



31 de enero de 2018

Facilitará gratuitamente el material para que puedan practicar y entrenar los ejercicios en su domicilio.

Más de 1.200 trabajadores de EIPozo Alimentación se beneficiarán de una nueva edición del programa de salud articular que ha impulsado la compañía y cuyo objetivo es promover el bienestar de los empleados y favorecer una mayor calidad de vida, dentro y fuera del horario laboral.

La formación, que se desarrollará hasta el 15 de junio, ha comenzado hoy a impartirse en las salas acondicionadas del gimnasio de la compañía con trabajadores de las áreas de Producción (Centro de Procesamiento de Carne y Centro de Loncheado y York).

Durante estos talleres, de cinco horas de duración, los alumnos aprenden diferentes técnicas para minimizar las tensiones musculares y reducir el riesgo de problemas músculo-esqueléticos, especialmente en la zona lumbar y en el cuello, hombros, muñecas y pies.

Se trata de actividades muy sencillas, pero muy eficaces que facilitan su continuidad. Por ello, la compañía facilitará de forma gratuita el cilindro de espuma, material principal de este curso, para que todos los trabajadores puedan practicar y entrenar los ejercicios en su propio domicilio.

Se ha creado además un videotutorial, de menos de 20 minutos, que muestra paso a paso los movimientos que hay que realizar para trabajar cada zona del cuerpo. Es una herramienta sencilla, que facilita la comprensión de los contenidos y está disponible en cualquier momento, a través del Portal de Empleado.

EIPozo Alimentación ha sido declarada Empresa Europea del Deporte y la Salud 2018, gracias a su apuesta por un entorno laboral positivo y saludable. Entre los servicios que la empresa pone a disposición de la plantilla se encuentran no sólo recursos médicos y de asistencia sanitaria las 24 horas del día, sino también otros servicios como la sede social, gimnasio, pabellón deportivo o las pistas de tenis y de pádel.