Zdrowe i bezpieczne miejsce pracy
Kampania na lata 2026-2028

ZDROWA PRACA ZDROWA GŁOWA

Zapobieganie zagrożeniom psychospołecznym w pracy



O kampanii w Unii Europejskiej

„Zdrowa praca, zdrowa głowa" to **polskie hasło** cyklicznej europejskiej kampanii „Zdrowe i bezpieczne miejsce pracy", koordynowanej na poziomie ogólnoeuropejskim przez Europejską Agencję Bezpieczeństwa i Zdrowia w Pracy (EU-OSHA).

Kampania realizowana w latach 2026-2028 jest poświęcona ograniczaniu ryzyka psychospołecznego w pracy i ochronie zdrowia psychicznego pracowników.

Jej celem jest podniesienie świadomości tych zagrożeń, promowanie skutecznych sposobów zapobiegania im oraz zachęcanie pracodawców i pracowników do wspólnego tworzenia zdrowszych i bezpieczniejszych warunków pracy.

W latach 2026–2028 działania kampanii będą koncentrować się na pięciu obszarach:

1. ocenie i zarządzaniu ryzykiem psychospołecznym,
2. przeciwdziałaniu przemocy i molestowaniu seksualnemu w miejscu pracy,
3. związkach między zagrożeniami fizycznymi a zdrowiem psychicznym,
4. zagrożeniach psychospołecznych w sektorze ochrony zdrowia i opieki społecznej,
5. wspieraniu zdrowia psychicznego w miejscu pracy.



Kampania promuje podejście oparte na zapobieganiu zagrożeniom u źródła.

Podkreśla, że wspieranie pracowników w radzeniu sobie ze stresem jest ważne, ale równie istotne, a często ważniejsze, jest ograniczanie czynników, które ten stres powodują.

Jak skutecznie zapobiegać zagrożeniom psychospołecznym?

Kampania promuje podejście oparte na **eliminowaniu przyczyn** problemów, a nie wyłącznie łagodzeniu ich skutków.

W praktyce oznacza to:

- właściwe planowanie pracy,
- jasny podział obowiązków,
- zapewnienie odpowiedniego wsparcia pracownikom,
- przeciwdziałanie mobbingowi i dyskryminacji,
- rozwijanie kultury otwartej komunikacji,
- angażowanie pracowników w proces podejmowania decyzji dotyczących ich pracy.

Pamiętaj!

Zdrowe miejsce pracy to miejsce, w którym dba się zarówno o bezpieczeństwo fizyczne, jak i zdrowie psychiczne pracowników.

Ograniczanie źródeł stresu i budowanie przyjaznego środowiska pracy przynosi korzyści wszystkim: pracownikom, pracodawcom i całemu społeczeństwu.

Dbajmy wspólnie o zdrową pracę i zdrową głowę!

Państwowa Inspekcja Sanitarna
Powiatowa Stacja Sanitarno-Epidemiologiczna w Wałbrzychu

EU-OSHA
Europejska Agencja Bezpieczeństwa i Zdrowia w Pracy

Więcej informacji o kampanii na stronach: EU-OSHA oraz Krajowego Punktu Centralnego EU-OSHA w Polsce.