

Reset@Work: raport de echipă

Exemplu de raport agregat și anonim

Acest raport prezintă rezultatele agregate și anonime ale pilotului Reset@Work, desfășurat timp de 3 săptămâni cu echipa dumneavoastră. Scopul programului este să sprijine starea de bine, reziliența și performanța prin intervenții scurte și practice, adaptate echipei.

Au participat 32 de colegi dintr-un total de 40 invitați (rata de participare: 80%). Datele sunt fictive și au rol de exemplu.



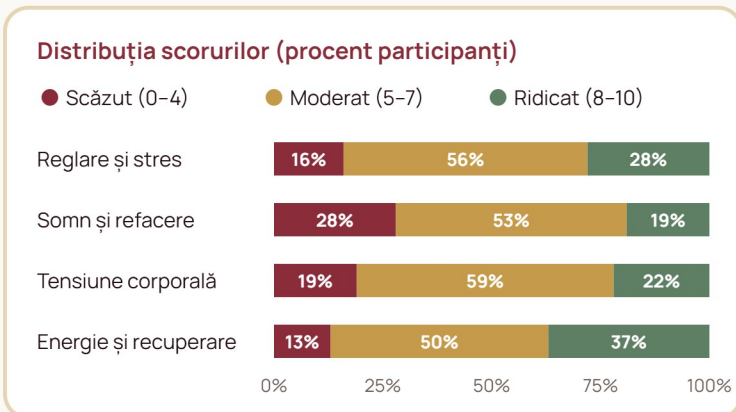
Date agregate.

Rezultatele individuale nu sunt vizibile companiei.

Imagine de ansamblu



Tendențe la nivel de echipă



Ce observăm

- ✓ Stresul este în zona moderată, cu ușoare îmbunătățiri față de săptămâna 1.
- ✓ Somnul și refacerea sunt principala zonă de atenție pentru echipă.
- ✓ Tensiunea corporală apare mai ales în zona gât-umeri și lombară.
- ✓ Energia generală este bună, dar scade după-amiaza la o parte dintre colegi.



Recomandare de intervenție

Focalizați intervențiile următoare pe somn și refacere. Recomandăm un mini-program de 4 săptămâni cu sesiuni scurte (15-20 min) despre rutina de seară și tehnici de relaxare, completat de micro-pauze de mobilitate pentru zona gât-umeri și lombară.