

FIRMENFITNESS

Betriebliches Gesundheitsmanagement

BEWEGUNG AN JEDEM ORT

Das Work-Life-Balance-Projekt, der **pedalo® Health Academy** ermöglicht durch Abstimmung ausgesuchter Übungen und der darauf angepassten Trainingsgeräte, dass sowohl Mitarbeiter im Rahmen der betrieblichen Gesundheitsförderung, als auch beispielsweise Heimbewohner hinsichtlich Sturzprophylaxe oder Fitnessstudiobesucher gemeinsam von diesem Konzept profitieren.



Referenz:
F. KIRCHHOFF SYSTEMBAU GmbH,
Münsingen

Referenz:
Pflegeheim Haus Grafental in Troch-
telfingen

Referenz:
A.J.'s Health & Fitness, München

Gesundheitliche Vorteile:

- Verbesserung der Durchblutung
- Besseres Zusammenspiel der Muskulatur
- Lösen von Verspannungen
- Reduktion von Rückenbeschwerden
- Verbesserung der Haltung
- Psyche verbessert sich (Embodiment)
- Erhöhung der Synapsen im Gehirn
- Steigerung der Konzentrationsfähigkeit
- Leistungssteigerung
- Hoher Spaßfaktor (Nachhaltigkeit)

pedalo®
... by Holz-Hoerz
Entwicklung, Herstellung
und Vertrieb
Made in Germany

Holz-Hoerz GmbH
Lichtensteinstr. 50
72525 Münsingen
(++49) 0 73 81-9 35 70
info@pedalo.de
www.pedalo.de

155-13

FIRMENFITNESS

Betriebliches Gesundheitsmanagement

Arbeit und Gesundheit -
eine Wechselbeziehung!



**GESUNDHEITSORIENTIERTES TRAINING STÄRKT
GEIST UND RÜCKEN!**

Gesunde und
motivierte Mitarbeiter
sind entscheidend für
jeden Unternehmenserfolg.
Um die täglichen Herausforde-
rungen im Beruf zu bewältigen,
muss die körperliche und
geistige Leistungsfähigkeit
Ihrer Mitarbeiter
gewährleistet sein.

Empfohlen von:



Im Rahmen der
Präventionskampagne



FIRMENFITNESS

Betriebliches Gesundheitsmanagement

ARBEIT UND GESUNDHEIT – EINE WECHSELBEZIEHUNG

Haben Sie Interesse die Leistungsfähigkeit Ihrer Mitarbeiter oder deren Motivation zu steigern?

Das **pedalo® Health Academy** Expertenteam bestehend aus Therapeuten, Diplom-sportwissenschaftlern, Diplomernährungsberatern, Fachtrainern aus dem Reha- und Gesundheitssport, bietet klein- und mittelständischen Unternehmen auf Grundlage des § 20 SGB V im Rahmen der Gesundheitsvorsorge, fachkompetente Unterstützung.

Wir bieten eine Reihe von Programmen. Unter anderem ein langfristig angelegtes Work-Life-Balance-Projekt, welches bereits von einigen Krankenkassen unterstützt wird. Trotz vieler technischer Verbesserungen sind die Belastungen für Mitarbeiter heutzutage oft hoch. Auch wenn körperliche Belastungen am Arbeitsplatz geringer werden, dominieren heute die sogenannten chronischen Volkskrankheiten. Unspezifische Belastungen wie z.B. Zeitdruck, Bewegungsmangel und innere Anspannung aufgrund hoher Konzentration oder Monotonie spielen eine maßgebliche Rolle. Gezielte betriebsindividuell zugeschnittene Maßnahmen zur betrieblichen Gesundheitsförderung, können Gesundheit, Motivation und Lebensqualität Ihrer Beschäftigten und damit zugleich das Betriebsergebnis verbessern.

INVESTIEREN SIE JETZT IN GESUNDE MITARBEITER UND SICHERN SIE SO DEN ERFOLG IHRES UNTERNEHMENS! WIR ZEIGEN IHNEN WIE.

CORPORATE HEALTH

Arbeitswelten verändern sich, werden komplexer und greifen tief in unser Leben ein. Viele Unternehmen haben begonnen, in neuem Maße Verantwortung für die Gesundheit ihrer Mitarbeiter zu übernehmen.

UNTERNEHMENSZIELE UND ZIELE DER MITARBEITER IM EINKLANG

Gesunde Mitarbeiter sind eine wichtige Ausgangsbasis für einen produktiven Betriebsablauf. Die Investition in die Gesundheit Ihrer Mitarbeiter ist eine Investition in Ihre wichtigste Zukunftsressource. Qualifizierte Mitarbeiter werden bei der Wahl ihrer Arbeitgeber künftig noch stärker auf eine ausgewogene WORK-LIFE-BALANCE achten. Entsprechend kommuniziert, führt dies zu einer spürbaren Attraktivitätssteigerung als Arbeitgeber am Markt. WORK-LIFE-BALANCE basiert auf der Überzeugung, dass wirklich der-/diejenige erfolgreich ist, der/die es schafft, Unternehmensziele mit persönlichen Zielen in Einklang zu bringen.



DAS MACHT SICH BEZAHLT

Gezielte betriebsindividuell zugeschnittene Maßnahmen zur betrieblichen Gesundheitsförderung, können Gesundheit, Motivation und Lebensqualität Ihrer Beschäftigten und damit zugleich das Betriebsergebnis verbessern. Laut Fraunhofer-Institut für Arbeitswirtschaft und Organisation, belaufen sich die Verluste durch stressbedingte Ausfälle und Fehler am Arbeitsplatz hierzulande auf jährlich mehr als 3 Milliarden Euro.

Unsere Programme erhöhen die Mitarbeitermotivation und –zufriedenheit im Unternehmen. Körperlich und geistig gesunde Mitarbeiter fehlen weniger, arbeiten konzentrierter und begehen weniger Fehler. In Folge steigt die unternehmerische Leistungsfähigkeit und als Konsequenz daraus der Unternehmenserfolg.

Wir bieten Ihrem Unternehmen Unterstützung bei der Einführung und Umsetzung betrieblicher Gesundheitsförderungsmaßnahmen:

- Firmenspezifische Gesundheitseinsteigerprogramme für Ihre Mitarbeiter
- Nachhaltige Projektgestaltung gemeinsam mit Ihrem Unternehmen
- Organisation und Durchführung von Gesundheitstagen im Betrieb
- Mobile Gesundheitsanalysen (Rückenscreening, Risiko-Check, ...)
- Referate, Seminare, Führungskräfteworkshops, Veranstaltungen
- Präsentation des 5S-Konzeptes
- Nutzung des 5S-Parcours in Betrieben
- pedalo®-Balancetest
- Retest
- Evaluation

Ein starkes Team, die **pedalo® Health Academy**:



KLEINER AUFWAND MIT GROSSEM ERFOLG

Schaffen Sie Bewegungsangebote innerhalb Ihrer Büroräumlichkeiten. Der 5S-Koordinationsparcours lässt sich dabei optimal einbinden. Verwandeln Sie Sitzecken, Flure und Besprechungsräume zu unauffälligen und doch präsenten Bewegungslandschaften. Bereits 5 Minuten aktive Bewegung zwischendurch steigert erheblich die Leistungsfähigkeit Ihrer Mitarbeiter mit nachhaltiger Wirkung auf deren Gesundheit.

