejo na delo, se verjetnost za dolgotrajno nezmožnost za delo poveča, kaže praksa. V zadnjem sklopu bomo iskali odgovore na vprašanja, kako živeti in delati s kronično bolečino, postregli z znanstvenimi dokazi o učinkih telesne vadbe pri ljudeh s kronično bolečino, spregovorili o ovirah za izvajanje redne telesne dejavnosti pri tej populaciji, o dejavnikih, ki jih moramo upoštevati pri ocenjevanju zmožnosti za delo in predstavili konkreten primer procesa zaposlitvene rehabilitacije pri dolgotrajno brezposelnem starejšem delavcu s kronično bolečino.

13.00-14.30	TELESNA DEJAVNOST IN VADBA ZA LJUDI S KRONIČNO BOLEČINO V SPODNJEM DELU HRBTA Izr. prof. dr. Alan Kacin <i>Zdravstvena fakulteta</i>
	MOŽNOSTI POKLICNE REHABILITACIJE PRI BOLNICAH IN BOLNIKIH S KRONIČNO BOLEČINO Tina Rozman <i>Univerzitetni rehabilitacijski inštitut Soča</i>
	ZAPOSLITEV DOLGOTRAJNO BREZPOSELNE STAREJŠE OSEBE S KRONIČNO BOLEČINO V PROCESU ZAPOSLITVENE REHABILITACIJE Ana Miklavčič <i>Invalidsko podjetje Centerkontura</i>
14.30-14.40	ZAKLJUČKI Mag. Katja Rihar Bajuk , generalna direktorica Direktorata za delovna razmerja in pravice iz dela pri MDDSZ
14.40	DELOVNA ZAKUSKA

Kotizacije ni, udeležba na dogodku je brezplačna. Kljub temu pa so **prijave obvezne** – neprijavljenim, žal, ne bomo mogli zagotoviti udeležbe. Prijave sprejemamo **najkasneje do 24. 1. 2024** oziroma do zapolnitve prostih mest po načelu zgodnejših prijav. **Prijavite se lahko na povezavi <https://www.1ka.si/konferencaVZD2024>.**

Po dogodku vas vabimo na manjšo zakusko, kjer bo priložnost, da z nami ter drugimi udeleženkami in udeleženci predebatirate še kakšno vprašanje s področja varnosti in zdravja pri delu.

Veselimo se srečanja z vami - vabljeni!

V skladu s Pravilnikom o stalnem strokovnem izpopolnjevanju in usposabljanju na področju varnosti in zdravja pri delu bo Ministrstvo za delo, družino, socialne zadeve in enake možnosti strokovnim delavkam in delavcem za varnost pri delu priznalo 10 točk.

Usposabljanje je vpisano v evidenco strokovnih izpopolnjevanj pri Zbornici zdravstvene in babiške nege Slovenije – Zvezi strokovnih društev medicinskih sester, babic in zdravstvenih tehnikov Slovenije pod številko I-2023-1062-1062.