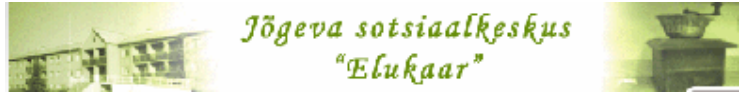


Terve töötaja profülaktiline ravi massaaži abil

Ettevõtte: Jõgeva Sotsiaalkeskus
Elukaar

Parima praktika sihtgrupp: kõik ettevõtte töötajad



Probleem:

Sotsiaalkeskuse töötajaid ohustavad nii füsioloogilised kui psühholoogilised ohutegurid, mistõttu on oluline mõelda personalile profülaktilise abi pakkumise võimalustele enne, kui neil tekib tervisega probleeme.

Parima praktika tegevuse kirjeldus:

Alates 2010. aasta oktoobrist võtsime pingete leevendamise vahendidana kasutusele massaažitooli. Töötajatel on võimalus registreerida selle kasutamiseks aeg ning saada massaažitoolil 20 minutit lõõgastavat massaaži lõuna- või kohvipausi ajal või ka pärast tööpäeva lõppu. Massaažitooli kasutamine ei eelda lahtiriietumist ning seda on võimalik kasutada operatiivselt tööpäeva kestel. Töötaja ise saab valida endale sobiva programmi.

Tulemused:

Massaaživõimaluse tagamisega paraneb nii töötajate vaimne kui ka füüsiline toonus.



Massaažitool aitab töötajatel lõõgastuda.

Foto: Jõgeva Sotsiaalkeskus Elukaar