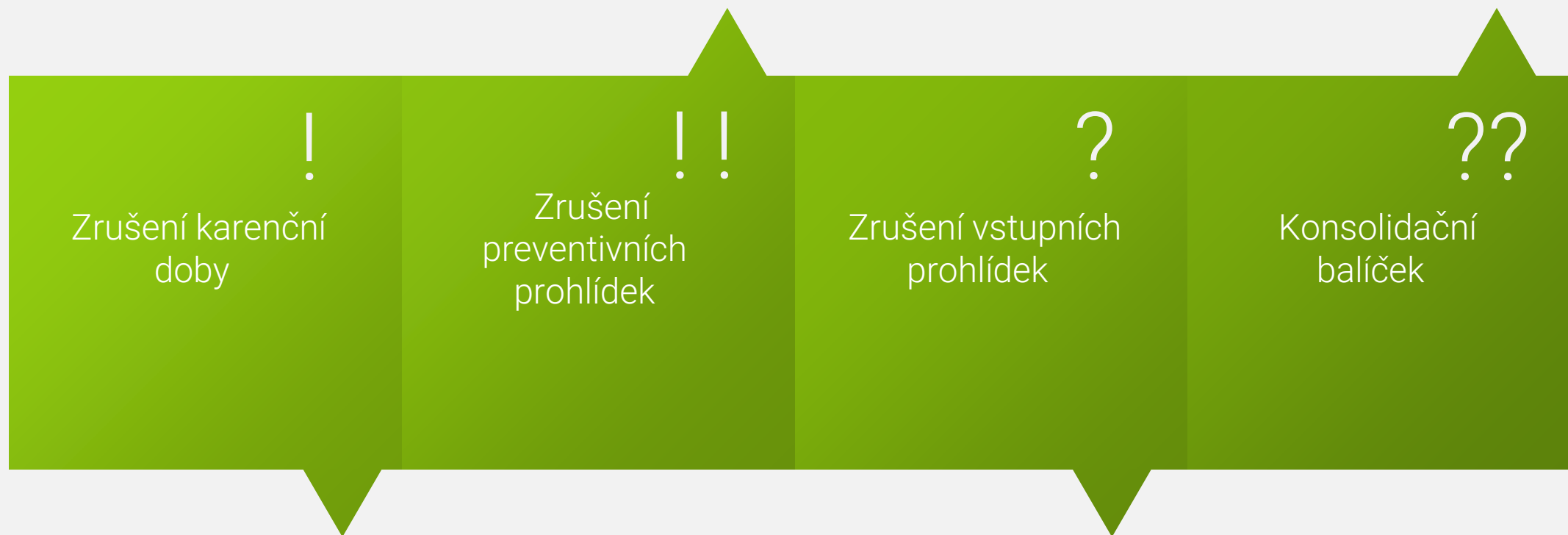


A close-up photograph of a diverse group of young adults smiling and giving thumbs up. The group includes a man with a beard on the left, a blonde woman in the center, and a woman with brown hair on the right. They are all wearing casual clothing like denim shirts. The background is a plain, light color.

# UDRŽITELNOST ZDRAVÍ ZAMĚSTNANCŮ

# Stát přesouvá odpovědnost za zdraví zaměstnanců na firmy



Jak se k těmto změnám postavit?



- 
1. VAKCÍNY A OČKOVÁNÍ
  2. VČASNÁ DETEKCCE NEMOCÍ
  3. DIGITÁLNÍ TECHNOLOGIE
  4. ZDRAVÝ ŽIVOTNÍ STYL

Moderní cesty  
prevence zdraví

Ovlivnitelnost



# Jak podpořit zdravý životní styl ve firmách?



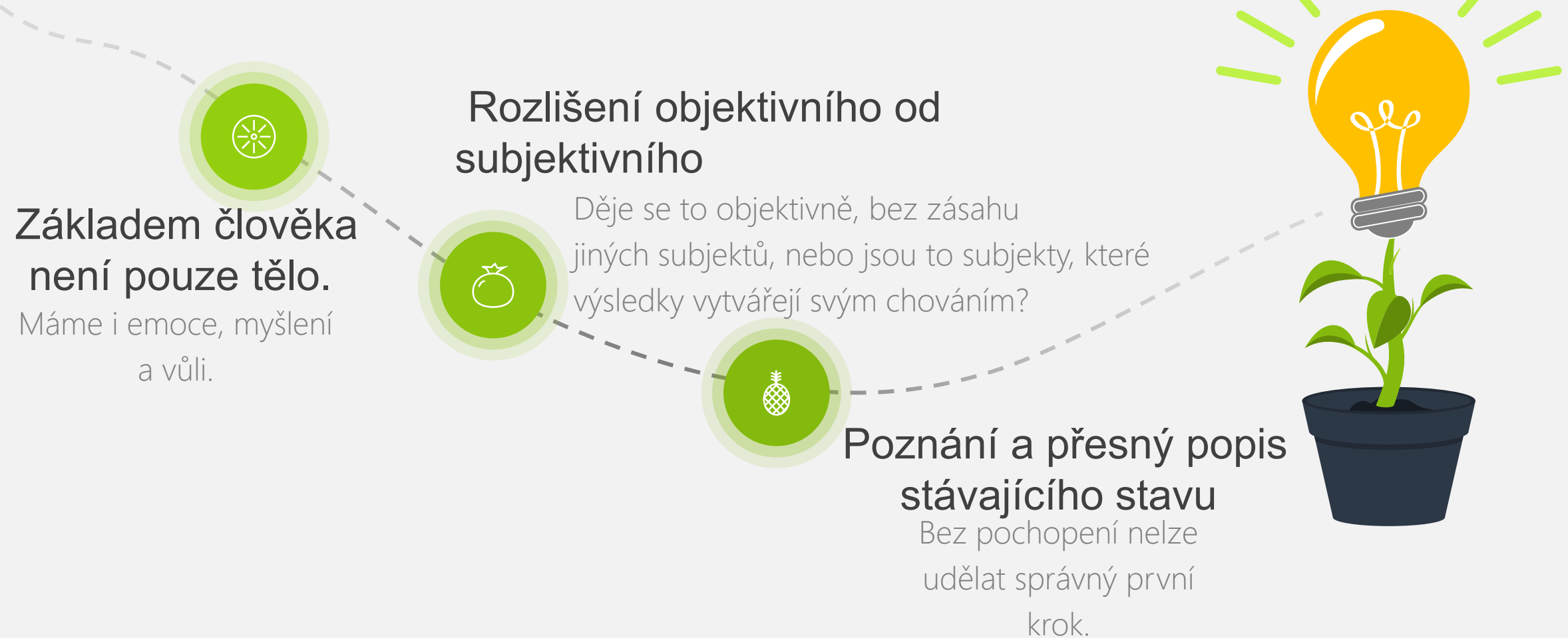


Jak začít  
budovat  
udržitelné zdraví  
zaměstnanců?

Už zítra!



# Principy, které zajistí výsledky !





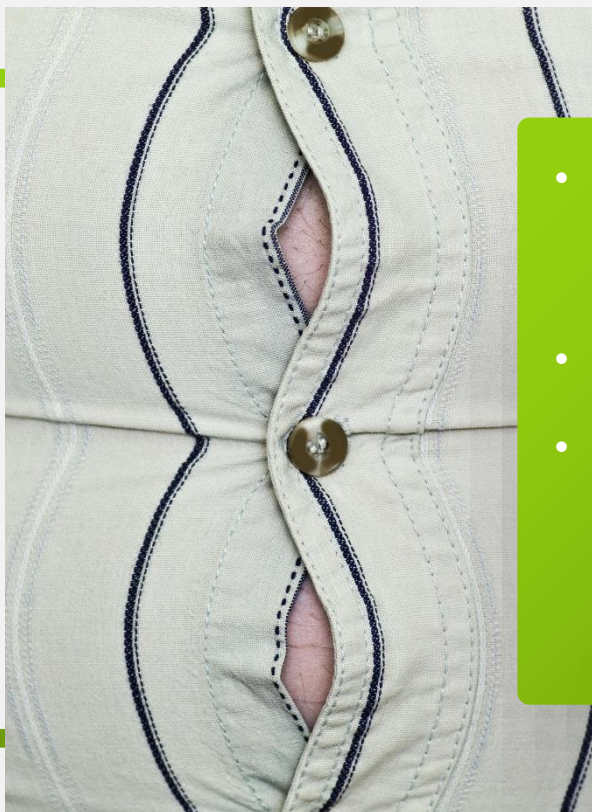
# A ještě něco...

Mnohé věci jsou pro ně nepochopitelné ne proto, že by jim je rozum neumožnil uchopit, ale proto, že jejich podstata nezapadá do okruhu jim známých pojmů.

Takže jak?



# Jak to zrealizovat?



- Rozdělit zaměstnance dle rizik - teřo, myřlení, emoce, vůle.
- Změřit stávající stav
- Znalosti, dovednosti, návyk.

A co dál ?



**435%** *nárůst cukrovky*

V roce 1975 bylo registrováno 234 tis pacientů, v roce 2017 jich bylo 1018 tis.

**58** % *České populace má nadváhu*

V roce 2017 mělo nadváhu 2,2 mil žen a 2,8 mil mužů





## Dovzdělejte je.

Jak funguje lidské tělo,  
emoce, myšlení, vůle.

## Pomozte jim získat nové dovednosti.

Pitný režim, pravidelná  
konzumace ovoce a  
pohyb



## Podporujte je v tvorbě zdravých návyků

Měsíc pitného režimu,  
zeleniny, ovoce, pohybu.  
Dny zdraví.



# Děkuji za pozornost



richardhusovsky

Web: [richardhusovsky.com](http://richardhusovsky.com)