

Terepgyakorlatom helyszíne:

Bau Invest Group ,
Csongrád megye , Szentes



Elbert Stefánia

egészségfejlesztés specializáció

rekreációs szervezés és
egészségfejlesztés szak



Terepgyakorlati feladataim....

Terepgyakorlatomat 2016 őszén kezdtem meg a szentesi székhelyű Bau Invest Goupnál.

Egy innovatív és motivált csapatnak lehettem a részese több hónapon keresztül, ahol a dolgozók aktívan részt vettek az „Ügyintézők és irodai dolgozók egészségfejlesztése” című projektben.

Kezdetnek pár kérdéssel illetve egy hosszabb kérdőívvel mértem fel az egészségi állapotukat illetve a véleményüket.

Sok érdekes dolgot tudhattam mag a dolgozóktól. Ezek után először elkészítettem egy projekttervet amit mind az iskolában, mind a gyakorlólhelyen elfogadtak.

A projekt összesen négy projektelemből állt amelyek a következők voltak:

1. Csoportos tájékoztató az egészség ellenőrzéséről, a szűrővizsgálatok fontosságára specializálva. Miért jó szűrővizsgálatokra járni?

2. Kávéfogyasztás csökkentése a vezetők és az irodai dolgozók között
3. Bingo játék bevezetése stressz levezetése céljából
4. A családi nap után, csapatépítő játékok

Az ütemezéshez tudtam magam tartani, így három hét alatt sikerült befejeznem az egészségfejlesztő munkát.

Az elemek közül a dolgozóknak a csapatépítő játékok tetszettek a legjobban, mert elmondásuk szerint közelebb kerültek kicsit egymáshoz és jobban megismerhették a munkatársaikat. Valószínűleg ha nem lettek volna ez a délutáni program, akkor ez nem történt volna meg.

Számomra a legjobban a hosszú egyéni tanácsadás tetszett, mert örülök, hogy sikerült komolyabban segíteni egy dolgozón és az életmódját egy aktívabb és jobb irányba terelhetnem.



Amire büszke vagyok....

Az itt eltöltött idő alatt amire a legbüszkébb vagyok, hogy a terepgyakorló helyemen szinte csak pozitív visszajelzést kaptam az év végén. Személyes kedvencem a hosszú tanácsadáson kívül a családi nap utáni csapatépítő program volt. Büszke vagyok arra, hogy a koffeinfogyasztást csökkenteni bírtam ilyen rövid idő alatt. Nagyon jól éreztem magam a terepgyakorló helyemen és örülök, hogy ennyi embert megismerhettem.

Elbert Stefánia egészségfejlesztő tevékenységéről ...

Számomra Stefánia egy új és érdekes gyakornoki munkát végzett és sokat segített mindnyájunknak. A Bau Invest Group dolgozói láthatóan többet kommunikálnak egymással így a munkavégzést megkönnyítve, illetve személyes kedvencem a kávéfogyasztás csökkentése volt. A projekt óta láthatóan több változás történt a cégnél, amit nagyon köszönünk neki és szívesen látjuk a későbbiekben is.



Boros Tamás
kapcsolattartó
terepkoordinátor