

ZÁVĚREČNÁ ZPRÁVA

Z REALIZACE

KLÍČOVÉ AKTIVITY Č. 04

Název Klíčové aktivity projektu:	Vliv vícesměnných provozů a pracovních pomůcek na výkon profese a její fyzickou zátěž
Bipartitní platforma:	Polygrafie

Zpracovatelé:

Mgr. Dagmar Brožová

Ing. Jaromír Aust

Dr. Ing. Josef Opletal

Antonín Pokorný

Přílohy zprávy:

Vstupní data pro KA04

Dotazníky



Evropská unie
Evropský sociální fond
Operační program Zaměstnanost

Obsah

1. Popis zaměření aktivity.....	3
2. Materiály, zdroje.....	4
3. Způsob zapojení a přínos cílové skupiny do řešení KA.....	4
4. Vybraná témata pro tematická setkání dle závěrů vstupní analýzy.....	4
5. Projednávaná témata při realizaci tematických setkání	5
6. Zhodnocení a výsledky ověřování v praxi	6
7. Výsledky diskusí, přijaté závěry z tematických setkání	6
8. Přehled doporučení pro oblast klíčové aktivity	7

1. Popis zaměření aktivity

Jedná se o klíčovou aktivitu, která navazuje na realizaci a dosavadní dílčí výstupy projektu ze II. etapy projektu „Společným postupem sociálních partnerů k přípravě odvětví na změny důchodového systému“. Klíčová aktivita se zaměřila na problémy týkající se vlivu vícesměnných provozů na výkon profese v polygrafické výrobě a jejich fyzickou zátěž.

Šetření proběhlo v sedmi polygrafických firmách napříč celou Českou republikou. Účastnili se ho zaměstnanci, kteří pracují ve směnném provozu. Jednalo se o tyto pracovní pozice:

- Vedoucí výroby
- Tiskaři
- Knihaři
- Pracovníci CTP
- Dělníci

Vzhledem k povaze sledovaných pozic bylo nezbytné zjistit potřeby těchto pracovníků s ohledem na věk, délku výkonu profese, nepravidelnost biorytmů, stres, fyzickou náročnost, plánování směn, sociální zázemí, využití volného času apod.

K zjištění potřeb byly použity dotazníky, přičemž každý z nich byl zaměřen na jinou oblast zjištění. Na vytvoření dotazníků spolupracovali specialisté z polygrafického průmyslu spolu s lékaři, kteří působí v oblasti pracovního lékařství a psychologie.

Dotazníkového šetření se zaměstnavatelé a zaměstnanci tiskáren. Jednotlivá šetření byla průběžně vyhodnocována a předána k dalšímu řešení expertní pracovní skupině. Na základně daných zjištění byly vedeny diskuse, které vedly k podrobnějším zjištěním v dané problematice.

2. Materiály, zdroje

Podkladovými materiály v rámci projektu jsou tyto dílčí výstupy:

- Dílčí analýza
- Dotazníkové šetření, kterého se účastnili zaměstnavatelé a zaměstnanci polygrafických firem v ČR:
 - a) Dotazník č. 1 – „Pracovní režimy, směny, sociální zázemí na pracovišti“
 - b) Dotazník č. 2 – „Motivace, finanční ohodnocení, role státu“
 - c) Dotazník č. 3 – „Vliv práce na osobní život“
 - d) Dotazník č. 4 – „Zdraví, fyzická a psychická zátěž zaměstnance“
 - e) Dotazník č. 5 – „LMI – motivace k výkonu“
 - f) Dotazník SPP – komplexní dotazník

3. Způsob zapojení a přínos cílové skupiny do řešení KA

Cílová skupina byla přímo zapojena do účasti na dotazníkových šetřeních. Dále pak se účastnila tematických setkání expertního týmu, kde se vedly rozsáhlé diskuze na klíčová témata. Díky sběru dat z těchto výstupů, bude možné vytvořit závěr z klíčové aktivity.

4. Vybraná témata pro tematická setkání dle závěrů vstupní analýzy

Témata pro jednotlivá setkání byla vybrána tak, aby se podařilo získat relevantní informace k dané problematice.

Dotazníkové šetření:

- a) Dotazník č. 1 – „Pracovní režimy, směny, sociální zázemí na pracovišti“
- b) Dotazník č. 2 – „Motivace, finanční ohodnocení, role státu“
- c) Dotazník č. 3 – „Vliv práce na osobní život“
- d) Dotazník č. 4 – „Zdraví, fyzická a psychická zátěž zaměstnance“
- e) Dotazník č. 5 – „LMI – motivace k výkonu“
- f) Dotazník SPP – komplexní dotazník

Některá témata byla předmětem dotazníkového šetření, jiná předmětem diskusí v rámci expertní skupiny a diskusí s odbornými lékaři.

Mezi témata v dotazníkovém šetření byly zařazeny otázky týkající se informací o pracovním prostředí, sociálním zázemí na pracovišti, vlastní zkušenosti se směnným provozem. Otázky se týkaly také vlivu práce ve směnném provozu na osobní život a volný čas. Respondenti měli možnost napsat vlastní podněty směrem k zaměstnavatelům a státu na případné změny v souvislosti s výkonem práce ve směnném provozu.

Při diskusích proběhla témata, která byla obsažena již v dotaznících. Nicméně podněty, které z dotazníků vzešly, byly podrobně rozebrány.

Například možnost dalšího uplatnění zaměstnanců 55+ v nepřetržitých provozech, vliv postupující automatizace a robotizace na strukturu vícesměnných provozů v jednotlivých výrobních procesech (CTP, tisk, dokončující zpracování) apod.

Témata s odbornými lékaři byla zaměřena na vliv práce ve vícesměnném provozu na zdraví zaměstnance. Tématem byla např. možnost a způsoby prevence k předcházení zdravotních problémů – pravidelné lékařské prohlídky. Jak využít přestávky v práci k regeneraci. Dále pak kvalita spánku, způsoby stravování a aktivní fyzický pohyb mimo práci.

5. Projednávaná témata při realizaci tematických setkání

Vybraní pracovníci tiskáren pracují ve směnném nepřetržitém a nepravidelném provozu. K tomu byly zpracovány a zaslány dotazníky mezi zástupce cílové skupiny, s výsledky šetření průběžně pracovali experti v rámci tematických setkání.

V průběhu setkání na téma směnnost a na téma kontroly zdraví při směnnosti. Na závěr se členové expertní skupiny usnesli na tom, že bude připraven komplexní dotazník, který bude roz distribuován do dalších vybraných tiskáren v ČR. Cílem tohoto dotazníkové šetření je rozšířit vstupní data o ucelenější a objektivnější soubor informací.

Druhé setkání expertní skupiny bylo zaměřeno na data a výsledky vyhodnocení Dotazníku č. 1. Z diskuse, která se následně vedla, byly přijaty podněty pro další dotazníkové šetření.

Dále proběhla prezentace dat experta Jak zvládat stres v práci. Poté navázala diskuze účastníků s otázkami, které se týkaly možností snížení fyzického a emočního napětí, relaxace, předcházení únavy apod.

Výsledky dotazníkového šetření vedly k rozsáhlé diskusi, která se týkala porovnání výstupů z jednotlivých tiskáren a měst. Byly zde zaznamenány rozdíly ve způsobu odměňování, ochotě cestovat do zaměstnání. Také požadavky na změny ze strany zaměstnavatele a státu se zde liší.

Osobnostně teoretické pozadí tvoří chápání motivace k výkonu jako podíl osobnosti na vlastní výkonnosti. Tým expertů se zabýval výsledky dotazníku LMI vč. individuální vyhodnocení dotazníku LMI – motivace k výkonu.

Součástí tematického setkání byla také prezentace souvisejících jednoho z expertů na téma pracovního práva a navazující diskuse se nesla zejména na dílčí témata přestávek v práci, dovolené, odpočinku mezi směnami apod.

Součástí několika tematických setkání byla průběžná debata o aktuální epidemiologické situaci, o jejím vlivu na práci, zakázky, investice, pracovní prostředí, psychiku zaměstnanců, hygienu práce a pracovní prostředí ve firmách. atd.

K dalším dílčím řešeným tématům pracovní skupiny expertů bylo zaměření na údaje ze strany odborných lékařů a pracovního lékařství v kontextu vícesměnných provozů a výkonu pracovníků.

6. Zhodnocení a výsledky ověřování v praxi

Jak již bylo v této zprávě několikrát zmíněno, epidemiologické situace a s ním spojená opatření nás vedla k ověřování závěrů v praxi především formou rozhovorů se zástupci zaměstnavatelů i zaměstnanců.

7. Výsledky diskusí, přijaté závěry z tematických setkání

Jak vyplývá z výsledků dotazníkových šetření a diskusí, jedním z největších úskalí práce ve vícesměnných provozech je **věk zaměstnanců**. Dle odpovědí považují respondenti za optimální horní věkovou hranici pro práci ve směnném provozu věk 55 let.

Rozdíly jsou pouze u jednotlivých pozic, čím více zaměstnanec pracuje fyzicky (knihař, tiskař, dělník), tím je pro něj práce na směny náročnější. S přibývajícím věkem **přestávky mezi směnami**, které slouží k regeneraci a odpočinku, **jsou nedostačující**.

Obecně je **práce v noci** pro člověka **nepřirozená**. Nepravidelný režim má nepříznivý vliv na zdraví člověka – imunitní systém, psychické zdraví, nespavost, vyšší riziko kardiovaskulárních chorob, endokrinní onemocnění, obezita.

Samozřejmě i technologický vývoj, automatizace a robotizace ovlivňuje práci starších zaměstnanců. Jsou nuceni učit se a **přizpůsobovat novým věcem** a zvyklostem, což je **v kombinaci s prací na směny velmi náročné**.

Dotazníkového šetření se zúčastnilo celkem 75 pracovníků 7 tiskáren z celé České republiky. Pro získání relevantních dat byly vybrány tiskárny se směnným provozem.

Většina dotázaných respondentů je ve středním a středně vyšším věku (55% ve věkové skupině 41-50 let a 21% ve věkové skupině 51-60 let). Přes 70% dotázaných pracuje ve vícesměnném provozu déle než 15 let.

93% respondentů odpovědělo, že upřednostňuje denní směnu před noční. Pro práci v noci navrhuje věkový limit 50 let. Na otázku, zda by v případě možnosti změnili pracovní režim, odpovědělo 80% dotázaných, kteří pracují ve vícesměnném provozu, že ano. Upřednostnili by pravidelnou ranní směnu, bez nočních a víkendů.

Největší úskalí vidí ve střídání směn (ranní, odpolední, noční) a s tím spojené poruchy biorytmů.

Další aspekt, který je ze strany dotázaných proti práci ve směnném provozu a práci v noci je, že **nepovažují ohodnocení této práce za dostatečné**.

Se stávajícími sociálními podmínkami na pracovištích jsou zaměstnanci ve většině případů spokojeni. Někteří se potýkají s **absencí denního světla na pracovišti**, jiní s **absencí možnosti stravování** (kantýna, jídelna).

Práce ve směnném provozu má dle dotázaných nepříznivý vliv na **kvalitu spánku** a špatnou životosprávu – **nepravidelné stravování**. Někteří si stěžují na bolesti hlavy, vyšší tlak a vyšší cholesterol.

Zaměstnanci pociťují **vyšší únavu při přechodu mezi směnami** (ranní, odpolední, noční).

Všechny tyto faktory lze považovat za **velkou zátěž** pro lidský organismus. Kromě dopadu **na fyzické zdraví zaměstnance** se u těchto zaměstnanců zvyšuje i míra stresu, která se neblaze podepisuje i na jejich psychickém zdraví.

Nejčastější způsob, jak zaměstnanci využívají dobu odpočinku, je čas strávený s rodinou, práce na zahradě, pobyt v přírodě. Ti mladší relaxují při sportu.

8. Přehled doporučení pro oblast klíčové aktivity

Doporučení pro zaměstnance

Péče o zdraví je záležitostí osobní zodpovědnosti každého zaměstnance. Zaměstnancům, kteří pracují ve směnném provozu, lze z pohledu péče o zdraví doporučit, aby si vypracovali vlastní stereotyp a dodržovali ho. Zajistit si, aby spánek po noční směně byl ve stejnou dobu, v zatemněné místnosti (žaluzie, klapky na očích), v tichu (špunty do uší). Před spánkem nepít kávu, alkohol a jíst jen lehkou stravu.

Doporučení pro zaměstnavatele

Úskalím, která přináší práce ve směnném provozu by zaměstnavatelé mohli předcházet technologickými a organizačními opatřeními, která by umožňovala na noční práce zařazovat jen malé procento zaměstnanců.

Předcházení nežádoucím vlivům na zdraví zaměstnance formou preventivních laboratorních a lékařských vyšetření zaměstnanců v rámci smluvních pracovně lékařských služeb, která jsou nad rámec povinných, se zaměřením na prevenci rizikových faktorů vyplývajících z práce v noci.

K dalším doporučením patří možnost zajištění výživového poradenství pro zaměstnance, kteří pracují ve vícesměnných provozech. Ukázat zaměstnancům cestu, jak se správně stravovat při práci i v době odpočinku.

Doporučení pro stát

Jak již bylo mnohokrát zmíněno, je stále větší apel na důchodovou reformu. Vzhledem k tomu, že v současnosti není vypracován systém postupu pro další pracovní uplatnění zaměstnanců pracujících v rizikových profesích (což bezesporu profese v polygrafii jsou), které ze zdravotního hlediska pozbyly zdravotní způsobilosti vykonávat původní profesi až do prodlužujícího se odchodu do starobního důchodu.

Určení věku pro odchod do starobního důchodu by mělo zohledňovat vykonávanou profesi a její délku.

Dále by se stát mohl společně se zaměstnavateli finančně spolupodílet na realizaci konkrétních programů podporujících zdraví zaměstnanců a tím prevenci rizikových faktorů noční práce a práce v nepřetržitých nepravidelných režimech. Do programu podpory zdraví lze zařadit např. rehabilitační program, lázeňské pobyty, delší zákonnou dovolenou, delší přestávky v práci pro zaměstnance 60+, pracovní úvazky dle věku apod.

Pro realizaci výše uvedených doporučení se budou sociální partneři snažit prosazovat změny v oblasti legislativy a formou osvěty v klíčových tématech u cílové skupiny.