

# MI AZ EGÉSZSÉG?



# A TARTÓS EGYENSÚLYHIÁNY BETEGSÉGHEZ VEZET

---



Derékfájás?



Az emberek 90%-át érinti, 70%-  
ban elkerülhető lenne

# A DOLGOZÓI JÓLLÉT HIÁNYA RENDKÍVÚL KÖLTSÉGES!

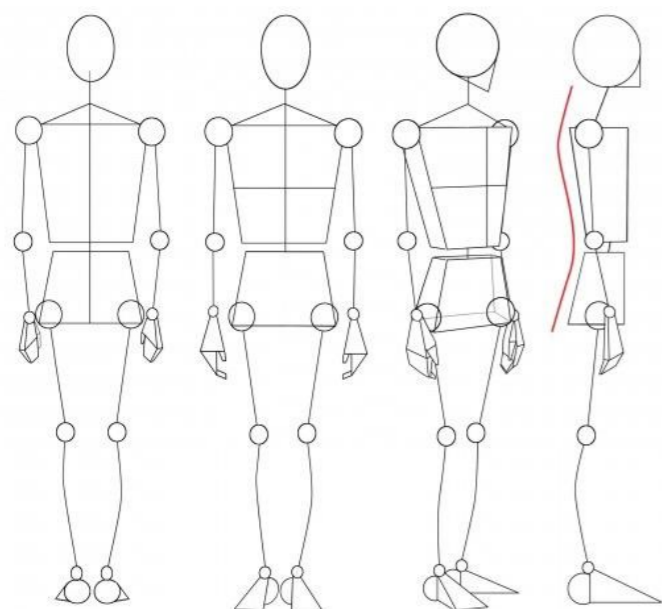


**\$2.2 trillion annual loss in the United States (12% of GDP)**





Source: Milken Institute, UC-Davis, EU-OSHA, Gallup

**India DGP 2.26**  
**Magyarország 0,124**

# AZ EGÉSZSÉGI ÁLLAPOTUNKAT ELSŐDLEGESEN ÉLETMÓDUNK HATÁROZZA MEG



## Key contributors to health outcomes

	Access to care	<b>10%</b>
	Genetics	<b>20%</b>
	Environment	<b>20%</b>
	Health Behaviors	<b>50%</b>

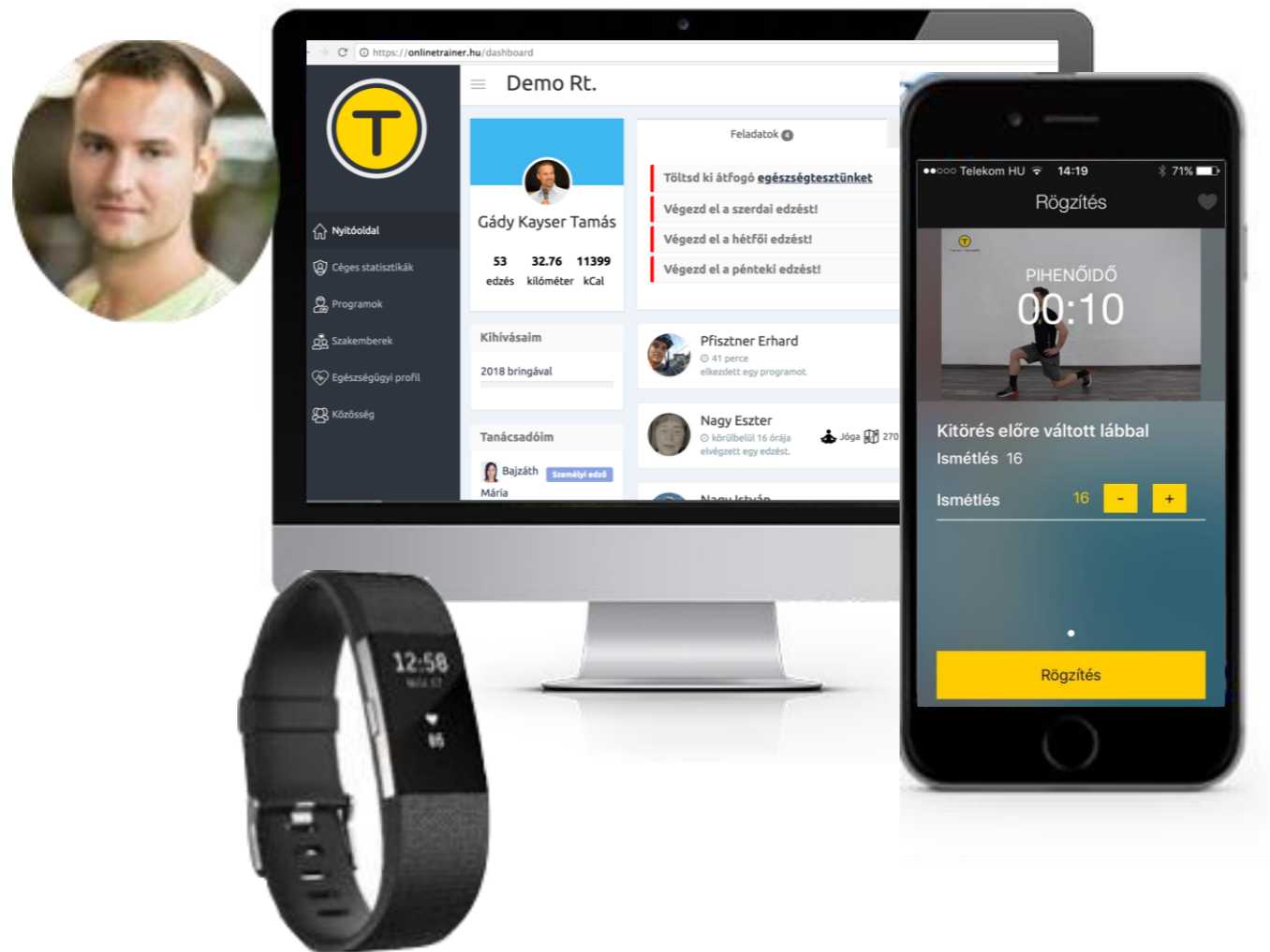
\* Institute for the Future, Centers for Disease Control and Prevention, [http://www.iftf.org/uploads/media/SR-794\\_Health\\_%26\\_Health\\_Care\\_2010.pdf](http://www.iftf.org/uploads/media/SR-794_Health_%26_Health_Care_2010.pdf)

# A KÖZÖSSÉGNEK HATALMAS AZ EREJE

---



# MINDENKINEK ELÉRHETŐ SZAKMAI TÁMOGATÁS



Online Trainer

# A SIKERES EGÉSZSÉGPROGRAMOK FŐBB ISMÉRVEI

---



- Vezetői elkötelezettség
- Egészségtudatos munkakörnyezet
- Önkéntesség
- Könnyen, mindenkinek elérhető program
- Alulról induló kezdeményezések
- Szűrés, Mérés, Edukáció
- Személyreszabottság
- Program evangelisták
- Jutalmazás, érték teremtés
- Megfelelő kommunikáció
- Folytonosság, folyamatosság

# EGÉSZSÉGNAP AZ ÉV 365 NAPJÁN

---



*“Imagine if...”*





**AZ EGÉSZSÉGKULTÚRA FELÉPÍTÉSE NEM EGY NAP,  
DE VAN RÁ MEGOLDÁS!**

# MÉRHETŐ EREDMÉNYEK, KIMUTATHATÓ VERSENYELŐNY

A cégek akár évi **103\$-t** is megtakaríthatnak minden olyan munkavállalón aki **1%-kal csökkenti a túlsúlyát.** (CDC)

**25%-kal alacsonyabb hiányzás, dolgozói kompenzáció, egészségügyi és biztosítási költség.**

American Journal of Health Promotion



Sikeres wellness programmal rendelkező cégek **7-16 %-kal jobban teljesítettek** mint a Standard & Poor's 500 indexe. Journal of Occupational and Environmental Medicine 2016.

Minden wellness programra költött **dollár 3.27 \$ egészségügyi költségmegtakarítást** és a veszteségek további **2.73 \$ -os csökkentését** hozza magával a hatékonyság növekedése és a hiányzások csökkenése révén.

2010 Havard study