

Medieninformation

Forum "Gesundheit, Beruf und Familie" gibt Mitarbeitern wichtige Impulse

- Als einer der großen Arbeitgeber in der Region bietet die Sparkasse Köln-Bonn zum vierten Mal eine breit gefächerte Gesundheitsberatung an
- Seh- und Stresstests, Gesundheitscheck, Kraftmessung von Bauch und Rücken, Wirbelsäulen-Scan und Koordinationsparcours sind auszuprobieren

10. November 2016

Die Sparkasse KölnBonn will als einer der großen Arbeitgeber in der Region für seine Beschäftigten das Thema Gesundheit und Balance zwischen Beruf und Familie noch stärker ins Bewusstsein rücken. Zum vierten Mal veranstaltet das Kreditinstitut daher für seine Mitarbeiterinnen und Mitarbeiter das Forum "Gesundheit, Beruf und Familie". Es findet am 14. November 2016 zwischen 13 Uhr und 17.30 Uhr im Bildungszentrum in Köln-Ossendorf statt.

Die Beschäftigten können sich dort umfassend über Gesundheitsvorsorge, seelisches und körperliches Wohlbefinden sowie die Balance von Beruf und Familie informieren. Das attraktive Programm beinhaltet u. a. Vorträge zu Entspannungstechniken, geistiger und körperlicher Fitness sowie Rückengesundheit. Ein weiteres Angebot widmet sich dem Thema "Der Körper – mein Instrument" und zielt auf die gesundheitsfördernde Wirkung des Singens ab. Außerdem können die Mitarbeiterinnen und Mitarbeiter an Gesundheitschecks teilnehmen - wie Seh- und Stresstests, Wirbelsäulen-Scan, Koordinationsparcours, Messungen zur Haltekraft von Rücken- und Bauchmuskulatur - und bei einer mobilen Massage entspannen.

Die drei vorausgegangenen Gesundheitsforen in den Vorjahren hatten großen Zuspruch gefunden, so dass das erfolgreiche Projekt fortgesetzt wird.

Für Hintergrundgespräche und Demonstrationen an der "MediMouse" (Wirbelsäulen-Scan) oder am Koordinationsparcours auf dem 4. Gesundheitsforums steht die Generalbevollmächtigte der Sparkasse KölnBonn, Christiane Weigand, zur Verfügung.