

Die Gesundheit unserer Mitarbeiter liegt uns am Herzen und im Rahmen unserer Betrieblichen Gesundheitsförderung (BGF) wollen wir dem Anspruch gerecht werden, ihr Wohlbefinden zu priorisieren. Um alle Mitarbeiterinnen und Mitarbeiter bei einer gesunden Lebensweise zu unterstützen, stellen wir Ihnen entsprechende Experten zur Seite.

Unser diesjähriger Gesundheitstag stand unter dem Motto: „Ein starker und gesunder Rücken kann entzücken“.

In Kooperation mit der KKH Kaufmännische Krankenkasse richteten wir einen Tag mit verschiedenen Angeboten rund um das Thema Bewegung und Rückengesundheit aus.

Unter anderem bot sich die Möglichkeit der hochwertigen Handkraftmessung, bei der mit Hilfe eines medizinischen Gerätes die Handkraft gemessen wird und Rückschlüsse auf die Rückenmuskulatur möglich sind. Es wird einerseits analysiert, wie gut die Rückenmuskulatur im Verhältnis zum Alter und Geschlecht des Probanden ist und andererseits, ob ein Ungleichgewicht vorliegt.

Anhand von aussagekräftigen Ergebnissen erfuhren so alle Mitarbeiterinnen und Mitarbeiter den aktuellen Stand ihrer Rückengesundheit und erhielten passend dazu Übungen zur Kräftigung dieser Muskulatur.

Was für ein erkenntnisreicher Tag!