



بورصة الكويت تنظم جلسة تثقيفية لموظفيها بالتعاون مع DISC Kuwait لرفع مستوى الوعي بالعادات وأسلوب الحياة الصحي

الجلسة تعقد كجزء من سلسلة برنامج "بورصة الكويت تهتم" وتهدف إلى تسليط الضوء على أهمية النشاط البدني وزيادة مستوى الوعي حول الإصابات التي يمكن تجنبها في بيئة العمل

الكويت، 28 مارس 2019: في خطوة تعيد التأكيد على مكانتها كمؤسسة تضع موظفيها على رأس أولوياتها، عقدت بورصة الكويت مؤخراً جلسة تثقيفية لموظفيها حول أسلوب الحياة الصحي كجزء من سلسلة برنامج "بورصة الكويت تهتم"، وذلك بالتعاون مع DISC Kuwait، المركز المتخصص في إدارة الآلام وإعادة التأهيل وكل ما يتعلق بنمط الحياة المتكاملة.

يهدف هذا الحدث، والذي يتم تنظيمه تماشياً مع مبادرات المسؤولية الاجتماعية داخل بورصة الكويت، إلى تسليط الضوء على أهمية النشاط البدني، وزيادة الوعي بالإصابات التي يمكن تجنبها في بيئة العمل، فضلاً عن تقديم نظرة متعمقة على الخطوات العملية للتعامل مع تصلب العضلات والألم الناتج عن وضعيات الجلوس الخاطئة أو لفترات طويلة على المكاتب.

وتعليقاً على ذلك، قالت السيدة خالد عبد الرزاق الخالد الرئيس التنفيذي لبورصة الكويت: "مع كون الموظفين العنصر الرئيسي في جميع عملياتنا، ظلت بورصة الكويت دائماً ملتزمة بشكل قاطع بالمساهمة في الحفاظ

على صحة الموظفين وعافيتهم. يمثل برنامج 'بورصة الكويت تهتم' إضافة نوعية إلى مساعينا الرامية إلى الترويج لنمط حياة صحي وتعزيز مستويات السلامة في بيئة العمل. نحن ندرك تماماً أن القوى العاملة النشطة والسعيدة هي المحرك الرئيسي للإنتاجية في أي مؤسسة أعمال، كما أن لدينا قناعة راسخة بالدور الحيوي لمجتمع صحي ومعافى في تطور أي بلد ونموها، وبالتالي فإن هذه المبادرة الداخلية، وهي جزء من مبادرات المسؤولية الاجتماعية للشركات لدينا، تدخل أيضاً في إطار إسهاماتنا في جهود بناء الأمة".

وتمت دعوة موظفي بورصة الكويت لعروض توضيحية حية من قبل مختصين في هذا المجال من DISC Kuwait، والذين سلطوا الضوء على الأهمية المتزايدة للحفاظ على نمط حياة صحي وتحسين النشاط البدني في بيئة العمل. كما قدموا شرحاً وافياً حول المخاطر المرتبطة بساعات العمل الطويلة ونصحوا موظفي الشركة بأخذ فترات راحة منتظمة وجعل الأنشطة الرياضية جزءاً من روتينهم اليومي.

بالإضافة إلى ذلك، تناول المتخصصون في عمليات تقييم بيئة العمل المكتبية الإصابات التي يمكن تجنبها في بيئة العمل، مثل الاضطرابات العضلية الهيكلية (MDS)، وإصابات فرط الإجهاد والإجهاد المتكرر (RSIs)، وقدموا شرحاً تفصيلياً عن التغييرات التي يجب إجراؤها في البيئة المكتبية، والتي من شأنها أن تحدث فوائد صحية فورية. وعلاوة على ذلك، قدم الخبراء رؤى متعمقة حول العلاجات والتدخلات الطبية لعلاج آلام العضلات وتشنجاتها بشكل فعال.

-انتهى-