



Hozzá tud-e járulni Magyarországon a munkahely az egyéni egészségvédelem kérdésében a szemléletváltáshoz?

A munkahelyi testmozgás szerepe az egyén egészségesebb életmódjának kialakításában

A nehezedő életkörülmények és a gazdasági válság korában az embereknek még kevesebb idejük és anyagi forrásuk marad arra, hogy életvitelükre tudatosan figyeljenek és napi szinten egyensúlyt teremtsenek a táplálkozás és testmozgás között.

A TÉT Platform tisztelettel meghívja Önt egy **kerekasztal-beszélgetésre**, melynek célja annak bemutatása, **milyen kilátásai vannak ma a munkahelyi testmozgásnak**, és **milyen pozitív hozadékaik vannak, ha egy munkahely odafigyel a dolgozói jobb egészségi állapotára**.

Időpont: 2011. november 25. péntek 9 óra

Helyszín: Magyar Sport Háza, 1146 Budapest, Istvánmezei út 1-3.

A TÉT Platform (Táplálkozás, Életmód, Testmozgás Platform) egy olyan civil szervezet, amelynek célja, hogy a lakosság körében hosszabb távon szemléletváltás következzen be, azaz minél több ember számára természetessé váljon, hogy lehetőségeihez képest aktívan figyel az étkezésére, közérzetére, egészségére, és pozitívan befolyásolja ezeket. A szervezet szándéka, hogy különböző programokon keresztül népszerűsítse a kiegyensúlyozott életmódot, táplálkozást és rendszeres testmozgást. Az egyik ilyen fontos terület a munkahelyi testmozgás, amely révén a lakosság széles köréhez juthat el a kiegyensúlyozott életmód üzenete.

A beszélgetés résztvevői saját tapasztalataikat osztják meg:

- **Miért tartják fontosnak a munkahelyi testmozgást?**
- **Mi a munkahelyi testmozgás programok lényege?**
- **Milyen kihívásokkal szembesültek a munkahelyi testmozgás megszervezése során és hogyan tudtak megbirkózni ezekkel: melyek voltak a programok sikerének kritériumai?**
- **Gyakorlati tanácsok a munkahelyi tornák megszervezéséhez**

A kerekasztal-beszélgetés szervezésének fő irányelve, hogy a tagságból egy-egy különlegesen sikeres gyakorlati vállalati program szemléltetésén keresztül valódi, használható tudást és tapasztalatokat adjunk át közönségünk számára.



Program

9:00 – 9:30 Regisztráció

9.30 – 11:30 Kerekasztal beszélgetés

Moderátor: Fazekas Ildikó, elnök, TÉT Platform

A kerekasztal-beszélgetés résztvevői és előadói:

- Szekeres Pál, a Nemzeti Erőforrás Minisztérium sportpolitikáért felelős helyettes államtitkára
- Dr. Martos Éva, főigazgató, Országos Élelmezésügyi és Táplálkozástudományi Intézet
- Salga Péter, főtitkár, Magyar Szabadidősport Szövetség
- Monspart Sarolta, osztályvezető, Országos Egészségfejlesztési Intézet
- Pogány Éda, vállalati kapcsolatok és kommunikációs igazgató, Coca-Cola HBC Magyarország
- Mayer Zsolt, vállalati kapcsolatok vezető, MARS Magyarország
- Molnár Kálmán, kommunikációs igazgató, Unilever
- Székely Attila, sportköri elnök, Magyar Nemzeti Bank

Kérjük, részvételi szándékát szíveskedjen jelezni Mészáros Ilonánál a +36-20-253-5298 számon, vagy az ilona.meszaros@momentumcomms.hu e-mail címen.