|  |
| --- |
| **NAPREJ – Novičke Junij 2021** |
| **UDELEŽITE SE KONFERENCE DOBRO DUŠEVNO ZDRAVJE ZAPOSLENIH – TEMELJ DOLGOROČNEGA USPEHA PODJETI**  Ponovno vas vljudno vabimo na zaključno strokovno konferenco z naslovom  »**Dobro duševno zdravje zaposlenih – temelj dolgoročnega uspeha podjetij**«,  ki bo potekala 9.6.2021, med 9:00 in 12:45, v spletni obliki.  Program celotne konference ter podrobnosti o prijavi najdete na tej <https://www.naprej.eu/aktualno/dogodki/zakljucna-strokovna-konferenca-dobro-dusevno-zdravje-zaposlenih-temelj-dolgorocnega-uspeha-podjetij/> |
| **SREBRNA EKONOMIJA**  Ali poznate pojem **srebrne ekonomije**? Zavedati se moramo, da starostniki predstavljajo pomemben človeški kapital z veliko delovnih in življenjskih izkušenj, prav tako pa so pogosto še vedno polni inovativnih idej.  Oglejte si Strategijo dolgožive družbe, ki poudarja aktivnost in ustvarjalnost v vseh življenjskih obdobjih, tudi starosti:  <https://www.umar.gov.si/fileadmin/user_upload/publikacije/kratke_analize/Strategija_dolgozive_druzbe/Strategija_dolgozive_druzbe.pdf> |
| **AKTIVNI ODMORI NA DELOVNEM MESTU**  Prav tako nižajo krvni pritisk, nižajo indeks telesne mase, blagodejno vplivajo na gibljivost zapestja in spodnjega dela hrbta, povečujejo motivacijo in zadovoljstvo pri delu, spodbujajo produktivnost ter zmanjšujejo jezo, stres, utrujenost in občutke depresivnosti.  **Z aktivnimi odmori na delovnem mestu lahko sproti odpravljamo negativne učinke sedenja, prisilne drže in ponavljajočih se gibov.**  Razgibajte ramenski obroč, roke in dlani s fizioterapevtko Špelo Jakša, na spodnji povezavi:  <https://www.youtube.com/watch?v=8ssv_IbALsY> |