

[보도자료] “사무직도 1대1 건강관리 받아요” 쿠팡, 오피스 직원 대상 ‘쿠팡케어’ 프로그램 오픈

2024. 5. 19.



- 임직원 건강관리 프로그램 ‘쿠팡케어’, 오피스로 확대
- 식단과 체중관리·운동 등 12주간 관리..생활습관병 예방
- 쿠팡 “임직원과 신체와 마음이 건강한 최고 일터 만들 것”

2024. 05. 19. 서울 - 쿠팡이 직원 건강 관리 프로그램 ‘쿠팡케어’를 오피스 직원 대상으로 확대한다고 19일 밝혔다. 쿠팡케어는 지난 2021년 쿠팡이 업계 최초로 배송캠프와 물류센터 직원 대상으로 도입한 유급건강증진 프로그램이다.

쿠팡은 현장직 대상으로 진행하던 쿠팡케어 프로그램을 오피스 직군으로 확대 운영한다. ‘오피스 쿠팡케어 1기’로 쿠팡과 계열사 임직원 30명은 오는 7월까지 쿠팡케어 프로그램에 참여한다. 이들은 12주간 쿠팡케어센터의 식품 영양사, 운동지도사, 간호사 등 전문가들로부터 1대1 전문 건강 코칭을 받는다. 매일 식단과 운동, 체중, 걸음 수 등 건강 미션을 온라인으로 기록하고 줌(zoom) 화상회의를 통해 비대면 그룹 운동에 참여한다.

쿠팡이 오피스 직원 대상으로 쿠팡케어 프로그램을 확대한 것은 대사증후군 같은 생활습관병 위험을 예방하기 위해서다. 고혈당·고혈압·중성지방·복부비만·낮은 HDL 콜레스테롤 등 5가지 항목에서 3가지 이상이 증상으로 나타나면 대사증후군으로 진단 받을 수 있다. 이 단계에서 적극 관리하지 않으면 만성질환 발병률을 높인다. 올바른 식생활과 규칙적인 운동, 적정 체중 유지 등 평소 생활습관을 고치면 예방과 관리가 가능하다.



12주간의 쿠팡케어 프로그램 말미에 직원들은 대사증후군 진단 기준에 해당하는지, 건강수치가 얼마나 개선됐는지 최종 확인할 수 있다. 건강지표를 개선한 직원에게는 별도의 리워드도 제공한다. 쿠팡 판매자 관리팀 한은정씨는 “헬스장을 끊어냈지만 잘 가게 되지 않는다”며 “동료들과 참여하니까 동기부여도 되고, 좋은 습관으로 생활하는 모습이 기대된다”고 했다. 쿠팡은 쿠팡케어 프로그램을 건강관리가 필요한 더 많은 오피스 직원에게 확대할 방침이다.

쿠팡은 서울 잠실과 경기 김포·서울 강남·대구에 쿠팡케어와 헬스케어 센터를 설치해 운영하고 있다. 전국 물류센터와 배송캠프를 직접 방문해 간호사 등 전문가들이 직원들의 혈압과 식단을 체크하고 조언해준다. 지난 3월에는 정신 건강도 관리하는 심리 상담 서비스인 EAP(Employee assistance program)를 런칭했다. 직원은 전국 1300여 개 심리 상담실에서 자유롭게 전문가의 심리 상담을 받을 수 있다. 대면이나 화상, 메신저 등 직원이 원하는 방법으로도 상담이 가능하다.

쿠팡 관계자는 “고객 감동을 위해 헌신하는 직원들의 건강을 위해 노력을 확대해 신체와 마음이 건강한 최고의 일터를 만들 것”이라고 말했다.

취재 문의 media@coupang.com