



Egészségprogram Edenred Magyarországnál!

2009. szeptember végén hívta fel figyelmünket a kötelező foglalkozás egészségügy területén évek óta együttműködő egészségügyi partnerünk, az EU-s pályázati forrásból megvalósítható komplex munkahelyi egészségfejlesztés program megvalósításának lehetőségével kapcsolatban.

Egyeztetésünket követően, felismerve ezt a nagyszerű lehetőséget, látva a nemzetközi tapasztalatokat és eredményeket ezen a téren, belevágtunk, benyújtottuk pályázatunkat és nagy örömeinkre sikerült is elnyernünk ezt a támogatást!

Magyarországon a média várakozó érdeklődéssel fogadta ezt az új kezdeményezést, mert egy ilyen jellegű egészségügyi programnak nincs még hagyománya, illetve olyan tapasztalat, amelyből építkezni lehet.

Nagyon örülünk az elnyert támogatásnak. Segít minket azon filozófiánk megvalósításában, miszerint az a munkaerő, akinek egészségi állapota, ezáltal közérzete megfelelő szinten van, sokkal produktívabb és motiváltabb a munkavégzésben is.

Szeretnénk tartósan minél több munkavállalót bevonni a programba, szeretnénk segíteni abban, hogy egészségtudatos életmóddal növeljük életszínvonalunk minőségét, és ezzel együtt jobban érezzük magunkat munkahelyi környezetünkben is.

Köztudott, hogy Magyarországon pl. a táplálkozási szokások egészségtelenek: túlzott az energia-, zsír-, és só-bevitel, elégtelen a rost-, zöldség-, és gyümölcsfogyasztás; a magyar felnőtt lakosság jelentős része túlsúlyos, a felnőtt lakosság alig tölt többet tíz percnél szabadidős testmozgással, vagy egyáltalán nem végez testmozgást; a dohányzók aránya gyorsan emelkedik, és sokaknál hiányzik a mindennapi élet problémáival való megbirkózás képessége, széleskörűen elterjedtek a lelki egészség zavarai.

A fentiekben már példaként felhozott három témában szeretnénk segíteni minden arra nyitott munkavállalót:

- egészségtudatosság fejlesztése az egészséges táplálkozáson, illetve energiaegyensúlyon keresztül
- lelki egészség védelmére/megőrzésére irányuló program
- testmozgás fontossága

A program során a fenti fő témakör mentén orvosi partner cégünk kérdőíves vizsgálatokkal és egyszerű egészségügyi méréssel feltérképezte a dolgozók egészségi állapotát (egyéni egészségtérkép készült). Ezt követően egészségtervet készítettek cégünkre vonatkozóan, amely által a megjelölt témák konkrét tartalmi háttérrel nyertek, kidolgozásra került az összes tájékoztató, szakmai anyag tartalom és a megvalósítás módja.

Az elkészült cselekvési ütemterv szerint havi szinten számos szakértőt hívunk meg előadást tartani, biztosítjuk a kollégáknak akár az egyedi konzultáció lehetőségét is. Pl. pszichiáter meghívása,

kiemelve a mindennapi életünket jellemző stressz hatásait, hogyan kerüljük és oldjuk a stresszt, az egészséges táplálkozás fontossága, táplálkozás tanácsadás, közös sport,- és mozgás programok...stb. Rendszeresen, minden héten egyszer az irodában Edenred-gyümölcsnapot tartunk.

A munkavállalóink nyitott érdeklődéssel várják a megteremtett lehetőségeket, a szakértők tanácsait, az általuk adott segítségét, hogy valóban alkalmazni tudják minden napi életük során a hallottakat, meg tudják változtatni életmódjukat, azon a területen, ahol ezt szükségesnek látják.

Mi pedig bízunk benne, hogy egy egészséges szemlélettel még tovább tudjuk növelni közös erővel cégünk hatékonyságát!