

Paralympics-Sieger hält Vortrag bei Sparkasse

Merzig, 2. Mai 2018 – Wie die Gesundheit von Mitarbeitern im Betrieb gefördert und die Motivation im Beruf gesteigert werden kann, hat der fünffache Paralympicssieger im Tischtennis, Jochen Wollmert, Mitarbeitern der Sparkasse Merzig-Wadern erklärt. Der Vortrag des mehrfachen Welt- und Europameisters im Behindertensport war ein Höhepunkt des diesjährigen Gesundheitstags der Sparkasse Merzig-Wadern, der in Kooperation mit der BARMER durchgeführt wurde. Wollmert berichtete von seinen Erfahrungen im Hochleistungssport, die sich praktikabel für die betriebliche Gesundheitsförderung einsetzen lassen.

„Die Entwicklung unserer Gesellschaft von einer Industrie- hin zu einer wissens- und kommunikationsintensiven Dienstleistungsgesellschaft hat die Belastung in der Arbeitswelt verändert. Während körperliche Anstrengungen stetig abnehmen, steigen psychosoziale Belastungen in einem alarmierenden Ausmaß“, sagte Wollmert. Zeitdruck, Störungen des Arbeitsablaufs und ein eingeschränkter Entwicklungsspielraum würden als wesentliche Faktoren gelten, die psychische Erkrankungen, insbesondere Depressionen, begünstigten. „Deshalb sind Maßnahmen zur Prävention von psychischen Erkrankungen besonders wichtig!“, betonte Wollmert, der auch ein Showtraining für interessierte Sparkassenmitarbeiter anbot.

Engagement der Sparkasse im betrieblichen Gesundheitsmanagement

Darüber hinaus konnten die Teilnehmer des Gesundheitstags Workshops zum Umgang mit Stress, für eine bessere innere Widerstandsfähigkeit und zur Kurzentspannung im Berufsalltag besuchen. Abgerundet wurde der Gesundheitstag mit einem Get-together mit gesunden Snacks und Getränken, zubereitet von einer Diätassistentin. Die regelmäßige Durchführung eines Gesundheitstags stellt für die Sparkasse Merzig-Wadern nur einen Baustein im Rahmen ihres betrieblichen Gesundheitsmanagements dar. Sehr großen Zuspruch in der Belegschaft findet die eigene Betriebssportgemeinschaft. Hier haben die Mitarbeiter die Möglichkeit, verschiedenste Sportarten aktiv im Team auszuüben und somit einen Beitrag zur Förderung der eigenen Gesundheit zu leisten.

Landesvertretung

Rheinland-Pfalz/

Saarland

Gutenbergplatz 12
55116 Mainz

www.barmer.de/p006137
www.twitter.com/BARMER_RLPSAA
presse.rp.sl@barmer.de

Boris Wolff
Tel.: 0800 33 30 04 45 22 31
boris.wolff@barmer.de

Olaf Marquardt, Regionalgeschäftsführer der BARMER verdeutlichte, das Unternehmen künftig mehr für die Gesundheit ihrer Mitarbeiter tun müssen, wenn sie sich vor ungewollten Arbeitsausfällen infolge von Krankheit schützen wollen: „Die Herausforderungen des betrieblichen Gesundheitsmanagements in Zeiten des demografischen Wandels und alternder Belegschaften wachsen. In vielen Großunternehmen gelingt es gut, ein betriebliches Gesundheitsmanagement zu integrieren.“ Kleine und mittelständische Unternehmen seien mit der Umsetzung dagegen oft überfordert.

Bildunterzeile:

Sportbotschafter Jochen Wollmert in Aktion beim Gesundheitstag.

Foto: Sparkasse Merzig-Wadern