

TERVISLIK TOITUMINE TÖÖKOHAL



ERICSSON EESTI AS

EVELY GOROBINSKI



Euroopa Liit
Euroopa Sotsiaalfond



Eesti tuleviku heaks



ERICSSON EESTI TALLINNA TEHAS



- 1300 Ericssoni töötajat
- Lisaks renditöötajad
- Kokku ca 3000 töötajat

- 40% mees-, 60% naistöötajat
- 30% eesti-, 65% vene-,
10% muudest rahvustest (13 erinevat rahvust)
- Keskmine vanus 35

- Tehas töötab 24/7
- 4 vahetust



TERVISLIK ELUVIIS



- Toitu tervislikult
- Liigu aktiivselt
- Loobu suitsetamisest
- Väldi ülekaalu
- Tarbi piisavas koguses vett
- Puhka piisavalt



TERVISLIK TOITUMINE

MIKS ME SELLEGA TEGELEME?



- Pikk tööpäev
- Füüsiline-pingeline töö
- Töö olemus ei võimalda lahkuda töökohast (majast)
- Raha ei jätku
- Toit pole alati kaasas
- Kohv ja mõned võileivad
- Ühekülgne toit kodus
- Mis on tervislik toitumine?



TERVISLIK TOITUMINE

MIDA ME ETTE VÕTSIME?



- Teadlikkusse tõstmine tervislikust toitumisest
- Söökla uus kontseptsioon
- Tasuta soe lõuna igale töötajale
- Tervisekampaaniad kõikidele töötajatele
- Teemanädalad

KOOSTÖÖ TOITLUSTAJAGA



- Koostöö - õnnestumise võti
- Väljakutse
 - ✓ 24/7- toitlustamine
 - ✓ 2000 sööjat ööpäevas
- Võtmetegevused
 - ✓ Uus tehnoloogia
 - ✓ Uued töötajad
 - ✓ Laiem/tervislikum valik
 - ✓ Uuel tasemel teenuse ja teeninduse pakkumine
- Ootused - kaasamõtlemine, uuendusmeelsus, kiire tegutsemine, paindlikkus



TERVISLIK TOITUMINE TÖÖKOHAL

MIDA SEE MEILE ANNAB?



- Tervem töötaja =
efektiivsem töötaja
- Töötajate kaasamine/seotus=
rahulolevam töötaja
- Tööandjana töötajate tervisest
hoolimine =
õnnelikum töötaja
- Tervisliku toitumise teema
propageerimine ja töötajate
teadlikkuse tõstmine –
teadmised koju kaasa =
tervem ühiskond



ERICSSON