

# Die Gesundheit im Fokus

„fit at work“ bei Stiebel Eltron / Gesundheitstag für die Mitarbeiter

**HOLZMINDEN** (r). Gesundheit ist das höchste Gut, heißt es oft. Das sieht auch Stiebel Eltron so und hat daher einen Gesundheitstag im Foyer des Energy Campus für alle Mitarbeiter veranstaltet. Die Mitarbeiter konnten sich für Schnupperkurse wie „aktive Minipause“ und „Progressive Muskelentspannung“ sowie individuelle Screenings wie „Wirbelsäulenscreening“, „Cardio-Stresstest“ und „Ernährungsberatung“ anmelden.

Im Rahmen des Betrieblichen Gesundheitsmanagements „fit at work“ hat Kathrin Schipper, Personalabteilung, diesen Tag mit Unterstützung der Techniker Krankenkasse organisiert. „Das Betriebliche Gesundheitsmanagement in Unternehmen ist heutzutage nicht mehr wegzudenken. Die Menschen werden älter und stehen länger im Arbeitsleben, aber auch die Belastungen am Arbeitsplatz nehmen zu – phy-

sisch wie psychisch. Mit dem Programm fit@work und insbesondere dem Gesundheitstag, möchten wir unseren Mitarbeitern Impulse zu Themen wie Ernährung und Entspannung geben, zu mehr Bewegung und Freizeitausgleich über unsere Betriebssportgruppen motivieren, sie in Richtung Stressmanagement und Prävention sensibilisieren und ihnen interne wie externe Unterstützung an die Hand geben, wenn es um Suchtthemen geht oder Angelegenheiten im Zusammenhang mit Schwerbehinderung und Erwerbsminderung.“

Und dieses Vorhaben war ein voller Erfolg. Nur eine Stunde nach Ankündigung des Gesundheitstages in der Belegschaft war das „Wirbelsäulenscreening“ auch schon ausgebucht. Gesundheitspräventionsberater der Firma GIB (Gesundheit in Bewegung) Cassian Klammer hat die Screenings durchgeführt. Dazu hat er die Wirbelsäule in

drei Positionen gescannt und die Auswertung sowie Übungsempfehlungen für Zuhause mit den Betroffenen besprochen. „Häufig kommen diejenigen hierher, die sowieso wissen, dass sie etwas für ihre Rückengesundheit tun müssen.“ Sein Wunsch daher: „Ich hoffe, dass auch die Skeptiker sich noch überwinden, so ein Screening zu machen.“

Einen ganzen Tag lang gab es im Foyer des Energy Campus zum Thema Gesundheit einiges zu sehen: Abgesehen von den fünf verschiedenen Screenings konnten die Mitarbeiter Obst, gesunde Snacks und Smoothies verköstigen, an der Kletterwand vor dem Gebäude ihre Fähigkeiten für die neue Betriebssportgruppe testen oder sich bei den internen Sucht- und Schwerbehindertenbeauftragten informieren. Allein an den Screenings haben rund 150 Mitarbeiter von Stiebel Eltron teilgenommen.



Der Smoothiestand erfreute sich größter Beliebtheit und auch die Obstbar mit exotischen Leckereien wie Drachenfrüchten und Passionsfrüchten war eines der Highlights. FOTO: STIEBEL ELTRON