**Dobrze jesz – dobrze pracujesz**

**Według danych Światowej Organizacji Zdrowia (WHO) właściwe odżywianie może zwiększyć wydajność pracowników aż o 20 proc. W trudniejszych warunkach ekonomicznych właśnie od ich efektywności zależy sukces przedsiębiorstwa. Tym samym to idealny czas na inwestycję w zdrowie i dobre samopoczucie zatrudnionych.**



Z analiz Światowej Organizacji Zdrowia wynika, że istnieje ścisła zależność między zdrowiem zatrudnionych, a wzrostem ich produktywności w pracy. Nie bez znaczenia dla pracodawcy jest też fakt, że inwestowanie w dobre samopoczucie i zdrowie personelu przynosi korzyści zarówno w zakresie podniesienia wydajności pracy, jak i redukcji kosztów ochrony zdrowia. Należy pamiętać, że bezpośrednim efektem diety jest nie tylko obecny stan zdrowia, ale również to, czy dana osoba w przyszłości zachoruje na którąś z chorób cywilizacyjnych. Oczywiste jest, że pracodawcy, którzy promują i dbają o prawidłowe żywienie swojego zespołu, będą czerpać z tego korzyści zarówno na co dzień, jak i w dłuższej perspektywie czasu.

Rezygnacja z posiłku obniża wydolność organizmu i powoduje pogorszenie efektów realizowanych zadań. Paliwem dla mózgu jest glukoza. Gdy jej poziom spada, zmniejsza się zdolność koncentracji, wzrasta podatność na stres, organizm człowieka reaguje zmęczeniem i jest osłabiony. Z punktu widzenia firmy fakt, iż pracownicy nie mają czasu na posiłki, nie jest więc korzystny. Pracodawcy coraz częściej dostrzegają, że dzięki lunchowi spożywanemu w połowie dnia, zwiększa się wydajność zespołu podczas kilku kolejnych godzin pracy, a czas, w teorii stracony na przerwę, w praktyce przekłada się na bardziej efektywne wykonywanie obowiązków służbowych. Wiele badań potwierdza, że regularne przerwy pozytywnie wpływają na produktywność i koncentrację. Zapobiegają także zmęczeniu i wypaleniu zawodowemu.

**Szefie – zadbaj o swoją firmę**

Wnioski płynące z badań WHO nasuwają się same – wydajność firmy zależy od jakości pracy zatrudnionego personelu, w związku z tym promowanie idei zdrowego odżywania w miejscu pracy działa na korzyść pracodawcy i przynosi wymierne zyski. Nic zatem dziwnego, że stale rośnie liczba przedsiębiorstw świadomych korzyści płynących z dofinansowywania posiłków pracownikom. Według badań niezależnego Instytutu Badawczego ARC Rynek i Opina, przeprowadzonych na zlecenie Sodexo Motivation Solutions w styczniu 2013 roku, w większych polskich miastach aż 27% dużych firm dofinansowuje posiłki swoim pracownikom. Część pracodawców wybiera nowoczesne rozwiązania elektroniczne, takie jak lunchowe karty przedpłacone, np. Lunch Pass Sodexo. Jest to niezwykle skuteczny i efektywny kosztowo sposób na budowanie lojalności zatrudnionych – ciepły posiłek w pracy to więcej sił i motywacji do działania.

Przedsiębiorcy decydują się na kupony żywieniowe lub karty lunchowe także po to, by zyskać pewność, iż środki na dofinansowanie posiłków są wydatkowane przez pracowników zgodnie z ich przeznaczeniem. Kupony i karty to celowe motywatory pozapłacowe wpływające na efektywność i wydajność pracy, a także długofalowa inwestycja, która w perspektywie czasu obniża ilość absencji pracowników spowodowanych problemami zdrowotnymi. W przypadku Karty Lunch Pass Sodexo, dzięki łatwemu w administracji narzędziu, pracownicy otrzymują swobodę wyboru ulubionego posiłku w kilkudziesięciu tysiącach punktów w całej Polsce i sami decydują, czy otrzymaną kwotę przeznaczą na lunch poza biurem, zamówią danie na wynos czy skorzystają z firmowej stołówki. Dodatkowo zyskują dostęp do unikalnej oferty Partnerów Karty Lunch Pass z rabatami sięgającymi nawet do 50% w prawie 1000 restauracji w całej Polsce.

**Zdrowo i z zyskiem**

Karty przeznaczone na dofinansowanie posiłków są cenione przez pracodawców również ze względu na korzystne rozwiązania podatkowe. Wartość środków przekazanych na Karcie Lunch Pass stanowi dla zakładu pracy koszt uzyskania przychodu i jest wolna od składki ZUS do wysokości 190 złotych miesięcznie na jednego zatrudnionego. Dzięki takiemu rozwiązaniu rocznie pracodawca oszczędza przy stu pracownikach ponad 45 000 złotych. Korzystanie z Karty Lunch Pass pozwala więc firmie znacznie zoptymalizować koszty. Zwolnienie ze składki ZUS to również oszczędności dla pracowników. Karty są także łatwe w obsłudze i pomagają zoptymalizować czas potrzebny na ich rozdysponowanie. Pracodawca doładowuje je jednym przelewem, a kolejnych zasileń może dokonywać wielokrotnie i na różne kwoty, eliminując konieczność każdorazowej ich dystrybucji wśród personelu. Przekłada się to na oszczędność czasu, szczególnie istotną dla dużych przedsiębiorstw. To również ułatwienie dla tych firm, które zatrudniają pracowników w terenie, z karty można bowiem skorzystać także w delegacji czy na spotkaniu z Klientem.

Dobre samopoczucie pracowników ma realne przełożenie na efektywność ich pracy. Dlatego przedsiębiorcy dbający o zdrowie swojego personelu, w dużej mierze troszczą się jednocześnie o własne interesy. Kluczowe jest, by zatrudnieni regularnie spożywali zbilansowane posiłki – w dłuższej perspektywie czasu przyniesie to wymierne korzyści zarówno im, jak i pracodawcom.

Filozofia Sodexo

**Jakość Codziennego Życia** odgrywa ważną rolę w indywidualnym rozwoju każdego człowieka oraz w działalności organizacji. Bazując na takim przekonaniu Sodexo, od chwili założenia firmy przez Pierre’a Bellon’a w 1966 roku, jest strategicznym partnerem dla firm i instytucji, które kładą nacisk na efektywność, lojalność i dobre samopoczucie pracowników oraz partnerów biznesowych. Z wielką pasją 420 000 pracowników Sodexo w 80 krajach, każdego dnia projektuje, zarządza i dostarcza unikalne usługi w zakresie kompleksowych rozwiązań usług dla nieruchomości (**Sodexo On-site Services**) oraz w zakresie kompleksowych rozwiązań motywacyjnych (**Sodexo** **Motivation Solutions**).

Sodexo stworzyło nową formę usług dla przedsiębiorców, które nie tylko zapewniają rozwój oraz samorealizację pracowników, ale również przyczyniają się do rozwoju gospodarczego, ekonomicznego i środowiskowego społeczności lokalnych, regionów i całych państw, w których Sodexo funkcjonuje.

**Sodexo w liczbach (dane z 31 sierpnia 2012)**

Grupa Sodexo na świecie

**18,2** miliardaeuro skonsolidowanego dochodu

**420 000** pracowników

**20.** pozycja na liście największych pracodawców na świecie

**80** krajów

**34 300** placówek

**75** milionów konsumentów dziennie

**Sodexo On-site Services w Polsce**

**5 800 000** obsługiwanej powierzchni (m2)

**2 600**obsługiwanych mniejszych jednostek

**2 000** zatrudnionych pracowników

**420** Klientów

**400** obsługiwanych nieruchomości

**70** restauracji

**Sodexo Motivation Solutions w Polsce**

**43 000** Klientów

**3 500 000** użytkowników naszych rozwiązań rocznie

**50 000** punktów usługowo-handlowych współpracujących

z Sodexo Motivation Solutions w całej Polsce.