

TÖÖTAJATE TERVIS JA HEAOLU

Volvo Estonia OÜ, Kadri Arraste





Volvo Grupp on maailma juhtiv veokite, busside, ehitusmasinate ning mere- ja tööstusmasinate tootja.



Volvo Grupis töötab ülemaailmselt rohkem kui 100 000 inimest. Volvo Grupil on tootmisüksused 18 riigis ning meie tooteid müüakse rohkem kui 180 turul.



Volvo Trucks



Suuruselt teine raskeveokite tootja maailmas.



VOLVO ESTONIA

- Volvo veokite müük ja hooldus
- Neli esindust: Tallinn, Tartu, Pärnu ja Jõhvi
- Töötajate arv: 93





Unedited sample. Please do not use © Jarek Jõepera



VÄÄRTUSPAKKUMINE

Toetame sinu tööd ja arengut, väärtustame meeskonnatööd, **hoolime sinu tervisest ja toetame sportlikke eluviise**, sinu lähedased on meile olulised.



- Töötajate tervisealase teadlikkuse tõstmine
- Töötajate motiveerimine liikumisharrastuseks
- Teadlik lähenemine töötajate füüsilise ja vaimse tervise parendamisele
- Ennetavatele tegevustele keskendumine
- Valikuvõimalus
- Koos sportimine – lähedaste ja klientide kaasamine
- Sport ja heategevus



- Kompenseerime 50% treening- ja võistluskuludest
- Ühisosalus SEB Tallinna Maratonil – teeme koos head!
- Ühisosalus Tartu Rattarallil
- Volvo rattakolleksioon rattakolleksioon 50% soodsamalt
- Ühisosalus tervisekõnd ja –jooks sarjas
- Hoolime töötaja tervisest – tervisekuu
- Mesi, sidrun, ingver
- Gripivaktsiin
- Värsked puuviljad
- Ergonoomiline töökeskkond ja – vahendid
- Paindlik tööaeg
- Regulaarsed tervisekontrollid
- Prillide kompensatsioon nii kontori kui töökoja töötajatele



Terviseuuringud
Lühiloengud
Näidistreeningud
Endomondo väljakutse
Rabamatk
Massaažitoolid

Volvo Estonia TERVISEKUU 2016



Tervisekuu raames toimuvad Volvo Estonia esindustes terviseiga seotud ettevõtmised, mille eesmärgiks on Volvo Estonia töötajate tervisealase teadlikkuse tõstmine. Tutvu võimalustega lähemalt **Trucks Portalis Volvo Estonia sisevõrgus**.

| Kuupäev | Kell | Esindus | Aktiviteet |
|---------|-------|---------|---|
| 10.04 | 16:00 | Tallinn | Jaahoki näidistreening |
| 12.04 | 9-17 | Tallinn | Terviseuuringud |
| 13.04 | 9-17 | Tallinn | Terviseuuringud ja individuaalsed toetumisnõustamised |
| 13.04 | 10:00 | Tallinn | Loeng „Toitumine ja treening“ |
| 15.04 | 9-17 | Tartu | Terviseuuringud ja individuaalsed toetumisnõustamised |
| 15.04 | 14:30 | Tartu | Loeng „Toitumine ja treening“ |
| 20.04 | 12:00 | Pärnu | Loeng „Toitumine ja treening“ |
| 18.04 | 10:00 | Tallinn | Loeng „Stress ja kuidas sellega toime tulla“ |
| 26.04 | 08:00 | Tartu | Loeng „Stress ja kuidas sellega toime tulla“ |
| 29.04 | 08:30 | Tallinn | Loeng „Müra mõju minu kuulumisele“ |
| 01.05 | 11:00 | Tallinn | Rabamatk Viru rabas. Kogu perele! |
| 01.05 | 11:00 | Tartu | Räätsamatk Meenikunno rabas. Kogu perele! |
| 06.05 | 12:00 | Tartu | Loeng „Müra mõju minu kuulumisele“ |

Lisaks:

- Tervisekuu Endomondo väljakutse ehk „Koige rohkem kilomeetreid jalgadel!“
- Aprillis Volvo Estonia esindustes massaažitoolid!
- Koikidele Volvo Estonia töötajatele ühekordne tasuta Myfitness spordiklubi külastus.

Lisainformatsioon tervisekuu kohta Kadri Arraste (kadri.arraste@volvo.com) või Kristina Nukka (kristina.nukka@volvo.com).

*Volvo Estonia on Tervist Edendavate Töökohtade võrgustiku liige

VOLVO



AITÄH!



Kadri Arraste kadri.arraste@volvo.com



Europa Liit
Euroopa Liit
Regionaalarengu Fond



Eesti
tuleviku teemaks



SportEST estonia.ee

