

Pressemitteilung

BARMER bringt Profisportler in die Betriebe

Ex-Boxweltmeisterin Ina Menzer trainierte Beschäftigte des LLUR in Flintbek

Flintbek, 26. Oktober 2018 – Ex-Boxweltmeisterin Ina Menzer trainierte heute in Flintbek mit Mitarbeiterinnen und Mitarbeitern des Landesamtes für Landwirtschaft, Umwelt und ländliche Räume. Dies ist Teil des Präventionsprojekts „Spitzensportler bewegen Mitarbeiter“ im Rahmen der BARMER-Angebote zur Firmengesundheit. In einem 30-minütigen Vortrag berichtete Menzer den interessierten Beschäftigten über ihre Zeit als Profisportlerin, gab Motivationstipps und beantwortete Fragen. Danach folgten 60 Minuten Workout.

Prävention ohne erhobenen Zeigefinger

„Wenn wir die Menschen dazu bringen wollen, gesünder zu leben, müssen wir neue Wege gehen. Wichtig ist, dass wir sie im Alltag abholen – etwa im Beruf. Deshalb ist unser Projekt in das betriebliche Gesundheitsmanagement eingebettet“, erklärt Henri Schüttau, Berater Firmengesundheit der BARMER. Dabei motivieren die Top-Athleten die Mitarbeiter von Unternehmen zu mehr Bewegung und geben Tipps für mentale Stärke. „Für alle Mitarbeiterinnen und Mitarbeiter ist es eine tolle Gelegenheit, von einer Profisportlerin direkt Tipps und Tricks zu bekommen, die sie auch im Alltag voranbringen“, so Schüttau.

Von den Besten lernen

Die BARMER sendet Top-Athleten in Firmen, die dort über Höhen und Tiefen ihrer Karriere berichten und zeigen, wie sie auch in schwierigen Momenten wieder zurück zum Erfolg fanden. Die geschilderten Erfahrungen sollen auch für Beschäftigte im Berufsalltag nützlich sein und zum Beispiel helfen, die mentale Stärke zu verbessern.

Fitness, Zielstrebigkeit, Durchhaltevermögen und Disziplin – dies sind für Sportchampions wichtige Attribute. Als Leistungssportlerin stand Ina Menzer unter enormen Erfolgsdruck und berichtet: „Erfolg ist kein Zufall! Nur durch

Landesvertretung

Schleswig-Holstein

Pressestelle

Briefanschrift:
Postfach 1429
24103 Kiel

Besucheranschrift:
Kaistraße 90
24114 Kiel

www.barmer.de/presse-sh
www.twitter.com/BARMER_SH
presse.sh@barmer.de

Wolfgang Klink
Telefon: 0800 333004 656-631
oder
Telefon: 0431 12279731
wolfgang.klink@barmer.de

Fleiß, Disziplin und Zielstrebigkeit erreicht man auch seine Ziele. Das gilt für den Leistungssport wie für das Berufsleben. Diese Botschaft versuche ich, den Teilnehmern in meinen Vorträgen zu vermitteln.“

Menzer, Wilhelm & Co.

Bundesweit sind je nach Region verschiedene Sportler im Einsatz. Mit dabei sind neben der dreifachen Box-Weltmeisterin Ina Menzer auch die dreifache Olympiagewinnerin im Biathlon, Kati Wilhelm, und die Doppel-Schwimm-Olympiasiegerin Britta Steffen. Zudem unterstützen Skisprung-Olympiasieger Martin Schmitt, der Goldmedaillengewinner im Beachvolleyball, Jonas Reckermann, und der Olympiazweite im Zehnkampf, Frank Busemann, die BARMER im Rahmen der betrieblichen Gesundheitsförderung.

Informationen zu „Spitzensportler bewegen Mitarbeiter“ gibt es auch unter www.barmer.de/f000531.