

„Kein Stress mit dem Stress“ – SelectLine veranstaltet Gesundheitstag 2022

Im Rahmen des betrieblichen Gesundheitsmanagements lud der Magdeburger Softwarehersteller SelectLine Software GmbH seine Mitarbeitenden am 16.06.2022 zum Gesundheitstag ein. Das Unternehmen setzt sich aktiv für die Förderung der Gesundheit und des Wohlbefindens seiner Belegschaft ein. In diesem Jahr stand der Gesundheitstag unter dem Motto „Kein Stress mit dem Stress“ und wurde von der AOK Sachsen-Anhalt unterstützt.

Zahlreiche Aktionen und Informationen standen dem Team des Experten für kaufmännische Software zur Verfügung. Bei verschiedenen Gesundheitsanalysen wurden die Herzen und Stresstypen der Mitarbeiter und Mitarbeiterinnen untersucht. Auch die Bewegung kam beim Gesundheitstag nicht zu kurz. In einem Schnupperkurs zur Blitzentspannung konnten alle Teilnehmer/-innen relaxen und dem Alltag entfliehen. Zusammen mit der AOK hat die SelectLine einen Impulsvortrag zum Thema „Stressbewältigung im Alltag“ vorbereitet. Dabei lernten die Zuhörenden, wie sie mit einfachen Techniken ihre individuelle Stresskompetenz erhöhen. Alle Interessierten hatten zudem die Möglichkeit, sich für einen vertiefenden Workshop anzumelden.

„Wir freuen uns, dass so viele unserer Kolleginnen und Kollegen an unserem Gesundheitstag teilgenommen haben. Wir hoffen, dass wir alle für das Thema Stress sensibilisieren konnten, denn Hektik ist keine Lösung. Das betriebliche Gesundheitsmanagement ist bei uns im Haus zu einer festen Institution geworden. Uns als Unternehmen liegt die Gesundheit unseres Kollegiums sehr am Herzen und dafür wollen wir Verantwortung übernehmen“, so Romy Weißbach, Teamleiterin Personal bei der SelectLine Software GmbH.

Zusätzlich stand eine Ernährungsberaterin dem Team der SelectLine Rede und Antwort. Der Fokus lag dabei auf dem Thema „Stressesser – aber gesund“. Neben leckeren Rezepten und wissenswerten Informationen gab es kleine Snacks zum Probieren. Für alle, die schon über ein Dienstfahrrad nachgedacht haben, stand Herr John von „Lease a Bike“ beratend zur Seite.

Zeichen (mit Leerzeichen): 2.077

Pressekontakt:

SelectLine Software GmbH

Frau Lisa Lehmann

Telefon: 0391 5555-180

E-Mail: llehmann@selectline.de