

Gesundheitslotsen bei der Sparkasse Bodensee – fit bleiben am Arbeitsplatz.

Friedrichshafen, 30.08.2019

Ein- bis zweimal wöchentlich werden an allen Standorten der Sparkasse Bodensee kurze Bewegungstrainings für die Mitarbeiter durchgeführt – und zwar von vierundzwanzig Kolleginnen und Kollegen, die eigens zu „Gesundheitslotsen“ ausgebildet wurden. Vom Vorstand bis zu den Mitarbeiterinnen und Mitarbeitern in der Filiale vor Ort werden jetzt regelmäßig Schultern und Hüften gekreist, die Arme geschwungen und Waage geübt. Die Resonanz bei den Mitarbeitern ist beeindruckend.



Mitarbeiterinnen und Mitarbeiter in der Hauptstelle Friedrichshafen der Sparkasse Bodensee beim morgendlichen Training, bevor die Türen für die Kunden geöffnet werden.

Die Gesundheitslotsen sind der neueste Baustein im Programm „Gesundes Unternehmen“. Unter dieser Überschrift bietet die Sparkasse Bodensee ihren Mitarbeitern schon seit Jahren ein großes Gesundheits- und Präventionsprogramm. Yogastunden, Cross-Outdoor-Trainings, Lunch-and-Learn Veranstaltungen, Workshops für gesundes Kochen, zur Kräuterkunde, zum Bogenschießen und Vorsorgeuntersuchungen sowie einiges mehr stehen auf dem Programm. Wer Zeit und Lust hat, meldet

sich einfach an. Besonders gerne werden die Massagen angenommen, die die Mitarbeiter individuell für sich buchen können.

Individuelle Kurse können gebucht werden

Mit sogenannten „Joker-Kursen“ können ganze Teams gemeinsam eine individuelle Präventionsmaßnahme buchen, zum Beispiel einen SUP-Kurs am Feierabend. Eine relativ neue Trendsportart, die mächtig viel Spaß macht.

Mitarbeiterinnen und Mitarbeiter sind mit viel Spaß dabei

All dies erfordert viel Vorarbeit und Organisationsaufwand. Die Sparkasse wird hierbei extern beraten – intern kümmert sich die Referentin für Familie & Gesundheit um das Konzept „Gesundes Unternehmen“. „Wir sind enorm stolz, dass unser „Gesundes Unternehmen“ so toll angenommen wird.“, so Barbara Grote-Brinkmann, Personalleiterin. „Im Vordergrund steht sicherlich die umfassende gesundheitliche Prävention der Sparkassen-Mitarbeiter. Der erfreuliche Nebeneffekt ist, dass unsere Kurse und insbesondere das Bewegungstraining am Morgen zu einem fröhlichen und lockeren Miteinander führen – es macht einfach Spaß und gibt Power für den Arbeitsalltag.“ so Grote-Brinkmann.