

<<呵护员工健康传递企业关爱>>

图书基本信息

书名：<<呵护员工健康传递企业关爱>>

13位ISBN编号：9787802505988

10位ISBN编号：7802505984

出版时间：2011-10

出版时间：中国言实出版社

作者：严素珍，向亚云，魏涛 著

页数：219

版权说明：本站所提供下载的PDF图书仅提供预览和简介，请支持正版图书。

更多资源请访问：<http://www.tushu007.com>

<<呵护员工健康传递企业关爱>>

前言

健康是革命的本钱，健康是事业的基石，健康是梦想的源泉；健康是成功的前提，没有健康，一切理想、目标、财富、名利、事业……都是空的、虚的、假的、不可能的！

没有健康，即使你已经取得的成就也会远去，即使你已经拥有的，也将不再属于你！

没有健康，一切的梦想永远都只能是梦想；没有健康，所有的愿望永远都只是愿望！

对于企业，也是一样。

企业的根基在员工，员工的根基在健康，没有员工的健康，即使员工想要为企业奉献一切，也会失去奉献的机会！

没有员工的健康，企业就会失去根基，失去活力和生机，就无从发展，无从兴旺！

所以，呵护健康，不仅仅是员工的需要，更是企业的需要！

呵护员工的健康，不仅是传递企业对员工的关爱，也是在维护企业的根基。

健康如此重要，那么，什么是健康？

员工该怎样维护自己的健康？

企业又该怎样呵护员工的健康？

在许多员工的观念里，没有生病就是健康。

其实并非这样简单，健康是指生理、心理及社会适应三个方面全部良好的一种状况，而不仅仅是指没有生病或者体质健壮。

那员工们应当怎样维护自己的健康呢？

最关键的就是把握好健康的四大基石——也就是健康的十六个字：合理膳食、适量运动、戒烟限酒、心理平衡。

也就是一要保证吃饱吃好，吃得均衡，吃得营养，吃得科学；二要适量运动，不能不动，但也不可过劳；三要戒烟戒酒，改善不良的生活方式，养成健康的生活习惯；四要心态要好，心理要平衡，保持乐观向上、积极进取的状态，不要被负面情绪左右。

做到这四条，健康也就有了坚实的基础，再辅以其他的措施，健康就永远不会离开了。

企业怎样呵护员工的健康、传递企业的关爱呢？

当然是围绕员工的健康，想尽千方百计，帮助、支持、引导员工维护健康，强健体魄。

如开展健康促进活动，开办健康常识、职业病等主题的健康讲座，定期组织员工体检，为员工建立健康档案、开展健康咨询，开辟员工运动场地，为员工购买健身卡、办好员工食堂，组织职工运动会，留出专门的时间引导员工运动，为员工建立完善的医疗保险、开通绿色就医通道等，都是不错的方法。

还可以在管理上做文章，如对适合的职位推行弹性工作制，为员工定制营养可口的工作餐，为员工提供午睡的便利以及为加班员工妥善安排饮食等，全方位地关心员工的健康，把关爱传递到每一个员工的心中，从而有效地提升员工的归属感，赢回员工的心，也就加固了企业的根基，使企业更具活力和凝聚力，也更有竞争力和发展力。

“授人以鱼不如授人以渔”，方法永远是最重要的。

本书正是将各种维护健康的方法全面细致地呈现给员工和企业。

健康在方法中，关爱也在方法中。

健康是统帅，健康是前提，健康是一切的根基，它承载一切又高于一切，它创造一切也毁灭一切。

健康是上天赐予我们的恩惠，是我们相依相随的随身珍宝，可是如果我们不好好珍惜，它又会轻易地悄然离去……只有时时关爱它、精心呵护它，它才会永远跟随着我们，永远为我们服务，永远为企业效力。

那么，让企业和员工一起努力，精心呵护我们的健康，保卫我们的根基吧。

<<呵护员工健康传递企业关爱>>

内容概要

员工的健康是企业发展的根基，企业的关爱是员工健康的保障，呵护员工健康，不仅是员工的需要，也是企业的需要，是企业赢得人心、增强凝聚力的重要手段，更是企业的生产力和核心竞争力。企业对员工的健康投入，也许在短期内看不见、摸不着，但回报将是隐形的、长期的，是企业基业长青的资本。

<<呵护员工健康传递企业关爱>>

作者简介

严素珍，南京大学医学院医学博士，副主任医师，长期从事健康知识教育的普及工作，国内多家大型企业的职业健康顾问，先后发表多篇专著数十万字。

向亚云，人力资源师，职业策划师，撰稿人。

从事成功励志、职场生存、职工素质教育与婚姻家庭等方面的研究工作多年，致力于为广大企业提供员工培训服务，对员工素质提升和职业化修炼方面的研究颇有见解。

先后出版《如何做一名好员工》、《停止抱怨努力工作》、《女性礼仪与魅力修养》、《中华国学智慧员工读本》、《左手工作右手生活》等多部专著，并有部分图书成功登上畅销书排行榜。

魏涛，政工师，本科学历，现于中石油川庆钻探油建科宏公司从事党群工作，对企业改革和发展中如何发挥工会桥梁和纽带作用以及员工队伍建设具有丰富的工作实践经验，先后在多家期刊上发表相关论文数篇。

<<呵护员工健康传递企业关爱>>

书籍目录

第一章 健康是一切事业的根基

1. 没有健康, 任何事业也无从谈起
2. 没有健康作前提, 成功也可能远去
3. 没有员工的健康就没有企业的效益和活力
4. 呵护员工的健康就是保护企业的根基

第二章 企业的关爱是员工健康的保障

1. 员工的健康需要企业的关心
2. 企业的关爱是员工健康的保障
3. 定期为员工进行健康体检
4. 建立员工专属的健康档案
5. 为员工提供必要的健康教育和咨询
6. 对员工进行适当的健康干预

第三章 呵护员工健康从关心饮食开始

1. 均衡营养的饮食是健康的关键
2. 早餐不能不吃, 也不能“对付”着吃
3. 午餐不能“凑合”, 吃饱更要吃好
4. 晚餐贵在精致, 吃少还要吃早
5. 多吃蔬菜水果, 更利于健康
6. 喝也有讲究, 科学合理更健康
7. 办好员工食堂, 传递企业关爱

第四章 合理安排运动, 运动是员工健康的保护神

.....

第九章 加强疾病防治, 保障员工健康

<<呵护员工健康传递企业关爱>>

章节摘录

企业的根基在员工，而员工的根基在健康，企业要发展，离不开每一个员工的努力，员工要敬业、努力，扎实工作，最基本的就是健康，所以员工的健康不仅是企业的巨大财富，更是企业发展的根本。没有员工的健康作基础企业就不可能有活力，也就不可能有发展，不可能在激烈的市场竞争中立于不败之地。

现在的企业越来越注重员工体质，因为只有员工身体素质好，有强健的体魄，充沛的精力，他们在工作中才不会无精打采，工作效率才会更高，工作质量才会更好，也才更有创造力，更有活力。

毛主席虽然日理万机，但却十分注意自己的身体健康，每日坚持锻炼，因为他深知身体之于工作学习的重要性，所以他语重心长地说出了“身体是革命的本钱”这样的至理名言。

试想，如果毛主席整日身体不适、疾病缠身，怎么能够运筹帷幄，决胜千里，带领全国人民取得革命的胜利。

相反，诸葛亮的“出师未捷身先死”千年以来令多少人痛心惋惜。

“身体是革命的本钱”，身体是我们最大的财富。

对于个人，对于企业，都是如此。

只是有很多人拥有这种无上的财富而不自知而已。

从前，有个很善良正直、身体很棒的穷小伙，工作很努力，心地也很善良，可他一直梦想的财富却一直没有。

为此，他很灰心。

有一天，他忍不住向一个过路的老人倾诉了他的苦恼。

这位老人笑了，说“我就是世界最富有的人啊，你要多少财富我都有，都能给你。但必须要交换。

” 小伙子茫然不解地看着老人。

老人说“你可以用你的一只手来换50万元。

” 小伙子马上回答道：“不行，不行，没有了手，我怎么工作呀？”

” 老人说“那就用你的一条腿来换100万元。

” 小伙子不同意，“不行，不行，我没了腿我怎么走路呀？”

” 老人又说“那用你的双眼来换200万元也行。

” 小伙子还是不同意，“不行不行，没有了双眼，我再也看不到这美好的世界了。

有了这200万又有什么意义呢？

你就是给我一千万，我也不能让我自己双目失明啊。

” 老人说“现在你明白了你有多大的财富了吧？”

你有健康的身体，这就是最大的财富呀，还有什么比这更好的呢？

” 是啊，还有什么比这更好的呢？

还有什么比健康更大的财富呢？

一个人拥有了健康的身体，就能向着自己的梦想努力，并最终实现梦想；一个企业拥有了健康的员工，就能为企业创造出无尽的财富。

员工健康是关乎企业生存与发展的大事。

在现代企业中，只有健康的员工才能为企业带来最大的效益。

如果一个企业里全是病号，今天这个请假，明天那个上医院，那将使企业不知道工作怎么去安排，任务怎么去完成，效益怎么去产生。

没有一批健康能干的员工，企业又如何去发展去壮大？

不健康的员工将会直接或间接地对企业带来巨大损失。

据统计，美国每年有约100万员工由于健康原因缺勤，每一个员工的缺勤会造成668美元的损失。

在中国，由于疾病或是其他健康原因而造成的损失也不容小觑。

以感冒为例，普通人一年平均感冒3~5次，每次从得病到完全康复平均需要7天，其中至少有2~3天会影响工作，甚至严重到无法工作。

<<呵护员工健康传递企业关爱>>

以此推论，一家有2万名员工的公司，一年因为员工感冒所耽误的就是至少16万个工作日，这对于公司来说将是不小的损失。

而且企业中的健康问题会大幅度增加企业的医疗支出。

如每年由矽肺而造成的直接经济损失就达120多亿元，这对劳动者、企业和国家都造成了严重的经济负担。

再据有关部门统计，某省现存活尘肺病人10789例，每人每月按3000元的最低开支，每年损失约有4亿元。

美国健康与生产力管理研究院院长希恩·萨莉文称，对企业来说，关注与保证员工的健康是资产而不是成本，真正的成本是不健康的员工。

生产力的真正损失主要由旷工和出工不出力两个因素造成，后者通常是由于身体原因、心理原因造成的，严重影响员工劳动效率和企业效益。

这一损失甚至大大超过了因为员工旷工而造成的直接经济损失，更应该引起企业的重视。

希恩·萨莉文形象地解释，因此企业应像保护机器一样爱护员工的健康，机器需要不断的加油保养，员工的身体健康也应该受到高度的重视。

因为没有员工的健康，也就不可能有企业的活力。

无法想象企业里全是病病歪歪的员工，却能打造一个生机勃勃的企业，能提升企业的竞争力，能为企业创造效益。

只有身心健康、积极向上的员工，才有快乐工作的心情，才有积极向上的激情，才有不断探索的动力，才有努力创新的活力，才有主动应变的敏锐，才有渴望学习的意愿，才有沟通合作的热情，才有企业的生机和活力。

这样的企业，活力进发，生机勃勃，斗志昂扬，积极向上。

无法想象，没有员工的健康，企业会拥有这种活力和生机。

所以，呵护员工健康，不仅是员工自我发展的需要，更是企业不断发展壮大的需要。

因为没有企业的健康，就不会有企业的生机和活力，不会有源源不断的创造力和永立不败的竞争力，也就不可能有企业的不断壮大和成长。

P9-11

<<呵护员工健康传递企业关爱>>

媒体关注与评论

“文化上的每一进步，都是迈向自由的一步。
——恩格斯

<<呵护员工健康传递企业关爱>>

版权说明

本站所提供下载的PDF图书仅提供预览和简介，请支持正版图书。

更多资源请访问:<http://www.tushu007.com>