

Działania w ramach kampanii „Pracuję głosem”

opstalent



pracuję głosem 

Kampania społeczna
pn. „Pracuję głosem”
na rzecz zapobiegania
chorobom narządu głosu
wśród pracowników

Większość naszych pracowników pracuje
głosem: prowadzą rozmowy z klientami
oraz spotkania online. Aby wspierać ich
w tej roli promujemy dobre praktyki
– jak dbać o głos. Proponujemy im szkolenia,
filmy z ćwiczeniami do rozgrzewki głosu
oraz porady i wskazówki dotyczące
bezpiecznej pracy zdalnej, CX Centre

Gabriela Ziółkowska-Coyne,
Co-Founder & CEO OpsTalent Spółka z o.o. sp.k.

organizator:
CIOP PIB

partnerzy
strategiczni:

INSTYTUT FIZJOLOGII
I PATOLOGII SŁUCHU 

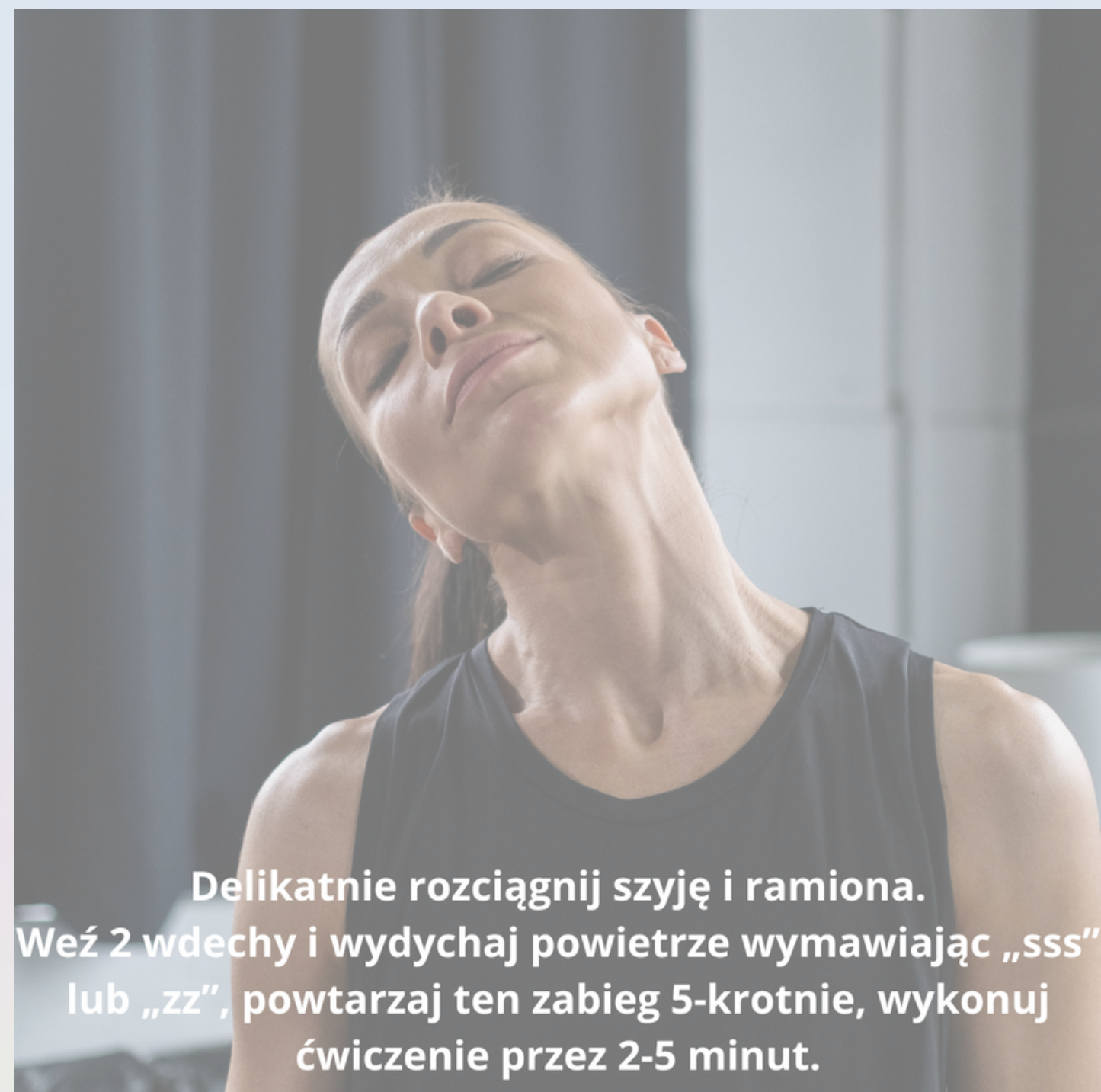
 INSTYTUT MEDYCYNY PRACY IM. PROF. J. NOFERA

Zwiększanie świadomości wśród pracowników na temat kampanii, zdrowia głosu, technik mówienia za pomocą firmowej platformy czatowej.

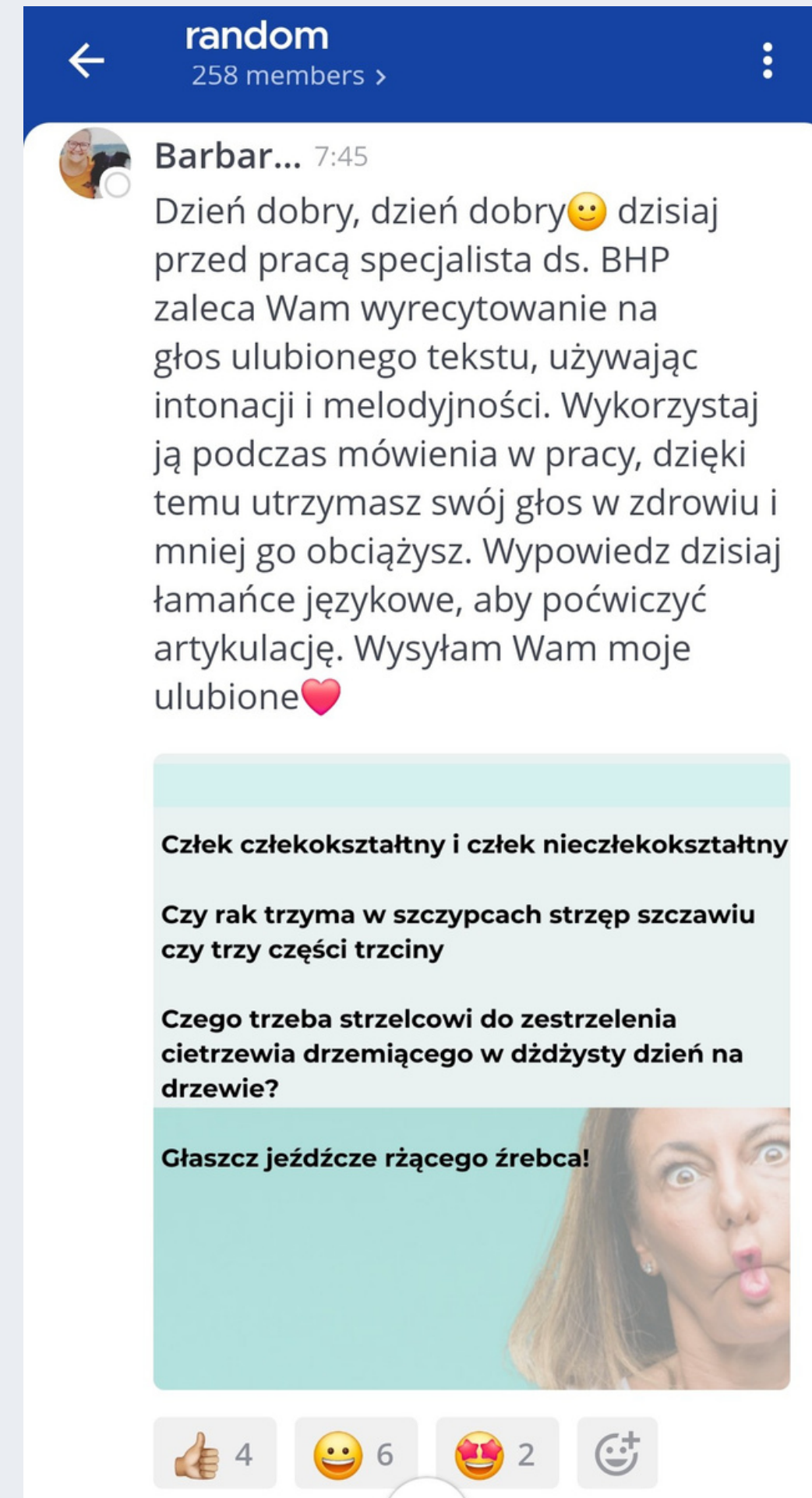


Zwiększanie świadomości wśród pracowników na temat kampanii, zdrowia głosu, technik mówienia za pomocą firmowej platformy czatowej.



Zwiększanie świadomości wśród pracowników na temat kampanii, zdrowia głosu, technik mówienia za pomocą firmowej platformy czatowej.

Zachęcanie aby przed pracą wypowiedzieć łamańce językowe w celu wyćwiczenia artykulacji.



Zwiększanie świadomości wśród pracowników na temat kampanii, zdrowia głosu, technik mówienia za pomocą firmowej platformy czatowej.

Opstalenter si zadbajmy o swój głos podczas pracy zdalnej i spotkań online



- używaj w miarę możliwości zewnętrznego mikrofonu, aby nie mówić podniesionym głosem,
- korzystaj ze słuchawek lub zewnętrznych głośników, aby tworzyć bardziej realne wrażenie przebywania w tym samym co interlokutor pomieszczeniu podczas rozmowy online,



Zwiększanie świadomości wśród pracowników na temat kampanii, zdrowia głosu, technik mówienia za pomocą firmowej platformy czatowej.

Udostępnianie filmów edukacyjnych i inspirujących, które miały na celu zwiększenie wiedzy na temat emisji głosu.



Zwiększanie świadomości wśród pracowników na temat kampanii, zdrowia głosu, technik mówienia za pomocą firmowej platformy czatowej.

Regularne konkursy, które cieszyły się dużym powodzeniem.

Opstalentersi zapraszamy Was do konkursu!



W ramach Kampanii “ Pracuję głosem”

- nagraj jak recytujesz na głos fragment ulubionego tekstu (wiersza, prozy) stosując przesadną intonację, melodyjność
- nagrany fragment wyślij na bhp@opstalent.com
- termin wysyłania do 18.10.2024r.



Kampania społeczna pn. „Pracuję głosem”
na rzecz zapobiegania chorobom narządu głosu
wśród pracowników

**pracuję
głosem**
2024

CIOP PIB

Informacja o kampanii
wraz z konkursem
w Newsletterze firmy
"OpsLetter".

BHP w OpsTalent

Czy wiecie kto w OpsTalent zajmuje się kulturą bezpieczeństwa?
Basia Wachsmann i Adam Jarzabek! Nie tylko czuwają nad naszym bezpieczeństwem w pracy. Starają się działać poza standardowymi obowiązkami, które określają przepisy.

BHP jest nieodłącznym elementem onboardingu. Na tym etapie poznajemy nowych OpsTalentersów i właśnie wtedy przekazujemy wam najważniejsze informacje, np. na temat ergonomicznego stanowiska pracy. Zależy nam abyście wiedzieli jak powinno ono wyglądać, aby było jak najbardziej wygodne, a zarazem ergonomiczne.



Cyklicznie Basia zaprasza was na szkolenia z zakresu pierwszej pomocy przedmedycznej z wykorzystaniem fantomów i defibrylatora AED.

Mieliście też okazję brać udział w konkursach wiedzy BHP poprzez Mattermost, przejść szkolenie przeciwpożarowe i pierwszej pomocy z wykorzystaniem wirtualnej rzeczywistości, a nawet, za pomocą alkohogli, zobaczyć jak alkohol wpływa na zdolność funkcjonowania.

W chwili obecnej jesteśmy partnerem ogólnopolskiej kampanii „Pracuję głosem”, w ramach której przekazujemy wam dobre praktyki jak dbać o głos podczas pracy. I to w ramach tej właśnie kampanii zapraszamy was do konkursu!

Wypełnijcie poniższy test do 20 listopada, wysyłając odpowiedzi na bhp@opstalent.com.

Konkurs

1. Który z poniższych czynników może negatywnie wpłynąć na zdrowie strun głosowych?

- A) Prawidłowe nawodnienie.
- B) Krzyk i przeciążenie głosu.
- C) Ćwiczenia oddechowe.
- D) Właściwa dieta.

2. Które z poniższych objawów mogą wskazywać na nadmierne przeciążenie głosu? (Wybierz wszystkie poprawne odpowiedzi)

- A) Chrypka.
- B) Ból gardła.
- C) Utrata głosu.
- D) Zwiększona wydolność oddechowa.

3. Co jest podstawowym celem pracy nad dykcją?

- A) Zwiększenie głośności głosu.
- B) Poprawa wyrazistości mowy.
- C) Zmniejszenie napięcia w gardle.
- D) Ochrona strun głosowych.

4. Które z poniższych technik mogą pomóc w poprawie artykulacji? (Wybierz wszystkie poprawne odpowiedzi)

- A) Ćwiczenia z patyczkiem między zębami.
- B) Ćwiczenia rozciągające język i wargi.
- C) Śpiewanie na pełnym głosie bez rozgrzewki.
- D) Ćwiczenie wymawiania trudnych zdań i łamańców językowych

5. Dlaczego dbanie o głos w Twojej pracy jest ważne?

(Pytanie otwarte)

Chcecie współtworzyć z nami Newsletter?

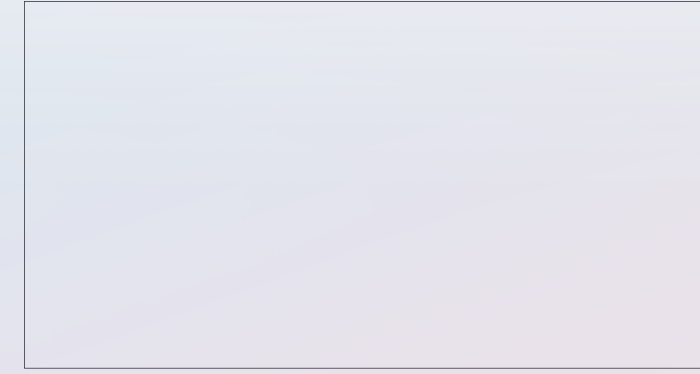
Dołączcie do naszego zespołu!

Jesteśmy otwarci na wasze pomysły! Podzielcie się swoją kreatywnością :)

Piszcie na:

newsletter@opstalent.com





Dziękujemy

opstalent