

Tjelesna aktivnost i zdravlje – Walk the Talk

Physical Activity and Health – “Walk the Talk”

**ANA BAČIĆ, BLAGICA PETROVAC ŠIKIĆ, HANA ALBORGHETTI, JASMINA PETROVIĆ MAYER,
MARTA VRKIĆ, MATEA TIČINOVIĆ, TAMARA SUŠANJ ŠULENTIĆ, VLATKA PIETERS**

PLIVA HRVATSKA d.o.o.

SAŽETAK _____ PLIVA kao najveća farmaceutska kompanija u regiji posvećuje veliku pozornost svojim zaposlenicima, jer su ljudi najveća snaga. U PLIVI se živi slogan: „PLIVA – to su ljudi“, a angažman zaposlenika gradi se i potiče na različite načine. PLIVA svojim akcijama i inicijativama koje pokreće kontinuirano pokazuje da je pomaganje dio njezine korporativne kulture te da svijest o važnosti brige za društvo u kojem radi i djeluje prenosi i na svoje zaposlenike. U PLIVI su posebno ponosni na zaposlenike jer se često i rado odazivaju pozivima za sudjelovanje u različitim humanitarnim akcijama i događanjima vjerujući da će svojim primjerom i angažmanom dodatno potaknuti zajednicu na djelovanje.

KLJUČNE RIJEČI: zdravo radno mjesto, tjelesna aktivnost, kultura kompanije, zaposlenici, angažman

SUMMARY _____ PLIVA, as the largest pharmaceutical company in the region, pays particular attention to its employees, as the strongest asset of the company. PLIVA lives by its motto “PLIVA is its people”, developing and encouraging employee engagement in various ways. By launching initiatives and campaigns, PLIVA continuously demonstrates that helping others is part of its corporate culture and that it raises the employees’ awareness of the importance of serving the community in which it operates. PLIVA is particularly proud of its employees for readily taking part in various charity campaigns and events, believing that their example and engagement will additionally galvanize the community into action.

KEY WORDS: healthy workplace, physical activity, corporate culture, employees, engagement



Uvod

Prema definiciji Svjetske zdravstvene organizacije, zdravlje je stanje potpunoga tjelesnog, duševnog i socijalnog blagostanja, a ne samo odsutnost bolesti i iznemoglosti (1). Mi u Plivi svjesni smo da je unaprijeđenje zdravlja proces jačanja ljudi kako bi preuzeli kontrolu nad svojim okruženjem i svojim zdravljem i time ga unaprijedili, promijenili ili prilagodili (2). Pliva se aktivno uključila u projekt „Tvrтка prijatelj zdravlja“ (3, 4) i za svoje zaposlenike organizira niz aktivnosti, radionica, potiče na tjelesnu aktivnost i zdravu prehranu te očuvanje cjelokupnog zdravlja.

Inicijative u području promicanja zdravlja sustavno provodimo kao projekt od 2012. godine (5), radi podizanja svijesti zaposlenika o potrebi brige za zdravlje i izvan smjernica propisanih zakonom od tada smo se usmjerili na podizanje svijesti, prehranu, važnost tjelesne aktivnosti te sistematske preglede. Kontinuirano ga dopunjavamo i unapređujemo pa je projekt sada podijeljen u četiri strateški usmjerene cjeline: Prehrana (*Eat*), Tjelesna aktivnost (*Play*), Stres i mentalno zdravlje (*Relax*) te preventiva – osvještavanje učenjem (*Learn*). Projekt obuhvaća holistički pristup u promicanju brige za zdravlje zaposlenika, stjecanje zdravih životnih navika te stvaranje kulture zdravlja i dobrobiti u privatnom i poslovnom životu (6). Zaposlenici su zadovoljni kada vide da se kompanija brine za njihovo zdravlje, a mi smo svjesni

da su upravo ljudi pokretač PLIVINA uspjeha (7).

Koliko aktivnosti usmjerenih na brigu za zdravlje stane u jednu godinu?

Ako bismo krenuli nabrajati sve aktivnosti usmjerene na brigu za zdravlje plivaša, popis bi vjerojatno premašio okvire ovog izdanja. Razlog je što posljednjih nekoliko godina u PLIVI imamo niz internih inicijativa pod nazivom „Zdravlje na radnome mjestu“ (*Healthy workplace*), kojima se promiče podizanje svijesti o važnosti brige za vlastito zdravlje, prehranu, mentalno zdravlje, kao i o važnosti tjelesne aktivnosti te prihvaćanja zdravih životnih navika u privatnom i poslovnom životu.

Prolazeći pokraj PLIVINE lokacije, možda ćete zateći zaposlenike kako rano ujutro vježbaju *Tai Chi* (slika 1.), u popodnevnim satima kako se koriste *fitness*-spravama na otvorenome (slika 2.), a možda ćete vikendima na nekoj planinarskoj stazi zateći planinare Sportskog društva PLIVA ili pokraj vas na otočnoj *trail*-utrci može protrčati neki od članova trkačke sekcije. O tim i sličnim aktivnostima naknadno se čita i u PLIVINU Magazinu i na društvenoj mreži *Yammer*, čime nastojimo istaknuti i promovirati ovakvu vrstu angažmana naših zaposlenika te potaknuti i ostale da učine nešto za svoje zdravlje.

Aktivnosti vezane za zdravlje zaposlenika, važnost kretanja

i prevencije bolesti objavljujemo i promoviramo u različitim izdanjima novina radi širenja svijesti i kod šire populacije građana.

SLIKA 1. *Tai Chi* na PLIVINOJ lokaciji



SLIKA 2. *Fitness-sprave* na PLIVINOJ lokaciji



PLIVA iznimno podupire kulturu osvještavanja brige za zdravlje i potiče zaposlenike da se pokrenu i u svakom trenutku naprave malen, ali znatan doprinos za sebe. Jedna od takvih inicijativa jest „Zdrava aktivna pauza“. Programom aktivnih pauza na radnome mjestu redovito promičemo važnost tjelesne aktivnosti, istezanja i opuštanja već na radnome mjestu pa smo u suradnji sa stručnjacima prilagodili aktivnosti specifičnima radnim mjestima. „Zdrava aktivna pauza“ koncipirana je kao program edukacije i zdravog pokreta izvođenjem fizičkih vježba za mišićno-živčani sustav i zdravlje kralježnice te tehnike za otpuštanje napetosti na radnome mjestu. Zaposlenici prolaze program edukacije da bi postali interni treneri, pokretači i glavni motivatori u svojim organizacijskim jedinicama, koji svaki dan pokreću svoje kolegice i kolege da naprave aktivnu pauzu vježbama istezanja, razgibavanja i opuštanja (slika 3.). Tako se prenosi i kultura aktivnoga radnog dana i brige za zdravlje u cijeloj kompaniji. Interni su treneri ovdje ključni jer svatko, bez obzira na struku i područje rada, može postati trener i poticati

svoj tim na aktivnost i rad na vlastitom zdravlju. Za ovakav način vježbanja nije potrebno puno vremena: dovoljno je samo 10 min da se postigne cilj. Glavni je cilj uključiti pokret u svaki radni dan i svakodnevno osvijestiti važnost kretanja radi veće vitalnosti tijekom i nakon radnog vremena, a timsko vježbanje istodobno je i zabava na radnome mjestu.

SLIKA 3. Interna elektronička komunikacija prema zaposlenicima o edukaciji trenera

Novi termin edukacije za trenere Zdrave aktivne pauze



Kretanje je ključ!

Svjesni da su kretanje i bavljenje fizičkom aktivnošću preduvjeti očuvanja zdravlja, zaposlenici PLIVE pridružuju se brojnim sportskim aktivnostima i akcijama. „Volim hodanje“ humanitarno je javnozdravstvena akcija u kojoj smo zaposlenike i građane poticali na hodanje najmanje 30 minuta na dan i time osvijestili važnost kretanja. Akcija je održana u Splitu, Rijeci, Osijeku, Zagrebu te na PLIVINOJ lokaciji, uz tisuće aktivnih sudionika (slika 4.).

Naši zaposlenici sudjeluju i u „Reumatlonu“, humanitarnoj utrci koja prikuplja sredstva namijenjena djeci oboljeloj od reumatskih bolesti (slika 5.). Želeći potaknuti što više zaposlenika na sudjelovanje u „Reumatlonu“, PLIVA izdvaja novčana sredstva za sudjelovanje u utrci. Sredstva koja se prikupe za vrijeme održavanja ove humanitarne akcije namijenjena su djeci oboljeloj od reumatskih bolesti. Za njih se u Hrvatskoj pokreću kampovi u kojima će djeca u sigurnom okruženju tijekom višednevnog boravka upoznati svoju bolest i mogućnosti liječenja. Slična akcija koju su plivaši poduprli jest i „MS walk“ – hodanje na dan kada se u cijelom svijetu obilježava Svjetski dan multiple skleroze. Osim rekreacije i hodanja, kod ovakvih je akcija važnije podizanje svijesti cijelog društva o pojedinim bolestima i mogućnostima njihova liječenja.

SLIKA 4. Akcija „Volim hodanje“ u Splitu



SLIKA 5. „Reumatlon“ u Zagrebu



Novi projekt u sklopu *Zdravoga radnog mjesta* jesu „Šetnice“ osmišljene da bi svaki zaposlenik sam ili u grupi mogao svoju aktivnu pauzu provesti u šetnji predviđenim i osiguranim zonama u krugu PLIVINE lokacije. Te su zone različitih duljina i sadržaja, prilagođene različitim potrebama, a interaktivnim sadržajem motiviraju zaposlenike na kretanje. Već se ne malo puta dogodilo da su se timski sastanci održali u pokretu umjesto sjedenja u dvorani (slika 6.).

SLIKA 6. Uspješno organiziran aktivni sastanak – tenisice dobrodošle radi lakšeg kretanja



Osim šetnje na otvorenome, znatan broj koraka može se napraviti i u jednoj zgradi, i to ako se uporaba dizala zamijeni stubama. U PLIVINIM prostorima naići ćete na plakate koji upućuju na uporabu stuba umjesto dizala te tako svakodnevno podsjećaju zaposlenike na važnost fizičke aktivnosti i dodatno ih potiču da naprave još nekoliko koraka (slika 7.).

SLIKA 7. Naljepnice u hodniku i dizalu s motivacijskim porukama za uporabu stuba



Utrka *B2B Run* već nekoliko godina privlači pozornost javnosti kao najveća poslovna utrka u Hrvatskoj, a svake godine i PLIVINA ekipa sudjeluje u ovoj akciji koja promovira i važnost kretanja za one natjecateljskog duha. Naši kolegice i kolege ostvaruju zapažene rezultate na tim utrkama, na kojima svake godine sudjeluje i nekoliko tisuća trkača.

Kako bismo zaposlenicima ponudili što različitiije aktivnosti, u nekoliko smo navrata organizirali i tečaj plesa u PLIVI da bismo potaknuli sve generacije na bavljenje fizičkom aktivnošću, a rezultat je bilo i osnivanje plesne sekcije u našem Sportskom društvu. Plesne vještine zaposlenici imaju priliku pokazati na zajedničkim druženjima. Posebno veseli što su među zaposlenicima zastupljene različite vrste plesa: od standardnih plesova do *hip-hop fitnessa*.

PLIVA potiče i uporabu bicikala pa na svojim lokacijama ima osigurana spremišta bicikala za sve koji rabe ovo zdravo i ekološki prihvatljivo prijevozno sredstvo (slika 8.). Zaposlenici koji rade na lokaciji u Savskom Marofu imaju na raspolaganju i PLIVINE bicikle koje mogu rabiti za brže i lakše kretanje po prostranoj lokaciji. Proteklih godina zaposlenici su se uključivali u brojne akcije poticanja vožnje biciklom za dolazak na posao, uz mjerenje prijeđenih kilometara koji su dosegli zavidne brojeke.

SLIKA 8. Jedno od spremišta bicikala na PLIVINOJ lokaciji



Zahvaljujući Društvu sportske rekreacije, organizirano bavljenje sportom i rekreacijom u PLIVI postoji dulje od 70 godina. Zaposlenici se mogu učlaniti u jednu od brojnih sportskih sekcija, ići na izlete, sudjelovati na sportskim turnirima i natjecanjima. Danas je više od 600 plivača aktivno u sportskim aktivnostima Društva, a sekcije koje ono obuhvaća jesu *aerobic*, joga, trčanje, badminton, biciklizam, kuglanje, nautika, nogomet, planinarenje, plesna rekreacija, plivanje, skijanje, stolni tenis i tenis. Posebno posvećeni kretanju jesu Plivini planinari koji svaki vikend provode okruženi predivnim vidicima uz istodobno rekreiranje (slika 9.). Plivaši su redovito nastupali na tradicionalnim internim prvenstvima i turnirima, ali i u državnoj te međunarodnoj konkurenciji. Najuspješniji među njima s ponosom su nastupali i vraćali se okićeni zlatnim medaljama sa svjetskih korporativnih igara. U posljednje vrijeme gotovo da nema nekoga trkačkog natjecanja s kojeg se naše ekipe ne vraćaju s osvojenim medaljama i peharima.

SLIKA 9. PLIVINO Društvo za sportsku rekreaciju – planinarska sekcija



Prednosti i pogodnosti dostupne zaposlenicima PLIVE često su usmjerene upravo na mogućnost uključivanja u sportske sadržaje po povoljnijim cijenama pa i tako nastojimo zaposlenicima dati što više mogućnosti da kretanje i vježbanje uključe i u svoje slobodno vrijeme. Kontinuirano nastojimo obogatiti ponudu i ostvariti nove suradnje s različitim partnerima

kao što su *fitness*-centri, sportski objekti, trgovine sportske opreme i zdrave hrane te mnogi drugi. U sklopu aktivnosti Sportskog društva i na PLIVINIM je lokacijama omogućeno vježbanje prije ili nakon radnog vremena u posebnim sportskim dvoranama opremljenima raznim rekvizitima i spravama, što brojnim zaposlenicima odgovara zbog praktičnosti lokacije i kvalitete dostupnih programa (slika 10.).

SLIKA 10. Vježbanje u sportskoj dvorani na PLIVINOJ lokaciji



Ulaganje u razvoj i zadovoljstvo zaposlenika PLIVI je veoma važno, a druženje djelatnika izvan radnog okruženja već je tradicionalno prepoznato kao dobra metoda unaprjeđenja suradnje i komunikacije u timovima i na samome poslovnom području, a i u okviru suradnje timova na različitim razinama. Posljednjih godina umjesto održavanja klasičnih *team buildinga* usredotočeni smo na ispunjavanje specifičnih potreba timova i zdravlja pa se uz edukacije organiziraju i aktivnosti kao što su timsko kuhanje, hodanje, planinarenje i sl. (slika 11.).

SLIKA 11. *Team building* „TAPI hoda“



Osvještavamo i radimo na prevenciji

U proteklih nekoliko godina PLIVA je zajedno sa svojim zaposlenicima organizirala brojne akcije da bi promovirala brigu za zdravlje muškaraca i žena, naglašavajući važnost prevencije bolesti.

S kolegama iz Teve vlasnici smo Guinnessova rekorda za najmnogobrojniji održani tečaj disanja u svijetu! Tečajevi disanja održavali su se istodobno u PLIVINU Istraživačkom institutu u Zagrebu (slika 12.), kao i na Tevinim lokacijama u Europi, a vodili su ih kvalificirani instruktori joge. Razlog okupljanja tada je bio Dan borbe protiv bolesti pluća, a uz tečaj disanja organizirali smo i edukativna predavanja te spirometriju za zaposlenike. Zbog ovoga pothvata bili smo ponosni, ali potaknuo nas je i na razmišljanje o tomu koliko je važno katkad usporiti i usredotočiti se samo na disanje.

SLIKA 12. Zajednički tečaj disanja koji je ušao u Guinnessovu knjigu rekorda



O važnosti prehrane i utjecaju zdravog odabira hrane na naše zdravlje osvještavamo u brojnim radionicama i predavanjima stručnjaka. Zajedno učimo o izboru namirnica i njihovoj prikladnoj pripremi, važnosti pojedinih skupina namirnica. S pomoću *newslettera* obrađujemo pojedine teme vezane uz prehranu kao što su zdrav doručak, smanjenje soli u hrani, važnost konzumacije voća i povrća ili o glutenu (slika 13.). Važno nam je da svojim zaposlenicima pružimo kvalitetne informacije i mogućnost edukacije o ovim temama.

SLIKA 13. Primjer *newslettera* „Mrvice o zdravlju“ o temi zdravog doručka



Kako bi PLIVAŠI mogli ići ukorak sa svim akcijama koje se provode na lokacijama i imali dovoljno energije za vrijeme radnog vremena, osigurani su im zdravi, uravnoteženi obroci tijekom cijelog dana. Tako će im na linijama restorana i u *buffetu* za doručak biti na raspolaganju zdrav *smoothie*, svježe i suho voće, zdrave grickalice, peciva od heljdina i kukuruznog brašna, proteinski sir te kava s bademovim ili sojinim mlijekom. U popodnevnom i poslijepodnevnom satima u restoranima se poslužuju raznolika svježe pripremljena topla i hladna jela s iskazanim energijskim vrijednostima, a za one koji nemaju vremena i jedu samo u prolazu nude se salate i tortilje *to go*. Nastojimo redovito organizirati edukacije o važnosti zdrave prehrane i izbora hrane koju svakodnevno jedemo te poticati zaposlenike da i na radnome mjestu odaberu što je zdravije (slika 14.).



SLIKA 14. Promotivna kampanja za uvođenje *smoothija* u ponudu restorana

Budući da smo mi kompanija koja se brine za zdravlje velikog broja ljudi izvan PLIVE, ali i za zdravlje svojih zaposlenika, za nas je Svjetski dan zdravlja jako važan te ga uvijek želimo obilježiti na poseban način. Stoga u povodu Svjetskog dana zdravlja u PLIVI organiziramo niz aktivnosti kako bismo potaknuli svoje zaposlenike da zastanu na trenutak i učine nešto za sebe. Tog su dana svi zaposlenici bili pozvani da na posao dođu u svojim najdražim tenisicama te se priključe grupnom vježbanju na *fitness*-spravama na otvorenome uz profesionalne instruktore (slike 15. i 16.). Usto su se svi sudionici mogli okrijepiti svježim voćem i degustirati različite okuse *smoothija*. Cijeli mjesec zaposlenici su bili pozvani da na internoj društvenoj mreži podijele svoje trenutke posvećene zdravlju, a brojne priče koje smo mogli pročitati bile su inspirativne i za druge kolege. Neke od tih priča pretočene su i u promotivni film koji je internim kanalima komunikacije motivirao sve plivaše na redovito kretanje i aktivnost.

SLIKA 15. Svjetski dan zdravlja i profesionalni instruktori *fitnessa*



SLIKA 16. Svjetski dan zdravlja i vježbanje na otvorenome



Vanjski *fitness* na PLIVINOJ lokaciji na Črnomercu dodatak je sportskim sadržajima, a omogućuje zaposlenicima da iskoriste sunčane dane i aktivnu pauzu provedu izvan poslovne zgrade, uz vježbanje i istezanje. Možda najveći zagovornici aktivnosti na otvorenome jesu PLIVINI planinari koji većinu vikenda u godini provode na planinarskim stazama u Hrvatskoj i Europi, a svojim slikama potiču i ostale zaposlenike da slobodno vrijeme provedu u prirodi i na svježem zraku.

„Dan ružičaste vrpce“ u kompaniji obilježavamo nošenjem ružičastih vrpca, simbola borbe protiv raka dojke, a tijekom cijelog mjeseca listopada osvještavamo važnost prevencije i ranog otkrivanja ove bolesti. Simboličnim fotografiranjem i objavom fotografija na društvenim mrežama želimo dodatno podignuti svijest žena i upoznati ih sa simptomima te bolesti kako bismo povećali prilike za rano otkrivanje raka dojke i njegovo uspješnije liječenje.

Kako izgleda 100 metara u životu oboljelih od multiple skleroze? To pitanje postavljamo plivašima na dan kada se svi zajedno okupljamo u znak potpore svim oboljelim od mul-

tiple skleroze. Uz film „100 metara“, istinitu priču o životu s multiplom sklerozom, ali i penjanjem na umjetnu stijenu za sve dovoljno hrabre i odvažne (slika 17.).

SLIKA 17. Penjanje na umjetnu stijenu kao potpora oboljelima od multiple skleroze



U studenome se pridružujemo globalnom pokretu „Movember“ usmjerenom na podizanje svijesti o važnosti brige za muško zdravlje. Naziv ovog pokreta nastao je kombinacijom engleskih riječi *moustache* (brk) i *November* (studen), a upozorava na način na koji muškarci izražavaju potporu akciji – puštanjem brkova tijekom mjeseca studenoga. Da bi iskazali svoju potporu oboljelima i podignuli svijest o ovim bolestima, PLIVINI zaposlenici svake godine u tom razdoblju puštaju brkove, zaposlenice svoju kosu pletu u pletenice u znak potpore te se fotografiraju i fotografije objavljuju na društvenim mrežama, a najzapaženiji brkovi i pletenice budu i simbolično nagrađeni (slika 18.). U PLIVI se kao dio *Movembera* održava i „Kestenijada“, zajedničko druženje čiji je cilj dodatno poticanje zaposlenika da se pridruže i daju svoju potporu ovom pokretu. PLIVA je, u suradnji s internetskim portalom *Miss7*, predstavila novo lice ove javnozdravstvene akcije i pokrenula edukativnu kampanju na društvenim mrežama *#smijehombrinjonjemu* koju su svojim uključivanjem poduprla i brojna poznata muška lica. Nakon kampanje na društvenim mrežama akcija je završena u Studiju smijeha gdje su poznati *stand-*

up komičari, govoreći o vlastitim iskustvima vezanima uz muško zdravlje, podizali svijest javnosti o važnosti stjecanja zdravih navika radi preventivnog djelovanja pri nizu zdravstvenih teškoća i bolesti. Uz puno dobrog humora i smijeha muškarci su imali priliku razgovarati i savjetovati se s liječnicima te dobiti informacije o zdravlju prostate, aktivnostima koje pomažu pri održavanju njezina zdravlja i važnosti obavljanja redovitih pregleda.

Znamo da je važno zaštititi kožu od sunca, a i redovito pregledavati madeže pa organiziramo predavanja o temama zaštite kože, utjecajima sunca i važnosti preventive. Istraživanja pokazuju da sunce sve više izaziva oštećenja na koži pa se podizanjem svijesti o rizicima i nužnosti ranog otkrivanja kožnih bolesti utječe na preventivu i brigu za zdravlje naše kože. U sklopu predavanja organiziraju se i preventivni pregledi madeža.

Da je pušenje štetno, već znaju svi, ali isto tako znamo da nije lako prestati pušiti. Školu nepušenja promovirali smo u sklopu organizirane otvorene škole nepušenja za građanstvo Hrvatskoga torakalnog društva TORAKS i Hrvatske kuće disanja. „Škola nepušenja“ program je u kojem se interdisciplinarno i primjenom edukativno-psihoterapijskog pristupa maloj grupi polaznika pomaže pri odvikavanju od pušenja. U programu su mogli sudjelovati naši zaposlenici i članovi njihovih obitelji.

PLIVA organizira besplatan preventivni sistematski pregled za svoje zaposlenike s ugovorenom policom dodatnoga zdravstvenog osiguranja. Stoga, osim pregleda i laboratorijskih pretraga, zaposlenici imaju i dodatne pogodnosti te pristup različitim specijalistima. Uza samu organizaciju pregleda dodatno motiviramo zaposlenike da se brinu za svoje zdravlje. Ponosni smo što se više od 90% zaposlenika redovito služi ovom pogodnošću.

Važno nam je i mentalno zdravlje! Redovito obilježavamo Svjetski dan mentalnog zdravlja, razgovaramo o stresu, njevim uzročnicima i potičemo stjecanje vještina komunikacije da bi nam ona služila kao prevencija negativnih posljedica

stresa u radnoj atmosferi. Održavanjem programa „Od zdravlja do radnog učinka“ u suradnji sa stručnjacima plivaši mogu sudjelovati u edukacijama o temama stresa i sindroma *burnouta*, važnosti sna i odmora ili održavanju energije na radnome mjestu vježbanjem.

U PLIVI obilježavamo i Svjetski dan sreće, osvještavanjem značenja mentalnog zdravlja uz pozitivne poruke za zaposlenike (popularni „kolačići sreće“) i edukacijski program pozitivne psihologije „Škola sreće“, radi isticanja važnosti donošenja pozitivnih odluka i vlastitog utjecaja na osjećaj sreće pojedinca (slika 19.).

SLIKA 19. Pozitivne poruke za PLIVINE zaposlenike na Svjetski dan sreće



Organizacijom ovakvih akcija i predavanja PLIVA nastoji podizati svijest zaposlenika, ali i šire javnosti o važnosti prihvaćanja zdravih navika radi preventivnog djelovanja pri nizu zdravstvenih teškoća i bolesti. Ponosimo se angažiranošću svojih zaposlenika, jer se često i rado odazivaju pozivima za sudjelovanje u različitim humanitarnim akcijama i događanjima vjerujući da će svojim primjerom dodatno potaknuti zajednicu na djelovanje. Postojanje svih navedenih aktivnosti pridonijelo je i stvaranju kulture važnosti brige za zdravlje na radnome mjestu i izvan njega, a vrlo nas često te aktivnosti povezuju, pridonose našem zajedništvu i pospješuju međusobnu suradnju.

SLIKA 18. Akcije vezane uz podizanje svijesti o važnosti brige za muško zdravlje – Movember i pletenice u PLIVI



LITERATURA

1. WHO. The World Health Report 1999 - making a difference. Dostupno na: <https://www.who.int/whr/1999/en/>. Datum pristupa: 25. 7. 2019.
2. WHO. The Ottawa Charter for Health Promotion. Dostupno na: <https://www.who.int/healthpromotion/conferences/previous/ottawa/en/>. Datum pristupa: 25. 7. 2019.
3. HZJZ. Tvrtka prijatelj zdravlja. Dostupno na: <https://www.hzjz.hr/sluzba-promicanje-zdravlja/tvrtka-prijatelj-zdravlja/>. Datum pristupa: 25. 7. 2019.
4. HZJZ. Farmaceutskoj kompaniji Pliva Hrvatska d. o. o. dodijeljen certifikat „Tvrtka prijatelj zdravlja“. Dostupno na: <https://www.hzjz.hr/sluzba-promicanje-zdravlja/farmaceutskoj-kompaniji-pliva-hrvatska-d-o-o-dodijeljen-certifikat-tvrtka-prijatelj-zdravlja/>. Datum pristupa: 25. 7. 2019.
5. PLIVA. Izvješće o održivom razvoju 2014./2015.
6. PLIVA. Izvješće o održivom razvoju 2016./2017.
7. Ljudi su izvor uspjeha. PharmaBiz 2017;28:28–30.
8. PLIVA. Yammer. Dostupno na: www.pliva.com.



ADRESA ZA DOPIŠIVANJE:

Blagica Petrovac Šikić
Prilaz baruna Filipovića 25
10000 Zagreb
e-mail: blagica.petrovac@pliva.com

PRIMLJENO/RECEIVED:

25. 7. 2019./July 25, 2019

PRIHVAĆENO/ACCEPTED:

28. 8. 2019./August 28, 2019

