

Egészségprogramok: több mint juttatás

A munkavállalók egészsége ma már nem csupán egyéni ügy, hanem a vállalatok versenyképességét is meghatározó tényező. Az előregedő társadalom, a krónikus betegségek terjedése és a munkaerőhiány egyaránt arra ösztönzik a munkáltatókat, hogy nagyobb hangsúlyt fektessenek a megelőzésre.



A Hotel Európa Fit több mint 25 éve foglalkozik egészségmegőrzéssel: a tradicionális hévízi gyógykúrára épülő szolgáltatásait mára magán-orvosi ellátással, diagnosztikai vizsgálatokkal és komplex szűrőprogramokkal egészítette ki. Tapasztalataik szerint a munkavállalók egészségének megőrzése csak akkor lehet eredményes, ha a prevenció a vállalati kultúra részévé válik. Ezt a szemléletet erősíti meg a Hewlett Packard Enterprise Hungary gyakorlata is, ahol a munkavállalói jóllétet átfogó wellbeing-stratégiára építik, a rendszeres felmérésektől kezdve a fizikai és mentális egészséget támogató programokig.

A prevenció a vállalatok érdeke is

Az alkalmi egészségprogramok azonban önmagukban kevesek: a valódi eredményt a hosszú távú, tudatos prevenció stratégia hozza meg.

„Ma már egy munkahely életében sem kérdés, hogy az elkötelezett és kvalifikált munkaerő a legnagyobb értékek egyike, és a megtartása, valamint a hosszú távú munkaképességének fenntartása kiemelt feladat kell, hogy legyen” – mondja *Harmati-Győrffy Krisztina*, a Hotel Európa Fit****superior Sales & Marketing vezetője.

A szakember szerint továbbra is a szív- és érrendszeri betegségek, a magas vérnyomás, az elhízás, a 2-es típusú cukorbetegség és a mozgásszervi problémák jelentik a legnagyobb egészségügyi kihívásokat, miközben a mentális betegségek is egyre nagyobb népegészségügyi problémát okoznak. Magyarországon az elhízás népbetegség, a dohányosok aránya az uniós átlag felett van, a felnőtt lakosság több mint fele nem sportol rendszeresen, és a dolgozók jelentős része már megtapasztalta a kiegészítést. Ezek a problémák nemcsak az egyének életminőségét rontják, hanem a vállalatok működésére is közvetlen hatással vannak: növelik a betegszabadságok számát, csökkentik a teljesítményt és nehezítik a munkavállalók megtartását.

A prevenció jóval több, mint egy szűrővizsgálat

A Hotel Európa Fit tapasztalata szerint a megelőzés nem merül ki az állapotfelmérésekben. Az egészséges életmód támogatása, a rendszeres mozgás, a megfelelő munkakörnyezet és a mentális jóllét egyaránt a hosszú távú egészségmegőrzés része. „A 60 év felettiek már tudatosabban gondolkodnak a saját egészségükről. Szeretnének képet kapni az állapotukról, és minél tovább jó életminőségben, aktívan élni” – fogalmaz Harmati-Győrffy Krisztina.



HARMATI-GYÖRFFY KRISZTINA,
HOTEL EURÓPA FIT



MAGYAR MÓNIKA,
HEWLETT PACKARD ENTERPRISE
HUNGARY

A vállalati partnereknél ugyanakkor azt tapasztalják, hogy a prevenció programok elterjedésének nem kizárólag az anyagi források szabnak határt, hiszen „legalább ilyen fontos tényező az idő, a szervezési kapacitás és az, hogy a vállalatok vezetőiben megszülessen a belső igény az egészségmegőrzés támogatására” – emeli ki Harmati-Győrffy Krisztina.

A dolgozók jólléte nem költség, hanem hosszú távú befektetés.

A szakember szerint különösen a kis- és középvállalkozások esetében, ahol nincs külön HR-osztály vagy HR-szakember, meghatározó a vezetők hozzáállása. Ugyanakkor hozzáteszi, hogy „nem biztos, hogy ezt mindig rendszerszinten, programokban vagy nagy erőforrásokkal lehet megtenni, de a szemléletnek a vezetői szinten kell elindulnia.”

A siker kulcsa a munkavállalói igények megismerése

A prevenció csak akkor lehet eredményes, ha a vállalatok nem előre gyártott programokat kínálnak, hanem a dolgozók valós igényeiből indulnak ki. Ezt támasztják alá a Hewlett Packard Enterprise Hungary tapasztalatai is.

„A HR feladatai közé tartozik, hogy olyan keretrendszert alakítson ki, amely támogatja a munkavállalók jóllétét” – mutat rá Magyar Mónika, a Hewlett Packard Enterprise Hungary HR-vezetője. Hozzáteszi, hogy „a HPE-nél ennek az első lépése a felmérés: belső kérdőívek vagy munkacsoportok, akár külső szakértők bevonásával. Így tudunk reális képet kapni a munkavállalói igényekről, hiszen a kezdeményezések általában ott csúsznak félre, ha nem a valós visszajelzésekre, hanem mondjuk a vezetőség vagy a HR által elképzelt lehetséges megoldásokra koncentrálnak. Gyakori hiba még, ha a szervezet csak a tüneteket kezeli, nem pedig a kiváltó okokat. Tapasztalataink szerint a munkavállalóink kifejezetten nyitottak a különböző közösségi- és egészségprogramokra, ha a kezdeményezések relevánsak számukra.”

A vállalat wellbeing-stratégiája négy pilléren épül: a fizikai, a mentális, a pénzügyi és a közösségi jóllétre. A programok között megtalálhatók a rendszeres szűrővizs-

gálatok, az egészségbiztosítás, a sportolási lehetőségek – például az AYCM és a Longevity program –, valamint az Employee Assistance Program, a wellbeinget támogató alkalmazások, a stresszkezeléssel, alvásmínőséggel és mindfulnessszel foglalkozó workshopok. Emellett a Global Wellness Challenge, a Wellness Friday extra szabadnapjai, a pénzügyi wellbeinget támogató Fidelity program és a rendszeres közösségi események is a hosszú távú stratégia részét képezik.

„A munkahelyi egészségfejlesztés akkor hatékony, ha beépül a vállalat mindennapi működésébe, és a hosszú távú wellbeing- és megtartási stratégia részévé válik. Nálunk ez azt jelenti, hogy a témát folyamatosan napirenden tartjuk, figyelünk a visszajelzésekre, és ha szükséges, változtatunk a programokon, illetve rendszeresen finomhangoljuk azokat. A megközelítés eredményességét külső visszajelzések is alátámasztják: az utóbbi évek során több szakmai elismerést is kaptunk, amelyek mind visszaigazolják a befektetett munkánk sikerességét” – mondja Magyar Mónika.

A vezetőknél múlik, hogy a prevenció stratégia vagy kampány marad

A két szervezet eltérő területen működik, mégis ugyanarra a következtetésre jutott: a munkavállalók jólléte nem építhető alkalmi akciókra. Egy gyümölcsnap vagy egy motivációs tréning önmagában nem oldja meg a krónikus stresszt, az alváshiányt vagy a mozgásszegény életmódból fakadó problémákat.

Harmati-Györfy Krisztina szerint a vezetők felelőssége nem ér véget azzal, hogy elindítanak egy-egy programot. A mindennapi működésben kell olyan környezetet teremteniük, amelyben a munkatársak hosszú távon is jól tudnak teljesíteni.

„Az egyik legfontosabb, hogy mindenki legyen a helyén: a megfelelő pozícióban, olyan feladatokkal, amelyek közel állnak a tudásához és a személyiségéhez. Legalább ilyen fontos, hogy minden kolléga érezze: számít a véleménye, merjen felelősséget vállalni és biztonságban érezze magát a csapatban” – emeli ki a szakértő. Továbbá hozzáteszi, hogy a kiegészítő megelőzésében a vezetőknek szintén kulcsszerepük van: „vezetőként nem az a feladatunk, hogy kihasználjuk azt, aki mindig többet vállal, hanem hogy időben visszatereljük egy fenntartható munkatempóhoz. Ez nemcsak az adott kolléga, hanem az egész csapat érdeke.”

A Hotel Európa Fit prevenciók tapasztalatai és a HPE vállalati gyakorlata tehát ugyanazt az üzenetet közvetítik: a munkavállalók egészségének támogatása nem költség, hanem hosszú távú befektetés. Azok a szervezetek, amelyek felméri dolgozóik valós igényeit, a prevenciót a mindennapi működés részévé teszik, és folyamatosan fejlesztik programjaikat, nemcsak egészségesebb munkavállalókat, hanem stabilabb, elkötelezettebb szervezetet is építenek. Mindez jól mutatja, hogy a tudatos egészségfejlesztés a szervezeti fenntarthatóság és a versenyképesség egyik meghatározó tényezőjévé vált.

Bodó Gabriella, Lázár Fruzsina

BÉRES

**KÖZVETLEN
VÁSÁRLÁS**

**VÁSÁROLJON MUNKATÁRSAI VAGY
PARTNEREI RÉSZÉRE BÉRES TERMÉKEKET!**



Termékeinkről a www.beres.hu honlapon tájékozódhat, igény esetén szívesen segítünk a csomag kialakításában.

Cégére szabott, kedvező árainkkal kapcsolatban keresse info@beres.hu

A Béres C-vitamin 1000 mg + 2000 NE D₃-vitamin filmtablettában található C- és D-vitamin hozzájárulnak az immunrendszer megfelelő működéséhez. A Béres C-vitamin 1000 mg + 2000 NE D₃-vitamin filmtabletta, az Actival Gumivitamin felnőtteknek, a Béres Magnéziumbiszglycinát + B₆ kapszula, a Béres Szemerő FORTE filmtabletta, és a Béres Kollagén, Hialuronsav, C-vitamin cukormentes gumitabletta étrend-kiegészítő készítmények. Az étrend-kiegészítő nem helyettesíti a kiegyensúlyozott, vegyes étrendet és az egészséges életmódot. Béres Csepp Plusz belsőleges oldatos cseppek gyógyszernek nem minősülő gyógyhatású készítmény. Forgalmazza: Béres Gyógyszergyár Zrt., 1037 Budapest, Mikoviny utca 2-4. www.beres.hu BÉRES2607ADB

**A KOCKÁZATOKRÓL ÉS A MELLÉKHATÁSOKRÓL OLVASSA EL A BETEGTÁJÉKOZTATÓT,
VAGY KÉRDEZZE MEG KEZELŐORVOSÁT, GYÓGYSZERÉSZÉT!**