

Ευεξία

Πιστή στην αποστολή της να βοηθά τους ανθρώπους να ζουν περισσότερο και καλύτερα, η Novartis δημιούργησε την παγκόσμια πρωτοβουλία “Energized for Life” που εστιάζει στην απελευθέρωση της δύναμης των ανθρώπων της, βελτιώνοντας την ψυχική και σωματική τους ευεξία αλλά και την κοινωνική τους ευημερία. Πρόκειται για μια μοναδική, καινοτόμα και ολιστική προσέγγιση, με επίκεντρο τον κάθε έναν εργαζόμενο η οποία, εκτιμώντας την διαφορετικότητα, προσφέρει σε όλους την ευκαιρία να γίνουν η καλύτερη εκδοχή του εαυτού τους, πάντα και παντού.

Στην Ελλάδα, το πρόγραμμα Energized for Life έχει τέσσερις πυλώνες δραστηριοποίησης: Την κίνηση (Movement) που στοχεύει στη βελτίωση της φυσικής κατάστασης, τη διατροφή (Nutrition) που αποσκοπεί στην καλή διατροφή, την αποκατάσταση (Recovery) που επιδιώκει την επαναφόρτιση ενέργειας και την κουλτούρα (Mindset) που εστιάζει στη διαμόρφωση κουλτούρας στον οργανισμό. Σε κάθε πυλώνα, ομάδες εθελοντών υποστηρίζουν την υλοποίηση προτάσεων από τον ευρύτερο οργανισμό, όπως αυτές χαρτογραφούνται μέσω ερευνών και ερωτηματολογίων.

Οι εθελοντικές ομάδες έχουν ολοκληρώσει μια σειρά από δράσεις, αναζωογονώντας τους εργαζόμενους σωματικά και ψυχικά. Η ομάδα Movement, αναγνωρίζοντας τα οφέλη της άσκησης και με στόχο να προσφέρει ενέργεια, αισιοδοξία και δύναμη στους εργαζόμενους, συμπεριέλαβε στην καθημερινότητά τους τη σωματική άσκηση.



Εβδομαδιαίες προπονήσεις τρεξίματος, μπάσκετ, τένις, beach volley, yoga/pilates ενίσχυσαν την ομαδικότητα και τη συνεργασία, ενώ δημιουργήθηκε η ομάδα Novartis Running με συμμετοχή πάνω από 60 εργαζομένων σε αγώνες Μαραθωνίου και Ημιμαραθωνίου. Εστιάζοντας στην ισορροπημένη διατροφή και την καθημερινή ευεξία, η ομάδα Nutrition δημιούργησε έναν γρήγορο οδηγό καλής διατροφής για τους συναδέλφους στο πεδίο και για όσους ταξιδεύουν συχνά. Στους εργαζόμενους στα γραφεία προσέφερε διατροφικές πληροφορίες μέσω newsletter και υγιεινές επιλογές διατροφής στην καντίνα της εταιρείας. Μέσω ενός προγράμματος 8 εβδομάδων υποστήριξε τους ανθρώπους της να σχεδιάσουν το δικό τους, εξατομικευμένο πρόγραμμα διατροφής ενώ όσοι επιθυμούσαν την απώλεια βάρους έλαβαν 50% έκπτωση για 6 μεμονωμένες επισκέψεις σε κλινικό διατροφολόγο. Επιδιώκοντας να τροφοδοτήσει τους ανθρώπους της με ιδέες και να συμβάλει στην ανάκτηση της ενέργειας σε όλα τα επίπεδα, η ομάδα Recovery διοργάνωσε συνεδρίες διαλογισμού με ειδικούς του χώρου, συνεδρίες με ψυχολόγους πάνω σε επίκαιρα θέματα και επαναλειτούργησε το “Recovery Room”, έναν ειδικά διαμορφωμένο χώρο στις εγκαταστάσεις της εταιρείας για χαλάρωση και ανασύνταξη.

Με στόχο την ανάπτυξη ενός διαφορετικού τρόπου σκέψης, η ομάδα Mindset διοργάνωσε ομιλίες και εργαστήρια με σημαντικούς καλεσμένους και θέματα για τον εθελοντισμό, την ενσυναίσθηση, την κουλτούρα, την ενδυνάμωση, τις καθημερινές προκλήσεις αλλά και τις ευκαιρίες για ανάπτυξη των ανθρώπων της. Η μουσική, οι επιλογές βιβλίων, μουσείων και θεάτρων προς επίσκεψη συγκαταλέγονται ανάμεσα στις δράσεις που υλοποιήθηκαν για να έρθουν σε επαφή οι εργαζόμενοι με διάφορα είδη τέχνης και πολιτισμού. Παράλληλα πραγματοποιήθηκαν διαδικτυακές συναντήσεις με βασικό μέλημα την αντιμετώπιση της νέας κανονικότητας.

Η πρωτοβουλία Energized for Life ξεκίνησε στην Novartis Hellas το 2018, και συνεχίζεται μέχρι σήμερα. Η συμβολή του στην σωματική και ψυχική ευεξία των εργαζομένων ήταν ακόμα μεγαλύτερη κατά τη διάρκεια της πανδημίας και των lockdowns. Τα αποτελέσματα εσωτερικής σφυγμομέτρησης έδειξαν ότι το πρόγραμμα άγγιξε μέσα σε διάστημα δύο ετών, περισσότερους από τους μισούς εργαζόμενους της εταιρίας με τουλάχιστον μία από τις δράσεις του, φτάνοντας σε βαθμό ικανοποίησης το 97%.





GR2205032046

Source URL: <https://www.novartis.com/gr-el/careers/well-being>

List of links present in page

- <https://www.novartis.com/gr-el/gr-el/careers/well-being>