

# Fit für Beruf und Alltag

Gesundheitstag bei FingerHaus in Frankenberg

**Frankenberg.** „Wie steht's um meinen Blutdruck und Blutzucker?“, „Ist die Funktion meiner Venen in Ordnung?“, „Stimmen meine koordinatorischen Fähigkeiten?“ – diesen und vielen anderen Fragen konnten sich die Mitarbeiter des Fertighausherstellers FingerHaus an den ersten Gesundheitstagen des Unternehmens widmen.

Gleichzeitig war diese Veranstaltung auch der Auftakt eines nachhaltigen Gesundheitsprogramms, das den Mitarbeitern zukünftig unter dem Namen „FingerFit“ zahlreiche Angebote

zum Thema Gesundheit und Fitness offeriert. An zwölf Stationen, die in Kooperation mit der Barmer GEK, der AOK und der Berufsgenossenschaft Bau GB gestaltet wurden, konnten sich die Häuslebauer, egal ob im Handwerk oder in der Verwaltung tätig, zum Thema Gesundheit informieren und verschiedene Tests absolvieren.

Dabei ging es um Prävention am Arbeitsplatz und in der Freizeit, zum Beispiel um richtiges Heben, gesunde Ernährung oder die Folgen persönlicher Laster wie Rauchen und Alko-

holgenuss. Eine Station bot die Messung des persönlichen Stresslevels an, eine weitere die Messung des Lungenvolumens. Natürlich verteilten die Aussteller auch reichlich Infomaterial zum Mitnehmen.

Die Gesundheitstage bilden den Auftakt zu zahlreichen Angeboten, die innerhalb der nächsten Monate von allen Mitarbeitern wahrgenommen werden können, zum Beispiel ein regelmäßiger Lauftreff, Rückenschule, Herzcheck oder Vorträge zum Thema Raucherentwöhnung, Ernährung oder Konzentration. Für die Teilnahme an den Veranstaltungen gibt es sogar Bonuspunkte, die im kommenden Jahr gegen Prämien zum Thema Fitness eingetauscht werden können.

„Das Gesundheitsmanagement in mittelständischen Unternehmen gewinnt zunehmend an Bedeutung“, betonen die beiden Geschäftsführer Klaus Cronau und Dr. Mathias Schäfer im Hinblick auf die Initiative bei FingerHaus: „Die Gesunderhaltung der Mitarbeiter ist eine wichtige Ressource für ein erfolgreiches Unternehmen“, erklärt Schäfer. „Deshalb ist ein entsprechendes Angebot an die Mitarbeiter eine Investition, die sich für beide Seiten lohnt und mit der FingerHaus auch Verantwortung übernimmt.“ (r)



**So manche Überraschung erlebten die Mitarbeiter beim Einschätzen des Zuckergehalts verschiedener Lebensmittel.**

Foto: pr