Europejska Agencja Bezpieczeństwa i Zdrowia w Pracy

Zdrowe i bezpieczne miejsce pracy

„Zdrowe i bezpieczne miejsce pracy” Kampania na lata 2026–2028

ZDROWA PRACA, ZDROWA GŁOWA

Zapobieganie zagrożeniom psychospołecznym w pracy



Zdrowe miejsce pracy to podstawa dobrobytu pracowników. Gdy pracodawcy doceniają pracowników i dają im realne wsparcie, zapobiegają zagrożeniom i umożliwiają wszystkim rozwój. Miejsce pracy, w którym właściwie zarządza się ryzykiem psychospołecznym, przynosi korzyści pracownikom, a jednocześnie sprzyja innowacyjności, współpracy i długofalowemu sukcesowi.

Prowadzona przez EU-OSHA kampania **„Zdrowa praca, zdrowa głowa”** ma na celu podnoszenie świadomości na temat zagrożeń psychospołecznych oraz promowanie sprzyjającego, integracyjnego i zdrowego środowiska pracy we wszystkich sektorach.

Nadmierne obciążenie pracą, brak kontroli i słaba komunikacja to główne czynniki ryzyka psychospołecznego, które negatywnie wpływają na samopoczucie psychiczne. Jeśli nie są odpowiednio zarządzane, mogą prowadzić do wypalenia zawodowego, depresji lub stanów lękowych, co wpływa nie tylko na pracowników, lecz także osłabia wyniki przedsiębiorstw, ich konkurencyjność i trwałość funkcjonowania.

Kampania propaguje działania profilaktyczne oparte na właściwej ocenie i zarządzaniu ryzykiem oraz zachęca do współpracy między pracodawcami, kadrą zarządzającą, pracownikami i ich przedstawicielami. Podkreśla się w niej także potrzebę całościowego podejścia, uwzględniającego zarówno zagrożenia fizyczne, jak i psychospołeczne.

W kampanii zwrócono również uwagę na wyzwania występujące w poszczególnych sektorach oraz sytuację szczególnie narażonych grup pracowników. Zachęca się w niej do rozwiązań sprzyjających włączeniu społecznemu, tak aby każdy mógł pracować w środowisku wspierającym zdrowie psychiczne.

29 % pracowników w UE doświadcza stresu, niepokoju lub depresji spowodowanych lub pogłębionych przez pracę.

Badanie Puls BHP 2025

Poznaj pięć priorytetowych obszarów kampanii

1. Ocena zagrożeń psychospołecznych i zarządzanie nimi
2. Nękanie, molestowanie seksualne i przemoc
3. Zagrożenia fizyczne a zdrowie psychiczne
4. Zagrożenia psychospołeczne w sektorze zdrowia i opieki społecznej oraz
5. Wspieranie zdrowia psychicznego w pracy.



Włącz się do działań: wesprzyj kampanię i pomóż uczynić zdrowie psychiczne istotnym elementem każdego miejsca pracy.

© Europejska Agencja Bezpieczeństwa i Zdrowia w Pracy, 2026
Powielanie jest dozwolone pod warunkiem podania źródła.
Tłumaczenie wykonane przez Centrum Tłumaczeń (CdT, Luksemburg), na podstawie oryginału w języku angielskim.

Urząd Publikacji Unii Europejskiej

#EUhealthyworkplaces

healthy-workplaces.osha.europa.eu

Print: TE-01-25-008-PL-C / PDF: TE-01-25-008-PL-N