

Teregyakorlatom helyszíne:

Univer Product Zrt.

Bács-Kiskun megye, Kecskemét, Mindszenti körút 57.



Rozsnyói Gréta

egészségfejlesztés specializáció

rekreációs szervezés és
egészségfejlesztés szak



Teregyakorlati feladataim....

Teregyakorlatomat az Univer Product Zrt. Logisztikai osztályánál, azon belül az adminisztrációs részlegénél végeztem. Fontos tudni, hogy az Univer cégcsoport magyar viszonylatok között nagyvállalat. Az Univer Product Zrt. ételízesítők és egyéb élelmiszer termékek (lekvárok, gyümölcslevek és bébiételek, és sütőipari termékek) gyártásával és forgalmazásával foglalkozik, mely 5 telephelyen zajlik.

A logisztikai részlegen végeztem a teregyakorlati feladataimat. Logisztika alatt az Univernél a késztermékek raktárgazdálkodását, valamint a megrendeléstől az árukiszállításig, számlázásig terjedő folyamatot kell érteni.

A két féléves teregyakorlatom során számos feladat volt. Az első félévben az információgyűjtés és informálódás érdekében egyéni és közösségi feladatokat végeztem. Egyéni feladatok közé tartozott 5-5 dolgozó táplálkozási és szabadidős szokásának felderítése interjúk segítségével, valamint egy életmódprofil megismerése. Közösségi egészségfejlesztő feladatok a célcsoportom, azaz a

logisztikai részleg adminisztrációt végző tagjaira, illetve magára a teregyakorlólóhely megismerésére irányult. Második félévben a gyakorlatom az első féléves felméréseim alapján egy egészségfejlesztő projekt megvalósítása volt. E mellett 10 fővel információs tanácsadást is folytattam, mely során, a gyakorlati helyemen dolgozók kérdéseire adtam választ az egészséges életmód kérdéskörében. Számos területet érintettek ezek a tanácsadások. Volt, aki a táplálkozásával, a szabadidős tevékenységeivel vagy a mozgással kapcsolatban fordult hozzám kérdéssel, melyekre válaszaimat a kliensek eredményesnek, a mindennapjaikban hasznosíthatónak ítélték.

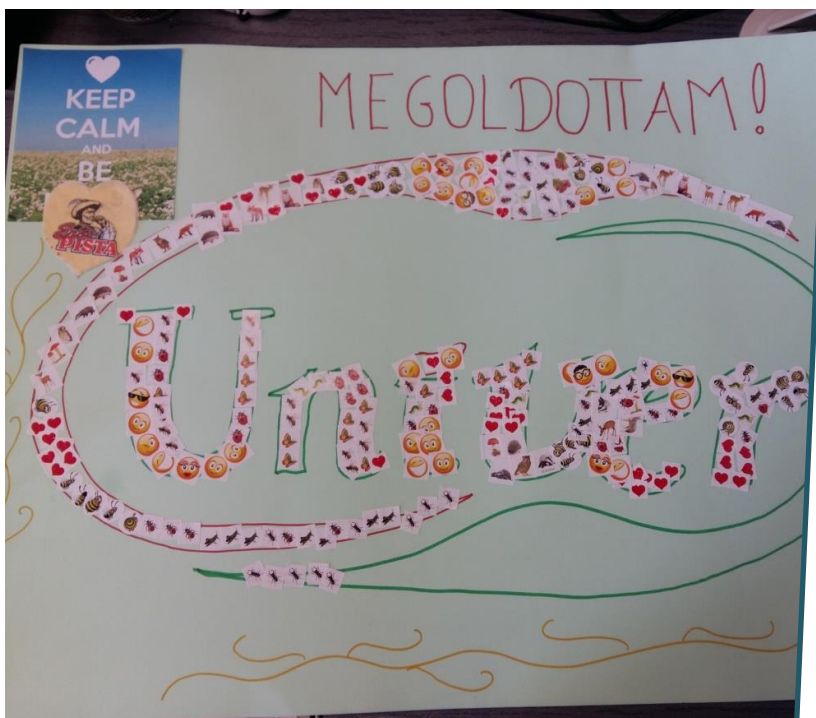
Életmódtanácsadást is végeztem, mely alkalmával - egy a munkahelyen dolgozó személlyel- 4 ülésen keresztül az életmódjával kapcsolatos kívánt változásokhoz megtett lépéseket, folyamatot segítettam. Az életmód tanácsadás során a klienssel együtt sikeresen elindultunk a változás felé vezető úton.

Az egészségfejlesztő projekthez az előzetes felmérésem alapján állítottam össze a projekt elemeket. 4 projektelemet dolgoztam ki, így frissítő nyújtózásban, „Megoldottam” eredményplakát létrehozásában, gyümölcsök hasznosságáról tartott csoportos tájékoztatóban, illetve gyümölcs kihívásban vehettek részt a dolgozók. A frissítő nyújtózással a dolgozók munka előtti és utáni átmozgatását céloztam meg, mivel az irodai ülőmunka közben mindenkinek hasznára válik egy kis mozgás.

A célcsoportom tagjai remek munkát végezve, rengeteg feladatot látnak el egy nap. Éppen ezért a

„Megoldottam” plakát az eredményességet, ezáltal a feszített munkatempó melletti elégedettségre ösztönözte a dolgozókat. Gyümölcs kihívás alkalmával egy héten keresztül igyekeztek a dolgozók kiválasztani és elfogyasztani a „hét gyümölcsét”.

Ezekkel a feladatokkal, projektelemekkel igyekeztem az egészségfejlesztő szemléletmód magvait a dolgozók mindennapjaiban elültetni, mely remélhetőleg maradandó változásokat eredményez a jövőben is.



Amire büszke vagyok...

Többek között személyes fejlődésemre vagyok büszke a teregyakorlatom kapcsán. Rengeteg élménnyel és tanulsággal gazdagodtam. Megtanultam, milyen egészségfejlesztő szerepben, felelősségteljes tanácsadást, vagy projektet lebonyolítani.

Megtanultam, hogy nem baj, ha nem minden tökéletes, az a fontos, hogy tapasztalatokkal gyarapodva fejlődni tudjunk.

Büszke vagyok a „Megoldottam” plakátra mint projektelemre, mivel úgy gondolom ezzel a játékos megközelítéssel sikerült a célcsoportom eredményességét láthatóvá tenni, és egyben az egyik legkiemelkedőbb projektelem volt. Büszke vagyok arra, hogy a dolgozók és én is elmondhatom, hogy „Megoldottam” az előttem állt kihívásokat. Úgy gondolom a célcsoportom tagjai és én is sokat fejlődtem az együtt töltött idő alatt.

Rozsnyói Gréta egészségfejlesztő tevékenységéről ...

Rozsnyói Gréta az Univer Product Zrt, Kecskemét Mindszenti krt. 57. alatti telephelyén a logisztikai szervezet munkatársai között végezte egészségfejlesztő feladatát. Gréta, jó kapcsolatteremtő képességével, határozottságával könnyen beilleszkedett az Univer vállalati környezetébe. A riportok során kialakított bizalmi kapcsolatok alapján a projekt munkában szívesen vettek részt a munkatársak. A projektbe bevont dolgozók, Gréta által nyertek képet egy egészségfejlesztő munkatárs feladatáról és küldetéséről, e mellett elismerően nyilatkoztak a projekt egészségfejlesztő hatásairól.

Szamlerné dr. Kárpáti

Mónika

kapcsolattartó
terepkoordinátor