

Auf der Startseite Orgavision finden Sie unter dem BUDDHA alles zum Thema Betriebliches Gesundheitsmanagement. Unter dem Stichwort **Betriebliche Gesundheitsförderung** oder **Gemeinsam aktiv** ist ein breites Angebot an Aktivitäten mit allen notwendigen Informationen hinterlegt, das von den Kliniken unterstützt wird. Bald kann das Angebot auch über unsere Mitarbeiter-App unter **Gemeinsam Gesund** abgerufen werden.



Über Anregungen und neue Ideen freuen wir uns.



Kontakt

Betriebliche Gesundheitsförderung

Barbara Mayerhofer

Diplom-Sportwissenschaftlerin

T 0861 705-2467

E Barbara.Mayerhofer@kliniken-sob.de

Betriebliche Gesundheits- förderung





Gemeinsam aktiv

... in der KSOB AG mit unserem Angebot und Ihren Kolleginnen und Kollegen:

Um fit und gesund zu bleiben müssen wir mit unseren Kräften achtsam umgehen und dafür sorgen, dass sie uns erhalten bleiben. Bewegungsmangel, in Verbindung mit den körperlichen Anforderungen im Klinikalltag wie in der Pflege, im OP sowie bei sitzenden Tätigkeiten, führt nicht selten zu Einschränkungen und Problemen.

Regelmäßige körperliche Aktivität ist daher eine wichtige Grundvoraussetzung zum Erhalt unserer Gesundheit und unseres Wohlbefindens. Dabei ist jede Art von Bewegung besser als Inaktivität.

Neben dem positiven Einfluss auf Psyche, Muskel-Skelett- und Herz-Kreislauf-System trägt Sport mit Kollegen zudem zu einem positiven Betriebsklima sowie einer höheren Arbeitszufriedenheit bei.

- + Almwanderungen
- + Aquafitness
- + Ballsportgruppe
- + Betriebliche Suchtprävention
- + Body and Mind
- + Bouldergruppe
- + Ernährung
- + Functional Training
- + Jobrad
- + Langlaufevent
- + Laufeinsteigerprogramme
- + Laufveranstaltungen
- + Rennradgruppe
- + Skirennen
- + Vergünstigungen in Fitnessstudios und Sportzentren
- + Wirbelsäulengymnastik
- + ...

