

Tervisekuu 2016

Backoffice Services Estonia OÜ

Krista Lukner
töökeskkonnaspetsialist



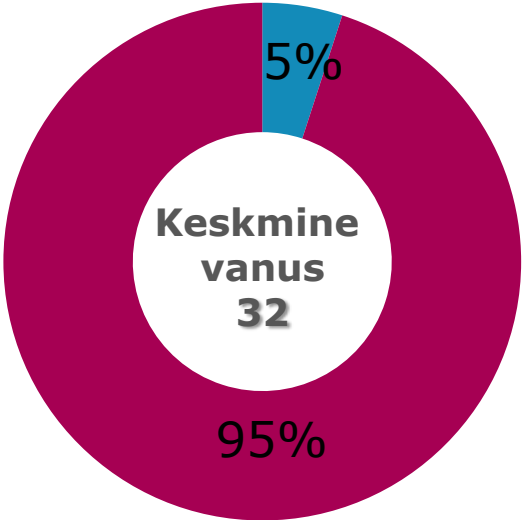
Kes me oleme?

- Backoffice Services Estonia OÜ ehk BOSE - Tartus aastast 2001
- Finnairi tütarfirma ja teenuskeskus alates 2010
- Osutame andmehalduse, raamatupidamise ja klienditeeninduse valdkonna tugiteenuseid Finnairi kontsernile
- Tegutseme Tartus, Tallinnas ja vahel Vantaal (Soomes)
- Meie meeskond on 150-liikmeline, 9 erinevat osakonda.



Meie nais-meeskond

■ Mehed ■ Naised



Tervisekuu „Terve BOSE heaks“ Aprill, 2016



BOSE RALLIB

- Kontoritooli ralli
- Takistusraja läbimine ja erinevate ülesannete lahendamine
- Osakondade vaheline võistlus



BOSE RALLIB



BOSE RALLIB



BOSE RALLIB





BOSE RALLIB



BOSE LIIGUB

- Aktiivsete minutite kogumise võistlus Endomondo keskkonnas
- Eesmärk innustada töötajaid rohkem liikuma ja suurendada meeskonnatunnet
- Kolmele aktiivsemale osakonnale auhinnad





BOSE LIIGUB

- Endomondot kasutas kokku 92 töötajat
- Kogusime 172 665 aktiivset minutit ehk 2877 tundi
- Läbisime 10 640 km
- Liikusime 3,88 kuud järjest
- Põletasime 519 858 kcal





BOSE LÕÕGASTUB ja BOSE JÄLGIB



BOSE ÕPIB

- Toitumise teemaline seminar gruppides
- Teemad: normaalne toitumine, toidu energeetiline väärtus ja toiteväärtus, toidukordade planeerimine, istuv töö ja toitumine
- Koostöö Tartu Tervishoiu Kõrgkooliga



BOSE OTSIB

- Osakonnapõhine linnaorienteerumise võistlus
- Vihjete abil leida sihtkohad Tartu linnas
- Tööpäevasisene liikumispaus
- Liikumine värskes õhus
- Vaheldus tööruutiini
- Üheskoos liikumise rõõm



BOSE KOKKAB

- Tervislike toitude valmistamise võistlus
- Esitada tuli nii tervislik toit kui retsept
- Meeskolleegidest koosnev žürii
- Parimale toidule auhind - lisa tervisepäev



HINDAMISLEHT "BOSE KOKKAB", 25.04.2016



Hinded 5-palli skaalal.

1 - ei meeldi/ ei maitse

2 - kõlbab küll

3 - hea

4 - maitsev/ väga hea

5 - suurepärane

Nr.	Välimus	Toidu maitse	Tervislikkus	Uudsus	KOKKU
1					
2					
3					
4					
5					
6					

BOSE KOKKAB – rukkileiva mustikakook



**Lennukaid ideid tervislikeks
ettevõtmisteks!**



Aitäh kuulamast!