



## SODELOVANJE UNIVERZE NA PRIMORSKEM IN LUKE KOPER: Dosedanje aktivnosti in prihodnje priložnosti

Izr. Prof. Dr. Nejc Šarabon, dipl. fiziot., prof. šp. vzg.

Znanost za  
prakso  
↕  
Praksa za  
znanost

## ZAČETKI SODELOVANJA

- Začetki sodelovanja na področju zdravja na delovnem mestu:
- Študija BOLEČINA V KRIŽU 2013-2014
- Študija NAVAD POVEZANIH Z ZDRAVJEM 2015-2016





## BOLEČINA V KRIŽU



1. SKLOP

2. SKLOP

## BVK ŠTUDIJA RAZISKOVALNI NAČRT

### MERITVE



- Izveden **prvi sklop meritev** (marec - junija 2013), sodelovalo je **144 zaposlenih**
- Izdelan krajši znanstveno utemeljeni **Intervencijski načrt, vodena vadba**
- Izveden **drugi sklop meritev** (oktober – december 2013)

### POROČILA



- Izdelava **poročil** rezultatov za posameznega merjenca
- **prilporočila posamezniku**, s pomočjo katerih bo lahko le ta proaktivno zmanjšal verjetnost nastanka BVK

### INTERPRETACIJA



- Interpretacija rezultatov na skupnem srečanju udeležencev raziskave, demonstracija vadbe
- Izdelava skupnega poročila in interpretacija za industrijskega partnerja

AKTIVNOSTI ŠTUDIJE  
BOLEČINA V KRIŽU

### KONFERENCA



- Kineziologija v ergonomiji: Obvladajmo bolečino v križu
  - 15. maj 2014, Portorož, hotel Histron
- Enodnevna **strokovna** konferenca

### MONOGRAFIJA



- Bolečina v spodnjem delu hrbta: struktura, funkcija, ergonomija in gibalna terapija
- Pri soustvarjanju je sodelovalo 9 slovenskih strokovnjakov iz različnih področij: medicina, kineziologija, fizioterapija...

### MEDIJI



- Bolečina v križu: prispevek v oddaji Dobra ura, TV Slovenija, 1.program, 27.jan.2014
- Kako obvladati bolečino v hrbtu: oddaja Dobro jutro, TV Slovenija, 1.program, 6.mar.2014 ...

AKTIVNOSTI ŠTUDIJE  
BOLEČINA V KRIŽU



**BVK ŠTUDIJA  
REZULTATI**



**ŠTUDIJA 2:  
NAVADE POVEZANE Z ZDRAVJEM**



## 2. KONFERENCA



- Kineziologija v ergonomiji: Celostni pristop k skrbi za zdravje delavca
  - 11. november 2015, Portorož, hotel Histriion
- Enodnevna **strokovna** konferenca

## ERGONOMSKE SMERNICE



- Izdelava smernic za nabavo osnovnih delovnih sredstev
- Interni dokument Luke Koper

## MEDIJI



- Oddaja Dobro jutro, TV Slovenija, 1.program, 6.mar.2014
- Zdravi delavci, boljša storilnost, prispevek Primorske novice, 1.dec.2015
- Proaktivna skrb za zdravje zaposlenih: primer dobre prakse, spletni portal Polet, 10.dec.2015
- Luški glasnik, prispevek dec.2015, mar.2016

SPREMLJAJOČE AKTIVNOSTI

## ERGOSIGN (ERASMUS+)



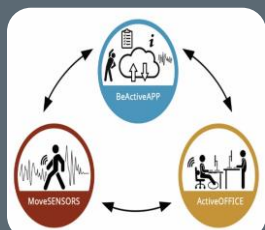
- Spletni izobraževalni modul za področje visokošolskega izobraevanja
- Oblikovanje in izdelava ergonomsko zasnovanega pohištva za bivalno in delovno okolje

## SPEXOR (HORIZONT 2020)



- Eksoskelet hrbtenice za rehabilitacijo in delovno re-integracijo v kontekstu BSH

AKTUALNE RR AKTIVNOSTI NA  
PODROČJU V NAŠI SKUPINI



#### 4ACTIVEAGING (INTERREG – čakamo)

- Priprava starejših delavcev na zdrav/aktiven vstop v obdobje po zaključenem obdobju dela
- Integralni pristop
- Razvoj koncepta „aktivne pisarne“



#### INTERDISCIPLINARNI TIM FVZ

- Kineziologija, dietetika – prehransko svetovanje, zdravstvena nega, fizioterapija
- Možnosti sodelovanja na različnih področjih zdravja na delovnem mestu

AKTUALNE RR AKTIVNOSTI NA  
PODROČJU V NAŠI SKUPINI

## NAPOVED STROKOVNO-ZNANSTVENE KONFERENCE



Univerza na Primorskem  
Fakulteta za vede o zdravju



ZNANSTVENA IN STROKOVNA KONFERENCA  
Z MEDNARODNO UDELEŽBO  
**ZDRAVJE DELOVNO AKTIVNE POPULACIJE**

**22. SEPTEMBER 2017**  
GRAND HOTEL PORTOROŽ

[www.fvz.upr.si](http://www.fvz.upr.si)

## HVALA - VPRAŠANJA

Izr. Prof. Dr. Nejc Šarabon (vodja skupine in dekan UP FVZ)  
[nejc.sarabon@fvz.upr.si](mailto:nejc.sarabon@fvz.upr.si); tel: 040/429-505

