

SODELOVANJE KOT GONILNIK KAKOVOSTI:

OD IDEJE DO IZVEDBE PROJEKTA

»ODMOR ZA STOL«

**NA PRIMERU VELNEŠKIH AKTIVNOSTI ZA PROMOCIJO
ZDRAVJA NA DELOVNEM MESTU**

Helena Rošker, mag. turiz.

helena.rosker@vsigt.si



REPUBLIKA SLOVENIJA
MINISTRSTVO ZA VZGOJO IN IZOBRAŽEVANJE



VIŠJA STROKOVNA
ŠOLA ZA GOSTINSTVO
IN TURIZEM MARIBOR

30 let



Višje strokovne šole



„Odmor za stol“

- ✓ Mlajše generacije si želijo **več svobode in prilagodljivosti**.
- ✓ Od njih se pričakuje **stabilnost in pripadnost**.
- ✓ Delo kot **vir zadovoljstva** in ne zgolj obveznost.
- ✓ Kako **ohranjati zadovoljne in zdrave zaposlene?**
- ✓ Kako **graditi na dolgoživosti** zaposlenih?



Zala Hostnik, diplomantka VSGT Maribor
Tatjana Klakočar, predavateljica



REPUBLIKA SLOVENIJA
MINISTRSTVO ZA VZGOJO IN IZOBRAŽEVANJE



VIŠJA STROKOVNA
ŠOLA ZA GOSTINSTVO
IN TURIZEM MARIBOR

30 let
Višje strokovne šole



„Odmor za stol“

- ✓ Pobuda, ki je nastala kot **odgovor na izzive sodobnega delovnega okolja**.
 - ✓ Prva „**mobilna Velnes ekipa VSGT Maribor**“.
 - ✓ Prve **certificirane izvajalke stol masaže** na VSGT Maribor.
 - ✓ Zasnovan je kot **primer dobre prakse**, ki povezuje teoretična izhodišča in promocijo zdravja z izvedbo konkretnih aktivnosti v podjetjih.
-
- ✓ V sodelovanju s podjetjem ***Educational Training Slovenia***:
 - cilj 1: preučiti učinke stol masaže na zdravje zaposlenih,
 - cilj 2: razviti promocijske aktivnosti, ki ozaveščajo o pomenu velneških programov na delovnem mestu.



Stol masaža

- ✓ Vključuje **uporabo različnih masažnih tehnik**.
- ✓ Stranka sedi na **posebej zasnovanem stolu**.
- ✓ Traja **15 do 20 minut** (se lahko podaljša do 30 minut).
- ✓ Obravnava celotnega **zgornjega dela telesa**.
- ✓ Glavne prednosti so **zmanjšanje stresa in napetosti**.
- ✓ Gradi **boljše odnose** in **spodbuja pozitivno delovno okolje**.



Leja Polutnik, študentka VSGT Maribor



REPUBLIKA SLOVENIJA
MINISTRSTVO ZA VZGOJO IN IZOBRAŽEVANJE



VIŠJA STROKOVNA
ŠOLA ZA GOSTINSTVO
IN TURIZEM MARIBOR



Educational
Training
Slovenia





Zala Hostnik in Ema Štruklec, diplomantki VSGT Maribor



Diplomsko projektno delo:

- dodatna strokovna usposabljanja
 >> pridobitev certifikata za izvajanje Stol masaže,
- organizacija projekta,
- komunikacija s podjetji,
- promocija projekta/marketingške aktivnosti,
- priprava načrta za izvedbo dela na terenu,
- izvedba stol masaž,
- končno poročilo in analiza projekta.



REPUBLIKA SLOVENIJA
MINISTRSTVO ZA VZGOJO IN IZOBRAŽEVANJE



VIŠJA STROKOVNA
ŠOLA ZA GOSTINSTVO
IN TURIZEM MARIBOR

uNikatna.si
Kozmetični studio



Educational
Training
Slovenia



30 let



Višje strokovne šole



Analiza učinkov

- ✓ Izvedenih več kot 250 masaž.
- ✓ Boljše počutje, produktivnost in zadovoljstvo.
- ✓ Zmanjšanje stresa in telesnih napetosti.
- ✓ Večja sproščenost, boljša koncentracija.



VIŠJA STROKOVNA
ŠOLA ZA GOSTINSTVO
IN TURIZEM MARIBOR



Educational
Training
Slovenia



REPUBLIKA SLOVENIJA
MINISTRSTVO ZA VZGOJO IN IZOBRAŽEVANJE

30 let
Višje strokovne šole



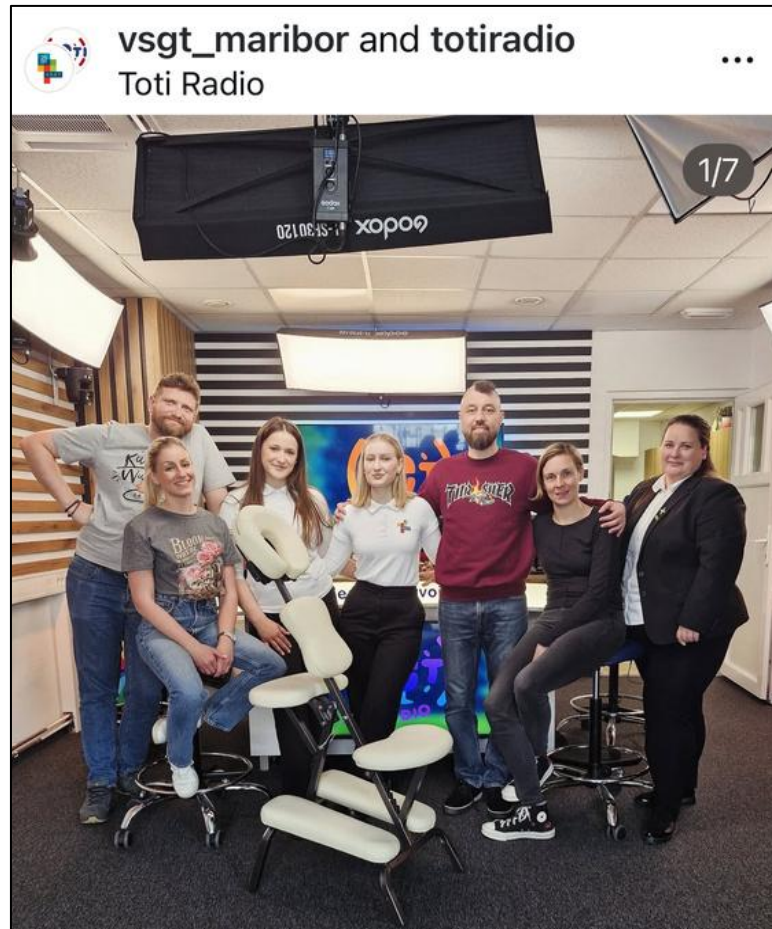
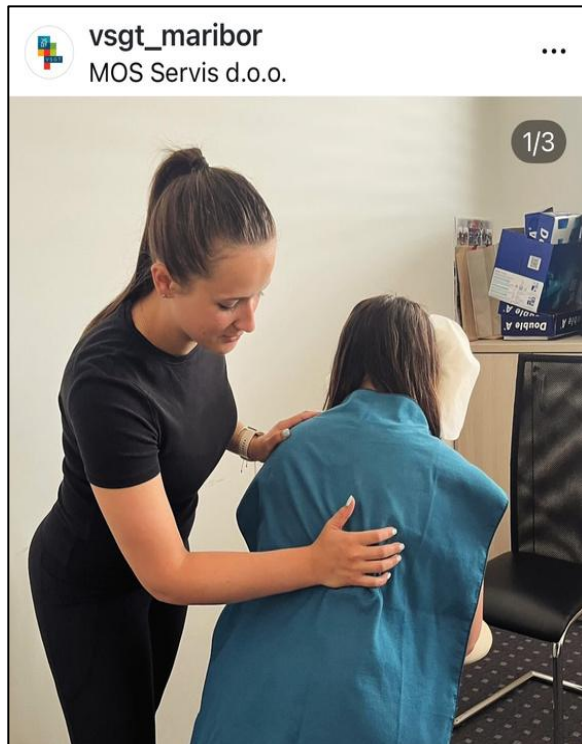
Rezultati projekta

- ✓ **49 %** anketiranih je ocenilo, da je bil učinek masaže na delovno produktivnost **močno pozitiven**.
- ✓ **57 %** udeležencev je navedlo **občutno izboljšanje počutja**.
- ✓ Projekt **krepi strokovne kompetence študentov**.
- ✓ **Prinaša družbeno korist** v obliki promocije zdravja zaposlenih.

<< Promocija velneških programov/zdravja na delovnem mestu



Promocija zdravja na delovnem mestu



Promocija velneških programov/zdravja na delovnem mestu



REPUBLIKA SLOVENIJA
MINISTRSTVO ZA VZGOJO IN IZOBRAŽEVANJE



VIŠJA STROKOVNA
ŠOLA ZA GOSTINSTVO
IN TURIZEM MARIBOR



Educational
Training
Slovenia

30 let





Nikolina Mak Podhostnik, Leja Polutnik, Nuša Novak
Urša Bitenc Hernčič (Educational Training Slovenia)

Nadaljevanje projekta tudi v letu 2025/2026

helena.rosker@vsgt.si

mic@vsgt.si



REPUBLIKA SLOVENIJA
MINISTRSTVO ZA VZGOJO IN IZOBRAŽEVANJE



VIŠJA STROKOVNA
ŠOLA ZA GOSTINSTVO
IN TURIZEM MARIBOR



Educational
Training
Slovenia

30^{let}



Višje strokovne šole

