

2009. A prevenció éve  
ISD DUNAFERR Zrt. II. Munkavédelmi Hét  
2009. október 12-16.

---

**FELHÍVÁS**

Az ISD DUNAFERR vezetése 2009. évet a prevenció évének nyilvánította.  
A megelőzés eredményességének növelése érdekében kerül megrendezésre a munkahelyi  
egészségfejlesztési tréning nap

**A legtöbbet Te tehetsz érte**  
címmel.

A munkahelyi stressz kezelésében való hiányosságok feloldását szolgálja a **„Munkahelyi stressz eredményes kezelése”**, a testsúllyal kapcsolatos problémák megoldására az **„Energia egyensúly kialakítása és fenntartása”**, a dohányzás gondjaival megküzdés segítésére pedig a **„Tegyük le a cigit!”** című tréning.

A munkahelyi egészségfejlesztésben jártas szakemberek (Országos Egészségfejlesztési Intézet, Egészségesebb Munkahelyekért Egyesület) irányításával a jelentkező munkatársaink alkalmassá válnak arra, hogy az eddigieknél jobban tudjanak megbirkózni a munkahelyi stressz kihívásaival, jobban tudják kézben tartani az energia egyensúlyukat (azaz a táplálkozás és a testmozgás optimalizálását), jobban tudjanak megbirkózni a dohányzásról való leszokás nehézségeivel.

A tréningekre 2009. október 15-én 8<sup>00</sup> és 15<sup>00</sup> között kerül sor. A tréningek helyszínei a képzési és fejlesztési főosztály kijelölt termeiben kerül sor.

A tréningcsoportokba a jelentkezéseket a 30-84-es telefonszámon, illetve a [rjurinka@rt.dunaferr.hu](mailto:rjurinka@rt.dunaferr.hu) e-mail címen várjuk, legkésőbb 2009. október 5-ig. A jelentkezéskor kérjük pontosan megadni azt az információt, hogy a jelentkező mely tréningen kíván részt venni. A tréningek tartalmával, részleteivel kapcsolatos kérdésekkel kérjük forduljanak Kapás Zsolt szakértőhöz. (telefon: 18-91, e-mail: [zskapas@rt.dunaferr.hu](mailto:zskapas@rt.dunaferr.hu))

A csoportmunka eredményessége érdekében a csoportok létszámát 15 főben maximáltuk. A csoportmunkában az első 15 jelentkező munkatársunk vehet részt.

Kérem a tréningre jelentkező munkatársak munkahelyi vezetőit, hogy az eredményes munkához, a részvételhez szükséges támogatást adják meg.

Valeriy Naumenko  
vezérigazgató