

آغاز فاز دوم اجرای «طرح سلامت» شرکت چارگون

شرکت چارگون، فاز دوم «طرح سلامت» کارکنان را با هدف ارائه الگوی زندگی سالم و کاهش آسیب‌های شغلی عملیاتی کرد.

به گزارش روابط عمومی چارگون، فاز دوم طرح سلامت کارکنان شرکت که از سوی کمیته رفاهی و با هدف فرهنگ‌سازی برای ترویج سبک زندگی سالم طرح‌ریزی شده، از امروز 10 تیرماه اجرایی شد.

طرح سلامت کارکنان شرکت چارگون با همکاری و مشاوره متخصصین در 3 فاز تعریف شده است که فاز دوم آن شامل بررسی و تحلیل نتایج تاثیرگذاری برنامه‌های ورزشی و غذایی خواهد بود.

در بخش اول فاز 1 این طرح، چکاپ وضعیت سلامتی کل بدن با دستگاه In Body و معاینه ستون فقرات توسط متخصص فیزیولوژیست انجام شد. پس از آن، مشاوره تخصصی و تحلیل نتایج آنالیز و ترکیبات بدنی (اضافه وزن و چربی یا کمبود وزن) بر اساس نتایج بدست آمده به همراه تجویز برنامه ورزشی و رژیم غذایی توسط متخصص ورزش و تغذیه صورت گرفت.

گفتنی است؛ کارهای پشت میز و بدون تحرک با مشکلات و عوارضی مانند چاقی، کمردرد و دردهای مفصلی موجب شد تا طرح سلامت شرکت چارگون با هدف

فرهنگ‌سازی در شیوه زندگی سالم و کاهش احتمال صدمات شغلی در دستور کار
کمیته رفاهی شرکت قرار بگیرد.

فاز اول طرح سلامت پرسنل شرکت چارگون در بهمن و اسفند سال گذشته در
ساختمان مرکزی شرکت چارگون انجام شد.

چارگون