replek

СООПШТЕНИЕ

Реплек стартува иновативна платформа за добросостојба „**РЕ**сет“: работилници, настани и едукација за подобро здравје

Симбиозата на добра физичка и ментална состојба е формула за здравје и **добросостојба**. Главен предизвик во модерниот начин на живот е како да се одржи здравјето и **добросостојбата** на телото и духот. Како компанија која сака да иницира промени и да ја менува деловната и општествената култура, „Реплек АД“ започнува нова платформа **„РЕсет”** за поттикнување на ведар дух, здраво тело и ментална сила, односно **добросостојба. „РЕсет“** е во основата на визијата преку која компанијата сака да ја поттикне и промовира **добросостојбата** на лично и колективно ниво, поврзувајќи ја оваа платформа директно со кредото на компанијата **„За мое добро“.** Платформата **„РЕсет“** ќе иницира низа активности достапни за јавноста, преку кои ќе се обиде да мотивира и да поттикнува промена на навиките и однесувањата на луѓето за **добросостојба**, здраво тело, здрав дух и ментална сила.

Сите кои сакаат да се **РЕсет**ираат и да се приклучат на оваа иницијатива на „Реплек“ ќе можат да се приклучат на првата бесплатна онлајн работилница што ќе се одржи на 5.4.2024 година во 19.00 часот. На работилницата, **Илина Арсова**, нашата позната уметница и алпинистка со исклучителен животен стил, ќе ги сподели своите животни навики и мотивациски тактики за здраво тело и дух, а присутните ќе можат директно да комуницираат со Арсова и да постават прашања или да споделат искуства и мислења.

- Латинската изрека *„во здраво тело, здрав дух“* е најкраткото, но истовремено и најсуштинското мото за важноста на **добросостојбата** на човекот. Стресниот и брзиот начин на живот остануваат сериозен фактор за нарушување на човековата **добросостојба**, а анализите покажуваат дека сѐ пониска е возрасната граница за појавување на сериозни нарушувања на здравјето. Ваквата состојба може да се промени со излегување од шаблоните. Како компанија која храбро чекори кон промените ние креиравме платформа која ќе овозможи сите во заедницата, вклучително нашите луѓе во компанијата, да се приклучат и да започнат нова поздрава страница во својот живот која ќе биде чекор кон **добросостојба.** Среќните луѓе се здрави луѓе, затоа ајде да направиме нешто надвор од рутината, да пробаме нови работи, односно да ги напуштиме старите и дотрајани шаблони, како што вели нашиот слоган **„За мое добро** ’’ - истакна **Душан Пецовски**, генерален директор на „Реплек АД“.

Според Меѓународната здравствена организација за 22% од луѓето во Европа стресот е најголем професионален здравствен проблем. Болестите предизвикани од стрес како кардиоваскуларни болести, дебелина, дијабетес, депресија и анксиозни нарушувања, според СЗО ја чинат глобалната економија над 1 трилион долари годишно. Според оваа светска организација, физичката неактивност придонесува за 3,2 милиони смртни случаеви годишно.

Статистиката укажува дека грижата за здравјето е врвен приоритет, па оттука „Реплек“ преку платформата „**РЕсет**“ креира простор за вклучување на секој граѓанин кој сака да го промени својот начин на живот и да го подобри своето ментално и физичко здравје. По работилницата со Илина Арсова, планирани се неколку настани за **добросостојба** во текот на годината, чија цел е да едуцираат, мотивираат и да поттикнат промена кај луѓето, преку животното искуство на инспиративни личности од различни професии. Темите на работилниците ќе бидат од различни области, односно исхрана, физичко и ментално здравје и слично.