









FIRMA PRO ZDRAVÍ

# FIRMA PRO ZDRAVÍ

*„DOBŘE VĚCI MOHOU VZNIKAT VE STAVU  
TĚLESNÉ, DUŠEVNÍ A SOCIÁLNÍ POHODY.“*

# KDO JSME...

-  **INSPIRUJEME ZAMĚSTAVATELE NA TÉMA ZDRAVÍ**
-  **VÍME JAK NA TO MÁME METODIKU**
-  **PROGRAMY EKONOMICKÉ, EFEKTIVNÍ A DLOHODOBÉ**
-  **OCEŇUJEME CERTIFIKÁT KVALITY**
-  **SPOLUPRACUJEME S ODBORNÝMI GARANTY**
-  **RESPEKTUJEME FIREMNÍ KULTURU A STÁVAJÍCÍ PROGRAMY**



# KDO JSME... NAŠE CÍLE



**EKONOMICKÉ, EFEKTIVNÍ A DLOHODOBÉ PROJEKTY  
ZDRAVÝ, LOAJÁLNÍ, ZAUJATÝ ZAMĚSTNANEC  
PROSPERUJÍCÍ FIRMA S DOBROU POVĚSTÍ  
TÉMATA PRO PR, MARKETING, NÁBOR  
BENEFITY PRO CERTIFIKOVANÉ FIRMY OD STÁTU**

**PRACUJEME POD ZÁŠTITOU MINISTERSTVA ZDRAVOTNICTVÍ,  
MINISTERSTVA PRÁCE A OBCHODU,  
EVROPSKÉ RADY A  
SVĚTOVÉ ZDRAVOTNICKÉ ORGANIZACE WHO**



# STARAT SE O ZDRAVÍ ZNAMENÁ STARAT SE O BUSINESS

Všichni neustále usilujeme o to, abychom získali všechno, co chceme - skvělý vztah, skvělou práci, skvělý příjem, více hmotných "hraček" – měli bychom se ujistit, že tomu neobětujeme své zdravé tělo a mysl...

# STARAT SE O ZDRAVÍ ZNAMENÁ BÝT SPOLEČENSKY ZODPOVĚDNÝ



**JAK?** Každý, kdo se chce zabývat zdravím dospěje po čase k limitům daným prostředím. Zamýšlení se nad ZDRAVÍM A ZDRAVÝM ŽIVOTNÍM STYLEM tak vede postupně k zamýšlení se nad společností a k uvědomění si svého podílu zodpovědnosti na stavu společnosti. Společenská odpovědnost zahrnuje úlohu organizace na lokální, regionální, národní i mezinárodní úrovni s ohledem na její aktivity v oblasti podpory zdraví a zdravého životního stylu.



**...uvědomujeme si, že chtít po lidech výkony očekávané v době  
posledlé nadměrným růstem, vyššími zisky a většími bonusy,  
kdy nároky na výkonnost jsou silně přečerpány, může vést k  
ničivým důsledkům...**

**...ty postihují nejen nás samotné, ale i lidi, které milujeme  
nejvíce - naše rodiny (vztahy), blízké okolí, hodnoty které  
preferujeme (jistoty), na životní styl, který je šetrný nejen k  
lidem ale i prostředí ve kterém žijeme ...**

**... zodpovědnost za vlastní zdraví, zdraví bližních, edukace,  
příklad, umožnění lepšího přístupu, šetrnost**

**stres!!!**

**špatná výživa!!!**

**nedostatek pohybu!!!**

**nedostatek spánku!!!**

**kouření, alkohol!!!**

**!!!syndrom vyhoření**

**!!!kardiovaskulární onemocnění**

**!!!cukrovka**

**!!!obezita**

**!!!rakovina**

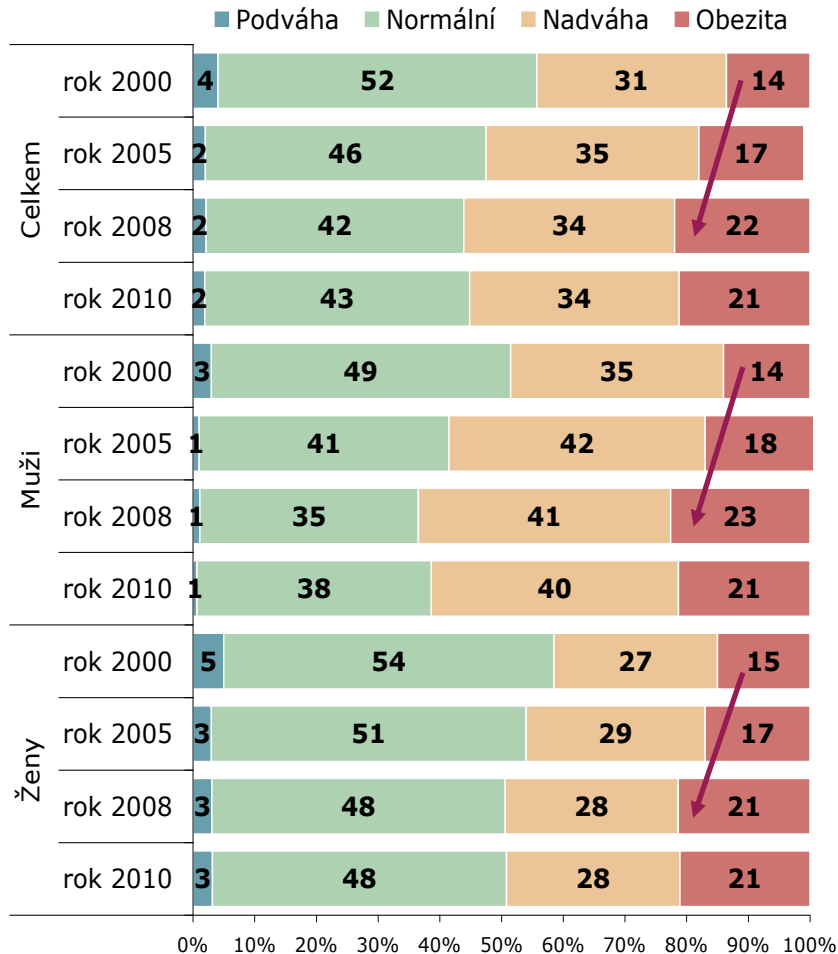


# PŘÍKLAD : OBEZITA - vývoj od roku 2000

## Obezita dle indexu BMI - Vývoj

**ZÁKLAD:** Všichni respondenti, n=3053 (2000), n=2096 (2005), n=2058 (2008), n=2065 (2010)

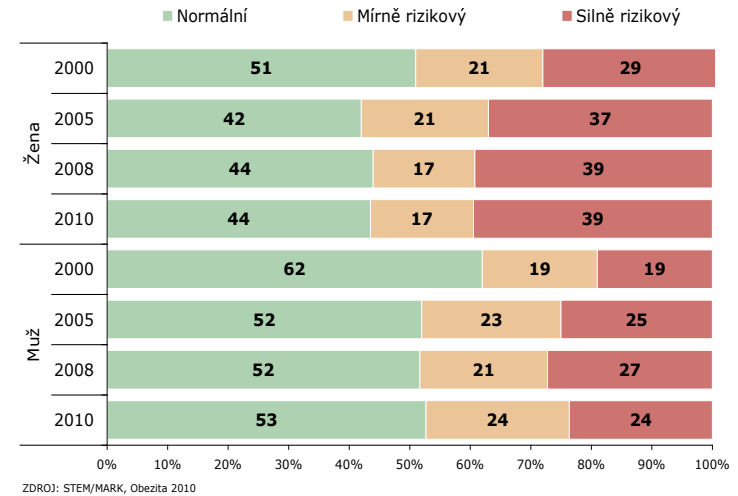
**POZNÁMKA:** Srovnání v letech 2000, 2005, 2008 a 2010



ZDROJ: STEM/MARK, Obezita 2010

## Obvod pasu - Vývoj

**ZÁKLAD:** Všichni respondenti, n=3053 (2000), n=2096 (2005), n=2058 (2008), n=2065 (2010)  
**POZNÁMKA:** Srovnání v letech 2000, 2005, 2008 a 2010



ZDROJ: STEM/MARK, Obezita 2010

- **Počet obézních roste na úkor lidí s ideální váhou**
  - Normální váhu si drží častěji ženy
  - Mezi respondenty s nadváhou je více mužů
  - Obézních mužů a žen je přibližně stejně
- **Společně s obezitou roste i obvod pasu**
  - Rizikový obvod pasu má téměř 50 % mužů a 60 % žen, z toho více než polovina velmi rizikový



# NAŠÍ ODBORNÍ GARANTI...



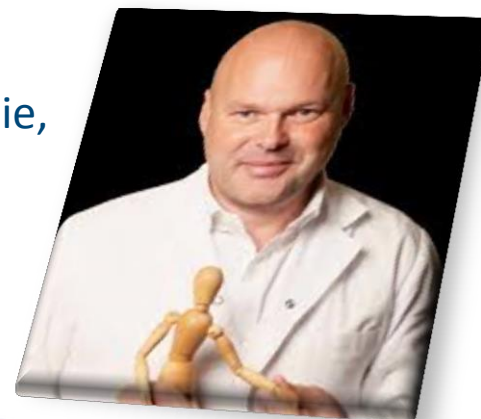
## PREVENCE NÁDOROVÝCH ONEMOCNĚNÍ

prof. MUDr. Jan Žaloudík, Csc, přednosta Masarykova onkologický ústavu Brno, předseda Zdravotního výboru Senátu PČR



## PREVENCE NEMOCI POHYBOVÉHO ÚSTROJÍ

prof. PaedDr. Pavel Kolář, Ph.D., přednosta kliniky fyzioterapie, Fakultní nemocnice Motol, přední český fyzioterapeut



## PREVENCE OBEZITY A CUKROVKY

prof. MUDr. Štěpán Svačina, DrSc., MBA, přednosta III. interní kliniky - kliniky endokrinologie a metabolismu 1.LF UK a VFN



# NAŠI ODBORNÍ GARANTI...

## PREVENCE A DUŠEVNÍ ZDRAVÍ

**Prof. MUDr. Cyril Höschl, DrSc., FRCPsych.**

Ředitel Národního ústavu duševního zdraví, profesor psychiatrie na 3. lékařské fakultě Univerzity Karlovy v Praze



## PREVENCE A DUŠEVNÍ ZDRAVÍ

**doc. MUDr. Martin Anders, Ph.D.** Předseda České

psychiatrické společnosti,

Docent Psychiatrická klinika 1. LF UK a VFN Praha



## PREVENCE ZÁVISLOSTI NA TABÁKU

**Prof. MUDr. Eva Králíková CSc,** Centrum pro závislé na tabáku III. interní klinika - klinika endokrinologie a metabolismu 1.LF UK a VFN Poliklinika VFN



# Zapojme se všechny, není to náročné!



# Nabídněte svým zaměstnancům víc:

- SPOLEČNÉ TÉMA - ZDRAVÍ
- ZÁJEM O KVALITU ŽIVOTA
- PŘÍLEŽITOST KE ZLEPŠENÍ ŽIVOTNÍHO STYLU
- TÉMA KE KOMUNIKACI
- ZÁJEM O RODINU
- EDUKACE
- NÁVODY
- ŘEŠENÍ



**ZÁLEŽÍ NÁM NA VÁS, CHCEME, ABYSTE SE CÍTLI DOBŘE**





FIRMA PRO ZDRAVÍ



SLAVNOSTNÍ OCENĚNÍ  
A UDĚLENÍ CERTIFIKÁTU  
FIRMA PRO ZDRAVÍ





**ZAPOJTE SE DO  
PROGRAMU  
FIRMA PRO ZDRAVÍ !**

**DĚKUJI ZA  
POZORNOST  
Mgr. Yvona Hartlová  
+420 602 212 454**

- **Bonifikace ze strana státu**
- **Posílení pozice CSR**
- **Vyšší účinnost náboru**
- **Zdravý a loajální zaměstnanec**
- **Silné téma pro komunikaci**
- **Certifikát FIRMA PRO ZDRAVÍ**

