

Λάβετε μέρος στην 1η ευρωπαϊκή έρευνα για τη σωματική δραστηριότητα και την ενεργή κινητικότητα στο χώρο εργασίας.

Το Επιμελητήριο Κορινθίας σας προσκαλεί να λάβετε μέρος στην έρευνα.

Το «**Healthy Employee, Mobile and Active**» (HEMA) είναι ένα τριετές πρόγραμμα που αποσκοπεί στην αντιμετώπιση του υψηλού επιπέδου σωματικής αδράνειας στην Ευρώπη. Το HEMA υποστηρίζεται και συγχρηματοδοτείται από την Ευρωπαϊκή Επιτροπή στον τομέα του προγράμματος Erasmus + και της Ευρωπαϊκής Εβδομάδας Αθλητισμού. Ο χώρος εργασίας χαρακτηρίζεται ως βασικός τομέας για να ενεργεί υπέρ των ευρωπαίων πολιτών να είναι δραστήριοι και υγιείς.

Η σωματική δραστηριότητα σε ένα επαγγελματικό περιβάλλον, καθώς και η ενεργή κινητικότητα στο χώρο εργασίας, είναι άγνωστα στο σύνολό της. Ορισμένες μελέτες έχουν διεξαχθεί, αλλά είναι γεωγραφικά περιορισμένες ή μερικές ως προς τα θέματα που καλύπτονται. Αυτή η έρευνα σκοπεύει να επεκτείνει και να εμβαθύνει τις γνώσεις σε ολόκληρη την Ευρώπη σχετικά με την κινητικότητα και τη σωματική δραστηριότητα στο χώρο εργασίας.

Κατά συνέπεια, ο στόχος της έρευνάς μας είναι:

- Να καταγραφεί η υφιστάμενη κατάσταση στο χώρο εργασίας,
- Να καταγραφεί ο προϋπολογισμός των επενδύσεων (budget) των επιχειρήσεων που εφαρμόζουν προγράμματα σωματικής δραστηριότητας και κινητικότητας στο χώρο εργασίας,
- Να εντοπιστούν οι παράγοντες παρακίνησης για την εφαρμογή προγραμμάτων σωματικής δραστηριότητας και κινητικότητας στο χώρο εργασίας.

Ποιους αφορά;

Κάθε δημόσια και ιδιωτική επιχείρηση, οργανισμό και υπηρεσία στις χώρες μέλη της Ε.Ε

Αυτό συνεπάγεται ότι όλες οι εταιρείες αποτελούν αντικείμενο της έρευνας, είτε αποφασίζουν είτε όχι να εμπλακούν σε προγράμματα σωματικής άσκησης είτε σε προγράμματα ενεργητικής κινητικότητας.

Η εφαρμογή προγραμμάτων αθλητισμού ή κινητικότητας στον χώρο εργασίας είναι επίσης θέμα πρωτοβουλιών και όχι μόνο η διαχείριση μπορεί να είναι η αρχή αυτού που συμβαίνει.

Αυτός είναι ο λόγος για τον οποίο αναπτύχθηκαν δύο ερωτηματολόγια για τη συλλογή δεδομένων και πληροφοριών, αλλά και προσδοκιών για αυτά τα θέματα και από τις δύο πλευρές:

- ένα ερωτηματολόγιο που απευθύνεται στους υπαλλήλους και στόχο έχει να συγκεντρώσει την αντίληψή τους για το τι έχει γίνει στις εταιρείες τους, τις προσδοκίες τους και τα εμπόδια που θα μπορούσαν να δουν για την εφαρμογή τέτοιων προγραμμάτων,
- ένα ερωτηματολόγιο που απευθύνεται στους εργοδότες για να λάβουν τα σχόλιά τους σχετικά με το τι έχουν γίνει ή όχι, τις προσδοκίες τους και τα εμπόδια που συνάντησαν σχετικά με την εφαρμογή προγραμμάτων σωματικής άσκησης και ενεργού κινητικότητας.

Τα ερωτηματολόγια είναι διαδικτυακά και διατίθενται σε 10 γλώσσες για να διευκολύνουν τη διάδοσή τους.

Χρειάζονται μόνο 10 έως 12 λεπτά για να τα ολοκληρώσετε!

Οι απαντήσεις είναι ανώνυμες και εμπιστευτικές και δεν θα διαβιβάζονται μεμονωμένα.

Δείτε παρακάτω τους συνδέσμους προς τα ερωτηματολόγια:

Greek Versions



For the EMPLOYERS

[HEMA – Έρευνα για τον αθλητισμό και την κινητικότητα στην εργασία](#)

For the EMPLOYEES

[HEMA – Έρευνα για τον αθλητισμό και την κινητικότητα στην εργασία](#)

English Versions

For the EMPLOYERS

[HEMA – Survey on Active Mobility and Physical Activity at the workplace – For Employers](#)

For the EMPLOYEES

[HEMA – Survey on Active Mobility and Physical Activity at the workplace – For Employees](#)

French Versions

For the EMPLOYERS

[HEMA – Enquête sur les mobilités actives et l’activité physique en entreprise – Pour les employeurs](#)

For the EMPLOYEES

[HEMA – Enquête sur les mobilités actives et l’activité physique en entreprise – Pour les employés](#)

German Versions

For the EMPLOYERS

[HEMA – Umfrage zu Sport und Mobilität bei der Arbeit – Für Arbeitgeber](#)

For the EMPLOYEES

[HEMA – Umfrage zu Sport und Mobilität bei der Arbeit – Für Angestellte](#)

Dutch Versions

For the EMPLOYERS

[HEMA – Sport en mobiliteit op het werk: kansenonderzoek](#)

For the EMPLOYEES

[HEMA – Sport en mobiliteit op het werk: kansenonderzoek – Voor werknemers](#)

Spanish Versions

For the EMPLOYERS

[HEMA – Encuesta sobre el deporte y la movilidad en el lugar de trabajo – para Empleadores](#)

For the EMPLOYEES

[HEMA – Encuesta sobre el deporte y la movilidad en el lugar de trabajo – para Empleados](#)

Portuguese versions

For the EMPLOYERS

[HEMA – Questionário sobre oportunidades de desporto e mobilidade no trabalho – Para empregadores](#)

For the EMPLOYEES

[HEMA – Questionário sobre oportunidades de desporto e mobilidade no trabalho – para trabalhador](#)

Finnish version

For the EMPLOYERS



[HEMA – Kysely työpaikkojen urheilu- ja liikuntamahdollisuuksista.](#)

For the EMPLOYEES

[HEMA – Kysely työpaikkojen urheilu- ja liikuntamahdollisuuksista. – Työntekijöille](#)

Latvian version

For the EMPLOYERS

[HEMA – Sporta un mobilitātes iespējas darba vietā – Darba devējiem](#)

For the EMPLOYEES

[HEMA – Sporta un mobilitātes iespējas darba vietā – Darbiniekiem](#)

Estonian Versions

For the EMPLOYERS

[HEMA – Töökoha sportimis- ja liikumisvõimaluste uuring](#)

For the EMPLOYEES

[HEMA – Töökoha sportimis- ja liikumisvõimaluste uuring – Töötajatele](#)