

Gesundheitskoordinations-Team seit acht Jahren aktiv



Laubach/Hungen (pm). Eine positive Bilanz zog kürzlich der Vorstand der Sparkasse Laubach-Hungen über die Arbeit des seit 2009 tätigen Gesundheitskoordinations-Teams. Dem Team gehören vier Mitarbeiter an, die für die Gesundheit ihrer Kollegen auf der Grundlage von Bedarfsabfragen Gesundheitsangebote beraten, abstimmen und umsetzen und somit das allgemeine Wohlbefinden in der Sparkasse sowohl für Mitarbeiter als auch im weiteren Sinne für Kunden fördern.

Bis heute fanden zwei Gesundheitstage statt, u. a. mit Informationen, Vorträgen und Selbsttests zu den Themen-Schwerpunkten tägliche Flüssigkeitszufuhr, Ganganalyse, Darmkrebsvorsorge, gesunde Ernährung, Stressprävention, Osteopathie, multifunktionales Training, Physiotherapie, Akupunktur sowie Ergotherapie.

Des Weiteren konnten die Mitarbeiter der Sparkasse an Seminaren und Workshops mit den Inhalten Augenschule, Persönlichkeitslehre, Selbst- und Zeitmanagement, Ernährung und Work-Life-Balance teilnehmen.

In Zusammenarbeit mit dem Verein für psychosoziale Therapie e. V. (Beratungszentrum Laubach-Grünberg) erstellte das Team einen Schutz- und Präventionsplan hinsichtlich Mobbing, Depression, Burnout und Sucht.

Das Team organisierte Zumba-, Yoga- und Pilates-Kurse und Kurse für Autogenes Training, an denen die Mitarbeiter außerhalb der Arbeitszeit in den Räumen der Sparkasse bzw. extern rege teilnahmen.

Im letzten Jahr wurde das Projekt „Energimassage am Arbeitsplatz“ vorgestellt und zweimalig bezuschusst. Der Effekt hieraus war für die Teilnehmer so überzeugend, dass nunmehr die Durchführung im regelmäßigen Wechsel in den Geschäftsstellen Hungen und Laubach stattfindet.

Darüber hinaus initiierte das Team die Anschaffung von Schrittzählern für interessierte Mitarbeiter, organisierte gemeinsame Wandertouren an den Wochenenden und trug mit seinen Anregungen zur Verbesserung des Raumklimas und damit zum Wohlbefinden von Mitarbeitern und Kunden bei.

„Als nächstes großes Projekt steht im kommenden Jahr unser dritter Gesundheitstag auf dem Programm. Mit den Planungen dazu haben wir bereits begonnen. Die Kolleginnen und Kollegen dürfen sich auf einige interessante Angebote freuen“, verraten die Mitglieder des Teams bereits heute.

„Uns liegt das Wohlbefinden und die Gesundheit unserer Mitarbeiter sehr am Herzen“, betonten die beiden Vorstände Josef Kraus und Birgit Hartmann. „Deshalb bieten wir auch weiterhin Aktivitäten rund um das Thema Gesundheit an und bedanken uns sehr bei den Mitgliedern des Gesundheitskoordinations-Teams für die engagierte Arbeit in den vergangenen acht Jahren.“

Das Foto zeigt die Mitglieder des Teams (v.l.n.r.) Lothar Ruß, Corina Misar, Stefan Klös und Melanie Dörr mit Aurum Manus Massagepraktikerin Jolanta Wojciechowska (2.v.l.).