

Zdrowie

Rozwój

Równowaga



*Dbanie o pracowników to nie tylko
zapewnienie miejsca pracy.*

*To tworzenie środowiska,
w którym można
bezpiecznie pracować,
rozwijać się i zachować
równowagę między pracą
a życiem prywatnym.*



Czym jest dbanie o pracownika?



To tworzenie środowiska,
w którym możemy:



dbać o zdrowie,
rozwijać swoje kompetencje,
zachować równowagę
między pracą a życiem
prywatnym,
czuć się bezpiecznie i
szanowani.

**Bo kiedy pracownicy czują
się dobrze, zyskują wszyscy.**

ZDROWIE ZACZYNA SIĘ OD PROFILAKTYKI

Zdrowie to nasz największy kapitał. Warto o nie dbać każdego dnia – nie tylko wtedy, gdy coś nas boli.

Profilaktyka to klucz do długiego i dobrego życia. Regularne badania i świadome nawyki pozwalają nam:

- ✓ wykrywać choroby we wczesnym stadium
- ✓ szybciej rozpocząć leczenie
- ✓ dłużej cieszyć się dobrym zdrowiem





ROZWÓJ TO INWESTYCJA W SIEBIE



Szkolenia

Rozwijaj wiedzę i kompetencje zawodowe.



Nowe zadania

Podejmuj wyzwania, które poszerzają Twoje horyzonty.



Współpraca

Ucz się od innych i dziel swoim doświadczeniem.



Wymiana doświadczeń

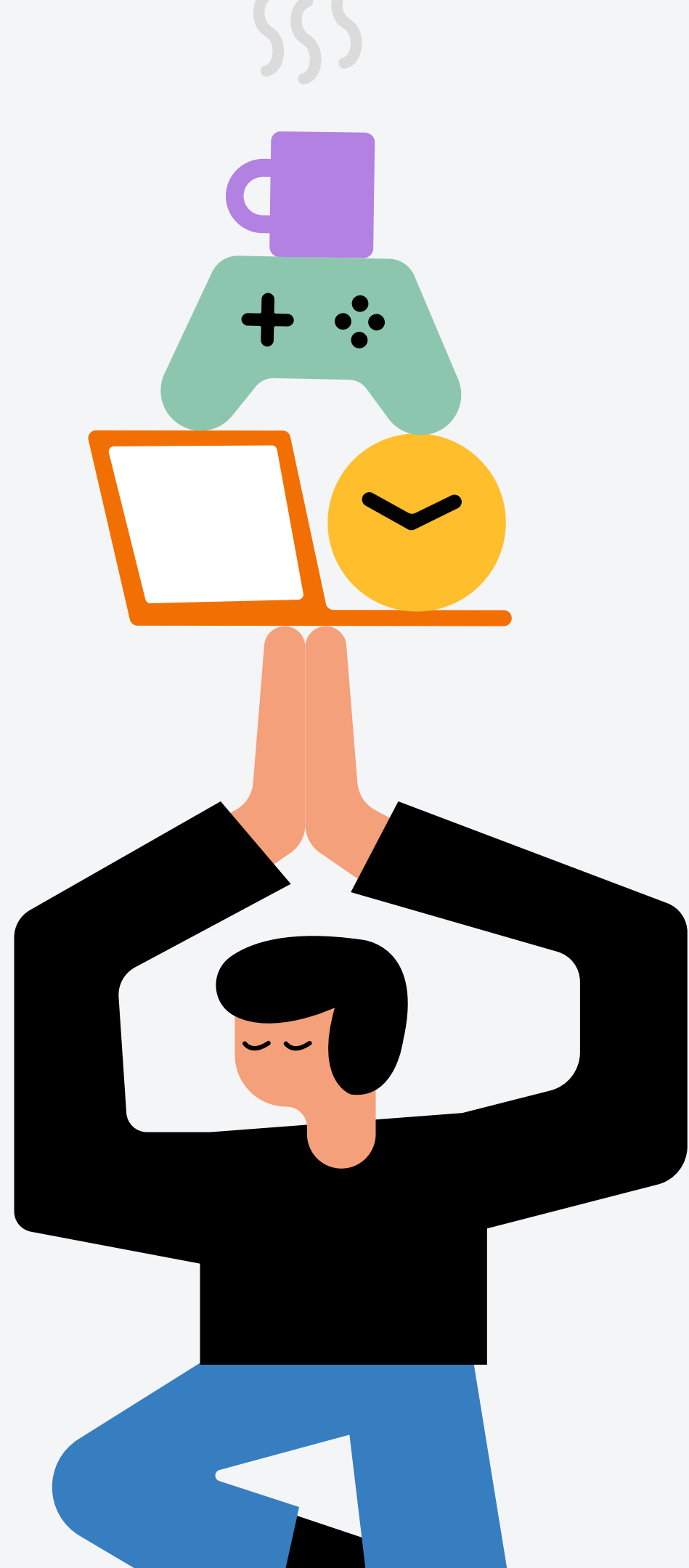
Rozmowy z innymi to cenne źródło inspiracji.



Nowe umiejętności

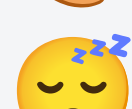
Każda nowa umiejętność to krok do przodu.

„Rozwijając siebie, rozwijamy także naszą organizację.”



WORK-LIFE BALANCE

Równowaga między pracą a życiem prywatnym to fundament dobrostanu. To oznacza znalezienie czasu na:

-  Rodzinę
-  Odpoczynek
-  Aktywność fizyczną
-  Pasje
-  Regenerację

**„Odpoczynek nie jest stratą czasu.
Jest źródłem energii.”**

**Czas poza pracą to inwestycja
w Twoje zdrowie, relacje i efektywność.**

WELLBEING ZACZYNA SIĘ OD MAŁYCH RZECZY



Nawodnienie



Krótką przerwa



Odpowiednia ilość snu



Rozmowa z bliskimi



Chwila tylko dla siebie



**„Małe nawyki
tworzą wielką
zmianę.”**

Jak dbamy o naszych pracowników?



Promujemy profilaktykę zdrowotną – bo zdrowie to nasz największy kapitał.



Wspieramy rozwój kompetencji – szkolenia, nowe wyzwania i wymiana doświadczeń.



Zapewniamy bezpieczne środowisko pracy – fizyczne i psychiczne.



Promujemy równowagę między pracą a życiem prywatnym.



Budujemy kulturę szacunku, współpracy i odpowiedzialności.

**Bo dobre miejsce pracy stworzymy
wspólnie – każdego dnia.**

A co możemy zrobić sami?



Każdy z nas ma wpływ na swoje miejsce pracy. Możemy:

- wykonywać badania profilaktyczne,
- korzystać z urlopu i czasu na odpoczynek,
- rozwijać swoje umiejętności,
- wspierać współpracowników,
- reagować na niebezpieczne sytuacje,
- dbać o dobrą atmosferę.

**Dobre miejsce pracy
tworzymy wspólnie.**

PAMIĘTAJ

Dbając o siebie...



dbasz o swoje zdrowie,



rozwijasz swój potencjał,



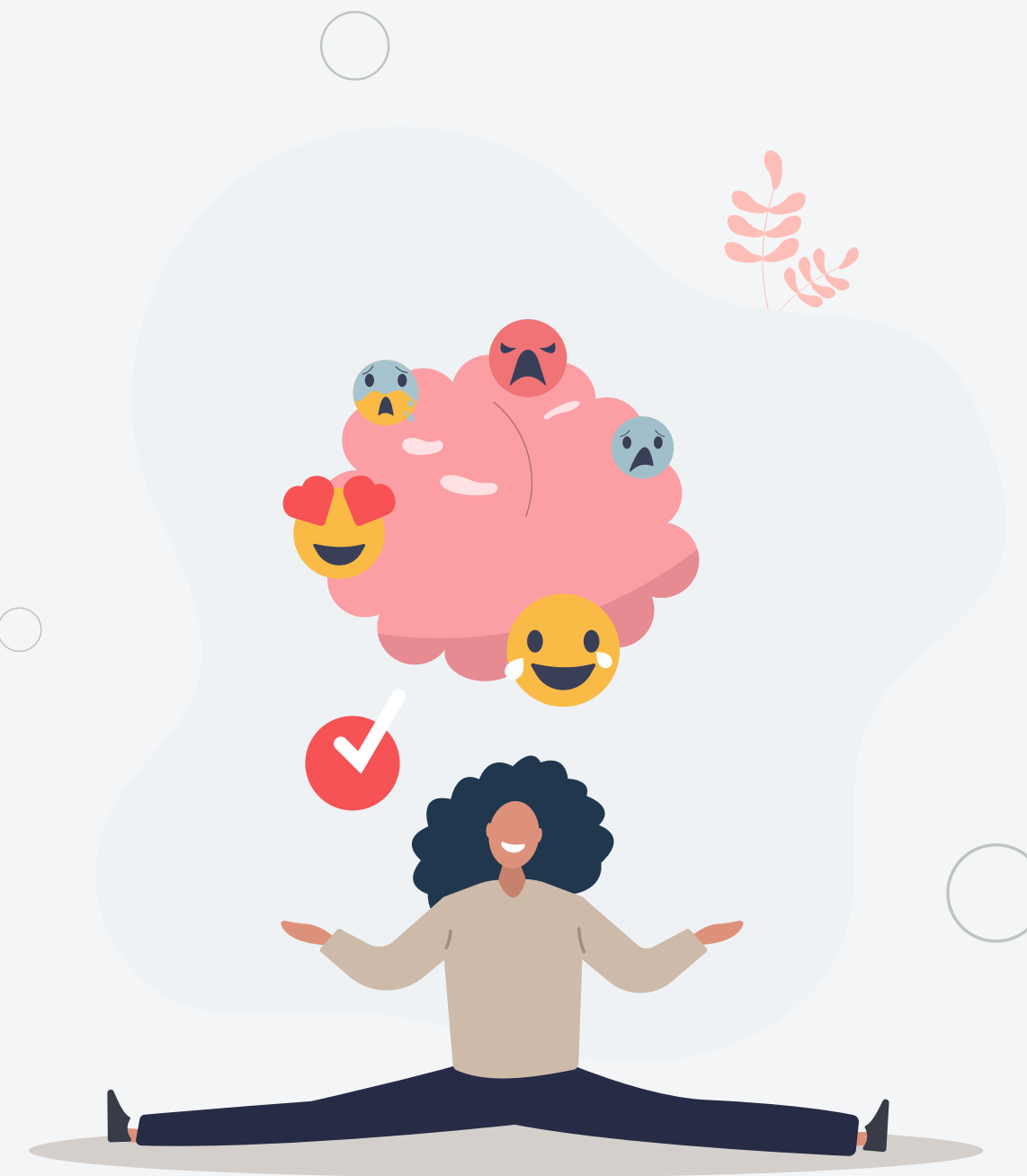
zachowujesz równowagę,



budujesz lepsze relacje,



tworzysz lepsze miejsce pracy.



Dbamy o pracowników bo wierzymy, że najlepsze efekty osiągamy wtedy, gdy:

 **jesteśmy zdrowi,**

 **stale się rozwijamy,**

 **potrafiemy zachować równowagę między pracą a życiem prywatnym.**

**To nie tylko standard. To sposób,
w jaki chcemy pracować każdego dnia.**

