

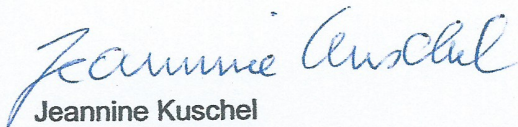
Dezember 2012

Unsere letzte Bereichssitzung in diesem Jahr stand im Fokus Mitarbeiterzufriedenheit und Bürogesundheit. Für das Thema Bürogesundheit haben wir die Expertin Frau Melina Macho-Boldt für 4 Stunden zu uns eingeladen. Frau Macho-Boldt ist eine ausgebildete, erfahrene Stresstherapeutin und überzeugt durch eine überaus positive Ausstrahlung, viel Empathie und ein hohes Maß an Fachkompetenz.

Wir haben anhand von kurzen fachlichen Input-Sequenzen Interessantes zu den Themen „Richtiges Sitzen und Bewegung im Büro“, „Stressvermeidung“ sowie „Gesunde Ernährung„ erfahren. An zahlreichen, verschiedenen praktischen Übungen konnte direkt die Praxistauglichkeit geprüft werden. Gemeinsam wurden in den Teams Maßnahmen entwickelt und vereinbart, die zukünftig im Büroalltag das Thema „Gesund leben“ kontinuierlich vergegenwärtigen. Frau Macho-Boldt ist es exzellent, mit viel Feingefühl und Enthusiasmus gelungen, alle Kolleginnen und Kollegen in Ihren Bann zu ziehen, jeden mitzunehmen und für das Thema zu sensibilisieren. Um die Nachhaltigkeit des neu erworbenen Wissens im Arbeitsalltag zu sichern, stellte Frau Macho-Boldt die wichtigsten Informationen und Anregungen in einem Handout für alle Mitarbeiter zusammen.

Der Workshop war ein wertvoller, gelungener und kurzweiliger Jahresausklang, wofür wir Frau Macho-Boldt sehr herzlich danken!

Wir empfehlen Frau Macho-Boldt als sympathische und vertrauenswürdige Referentin mit viel Herz und Verstand und freuen uns auf eine weitere Zusammenarbeit.



Jeannine Kuschel

AOK Nordost - Die Gesundheitskasse
Unternehmensbereichsleiterin Gesundheitsfonds und mRSA