

Организация и държава:	БЪЛГАРИЯ ТРЕЙНИНГ, България
Име на дейността:	Панаир на здравето
Общ преглед (Какво ще науча?):	Здравословни съвети за здравословен начин на живот, как да се грижа добре за себе си на работа и извън работно време, безплатни прегледи, здравословни рецепти.
Цел (за какво ми е необходимо?):	Служителите да водят здравословен начин на живот, да се чувстват и изглеждат по-добре и да са по-продуктивни в работата
Материали:	Информационни материали, някои мебели – маси, бюра, столове, мостри на хранителни продукти. Може да се организира в офиса или навън, дори на открито би било чудесно.
Необходимо време:	Може да се организира на определен ден, веднъж годишно
Целева група:	Всички служители

Инструкции за водещия:

Свържете се със здравни специалисти и диетолози във вашия район, разкажете им за инициативата и ги поканете да участват. Установете сътрудничество с трети страни при производството на информационни материали и съобщете за събитието на служителите. Помислете за някакъв конкурс с награди, за да мотивирате повече участници да посетят панаира. Например може да има готварско състезание за здравословни рецепти. Накрая авторите на най-добрите рецепти ще спечелят награда и техните рецепти ще бъдат публикувани в книга, която ще бъде раздадена на всички служители.

Задачи и правила:

1. Първата стъпка е да определите мястото (на закрито, на открито, лице в лице, онлайн) и часа за събитието.
2. След това трябва да се направи проучване на практикуващите здравни специалисти и диетолозите в района и подбере такива, които да бъдат поканени като гост лектори.

3. Не забравяйте да информирате всички служители предварително за това, което предстои, за да могат да планират присъствието си и да изпратят своята здравословна рецепта за участие в конкурса.
4. Споделете информация за програмата и имената на гост-лекторите.
5. Изпращайте напомнания на служителите с приближаването на датата

Заклучения и оценка:

Това е хубав начин да съберете всички служители и да ги ангажирате в една много важна и актуална тема – тяхното здраве и благоденствие. По време на събитието служителите ще могат да получат информация как да водят по-здравословен начин на живот, ще получат съвети и препоръки от професионалисти и ще имат възможност да направят някои прегледи като телесна температура, индекс на телесна маса, сърдечен ритъм, и т.н.

Освен това ще има и конкурс за най-добрите здравословни рецепти. Служителите ще имат възможността да бъдат креативни и да покажат най-добрите си готварски умения, като същевременно се забавляват и печелят награди. След събитието всички служители ще получат книжка с всички здравословни рецепти, които да приготвят у дома и да останат здрави и продуктивни на работа.