

Наш ответ гриппу: витаминизация и зарядка!

1 февраля 2019



А как начинается ваше рабочее утро? Наше — с зарядки и приема витаминов! В разгар эпидемии гриппа в Группе компаний «МКС» стартовала традиционная акция «Витаминизация». Напомнить о правилах профилактики, провести физкульт-разминку, угостить фруктами и просто зарядить хорошим настроением в гости к энергетикам пришли известный стронгмен, пропагандист здорового образа жизни Дмитрий Кононец и мастер спорта по гимнастике Владимир Медведев.

Вдох глубокий, руки шире,
Не спешите, три-четыре!
Бодрость духа, грация и пластика!
Общеукрепляющая, утром отрезвляющая,
Если жив пока ещё, гимнастика!

Это утро для сотрудников Группы компаний «МКС», действительно, стало бодрым! Под руководством опытного наставника — мастера спорта по гимнастике Владимира Медведева — энергетики выполнили серию несложных, но поднимающих спортивный дух упражнений. И хотя повторить «коронный номер» гимнаста — встать на голову — не получилось ни у кого, заряд бодрости и оптимизма получили все без исключения.

«Улыбка и хорошее настроение — это тоже серьезное оружие против гриппа!», — подтвердил стронгмен и давний друг компании Дмитрий Кононец. Но на

всякий случай напомнил о главных мерах профилактики гриппа (смотрите последнее фото-инструкцию). А затем по многолетней традиции нашей компании раздали сотрудникам «витаминные наборы» — фрукты, содержащие витамины С (лимоны, апельсины), мед и травяной чай.

Напомним, что витаминизация сотрудников Группы компаний «МКС» ежегодно проходит в начале февраля — в самый разгар эпидемии гриппа на Южном Урале. По статистике, подобные «витаминные дни» приносят свои результаты, снижая уровень заболеваемости среди сотрудников компании. Наряду с раздачей «витаминных наборов» в целях профилактики простудных заболеваний в офисе используются фильтры с ионизацией воздуха, уплотняется график проветривания помещения, увеличивается количество влажных уборок с дезинфицирующими растворами. В общем, нам грипп не страшен! А вам?

