



Fondazione Bruno Kesser



Age
Management
Masterclass

Podívejte se na **28 příkladů dobré praxe**, které jsme pro vás shromáždili z různých zemí EU, a inspirujte se při své práci.

Tyto příklady jsou vhodné zejména pro manažery lidských zdrojů, kteří ve svých organizacích implementují opatření age managementu.

Příklady mohou také sloužit jako vzdělávací nástroj pro učitele, školitele a lektory v různých vzdělávacích zařízeních.

Všechny příklady najdete na stránce:

<https://www.amm-project.eu/>



© 2021 Age Management Masterclass

FIRMA

Bruno Kessler Foundation (FBK)

Rozhovor poskytl: Albertp Zanutto, výzkumný pracovník, eHealth Lab

Sektor

Kvartérní: vědecký výzkum, vzdělávání a informační technologie.

Specializace

Bruno Kessler Foundation (FBK) je nezisková organizace pro výzkum veřejného zájmu.

Tato společnost, založena více než před půl stoletím, se může pochlubit 2 vědeckými centry - jedno je zaměřené na technologie a inovace, druhé na humanitní a sociální vědy. Společnost má dále k dispozici 7 výzkumných center a zaměstnává více než 400 výzkumných pracovníků. Cílem společnosti je dosáhnout vynikajících výsledků v oblasti vědy a techniky, se specifickým důrazem na interdisciplinární přístupy a aplikační sféru.

K úspěchu společnosti přispívá neustálá pozornost a důraz na spolupráci a také na výměnné aktivity s výzkumnými institucemi, které probíhají na institucionální, podnikové, národní i mezinárodní úrovni. Dochází k navyšování inovační kapacity a zapojení komunity a místní ekonomiky do oběhu znalostí a technologií.

Počet zaměstnanců: 500

Hlavní důvody pro rozhodnutí o implementaci age managementu

Klíč ke zdraví je projekt na podporu zdraví na pracovišti, jehož cílem je snížit riziko vzniku kardiovaskulárních onemocnění a diabetu 2. typu.

Klíč ke zdraví byl pro důležitou oblast Zdraví a společenského blaha v Nadaci Bruna Kesslera (FBK), ve spolupráci s hlavními institucemi působícími v oblasti zdraví a prevence INAIL, Provinční společností pro zdravotnické služby a odborem zdraví a sociální solidarity autonomní provincie Trento.

Klíč ke zdraví je zaměřen na testování technologicky podporovaného intervenčního modelu, jehož cílem je poskytnout pracovníkům preventivní nástroje a služby v oblasti výživy a fyzické aktivity. První oblastí experimentování byla samotná Nadace Bruna Kesslera (únor-říjen 2017). Experimentování bude brzy rozšířeno na zaměstnance některých oddělení autonomní provincie Trento a Provinční společnosti pro zdravotnické služby.

Motivy projektu byly různé. Na jedné straně byla skutečnost, že tento projekt byl zahájen ve zdravotní jednotce řízené Stefano Fortim. Skupina, která se zabývá tím jak usnadnit postupy v oblasti poskytování zdravotní péče pomocí informatiky, to vysvětlila jednoduše. Vyvíjíme software různého charakteru a mezi věcmi, které se nám ve spolupráci s INAIL zdály zajímavé, byl tento projekt. Řekli jsme „ano společné aktivitě mezi INAIL a FBK“. Být schopen zavést jakýsi oficiální postup, návrhy, zkušenosti, které mohou dát podnikatelskému sektoru pokyny k udržení zdravého životního stylu nebo možnosti pozitivně ovlivnit zdraví pracujících, to byl originální nápad. Pokud mám říct pravdu, skutečný původ projektu byl podle mého názoru určitým způsobem společné dílo, nyní vedené provincií. Nemám přesné informace o aktuálním vývoji, protože je to nyní téměř 5 let, nicméně ve skutečnosti je provincie ta, která se musí v tomto tématu orientovat o něco více ... orientovat se a naléhat na INAIL, který poté informuje nás. Posadili jsme lidi ke stolu a poté FBK přesměrovala prostředky, které máme každoročně k dispozici na vývoj softwarových a zdravotních programů. To byl začátek projektu.

Zvolená opatření age managementu

OCHRANA A PODPORA ZDRAVÍ A ÚPRAVA PRACOVIŠTĚ

- zdravotní zprávy na úrovni organizace, pracovní skupiny zaměřené na ochranu zdraví;
- využití zdravotnických odborníků jako poradců pro organizaci;
- průzkumy mezi zaměstnanci;
- průběžné vzdělávání zaměstnanců;

- pravidelné zdravotní kontroly;
- školení vedoucích a klíčových pracovníků v technikách řízení zdraví;

Očekávané výsledky

- Zavést opatření, návrhy a zkušenosti, které mohou dát v podnikatelském sektoru rady ohledně zdravého životního stylu nebo možnosti pozitivně ovlivnit zdraví pracujících
- Motivace a podpora rozvoje prevence ze zdravotního i motivačního hlediska

Naše cesta k age managementu

Klíč ke zdraví byl poprvé zkoušen v rámci Nadace Bruna Kesslera a zaměřen na více než 500 pracovníků v ní zaměstnaných. Tyto experimenty začaly 17. února 2017 a byly zahájeny kick-off meetingem a ukončeny počátkem října 2017. Navržený a otestovaný model si kladl za cíl aktivovat pracovníky k podstatné změně životního stylu a je rozdělen do následujících fází:

Všem pracovníkům bylo nabídnuto posouzení kardiovaskulárního rizika (RCV - an assessment of cardiovascular risk) a rizika vzniku diabetu 2. typu (RD2) prostřednictvím online dotazníku, který sestavil příslušný lékař FBK společně s Oddělením prevence a bezpečnosti v pracovním prostředí (UOPSAL). Všichni, kteří vyplnili dotazník, obdrželi do 20 dnů od příslušného lékaře písemnou zpětnou vazbu (prostřednictvím e-mailu společnosti) týkající se úrovně RCV a RD2. V rámci interního experimentování na FBK bylo vyplněno 94 dotazníků.

Všem pracovníkům, bez ohledu na to zda se účastnili fáze hodnocení rizik, bylo nabídnuto stažení a používání TreCLifeStyle, aby se riziko snížilo (pokud již existuje) nebo se mu předcházelo. TreCLifeStyle je prezentován jako aplikace s hlavním účelem vzdělávat pracovníka k dodržování principů středomořské stravy a žádat ho, aby si vedl deník. Na jeho základě systém poskytuje indikace a návrhy na změny, které je třeba provést v pracovníkově životním stylu. Při interním experimentování v FBK byla aplikace využívána nepřetržitě, tedy déle než měsíc, asi 40 pracovníky.

Ohroženým pracovníkům byla dána příležitost rozhodnout se pro navrhovanou změnu podporovanou TreCLifeStyle, příslušným lékařem a zdravotnickým asistentem. Lékař podrobil všechny rizikové pracovníky, identifikované ve fázi posouzení rizik, dvěma lékařským prohlídkám. První návštěva byla zaměřena na získání detailnějších údajů shromážděných v rámci dotazníkového šetření. Druhá návštěva byla naplánována na konec akce a měla za cíl analyzovat pokrok, kterého dosáhl každý jednotlivý účastník a posoudit lékařskou účinnost intervence. V rámci interních experimentů FBK bylo v preventivním řízení vybráno z 94 pracovníků 19, kteří vyplnili online dotazník a kteří byli posouzeni jako nejrizikovější.

V experimentu FBK byly realizovány následující akce:

- Úvodní kurz fyzické aktivity: probíhal ve spolupráci s Klubem zaměstnanců FBK pod vedením profesionálního trenéra na celkem 10 setkáních.
- Iniciativa „1000 kroků ve FBK“, ve které byla spolu se zaměstnanci ukázána a otestována kilometrová poobědová trasa kolem budov Nadace.
- Několik seminářů „Zdravá a správná výživa“ a „Podpora zdraví a dlouhověkosti prostřednictvím stravy: metabolické a molekulární mechanismy“, kterých se zúčastnilo přibližně 65 lidí.

Silné a slabé stránky zvoleného přístupu

Hlavní silnou stránkou projektu je, že přivedl strategické orgány v tomto programu k diskusi. Jednalo se konkrétně o oblast, která se zabývá řízením zdraví, včetně prevence na pracovišti, INAIL (pracuje na vlastních úkolech, ale podílí se také na podpoře prevence a společenského blaha), a zdravotnická společnost (která má konkrétní sekci zabývající se veškerou prevencí na pracovišti a která je vedena bezpečnostní manažery atd.)...A pak bylo možné tuto akci uskutečnit. Byli jsme strategickým technickým partnerem. V té době viděl nyní již bývalý kolega Francesco Miele (školený firemní sociolog) tento prostor jako příležitost, protože naše společnost žije experimentováním, vědou a řešením otázek souvisejících s organizačními záležitostmi. Silnou stránkou tedy bylo partnerství a dobrá kombinace spolupracujících lidí, kteří chtěli tento typ programu.

Dalším dobrým výsledkem bylo to, že jsme tvrdě pracovali na myšlence motivace a podporovali prevenci z hlediska zdravotního i motivačního.

Třetím přínosem je možnost získat externího partnera v oblasti bezpečnosti při práci. S takovým partnerem jsme spolupracovali na výzkumu. Měl v nás důvěru, byl a nadále bude iniciativní. Jde o soukromou firmu, Progetto Salute, která ale působí jako kompetentní lékař. Má spolupracovníky v několika společnostech a chtěl do této oblasti investovat. Jak je všeobecně známo, práce lékaře zahrnuje jak přísné předpisy, tak vyzkoušení nějakého typu programu 2.0, tj. programu jako je tento.

Čtvrtý přínos ... Řekl bych, že to byla možnost spolupráce se společností jako takovou, i když nepřímo, a tady se vlastně projevuje první slabá stránka, hlavní slabá stránka programů jako je tento, pokud jde o veřejný orgán, který je propaguje. Poté se soukromý subjekt na projekt pouze letmo podívá, nebo říká „ano, zajímavé, ale komplikované“. To se stává to také proto, že tradiční struktura italských společností neumožňuje tento typ rozvoje přiměřeně silným způsobem. Nyní je v Trentu 10 nebo 15 takových společností, které se na to mohou na pracovišti zaměřit. Existují zde řemesla, cestovní ruch, velmi malé podniky. Z těchto důvodů je pak účinek externí služby tohoto druhu vždy velmi nízký.

Stručně řečeno, říkáme, že negativa jsou ve struktuře, v kontextu a také v nedostatečné přípravě. Objektivně vzato, naši bezpečnostní pracovníci se nesoustředí na prevenci. Zaměřují se na formální plnění úkolů a dodržování pravidel, protože tak byli vyškoleni.

Dalším slabým aspektem je softwarová část, kterou jsme museli dodat. Přesto projekt fungoval dobře. Přidali jsme aplikaci, abychom mohli sledovat pohyb. Tento typ aplikací je nyní velmi rozšířený, ale před čtyřmi lety ještě nebyl. Efektivita aplikace byla v shromažďování dat o určitém počtu lidí, kteří byli sledováni po několik týdnů. Poté se setkali s poradcem, řekněme motivačně, ohledně jejich konkrétního problému a jeho řešení.

Výsledkem bylo hubnutí a další velmi pozitivní výsledky. Nicméně výsledky nebyly tak důkladně prostudovány, aby byly aplikovatelné na klinické nebo motivační úrovni. Software byl všemi kritizován, nepracoval úplně správně. Toto je obvyklé při počátečních pokusech. Pomohlo nám to opravit některé věci. Při dalším postupu s projektem už však nedostatky (kvalita) nebyly tak relevantní. Uživatelé uznali jeho užitečné prvky: možnost jít do kanceláře, možnost sledovat svoje aktivity, to nás vedlo i k promyšlení zdravého stravování.

Například jeden důležitý aspekt, který není vyřešen, ale přišlo se na něj docela rychle, je, že stravovací zařízení nikdy neuvádí informace o kalorické hodnotě pokrmů, které nabízejí. Člověk přijde do jídelny trochu vystresovaný, trochu hladový a ve frontě uvidí pěkný talíř těstovin. Naloží si tedy porci a neví, že je tam 1500 kcal a že bude odpoledne ospalý. Pak večer nejde běhat. Jedná se o přísun kalorií, které vám ale na dlouho nevydrží. Řada zajímavých indikací vzešla i z tohoto pohledu.

Aha efekt: co nám tento proces odhalil?

Žádný okamžik „Aha“ nenastal. Něco mělo počátek v problematice prevence. Jde o strategii provincie Trento, která zahrnuje vytváření programů v oblasti prevence, která, jako obvykle, vždy trochu chybí ... Ne, já by řekl, že vše probíhalo postupně.

Způsoby udržování této iniciativy

Návrh a testování projektu Klíč ke zdraví byl spolufinancován z iniciativy INAIL a Autonomní provincie Trento v celkové výši 116 000 EUR na dvouleté období 2017–2018.

Financování bylo zásadní pro vytvoření aplikace, pro vědecké vyhodnocení průběhu pokusů, pro koordinaci projektu a pro financování služeb lékaře a poradenských služeb. Samotná využití stejného modelu by však pro organizace měla efekt pouze v případě vynaložení nákladů na motivaci a lékařskou péči, a to v přibližné celkové výši 450 EUR na každého zaměstnance zapojeného do procesu prevence, z toho: 230 EUR pro vyhodnocení dotazníků a vstupní a závěrečnou lékařskou prohlídku; 70 EUR za náramek s krokoměrem; 150 EUR za tři hodiny motivačního rozhovoru.

Monitoring výsledků a dopadů

V rámci projektu byly provedeny jeden, dva, oficiální experimenty ... pak jsme vlastně provedli další 2. V těchto 4 experimentech jsme sledovali účastníky využitím kombinace několika různých metod: jednak jasně strukturovanými dotazníky před zahájením a po ukončení programu, a také polo strukturovanými rozhovory vedenými osobami oficiálně zapojenými do programu, dále regulátory toku a podobnými nástroji, ale protože

experimenty byly docela rozsáhlé, rozhovory byly pozitivní; objektivně nás nicméně zajímala pouze myšlenka programu, jeho případné využitelnosti spíše než skutečný stav věcí.

Nemáme klinické důkazy o účinnosti, ale máme k dispozici mnoho motivačních a organizačních důkazů. Shromáždili jsme osobní záznamy pořízené na konci období, nebo na základě polo strukturovaných rozhovorů s účastníky, pro případné zájemce o program a jeho využití i z řad institucí.

Na našich webových stránkách jsou ke stažení některé z materiálů, včetně pro nás nejzajímavějšího výstupu, manuál pro podporu tohoto typu programu na úrovni společností, které z něj mohou volně čerpat a inspirovat se. My jsme v tomto případě nabídli zdravotnické společnosti a autonomní provincii Trento možnost školení a podobné aktivity zdarma, ale zatím jsme nezaznamenali větší zájem z jejich strany.

Výhody zvoleného řešení

Interní experimentování v nadaci Bruna Kesslera umožnilo vyhodnocení intervenčního modelu na následujících úrovních:

- uživatelská zkušenost s koučovacím systémem: prostřednictvím správy dotazníků SUS (System Usability Scale) jsme se zaměřili na vyhodnocení oblastí jako je snadné a uživatelsky přívětivé technologie, znalosti potřebné k seznámení se s ní, způsoby, jakými se stala součástí každodenního života uživatelů;
- organizační udržitelnost intervencí: vytvořily se předběžné výzkumné skupiny s nejvyššími čísly a pracovníky a prováděly se rozhovory se zúčastněnými pracovníky; byla hodnocena účast, četnost s jakou účastníci využili intervence nabízené FBK, a rysy, které je podporovaly nebo jim naopak bránily v pokroku;
- přínos pro zdraví: hodnocení RCV a RD2 prostřednictvím lékařských návštěv (pouze pro ohrožené pracovníky) a distribuce dotazníků za účelem vyhodnotit lékařskou účinnost balíčků nabízených FBK.

V současné době se zdá, že TreCLifeStyle nepřetržitě využívají zejména zájemci, kteří vyznávají cestu prevence, kteří ji vnímají jako doplněk k osobním konzultacím. TreCLifeStyle byl zvláště oceněn za to, že umožnil pracovníkovi, prostřednictvím funkcí jako je denní a týdenní deník, si uvědomit své stravovací návyky, tj. které z nich jsou správné nebo nesprávné.

Přesvědčovací schopnost aplikace je v současné době oceňována, i když jsou zvažována vylepšení. Hlavní roli v motivaci ke změně hrají osobní konzultace.

Osobní doporučení

Za sebe mohu říci, že zkušenost, kterou jsme měli, byla velmi pozitivní pro zvýšení povědomí o systému. Výsledek celého programu byl zajímavý.

Pochopili jsme, že dalším klíčovým bodem jsou lékaři, kteří bohužel nejsou z mnoha důvodů zajedno.

Skutečnost, že jsme provedli několik testů ve veřejném orgánu, se zdravotnickou společností a příslušnými lékaři zdravotnické společnosti, okamžitě objasnila fakt, že zde byl smluvní problém.

To znamená, že pokud jsou lékaři najati k tomu, aby dělali jednu věc, a my je žádáme, aby dělali jiné, tj. museli udělat počáteční monitorovací rozhovor, který přesně umožňoval spravovat informace o pacientovi a poté tyto informace shromáždit na konci experimentu. Tato činnost ale není zahrnuta v jejich smlouvě, takže musí vyvinout úsilí navíc; o to ale nemají zájem, program tedy pravděpodobně nebude široce využíván. Obvyklý problém v Itálii; taková iniciativa tedy nebude mít snadný průběh.


Další komplikací je dle mého názoru monitorování. Existuje mnoho proměnných, ale jsou velmi omezené: pokud chce někdo běhat, pořídí si vybavení na běhání, ale nepřizpůsobí stravu.

Pokud máte správně sestavenou dietu, pak nemusí být správně zaznamenávány informace o běhání atp.

Stále existuje mnoho problémů, které je třeba vyřešit. Zkoumáme také další projekty tohoto druhu, ale je to malá džungle, protože např. jiná aplikace zaznamená jiný počet kroků, jelikož algoritmy výpočtu kroků se mění v závislosti na snímači pohybu v hodinkách nebo telefonu.

Je to klasický aha efekt v okamžiku, kdy je před námi dlouhá cesta. Především jde o sladění mezi uživatelem, který zařízení používá, jeho tvůrcem, klinickým výsledkem a jeho významem pro zdravotní informace, které lze uchovat nebo sdílet se systémem.

Erasmus+: Age Management Masterclass
2018-1-CZ01-KA202-048133



Age Management Masterclass

The European Commission support for the production of this publication does not constitute an endorsement of the contents which reflects the views only of the authors, and the Commission cannot be held responsible for any use which may be made of the information contained therein.

Die Unterstützung der Europäischen Kommission für die Erstellung dieser Publikation stellt keine Befürwortung des Inhalts dar und gibt nur die Meinung der Autoren wieder. Die Kommission haftet nicht für die weitere Verwendung der darin enthaltenen Informationen.

Această publicație a fost realizată cu sprijinul financiar al Comisiei Europene. Autorul este singurul responsabil pentru conținutul acestei publicații. Această publicație nu reprezintă punctul de vedere al Comisiei Europene, iar Comisia Europeană nu este responsabilă pentru utilizarea informațiilor conținute în ea.

Il sostegno della Commissione europea per la produzione di questa pubblicazione non costituisce un'approvazione del contenuto che riflette solo le opinioni degli autori, e la Commissione non può essere ritenuta responsabile per qualsiasi uso che può essere fatto delle informazioni contenute.

Tämä julkaisu on tuotettu Euroopan komission taloudellisella tuella. Kirjoittaja on yksin vastuussa tämän julkaisun sisällöstä. Tämä julkaisu ei edusta Euroopan komission näkemyksiä, eikä Euroopan komissio ole vastuussa sen sisältämien tietojen mahdollisesta käytöstä.

Tato publikace byla vytvořena za finanční podpory Evropské komise. Za obsah publikace odpovídá výlučně autor. Publikace nereprezentuje názory Evropské komise a Evropská komise neodpovídá za použití informací, jež jsou jejich obsahem.



Co-funded by the
Erasmus+ Programme
of the European Union