

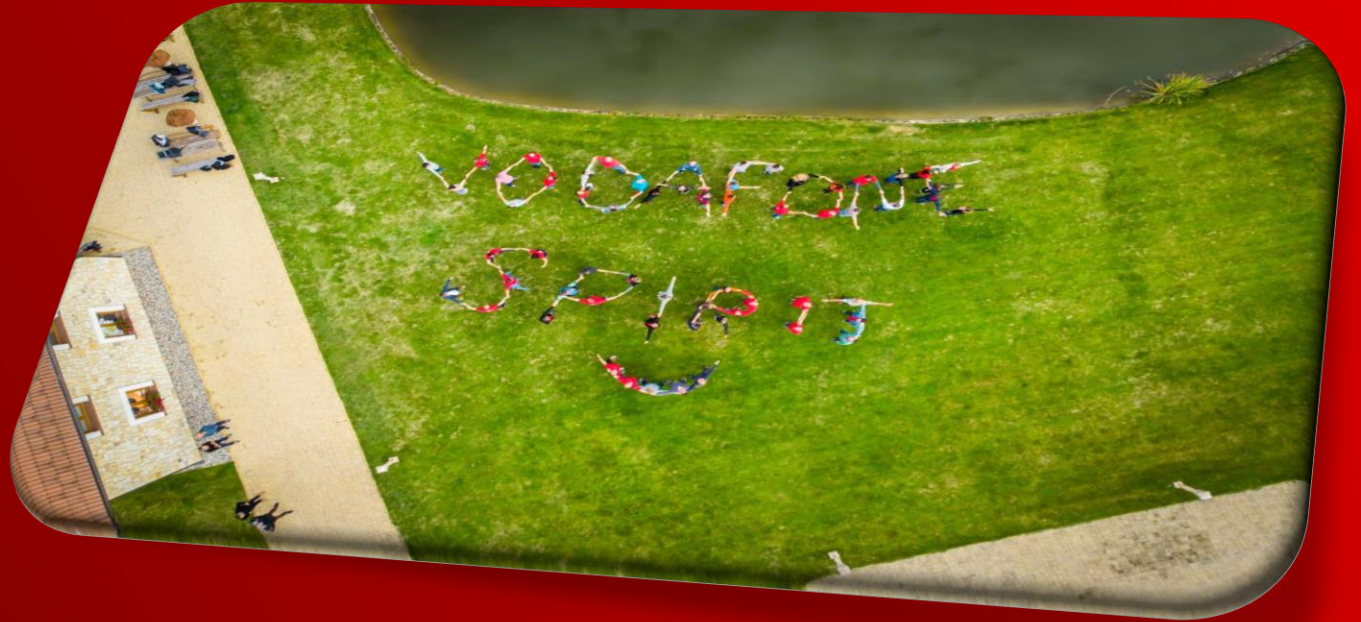


**Péče o zdraví
zaměstnanců ve
společnosti Vodafone**

Magdaléna Wavle



Představení Vodafone



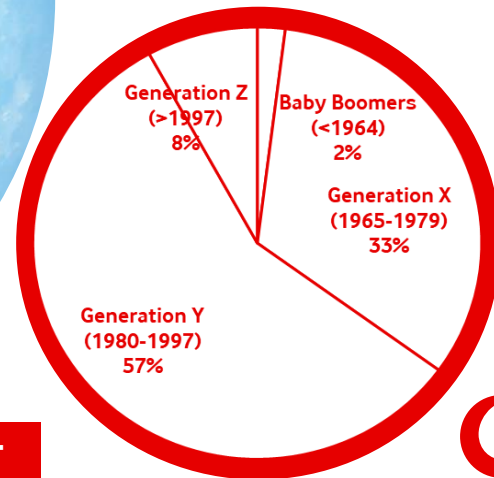
01



Představení Vodafonu a jeho poslání



- 2309 zaměstnanců
- 43% žen
- 57% Gen Y
- Rizikové faktory práce:
 - práce ve výškách
 - s elektrickým zařízením a po napětím
 - výkopové a stavební práce
 - práce v blízkosti elektromagnetického pole
 - ve stísněných prostorech a další



VF CZ: 4,7m+ zákazníků, 4m+ mobilních zákazníků, 700t+ FBB, VTV 140+ kanálů



Wellbeingový program a praktické zkušenosti



02



Wellbeingové programy ve Vodafonu a analýza dat souvisejících se zdravím

- Zahrnujeme **všechny životní etapy a situace**
 - Fázované návraty a odchody, vzdělávací programy, flexibilita, ...
- ↑ **zastoupení žen** ve vedení
- Programy pro **zdravotně znevýhodněné zaměstnance**
- Podporujeme **LGBT+ lidi**
 - Kompenzujeme diskriminační oblasti legislativy
- **Programy pro rodiny s dětmi**
 - 16 týdnů rodičovského volna
 - Dorovnání rozdílu mezi PPM a mzdou matkám
- Aktivně **pomáháme obětem domácího násilí**

- Zavedli jsme **opatření k podpoře zdraví**
 - Pravidelně sbíráme a analyzujeme informace
 - Sledujeme **faktory pracovního prostředí**
 - **Počty pracovních úrazů** a chorob z povolání
 - Reportujeme a analyzujeme **počty skoronehod**
- **Interní zaměstnanecké průzkumy** ohledně
 - Potřeby zaměstnanců, spokojenosti, ExCo live, ...
- Připravujeme a revidujeme **roční plán BOZP a Wellbeingu**
 - s Vodafone Group a kvartálně revidujeme



NAŠE PROGRAMY

FLEXIBILITA ŽENY LGBTQ+

INKLUZIVNÍ JAZYK

disABILITY ODCHOD DO DŮCHODU

DOMÁCÍ NÁSILÍ

RODINA

Wellbeingové pilíře ve společnosti Vodafone

Digitální rovnováha

Při práci s digitálními technologiemi myslíme na své zdraví.

- Rozumně využíváme digitální nástroje.
- Svůj digitální život máme pod kontrolou.

Fyzická kondice

Jsme zdraví a máme dost energie na všechno, co chceme dělat.

- Cvičíme.
- Zdravě se stravujeme.
- Odpočíváme.
- Neužíváme návykové látky.

Cíle a rozvoj

Baví nás, co děláme, a chceme něčeho dosáhnout.

- Jsme odhodlaní a Rozvíjíme se.
- Váží si nás.
- Řídíme se firemní strategií.



Emoce a duševní zdraví

Cítíme se dobře a daří se nám.

- Jsme vyrovnaní.
- Máme pozitivní pohled na věc a jsme sebevědomí.
- Umíme se soustředit a jsme efektivní v pracovním i soukromém životě.
- Bereme ohledy.

Finance

Jsme, a cítíme se, finančně zabezpečení.

- Jednáme tak, abychom se nedostali do finančních problémů.

Vztahy a společnost

Máme dobré vztahy s rodinou, přáteli, kolegy a dalšími lidmi v našem okolí.

- Jsme zadobře s rodinou, přáteli a kolegy.
- Nediskriminujeme.
- Můžeme něco udělat i pro své okolí.



H&S and wellbeing team



Red team



D&I manager



- Reagujeme na aktuální situace a krize a revidujeme náplň jednotlivých pilířů



Konkrétní příklady z Vodafonu

Digitální rovnováha:

- **Smartworking e-learning** kurz
 - Pomoc při práci z domova, nastavení pracovní doby, zvládnání prokrastinace a priorit, kontakt s kolegy, bezpečné a ergonomické domácí pracoviště, ...
- Školení a webináře na **digitální detox**
- Nová **manažerská akademie**
- Na **sharepointu** sdílíme mnoho webinářů např. ohledně produktivity práce a timemanagementu, ...
- **Izolované místnosti**
- Pořádáme **teambuildingy, sportovní akce a offsitey**



Fyzická kondice:

- Připravujeme pravidelně **vzdělávací a motivační akce**
 - **Dny zdraví** (preventivní vyšetření)
 - **Přednášky o závislostech a prevenci** závažných onemocnění (Prsa/koule)
- **Sportovní výzvy**
 - Noční běh pro Světlušku, běh proti homofobii Fun&Run
- **Motivujeme ke sportování**
- Zapůjčujeme **elektrokola**
- Pravidelné **lekce v našem Gymu**

ROZVRH SKUPINOVÝCH LEKČÍ VODAFONE GYM

WELFARE, WELLBEING, WELLNESS, WELLNESS
@WELFARE, @WELLBEING, @WELLNESS
PŘEDNÁŠKY, WEBINÁŘE, ŠKOLENÍ, SEMINÁŘE, KONFERENCE, SYMPOZIA, KONFERENČNÍ VÝJEZDY

PONDĚLÍ	ÚTERY	STŘEDA	ČTVRTEK	PÁTEK
7:00 - 8:00 DAILY STRETCH	7:00 - 8:00 DAILY STRETCH	7:00 - 8:00 DAILY STRETCH	7:00 - 8:00 DAILY STRETCH	7:00 - 8:00 DAILY STRETCH
8:30 - 9:30 YOGA	8:30 - 9:30 YOGA	8:30 - 9:30 YOGA	8:30 - 9:30 YOGA	8:30 - 9:30 YOGA
10:00 - 11:00 DAILY STRETCH	10:00 - 11:00 DAILY STRETCH	10:00 - 11:00 DAILY STRETCH	10:00 - 11:00 DAILY STRETCH	10:00 - 11:00 DAILY STRETCH
11:30 - 12:30 DAILY STRETCH	11:30 - 12:30 DAILY STRETCH	11:30 - 12:30 DAILY STRETCH	11:30 - 12:30 DAILY STRETCH	11:30 - 12:30 DAILY STRETCH
13:00 - 14:00 DAILY STRETCH	13:00 - 14:00 DAILY STRETCH	13:00 - 14:00 DAILY STRETCH	13:00 - 14:00 DAILY STRETCH	13:00 - 14:00 DAILY STRETCH
14:30 - 15:30 DAILY STRETCH	14:30 - 15:30 DAILY STRETCH	14:30 - 15:30 DAILY STRETCH	14:30 - 15:30 DAILY STRETCH	14:30 - 15:30 DAILY STRETCH
16:00 - 17:00 DAILY STRETCH	16:00 - 17:00 DAILY STRETCH	16:00 - 17:00 DAILY STRETCH	16:00 - 17:00 DAILY STRETCH	16:00 - 17:00 DAILY STRETCH
17:30 - 18:30 DAILY STRETCH	17:30 - 18:30 DAILY STRETCH	17:30 - 18:30 DAILY STRETCH	17:30 - 18:30 DAILY STRETCH	17:30 - 18:30 DAILY STRETCH
19:00 - 20:00 DAILY STRETCH	19:00 - 20:00 DAILY STRETCH	19:00 - 20:00 DAILY STRETCH	19:00 - 20:00 DAILY STRETCH	19:00 - 20:00 DAILY STRETCH
20:30 - 21:30 DAILY STRETCH	20:30 - 21:30 DAILY STRETCH	20:30 - 21:30 DAILY STRETCH	20:30 - 21:30 DAILY STRETCH	20:30 - 21:30 DAILY STRETCH

PRO SKUPINOVÉ LEKČE
KONTAKT: 123 456 789

PRO SKUPINOVÉ LEKČE
KONTAKT: 123 456 789

REZERVUJ SI SKUPINOVOU LEKČI

PLATBA

- BENEFITNÍ BODY
- PLATBNÍ TERMINÁL V GYMU
- REDUKOVANÝ PŘEVOD

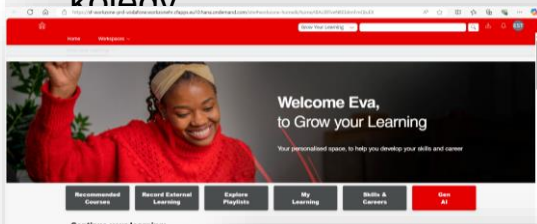
REZERVUJ SI MASÁŽ ČI MOBILIZAČNÍ TERAPII



Konkrétní příklady z Vodafonu

Cíle a rozvoj:

- Aktivity zaměřené na **osobní růst a rozvoj**
 - Nová globální platforma **Grow with Vodafone**
- Nastavujeme **výkonové a rozvojové cíle**
- **Knihovna Vodafonu**
- Zřídili jsme **employee Development Academy (EDA)**
- Promujeme program okamžitého ocenění práce **kolegů**



obětná vazba



Emoční a duševní zdraví:

- Pořádáme **psychologické semináře**
 - Vzdělávání a předcházení vyhoření
- Motivační **semináře s inspirativními hosty**
 - Pravidelné živé vysílání **Ranní show**
- **Podpůrné pracovní prostředí**
 - **Flexible office, práce z HO nebo odkudkoliv**
 - **Podpora rodičů** s dětmi a pečujících zaměstnanců
- Nové **školení o stres managementu** a emoční odolnosti
- **Lekce jógy** a meditace v našem Gymu
- **EAP** program
- **Křesťanské Spirit days**

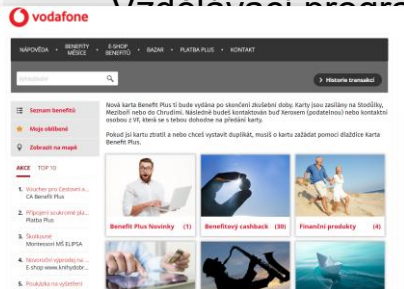


Konkrétní příklady z Vodafonu

Finanční wellbeing:

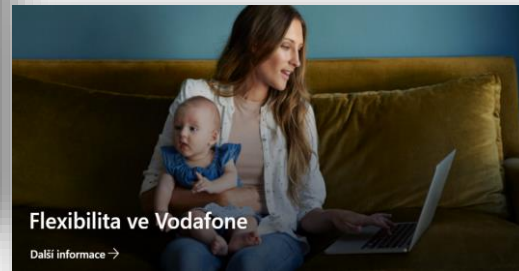
- Pomoc s **daňovým přiznáním**
- Provádíme **finanční poradenství nejen s EAP**
 - Rady a tipy pro efektivní správu financí
- **Sociální poradenství** při napjatém rozpočtu
 - Možnosti státních příspěvků na bydlení a energie
 - Další formy sociální podpory
- **↑ finanční gramotnost**
 - Benefity cílené na spoření

Vzdělávací programy a workshopy



Vztahy a společnost:

- **Benefity pro rodinu a přátele**
 - Možnost zakoupení **zvýhodněných tarifů a zařízení**
 - **Eventy pro rodiny** i zaměstnance
- **Podpora rodin** v rámci interních opatření
- **Dobrovolnické aktivity**
 - 2 dny pro neziskovku ročně
 - Plus další dobrovolnické aktivity pod hlavičkou Nadace Vodafone
- **Sportovní turnaje** a výzvy
- **Podporujeme sociální interakce a kreativitu** na



Wellbeingové kampaně...

DNY ZDRAVÍ



	VYŠETŘENÍ ZRAKU	VYŠETŘENÍ KŮŽE	INBODY
Praha	18.10 a 25.10	18.10 a 21.10	18.10 a 25.10
Meziboří	19.10	24.10	19.10
Chrudim	15.11	25.10	15.11
Ostrava	31.10	23.11	/



9. – 20.10.23

SKUPINOVÉ LEKCE ZDARMA

SKUPINOVÉ LEKCE VE VODAFONE GYM V ŘÍJNU ZDARMA

PRŮBĚH	DEJÍ	TRÉNINK	SESTRA	LEKCE	LEKCE
08:00 - 09:00	09:00 - 10:00	10:00 - 11:00	11:00 - 12:00	12:00 - 13:00	13:00 - 14:00

MOBILIZAČNÍ FYZIO A MASÁŽE
590/30min, 1090Kč/55min

V MĚSTĚ PRŮBĚH MEZI NEVPOVÍDÁ DIGITÁLNÍ A HORMONY PŮB VYŠETŘENÍ FYZIOTERAPEUTŮ.

15:00 - 16:00
16:00 - 17:00
17:00 - 18:00

PODROBNÉ INFO




WELLBEING CAMPAIGN

SEP – DEC 2023

- NEW GROUP EXERCISES IN THE GYM
- SPORTS DAY
- MY BODY MY TEMPLE
What's taking care of your body?
- HEALTH DAYS
Flu vaccination, First Aid workshop, Examination

DNY ZDRAVÍ

DĀM RESPEKT

WELLSHOP PRŮBĚH DEJÍ 4. 11. 2023




Wellbeing Q4 FY23 - Q1 FY24/25

Wellbeing Q2-Q3 FY24/25

WELLBEING CAMPAIGN

January - June 2024

- SPORTS DAY
- ALCOHOL AND DRUGS - educational workshop with an addictologist
- HEALTH DAYS
- FIRST AID WORKSHOP + VR




WELLBEING CAMPAIGN

September – December 2024

HEALTH DAYS AND BURN OUT PREVENTION




16 January 2025



Reálné příběhy inspirují...



Jako máma 3 synů bych práci na plný úvazek zvládala těžko.
Nejmladšímu je teprve 6 let, a ještě nechodí do školy. Navíc bydlíme na předměstí a na kroužky je to daleko.

Ve Vodafonu pracuju 28 hodin týdně, z toho 2 dny v kanceláři.
Stíhám se věnovat práci i dětem a práci z domova Setřím Čas.

Alena
Sales System Specialist



Ve škole mám sice volnější rozvrh, ale bez částečného úvazku bych nenastoupil.
Studuji na Unicorn University a do školy musím pořád chodit.

S částečným úvazkem zvládnou práci i školu.
Ve Vodafonu pracuju 30 hodin týdně v týmu Tech BI Delivery a zbytek času mám na školu.

Dominik
BI Cloud Developer



Děti už odrostly a mě nic nenutí pracovat od 9 do 5.
Zhuštěná pracovní doba s jedním dnem volna navíc mi přijde ideální pro rovnováhu mezi prací a osobním životem.

Středy mám volné na všechno, co potřebuju.
Mám víc času na sport, mimopracovní vzdělávání a další aktivity.

Monza
Frontend Developer



Podporujeme LGBT+ kolegy

LGBT+ zaměstnancům dáváme volno v případech, kde na ně stát nemyslí, např. 10 dnů po narození potomka nebo na různé životní události. Trans kolegům nebo kolegyním přispějeme na vybrané zdravotní výkony související s tranzicí.

Šéfovat si práci i život,
#tojemoje

Šéfovat si práci i život,
#tojemoje

Šéfovat si práci i život,
#tojemoje



Bála jsem se, že zůstanu pozadu, když budu dlouho doma.
Možnost řázeného návratu do práce jsem uvítala. Se šéfem jsme se na něm v pohodě domluvili. Byl rád, že se brzy vrátím.

Nastoupila jsem, když bylo synovi půl roku, na 75% úvazek, ale za celou výplatu.
Mohla jsem být se synem a zároveň vydělávat peníze, vzdělávat se a kariéře posouvat.

Pavla
Content Management Analyst

Šéfovat si práci i život,
#tojemoje



Víkend je krátký a život taky. Chci víc času na to, co mě nabíjí.
O pracovním týdnu zhuštěném do 4 dnů jsem hodně četl. Když ho Vodafone zavědi, nebylo o čem přemýšlet.

Díky prodlouženému víkendu je můj život v rovnováze.
Mám čas na rodinu, koníčky, péči o dům, zvířata i zahradu. A třeba i na psi závody v bikejoringu.

Patrik
HR Communication Manager

Šéfovat si práci i život,
#tojemoje



Během rodičovského volna pracuju 2 dny v týdnu.
Benefit 16 týdnů volna pro druhého z rodičů si můžu vybrat postupně, jak potřebuju.

Od února jsem podruhé táta a nechci Tonika vidět jen večer při koupání.
Sice hodně pracuju z domova, ale to neznamená, že bych se mohl pořádně věnovat rodině.

Michal
HR Communication Lead

Šéfovat si práci i život,
#tojemoje



Úspěchy a výzvy



03



Úspěchy a výzvy

Úspěchy:

- ✓ Naše webináře mají dosah **tisíců** zhlédnutí
- ✓ Online školení a kurzy dosahují **vyšších stovek** připojených účastníků
- ✓ Dosahujeme **vysokých výsledků v NPS** (Atmoskop: 81%, Spirit Beat)
- ✓ Pravidelně vyhráváme zajímavé soutěže

Výzvy:

- **Zahrnout všechny** regionální lokality, zejména retail a call centra
- **Efektivní komunikace**
- Zlepšení pracovního prostředí na centrále
- Snížení čerpání nemocenské na našich servisních centrech



Vydáte se na stejnou cestu?

Děkuji za pozornost a na dotazy ráda odpovím.

magdalena.wavle@vodafone
.com



