

248 Kilogramm Übergewicht abgebaut

WOHNGEMEINSCHAFT FÜR SENIoren BIELET MITARBEITER: INNEIN GESUNDHEITSPRAXIS AN

Freude an der Arbeit empfinden, Mitarbeiter belohnen und Gesundheit fördern sind wesentliche Grundsätze bei der Wohngemeinschaft für Senioren in Filderstadt. Aus diesem Grund wurde der Ernährungsberater Florian Raitelhuber mit seiner Praxis für Ernährung & Sportrehabilitation beauftragt, ein Konzept zum ganzheitlichen Gesundheits-Coaching für Führungskräfte und Mitarbeiter von Rosemarie Amos-Ziegler und ihrem Mann Klaus Ziegler, Inhaber der Wohngemeinschaft für Senioren, zu erstellen.

Für Klaus Ziegler sind Aspekte wie Prävention, Rückenstärkung und gesunde Ernährung wichtig, da diese aus seiner Sicht die Grundlage für zufriedene Mitarbeiter bilden. „Diese Zufriedenheit“, da ist er sich sicher, „überträgt sich spürbar auf die zu betreuenden und pflegenden Bewohner und Patienten.“ Und so wurde ein Gesundheitskonzept aufgestellt. Ergänzend bot man den Mitarbeitern ein Einzeltraining an, um Übergewicht zu reduzieren. Hierdurch konnten insgesamt 248 Kilogramm abgebaut werden!

Es sei schon interessant, wie sich Ausstrahlung, Leistungsfähigkeit, Arbeitsfreude und Motivation verändert haben. „Hätte ich nicht selbst ein Einzel-Coaching genossen, würde ich es nicht



Florian Raitelhuber, Klaus Ziegler und Rosemarie Amos-Ziegler (v. r. n. l.)

glauben“, so Ziegler. Bereits nach der vierten Woche wurden die Rückenbeschwerden weniger. Zusätzlich gab es noch ein Extrapbonbon vom Arbeitgeber – der Rückenkurs fand während der Arbeitszeit statt!

Die positiven und nachhaltigen Ergebnisse der Gesundheitsoffensive haben die Firmenleitung davon überzeugt, die Gesundheitsbetreuung zum festen Bestandteil der Mitarbeitermotivation und Fortbildung zu machen.