



Auch Entspannungsübungen gehörten zum Programm des Gesundheitstages, den die Waldklinik Jesteburg für ihre Mitarbeiter anbot.

Foto: po

Gesundheit stand im Mittelpunkt

Waldklinik Jesteburg bot seinen Mitarbeitern verschiedene Aktivitäten an

wa Jesteburg. In der Waldklinik Jesteburg fand kürzlich der erste Gesundheitstag der Klinik für ihre rund 360 Mitarbeiter statt. Die Waldklinik lässt sich dabei auch von dem Gedanken leiten, dass gesunde und motivierte Mitarbeiter ein wesentlicher Erfolgsfaktor im Gesundheitswesen sind.

„Durch verschiedene Projekte und Maßnahmen versuchen wir, die Arbeitsplätze für unsere Mitarbeiter gesundheitsfördernd zu gestalten und zu erhalten“, so Geschäftsführer Dr. Hans-Heinrich Aldag. In der Klinik fanden verschiedene Aktivitäten und Präsentationen statt, die auf das Thema „Gesundheit“ aufmerksam machen

sollten. Den Mitarbeitern wurde im Rahmen ihrer Arbeitszeit ermöglicht, die Angebote wahrzunehmen.

Ernährung, Rückenfitness und Entspannung waren einige Schwerpunkte. Die AOK Niedersachsen unterstützte diesen Tag zum Beispiel mit einem Mühlenfahrrad, auf dem durch den Einsatz von Muskelkraft aus Hafer Müsli gemahlen werden konnte. Die Mitarbeiter hatten dazu die Möglichkeit, an Rückenfit-Kursen oder Ernährungsworkshops teilzunehmen und Vorträge, unter anderem zur Burn-out-Prävention, anzuhören.

Auch ein allgemeiner Austausch zum Thema „Betriebli-

ches Gesundheitsmanagement“ war möglich. Seit gut eineinhalb Jahren werden nun Aktivitäten zum betrieblichen Gesundheitsmanagement in einer Projektgruppe der Waldklinik gebündelt.

Auf Grundlage einer Mitarbeiterbefragung werden Arbeitsabläufe in verschiedenen Abteilungen analysiert und bei Bedarf verändert, Entspannungs- und Fitnesskurse angeboten oder Präventionsprojekte, wie eben dieser Gesundheitstag organisiert. „Diesen mitarbeiterorientierten Weg unserer Klinik möchten wir auch in Zukunft weiter ausbauen“ erläuterte Dr. Hans-Heinrich Aldag.